

# NEWS



**Chers amis des sports aquatiques,**

Découvrez les dernières nouvelles des branches sportives de Swiss Aquatics dans la Newsletter n° 8 / décembre 2023.

L'équipe de Swiss Aquatics vous souhaite une bonne lecture de la newsletter !

Nous vous souhaitons un joyeux Noël et une très bonne nouvelle année !

## FÉDÉRATION

swiss aquatics



### Podcast «Spirit of Sport»

**En tant que club, vous demandez-vous aussi souvent :  
qu'est-ce qui est OK et quand ? Et quand est-ce que c'est  
trop proche ?**

Avec l'aide de spécialistes du domaine, Swiss Olympic aborde dans son [podcast](#) les quatre thèmes centraux en matière d'éthique que sont la pression de la performance, proximité, idéaux et pouvoir, et informe en outre sur les fonctions du service de signalement Swiss Sport Integrity.

Les épisodes sont disponibles dans leur langue originale sur Spotify, Apple Podcast et d'autres plateformes de podcast les plus courantes :

Épisodes en français :

Épisode 6 : Qu'est-ce qui est acceptable et quand ? La boussole éthique et les fonctions du service de signalement SSI

Épisode 7 : La pression de la performance et les idéaux, les perceptions individuelles et la comparaison avec soi-même

Épisode 8 : L'équilibre entre proximité et pouvoir dans le sport et pourquoi il faut en parler davantage

D'autres épisodes en allemand et en italien sont également disponibles !



Simplement inclure

## «Simplement inclure»

Swiss Aquatic s'engage avec Plusport pour le thème de l'inclusion dans les sports aquatiques. Celui qui voit des solutions à la place des problèmes et qui aime expérimenter connaîtra le succès. Nous pouvons recommander le contenu du dossier [«Simplement inclure»](#) dans le dossier 5/23 de mobliesport.ch à toute personne intéressée.

## SWIMMING

---



## Bonne réussite du championnat d'Europe en petit bassin à Otopeni / Roumanie

Les championnats d'Europe en petit bassin de cette année ont eu lieu du 5 au 10 décembre 2023 à Otopeni, en Roumanie. Swiss Aquatics était représentée par une équipe ambitieuse de six athlètes. Une fois de plus, les nageurs et nageuses suisses ont su convaincre par leur talent. Noè Ponti, en particulier, a écrit une page d'histoire du sport suisse en réalisant un triplé sur les distances de papillon et en remportant la médaille d'argent au 100 m 4-nages. La médaille de bronze de Thierry Bollin au 50m dos est une autre belle surprise des Championnats d'Europe en petit bassin de cette année. Nous félicitons tous les athlètes et leurs entraîneur·e·s pour leurs superbes performances !

Vous trouverez toutes les informations complémentaires et les classements dans les rapports.

[Swiss Aquatics selektioniert 6 Athlet:innen für die Kurzbahn-Europameisterschaften in Bukarest](#)

[Vorschau auf die Kurzbahn-Europameisterschaften vom 5.-10. Dezember in Otopeni \(ROU\)](#)

[Tag 1: Die Schweizer Schwimmer starten fulminant in die Kurzbahn-Europameisterschaften](#)

[Tag 2: Was für ein Tag: Europameister, Europarekord, Bronzemedaille](#)

[Tag 3: Die Schweizer Schwimmer überzeugen weiter](#)

[Tag 4: Zweiter Europameistertitel für Noè Ponti](#)

[Tag 5: Aller guten Dinge sind drei!](#)

[Tag 6: Zum Abschluss der Kurzbahn-EM sichert sich Noè Ponti die Silbermedaille](#)



## Championnat suisse en petit bassin à Uster

Les championnats suisses en petit bassin de cette année se sont déroulés à la mi-novembre pendant trois jours à la piscine Buchholz d'Uster. Les championnats ont été marqués par de superbes performances sportives dans le bassin et une bonne ambiance dans les tribunes pleines à craquer. Vous trouverez le résumé de chaque journée avec les vainqueurs des différentes disciplines dans les rapports.

[Présentation](#)

[Jour 1](#)

[Jour 2](#)

[Jour 3](#)



## European Aquatics Championships 2024

European Aquatics a confirmé que la Serbie accueillera les Championnats d'Europe 2024. Les compétitions se dérouleront à Belgrade du 10 au 23 juin 2024.

## DIVING

---



## Sélection de l'équipe de Swiss Aquatics Diving pour les Championnats du monde 2024 à Doha

La semaine dernière ont eu lieu les sélections finales pour les Championnats du monde à Doha. **Michelle Heimberg** et **Madeline Coquoz** ont été sélectionnées en plongeon féminin du tremplin de 3 mètres. Michelle s'est qualifiée de manière convaincante pour ces épreuves grâce à des performances impressionnantes, tandis que Madeline a retrouvé sa force d'antan à temps après sa grave blessure à l'épaule et a réussi à faire le saut à Doha lors de la toute dernière compétition. Alors que **Guillaume Dutoit** s'est préparé intensivement en Suisse pour les championnats du monde, **Jonathan Suckow** a séjourné longtemps aux Etats-Unis pour sa préparation et n'est rentré qu'en novembre pour se préparer ensuite avec Guillaume à Lausanne pour les compétitions de sélection décisives. Tous deux ont réussi à se qualifier pour la discipline individuelle du tremplin de 3 m et ensemble, ils se sont qualifiés pour le

plongeon synchronisé du tremplin de 3 m. Pour tous les athlètes, ces championnats du monde représentent la dernière occasion décisive de décrocher l'une des places de quota tant convoitées dans ces disciplines olympiques. L'équipe sera encadrée et préparée par Peter Gildemeister, chef du sport de performance, en collaboration avec l'entraîneur Alexis Coquet.

En High Diving, quatre athlètes représenteront la Suisse : **Morgane Herculano, Matthias Appenzeller, Jean-David Duval** et **Pierrick Schafer**, qui participera pour la première fois à un événement de ce niveau.

## ARTISTIC SWIMMING

---



### Spectacle de Noël des équipes nationales à Sursee

Le 09 novembre, le traditionnel spectacle de Noël des équipes nationales a eu lieu au campus de Sursee. Pendant une semaine, les athlètes ont travaillé dur pour offrir à leur famille et à leurs ami·e·s un spectacle exceptionnel.

Nous tenons à remercier tous les spectateur·trice·s pour leur présence ainsi que les athlètes et leurs entraîneur·e·s pour leur engagement tout au long de la saison et à les féliciter pour la réussite de ce spectacle !



### Reportage sur Francesco Cosentino

Les 8 et 9 novembre, la télévision suisse a accompagné notre équipe nationale junior pour réaliser un reportage sur Francesco Cosentino. Il en a résulté un très beau reportage pour le Sportpanorama. Si vous ne l'avez pas encore vu, il est temps de le faire. Vous trouverez le reportage [ici](#).

Nous remercions vivement la télévision suisse pour ce précieux reportage.

# WATER POLO

---



## LEN Challenger Cup Quarts de finale

Les deux équipes SC Kreuzlingen et Carouge Natation ont joué leurs matchs de quarts de finale de la LEN Challenger Cup à la fin novembre, respectivement au début décembre. Le SC Kreuzlingen a réussi à se qualifier in extremis pour les demi-finales, qui auront lieu en mars 2024. Carouge Natation a malheureusement été éliminé malgré une victoire épique en match retour. Nous félicitons les deux équipes pour leurs superbes performances et souhaitons déjà bonne chance au SC Kreuzlingen pour les demi-finales.

Vous trouverez les rapports des matchs ici :

[Le SC Kreuzlingen se qualifie pour les demi-finales](#)

[Une victoire épique pour Carouge Natation](#)



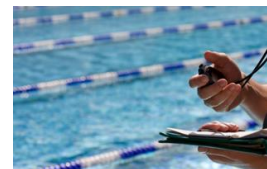
## Rétrospective du séminaire du sport populaire et de performance waterpolo

Sous la direction de Robin Pleyer et Benjamin Redder, le séminaire de sport populaire et de performance s'est déroulé les 18 et 19 novembre 2023 à Macolin.

Vous trouverez le rapport [ici](#).

# FORMATION

---



## Nouveaux manuels J+S Waterpolo et Plongeon

Le nouveau manuel J+S Waterpolo et le nouveau manuel J+S Plongeon sont basés sur la nouvelle conception de la formation J+S et marqueront de leur empreinte les futurs moniteurs et monitrices J+S. En plus du manuel J+S, deux séquences d'apprentissage en ligne ont été élaborées. Ces séquences d'apprentissage offrent aux participant-e-s la possibilité

d'approfondir de manière ciblée leurs compétences et leurs connaissances en waterpolo et en plongeon.

Le site [mobilesport.ch](https://mobilesport.ch) propose également des conseils méthodologiques par rapport aux nouveaux manuels J+S waterpolo et plongeon, avec des exemples de Good Practice sur les formes fondamentales de mouvement et de jeu ainsi que sur les formes caractéristiques. La formation des expert·e·s J+S aura lieu à partir de 2024. L'introduction officielle dans tous les cours de moniteurs et monitrices J+S et donc dans l'ensemble de la formation de base est prévue pour 2025.

Lisez le rapport [ici](#).



## Séminaire Kids & School 2023

Le week-end du 09 au 10 décembre 2023, 43 participant·e·s ont assisté au [séminaire bilingue Kids et School](#) à Macolin.

Après un café de bienvenue, le séminaire a débuté par un tour de table pour faire connaissance. Vincent Aebischer a ensuite présenté les nouvelles de J+S et de la fédération. Ensuite, sous la direction de Ladina et Vincent, les participant·e·s se sont plongés dans le thème MP "Innover et soigner l'environnement" et ont pu échanger des idées et des approches sur le sujet.

Le déjeuner a été suivi d'une intervention de [PluSport](#) sur le thème "Vivre la diversité" du thème MF "Innover et se soucier de l'entourage". Daniela Loosli (responsable Inclusion, formation et sport chez PluSport) et Chantal Cavin (responsable de projet PR Handicap physique et visuel chez PluSport) ont présenté différentes idées pour la promotion de l'inclusion dans les sports aquatiques. A la piscine couverte, les participant·e·s ont pu faire des expériences personnelles de natation à l'aveugle avec des lunettes noires. Après le dîner, la soirée s'est terminée dans le gymnase ou au bar, avec de bonnes discussions.

Le dimanche, la deuxième journée de séminaire a débuté par des works en différents groupes. Les participant·e·s ont pu acquérir de l'expérience en natation artistique. Adrian a dirigé un workshop sur le thème du rétropédalage et des jeux de lancer. Ladina s'est penchée sur l'optimisation du temps de mouvement dans la natation scolaire. Chaque participant·e a également assisté au World Café sur le thème de la promotion de la MP, où quelques exemples de cas ont fait l'objet de discussions animées.

Après le déjeuner, les participant·e·s ont reçu des informations importantes sur le thème de l'éthique et sur le service de signalement [Swiss Sport Integrity](#). De nombreux exemples de cas intéressants ont également été discutés. Enfin, les participant·e·s ont eu la possibilité de donner leur avis sur le séminaire et de faire des propositions d'amélioration.

Nous remercions tous les expert·e·s et les intervenant·e·s pour leurs contributions variées et tous les participant·e·s pour les



échanges intéressants !

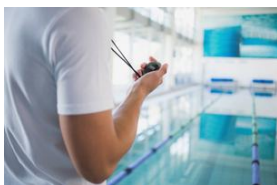


## Nouvelle licence pour l'école de natation Swim Regio Solothurn

La Fédération suisse de natation félicite Swim Regio Solothurn pour son obtention de la Quality Licence ! Swim Regio Solothurn est la 27<sup>e</sup> école de natation à avoir obtenu avec succès la Quality Licence.

Nous souhaitons à Swim Regio Solothurn de continuer à avoir du plaisir à enseigner.

Veillez trouver le rapport [ici](#).



## Prochains cours

Vous trouverez tous les cours de Swiss Aquatics et de J+S sur [notre site web](#) ou dans [le calendrier des cours J+S](#).

Si vous avez des questions concernant les dates des cours de formation J+S ou des modules de formation continue ou des cours de la Fédération, n'hésitez pas à contacter [education@swiss-aquatics.ch](mailto:education@swiss-aquatics.ch).

27.-28.01.2024	<a href="#">Kids Coach Basic 1</a>	Lancy	28.12.2023
04.02.2024	<a href="#">Examen d'admission</a>	Clarens	04.01.2024
07.-10.03.2024	<a href="#">Transmettre la natation (1er module entraîneur B natation)</a>	Macolin	06.01.2024
09.03.2024	<a href="#">Séminaire coach J+S</a>	Ittigen	09.02.2024

## PARTENAIRE

---



## CAMPUS SURSEE

**Entraîne-toi dans le bassin des records, où se déroulera également le CC**

Les 13 et 14 avril 2024, le centre sportif du CAMPUS SURSEE accueillera le championnat suisse des clubs de la ligue nationale A et B. Profite de l'avance de cette information pour planifier tes camps et week-ends d'entraînement dans le plus grand centre de natation de Suisse centrale, où plusieurs records de natation ont déjà été battus. Au CAMPUS SURSEE, tu profites de conditions d'entraînement ultramodernes, de trajets courts, d'un package sans souci et d'un encadrement par des sportifs-ives de haut niveau qui connaissent tes besoins.



[> J'aimerais obtenir plus d'informations](#)

## Photos

Swiss Olympic, mobilesport.ch, Patrick B. Krämer, iStock, Peter Gildemeister, Jolanda Thomas, Vedran Galijas, J+S

### Member



### Partners

Athletes  
Network



NOSERGROUP



### National Supporters



SWISSLOS

### Official Suppliers



Copyright © 2020 Swiss Aquatics, All rights reserved.

Swiss Aquatics

Lindenpark



Lindenhofstrasse 1

3048 Worblaufen

Switzerland



Newsletter powered by

