



Très beau bilan

## Le mot de notre délégué fêtes PAR AVA

**C'est déjà le grand spectacle, la fin de la saison !!**

Quelle année nous avons eu : le BRASS, comme à son habitude, nous a épaté avec une année chargée en compétitions, nationales et à l'étranger ..... nos nageuses prennent de plus en plus de place dans le monde de la synchro !! Nous en sommes tous très fiers.

Plusieurs organisations : fête d'Halloween, Gala de Noël, Championnat Open Masters, Anne Fontaine, Championnat de Belgique Cadettes et autres pour tous les groupes, Luxembourg, Open Make Up Paris, Open Vienne et bien sûr notre Gala de fin d'année. C'est magnifique ... Tout ça grâce A TOUT LES BENEVOLES qui assurent et organisent toute la logistique et la mise en place de ces événements.

Il me tient à cœur de REMERCIER toutes ses personnes qui nous ont aidés, même ponctuellement pour toute ces organisations.

L'année prochaine sera plus compliquée dans sa logistique, puisque notre piscine fétiche fait peau neuve. Mais cela ne changera rien à nos habitudes, le comité des fêtes vous sollicitera plus d'une fois, pour continuer à organiser avec succès les différents événements. Merci à TOUTES nos nageuses, petites, adolescentes, seniors, masters, libellules de tout âge et entraîneurs, pour cette belle progression en synchro, ces beaux résultats et ces magnifiques spectacles ! QUELLE FIERTE !!!



## Le mot du président

PAR CHRISTOPHE

Chers parents, chères entraîneuses, chères nageuses,

Voilà venu le dernier spectacle qui clôture une année de travail, de compétitions, d'organisations, de résultats exceptionnels pour notre club et la Belgique.

Le Brass est actuellement dans un tournant important pour l'organisation de son futur.

Tout d'abord, il nous faut trouver de nouvelles piscines suite à la fermeture provisoire du Neptuneium, notre piscine de prédilection pour les entraînements et l'organisation de nos compétitions. Ceci se fera avec beaucoup de sacrifices pour les parents qui devront véhiculer leur championnes pour les entraînements futurs dans des piscines qui ne seront pas toujours proches du domicile. Les nageuses se sentiront également quelques fois un peu à l'étroit dans leurs couloirs. Mais toutes ces difficultés d'organisations ne seront présentes que pour un moment, avant de retrouver une nouvelle piscine toute belle.

Le deuxième défi pour le club est son ambition d'arriver au niveau européen pour les groupes compétitions, et pour cela, le Brass rencontre énormément de difficultés. La première est la non participation à certains entraînements de toutes les nageuses du Team (team incomplet veut dire impossibilité de le répéter celui-ci et donc une exécution moins aboutie). La deuxième difficulté, ce sont les moyens financiers du club pour permettre un niveau d'entraînements plus adapté pour le niveau européen (préparateur physique, cours d'expressions, préparateur mental...).

Un projet ambitieux qui concerne les meilleures nageuses du club certes mais qui pourra rayonner sur l'ensemble des membres. Cette recherche d'excellence peut en effet s'appliquer à tous les niveaux, y compris loisirs et débutants, et servir de moteur et d'exemple pour faire progresser chacune de nageuse, selon ses capacités. C'est aussi une très belle opportunité de renforcer la formation de nos entraîneurs.

Mais pour arriver à tout cela, il nous faut de gros sponsors, ce qui nous fait toujours défaut jusqu'à présent, à quelques petites exceptions près. Ap-

**Show de natation synchronisée**

**24 juin 20 heures**

**Piscine du Neptuneium**

**à Schaerbeek**  
rue de Jerusalem

**Le GRAND CABARET du BRASS**

Infos : [www.ebrass.be](http://www.ebrass.be)  
Res. : [contact.brass@gmail.com](mailto:contact.brass@gmail.com)

BRASS

pel donc aux personnes qui connaîtraient la famille Rothschild afin de lui soumettre une idée de sponsoring d'une équipe extraordinaire :-)

Pour ma part et je terminerai sur cela, ma plus belle expérience synchro de cette année, et je parle ici plus en tant que parent de nageuses que de président, a été la compétition Make up Forever de Paris où j'ai trouvé notre équipe Juniors Brass belge sensationnelle face aux plus grandes nations. Une belle émulation pour l'avenir, même si le chemin à parcourir est encore très long!

Je vous souhaite de très belles vacances et de revenir encore plus motivé(e)s l'année prochaine pour ensemble aller encore plus loin.

Mille fois mercissss

## Le mot de la DP

PAR JOSIANNE

Une année encore remplie d'événements ou de compétitions à organiser, des horaires à envoyer, des sondages à remplir pour soutenir nos entraîneurs.

Tout cela ne serait pas possible sans les mails que nos supers déléguées parent vous envoient. A l'heure où nous sommes tous submergés par les mails, il est pourtant très important de répondre à ceux qui nous permettent d'encadrer au mieux nos super nageuses. Et notre équipe de choc des déléguées cette année a réussi ce pari (non sans mal et avec beaucoup de rappels) mais toujours avec le sourire et la gentillesse. N'oubliez pas de les remercier par un petit mot, elles le méritent bien :-)

J'ai nommé : Valentine pour les grenouilles, Valérie pour les espoirs, Irène et Nathalie pour les minimes, Carol pour les futures, Laurence M. pour les cadettes, Ava pour les juniors, Inès pour les seniors, Christine pour les masters et Florence pour les libellules. [merci@brass.be](mailto:merci@brass.be) :-)

## Bonne nouvelle !!

**Les membres du BRASS bénéficient d'une réduction de 10 % pour tout achat chez Smart Athlete.**

Cette réduction est valable sur tous les produits, donc ne pas uniquement maillots mais aussi chaussures de sport, vêtements running, triathlon, nutrition sportive,...

Les membres peuvent commander et profiter de la réduction de différentes façons en utilisant le code préférentiel «BRASS2017»

1) par le site [www.smartathlete.eu](http://www.smartathlete.eu)

2) Dans le magasin à Ypres: Smart Athlète Sports Concept Store, Gildenstraat 2, 8900 Ypres, Belgique







## Austrian Youth Open Tous pour un !

PAR LAURENCE

**Une partie de nos nageuses du groupe compétition sont parties à Vienne, en mai, pour présenter des chorégraphies en partenariat avec d'autres clubs belges...**

**Une belle première pour ce projet collectif.**

Première compétition dans le cadre de notre collaboration avec le Mosan et le Wios (Equipe CoE). Malgré des résultats décevants en figures et la fébrilité au niveau de la chorégraphie, c'était une belle expérience de voir comment les équipes nationale suisse et biélorusse abordaient la compétition. Bon, les Suisses par exemple, toutes en Sport-Etude avaient eu l'occasion de faire une semaine de stage pour rôder leur ballet et travailler leurs figures, un autre monde.... mais instructif pour l'organisation de l'année prochaine et de ce groupe CoE. Nous avons également pu constater, lors de cette compétition, que nous étions trop faibles en figures et le point à travailler le plus est la hauteur, que ce soit en verticale ou dans les autres parties des figures. Ce sera un point d'attention l'année prochaine :-).

### L'avis d'Amra

J'ai bien aimé la compétition et j'ai beaucoup appris en regardant les filles qui y étaient. J'ai beaucoup aimé regarder nager les Biélorusses qui sont vraiment fortes et très jolies à voir dans l'eau. Et je pense que les pointes et les extensions de jambes sont très importantes pour le visuel dans la synchro. J'ai beaucoup aimé pouvoir nager avec Clara, Amber et les autres. J'ai aussi trouvé que l'organisation de la compétition était bien car on avait bien le temps pour se préparer et de s'échauffer. Par compte j'aurais préféré qu'on soit plus prêtes pour le team ainsi on aurait pu être plus à l'aise avec nos nouvelles coéquipières qui étaient un peu stressées... Et je pense aussi que la compétition était un peu trop proche des examens.

### L'avis d'Aleida

A la 7th Austrian Youth Open, le niveau était très élevé par rapport au nôtre. Elles étaient en équipe nationale. Elles présentaient des belles choses, nettes, précises et sèches. Ce que j'ai le moins aimé dans cette compétition, c'est l'anxiété que j'avais de ne pas tenir le team, de rater quelque chose, de me tromper et de faire quelque chose de mal. Ce que j'ai aimé, c'est l'expérience qu'est ce voyage, de s'amuser, de voir les autres et leur niveau, j'ai aussi aimé la petite attraction :-). Bref, c'était un voyage inoubliable. Merci à Laurence et aux parents qui nous ont aidés.

### Trophée Anne Fontaine

## Premier plongeon dans le monde des compets

PAR MARINE

**Cette compétition organisée par le BRASS à Schaerbeek était une première expérience pour nos grenouilles. Nos Espoirs, elles, ont ramené une médaille d'argent !**



Une affaire rondement menée pour nos jeunes nageuses : deuxième place pour les espoirs et sixième place sur huit pour nos débutantes. Une belle journée en compagnie de nageuses de plein de clubs différents qui n'aurait pas été possible sans l'aide précieuse des papas et des mamans du Brass. Un énorme merci à tous pour leur participation. Je tiens également à remercier nos espoirs d'avoir été si attentives et gentilles avec les grenouilles. C'était leur première compétition donc beaucoup de stress et je pense que vos encouragements ont été d'un grand soutien. Bravo à toutes pour vos efforts, vos résultats et votre attitude je n'ai qu'une chose à ajouter: merci les filles de faire de moi une coach fière de ses petits bouchons!



### Open Make Up Forever

## Défi de taille!

PAR LEA

**Nos juniors n'ont pas froid aux yeux et ont participé à une prestigieuse compétition internationale à Paris, histoire de voir le chemin à parcourir pour un jour atteindre les étoiles.**

Ce championnat a donné aux nageuses une expérience unique : celle de se mesurer aux grandes équipes nationales. Pendant un week-end on a eu la chance de partager la piscine de Montreuil avec l'équipe nationale de l'Ukraine, du Japon, de la France, de l'Italie, etc. Les filles ont pu voir de près comment ces équipes s'entraînent, la façon dont elles se concentrent et leurs habitudes dans l'eau. De plus, il y avait une équipe de maquillage « Make Up for Ever » qui a maquillé les filles pour toutes leurs chorégraphies, donnant ainsi quelques points supplémentaires en artistique.

Quant aux résultats nous pouvons dire qu'ils n'ont pas été tout à fait motivants mais le fait de nager à une compétition si importante et de voir les « grandes » nageuses a motivé beaucoup les filles à continuer à s'améliorer dans l'eau.



### Tournoi international de Paris

## Les Masters dans la Ville lumière

PAR FANNY V.

**Notre équipe masters est partie fin mai à Paris pour participer à une compétition internationale face à des équipes anglaises et françaises. Bilan : une belle ambiance, des médailles et des 7 pour notre duo mixte !**



Paris, la dernière compétition de l'année... C'est avec entrain et beaucoup de sacs pour certaines, que nous partons, direction Paris. Après le trajet, le resto et la répartition des chambres, c'est l'heure d'une bonne nuit de sommeil car le programme est millimétré dès le lendemain. C'est grâce à l'organisation "sans faille" des réceptionnistes de l'hôtel, que nous arrivons 1h en retard dans l'eau le samedi matin... Tout s'enchaîne alors très vite entre l'échauffement, les 6 duos, 4 solos et 2 teams. Mais puisque l'Organisation était apparemment le maître-mot de cette compétition, un soucis de musique a été rencontré, et donc des changements d'ordre de passage, et donc un peu de stress en plus. Rien de très grave car de belles performances ont été présentées par le BRASS, montrant une très belle évolution et de beaux progrès durant l'année.







## Compétition au Luxembourg

# Les Libellules 3 en grande forme PAR NIRINA



Cette année, les libellules 3 ont eu l'occasion de participer pour la première fois à une compétition internationale. Cap sur le Luxembourg ! Après une nuit à l'hôtel entre copines, qui sera assez courte pour certaines (les quelques grandes bavardes du lot se reconnaîtront :-)), en route vers la piscine pour montrer de quoi nous sommes capables ! La journée commence par les figures imposées, cette épreuve stressante où les filles doivent se présenter une à une devant les juges pour exécuter quatre figures. Quelques

positions à retravailler mais dans l'ensemble, tout le monde s'est très bien débrouillé. Vient ensuite le temps du team. Encore une fois, très belle performance pour nos nageuses qui se sont données à fond. Résultats ? Floriane obtient la médaille d'or en figures imposées et le team monte également sur la première marche du podium. Bravo à toutes ! Vos dures heures d'entraînement durant l'année ont porté leurs fruits ! Continuez comme ça pour l'année prochaine !

## Duo mixte

# Les dernières news PAR NIRINA

Comme certains le savent déjà, cette année, Renaud et moi avons profité de la récente ouverture officielle de la catégorie au niveau international pour préparer un duo mixte. Voici un petit bilan de nos compétitions passées et à venir.

Nous avons commencé la saison par l'Open Masters qui se tenait à Schaerbeek les 22 et 23 avril. Une compétition à domicile, l'idéal pour se mettre dans le bain. Malgré quelques petites erreurs dans nos ballets, nous avons remporté la médaille d'or ! Vient ensuite



le championnat de Belgique le 1er mai à Zwevegem. Nous finissons également premiers... faute de concurrence ! Nous étions en effet le seul duo mixte présent à la compétition. Nous avons cependant amélioré nos chorégraphies et gagné quelques points par rapport à l'Open.

Compétition suivante : cap sur Paris où nous avons passé le week-end du 3 et 4 juin. Les modifications effectuées dans nos ballets suite aux retours des premières compétitions ont payé car nous réalisons notre meilleure performance de la saison en termes de points : un total de 70,85 !

Les 17 et 18 juin, enfin nous étions à Barcelone à la Men's Cup où nous avons aussi rafflé l'or, avec en prime un superbe podium avec vue sur la capitale catalane. Même si la saison s'achève pour la plupart des nageurs et nageuses du BRASS, ce n'est pas le cas pour nous ! Nous ferons face cet été à notre plus gros défi de la saison : les championnats du monde masters à Budapest qui se tiendront du 7 au 13 août. D'ici là, nous avons encore de nombreuses heures de travail devant nous !

## Compétitions Cadettes

# Carton plein PAR LAURENCE

*Petit bilan de la très belle saison de l'équipe cadette.*



Les cadettes ont vaillamment rempli leurs objectifs avec une très belle première place en solo pour Emma et une belle première place pour le duo Emma/Fiona au championnat francophone. Il est à noter que le podium solo francophone était exclusivement BRASS avec une belle 2e place pour Thea et une troisième pour Isis. Le duo Eleonore/ Isis se classe également 2e en duo. Le team grâce à de belles figures est également Champion francophone. Ces résultats se sont confirmés au championnat de Bel-

gique avec Emma championne de Belgique en solo et Emma / Fiona championnes de Belgique en duo. Et en prime une qualification pour la COMEN cup:-). En solo Thea monte sur la 3e marche du podium et Isis sur la 4e. En duo, le classement francophone se répète avec Emma et Fiona qui prennent la médaille d'or et Isis/ Eleonore la médaille d'argent. Le team s'empare avec beaucoup d'avance de la médaille d'or. Félicitations les filles !

## Compétitions Juniors

# Une saison réussie avec brio PAR LAURENCE

*Nos Juniors n'ont pas démerité, raflant presque tous les podiums. Petit résumé des faits.*

Les juniors avaient entamé la saison des compétitions en janvier et février. Nos juniors / cadettes ont survolé la compétition en positionnant 7 nageuses du BRASS parmi les 10 premières. En chorégraphie, Sarah et Iris prennent les deux premières places. Le duo Talya / Sarah devient championne francophone et Ambra/ Iris monte sur la troisième place du podium. Le team Junior passe de loin à la première place et notre team cadettes en préparation a pris la troisième place. En championnat de Belgique, Sophie est championne de Belgique en solo tandis que Sarah prend la 2e place et Iris la 6ième place. En duo, Talya et Sarah arrivent deuxième et Iris/ Ambra 4ième. En team, beau travail des juniors qui sont Championnes de Belgique. Le team cadette arrive 4ième. L'histoire se répète au Luxembourg puisque Sarah prend la 3ième place en solo, le duo Sarah/ Talya arrive 3ième et une très belle 4ième place pour Iris/ Ambra et notre team prend la médaille d'or J:-)

Belle saison les filles ! un petit accent supplémentaire sur les hauteurs de figure l'année prochaine et un NOUVEAU TEAM !







## Compétitions Minimes

# Une progression fulgurante

PAR ISABELLE

*Pour tout savoir sur la saison de nos moins de 12 ans, si vous n'avez rien suivi!*

Dimanche 8 février, championnat francophone des chorées à Seraing. Après une première partie de l'année presque exclusivement consacrée à la technique, les minimes ont mis les bouchées double pour apprendre le nouveau team et être capable de le présenter lors de ce premier championnat de 2017. Première chorégraphie en championnat pour la majorité de l'équipe, le doute et le stress étaient de la partie tant chez les nageuses que chez moi (je dois l'avouer). Le Team n'est-il pas trop compliqué, comment va-t-il être perçu par les juges ? Selma va-t-elle sauter ? les filles vont-elles ne rien oublier, faire bien attention les unes aux autres ? Verdict : mes doutes étaient levés. Une belle prestation de toutes, beaucoup d'énergie, de dynamisme, un vrai esprit d'équipe ! Une belle médaille d'argent (et dans un coin de ma tête, à côté de la satisfaction, une montagne de travail qui reste à faire pour gagner en synchronisation). Sans oublier, les solistes et duettistes pour qui le programme étaient bien chargé (et on recommence les figures techniques). Une première aussi pour toutes les 3 en solos. Zoé remporte la médaille d'or suivie d'Eryn en argent (l'une tout en force, l'autre en douceur). Tammy, quant à elle, a montré ses qualités artistiques mais le solo aurait dû durer 15 secondes de moins pour la voir également monter sur la boîte. Quant au duo Eryn et Zoé, sans surprise, il monte sur la première marche. Bravo les filles vous avez assurés !!!

Un mois plus tard, les minimes nous ont fait à nouveau vibrer lors du championnat de Belgique de leur catégorie. Après une longue matinée consacrée aux figures, la satisfaction/excitation générale gagnait les troupes. Les solistes et duettistes étaient très bien placées et toutes les filles du team avaient fait un sacré bon dans le classement par rapport aux ligues figures. Génial !!!

C'est ensuite en choré que les filles nous ont éblouies, médaille d'argent pour Zoé et de bronze pour Tammy et une 5ème place d'Eryn, championnes de Belgique pour Zoé et Eryn en duo et une inattendue médaille d'argent en team. Leurs nouveaux maillots, leurs a donné des ailes (merci aux mamans qui cousaient encore dans les gradins jusqu'à la dernière minutes). Vous étiez resplendissantes et que de progrès les filles. Mais nous n'allions pas en rester là :-)



Mois de mai et le traditionnel championnat du Luxembourg. Chouette moment toutes catégories confondues, les encouragements des aînées leurs ont permis de se surpasser encore une fois.

Nous y avons retrouvé des minimes motivées comme jamais et prêtes physiquement après un super stage.

Les figures sont en progrès chez tout le monde, ce qui nous donne un super tir groupé dans le classement (je n'avais pas prévu autant de solistes et duettistes l'an prochain, mais vous l'avez amplement mérités ;-). Clara, Yulia et Gaia sans oublier ma petite Eryn. Et une mention spécial à Ellis). Ensuite, carton plein en chorés. Des minimes en OR !!!! Or pour Zoé en Solo, Eryn termine 4ème à quelques centièmes du podium mais avec un solo de toute beauté. Le duo, tout en connivence, s'octroie aussi la première place. Cerise sur le gâteau, le team remporte également la médaille d'or. Vous avez été épatantes, sourires, dynamisme, synchronisation, tout y était !!!

Et ce n'est pas encore tout à fait fini pour l'équipe... Les minimes s'envoleront pour Vienne début juillet pour de nouvelles aventures synchro. Je vous souhaite beaucoup de plaisir et de réussite !!!!

### Un mot de Renaud et Nirina, notre duo mixte

Nous arrivons au bout de notre belle aventure de cette saison. Le décompte final pour les Championnats du monde Masters à Budapest a commencé.

Nous travaillons dur et gardons à l'esprit notre rêve de podium aux championnats du monde. Nous avons partagé de grandes émotions, des joies et de jolies victoires! Cependant, nous avons besoin de vous pour notre préparation finale ! Nous avons trouvé un entraîneur pour nous suivre jusqu'au grand départ. Turbo va partiellement nous équiper et Albertina (la coach nationale) nous attend à Budapest. Un petit coup de pouce est le bienvenu pour nous aider dans nos dernières dépenses et nous permettre de partir l'esprit tranquille. À chacun le montant qu'il désire ! La récolte finit le 31 juillet. Voici le lien: <https://www.leetchi.com/c/projets-de-nirina-renaud>

**De nous 2, merci d'être avec nous pour écrire cette histoire !**

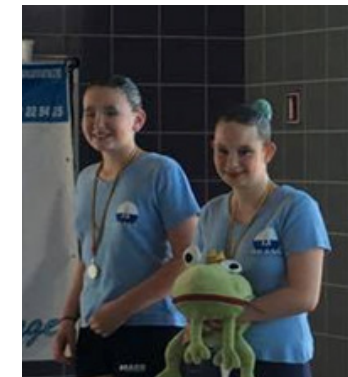


## Trophée de la Louve

# Débarquement à La Louvière

PAR SARAH

*Une grosse délégation participait à l'Ascension au Trophée de la Louve, à La Louvière.*



Le Trophée de La Louve, une première compétition pour certaines et pour d'autres, la compé' habituelle de l'année. Le BRASS arrive avec ses 41 nageuses et 1 nageur, motivés et de bonne humeur : nous avons travaillé toute l'année et allons montrer aux juges et aux parents de quoi nous sommes capables ! Pour les grenouilles, espoirs et libellules 1/2/3, la journée commence avec 3 figures imposées. Pour certaines, c'était la première fois, et BRAVO! Vous avez fait ça comme des pros ! Après ces figures, un petit temps de repos et un lunch bien mérité! On se prépare ensuite pour nager nos duos et teams. En grenouilles, le team a bien nagé! C'était pour elles une première expérience enrichissante! En espoirs nos deux duos Clara & Sienna et Gaëlle & Georgina terminent respectivement à la 1ère et à la 3ème place. Le team des espoirs (Gaëlle, Sienna, Georgina, Olivia, Clara, Louise, Lena, Maya et Saskya) finit également sur la plus haute marche du podium! Place aux résultats des libellules! Au programme : 2 duos (dont 1 duo mixte) et 3 teams. Audrey & Fleur finissent à la 2ème place et Sophia & Sofian décrochent la médaille de bronze. En team, les libellules 1 ont cartonné leur première compétition et finissent à la 3ème place. Les teams libellules 2 et 4 remportent quant à eux chacun la médaille d'or dans leur catégorie. Merci aux parents, qui ont crié et encouragé le BRASS, aidé pour la gélatine et le maquillage, ... BRAVO à tous et on remet ça l'année prochaine !





## Brussels Open Masters

### Un succès grandissant PAR FANNY B.

**La compétition internationale masters organisée par le BRASS fin avril a attiré une trentaine de club venus de 8 pays. L'occasion pour nos nageuses et nageur de se confronter à une rude concurrence, de 20 à plus de 60 ans !**

Le Brussels Open Masters n'avait jamais accueilli autant de monde: plus de 250 nageuses et quelques nageurs venus de Belgique bien sûr mais aussi de France, d'Allemagne, d'Italie, d'Espagne, de Grande-Bretagne, des Pays-Bas et de Suisse... Nombre d'entre eux étaient là pour roder leurs ballets en vue des Championnats du monde masters de cet été, ce qui explique le niveau de certains groupes. Côté organisation, l'équipe très pro de bénévoles a permis de réaliser un sans-fautes et ce, malgré une sono grillée en plein milieu des épreuves ! Chapeau ! Côté bassin, c'était le week-end des premières fois... Nirina et Renaud faisaient leurs premiers pas (très réussis) en duo mixte et ont conquis l'assemblée. Emilie et moi, nagions pour la première fois en solo (une sacrée expérience, je l'avoue !), Fanny V. et Sara présentaient leur duo en exclusivité et les teams masters et seniors offraient à voir pour la première fois leur choré libre... Finalement, seules Laurence et moi présentations des ballets déjà éprouvés... qui s'avèrent finalement éprouvants (ceux qui ont assisté au libre comprendront. Les absents ont toujours tort ;-)) Au final, peu de médailles, sauf pour notre duo mixte et notre duo 40-49... Mais plein de bonnes résolutions pour la suite de la saison !



## Championnats de Belgique Seniors et Masters

### De l'or, du bronze et de beaux maillots neufs PAR FANNY B.

**Le jour de la Fête du Travail, le 1er mai, les seniors et masters (seulement celles de plus de 25 ans) ne chômaient pas ! Et pour cause, elles participaient au championnat de Belgique à Zwevegem... A 8 heures du matin dans l'eau, rude réveil !**



C'était le jour J pour nos seniors, le moment tant attendu où elles allaient présenter, avec leur nouvel entraîneur, Léa, leurs deux ballets pour la première fois dans une compétition officielle. L'ambiance était bonne, la concentration à son max, et les maillots encore en train d'être pailletés dans les vestiaires ! Pour les accompagner, quelques masters : Emilie et Fanny B. en solo, Fanny V./Sarah, Laurence/Fanny B. et Renaud /Nirina en duo... Hélas pas de team, la plupart des masters du Brass étant trop jeunes pour participer à cette compétition (la vieillesse a quand même des avantages)

Le team seniors, ainsi que les solos seniors d'Anaïs et Lisa entamèrent la compétition technique très bien ; les libres furent également à la hauteur et au final, le Brass parvint à décrocher quelques médailles (parfois hélas faute de concurrence chez les plus âgées d'entre nous). Renaud et Nirina sont champions de Belgique en duo mixte ; Fanny et Laurence aussi. Lisa est 3e et Anaïs 6e. En solo masters, Emilie est 4e en 25-29 et Fanny championne de Belgique en 40-49. Le duo Fanny et Sara termine aussi à la 4e place... RDV dans un an pour faire mieux :-)

## Les crevettes des entraîneurs

**Chaque semestre, les entraîneurs choisissent des nageuses méritantes, pas forcément les meilleures, mais des membres qui ont travaillé dur pour progresser, qui ont prouvé leur motivation, leur envie ou ont su garder leur bonne humeur en toutes circonstances. Verdict!**

### La crevette Espoir de Lise

**H**é oui, cette superbe année touche déjà à sa fin... Avant de désigner ma crevette je voudrais d'abord remercier toutes les filles, les entraîneurs, et surtout Marine et Erell, ainsi que les parents pour avoir fait de ma première année en tant qu'entraîneur une année si agréable. Même s'il y a encore beaucoup de travail (et il y en aura toujours, ne vous inquiétez pas), un grand bravo aux filles pour les beaux progrès que vous avez toutes faits. J'espère que cette année vous a donné l'envie d'en faire encore plus progresser et que vous rattacherez l'année prochaine avec encore plus de motivation et des objectifs encore plus fous. S'il faut néanmoins mettre quelqu'un plus particulièrement à l'honneur pour cette fin d'année, je choisirais **Léna** qui a finalement su trouver sa motivation et qui nous a montré qu'il ne faut rien de plus pour faire de beaux progrès ! Je te félicite pour ta volonté et le beau dépassement de toi dont tu as fait preuve. Comme quoi « quand on veut, on peut » ;-)! Encore merci pour cette belle année et passez de bonnes vacances bien méritées (mais n'oubliez quand même pas de travailler vos grands-écarts de temps en temps ;-)).

### Les crevettes Minimes d'Isabelle

**V**oici déjà venu le gala et par la même occasion une nouvelle année synchro qui se termine... Cette seconde partie de l'année est passée à toute vitesse. Entre les entraînements, les entraînements supplémentaires :-), le stage et les championnats, vous n'avez pas chômé mes petites minimes et ce, toujours avec le même plaisir ! Le travail, l'esprit d'équipe et l'entraide payent toujours, nous en avons encore la preuve cette année... Chapeau les filles, on peut le dire, vous m'avez bluffée... Félicitations à toutes et MERCI pour tous ces bons moments passés ensemble, ces émotions partagées. Cette année, le titre de la rubrique n'a jamais aussi bien porté son nom. C'est ma plus petite crevette que je souhaite mettre à l'honneur cette fois. Je connaissais déjà tes qualités de souplesse, d'extension mais j'ai pu découvrir, cette année, ton côté battant et ton énergie (mais où as-tu été chercher tout cela durant le stage ?). Félicitation **Clara**... Garde ta motivation, ta bonne humeur et ce plaisir de nager ! On continue ensemble sur cette lancée, l'année prochaine. Je crois en toi, à toi maintenant d'en faire de même... Je ne pourrais terminer sans un clin d'œil à mes « vieilles » minimes. **Zoé**, impressionnante en solo, connectée en duo et pilier (dans tous les sens du terme) du team... quelle magnifique année, un vrai plaisir à coacher. **Tammy**, un sens artistique épatant, bout en train de cette équipe, un amour inconditionnel pour la synchro du matin au soir. Ahh lala, le ski qui t'aura tenu éloignée des bassins bien trop longtemps. **Selma**, ma voltigeuse (et qui apprécie même cela maintenant) et **Ginevra**, tout en discrétion, douceur. Que de progrès réalisés. **Louise**, une volonté de fer, travailleuse acharnée, cela a fonctionné... C'est avec un certain pincement au cœur après cette année (ces années :-)) que je vous souhaite, à toutes, bonne route en Cadettes... Sans oublier **Alba** qui s'en va rejoindre l'Espagne. Je te souhaite de continuer à t'épanouir dans notre joli sport !

### La crevette Seniors de Léa

**J**'ai décidé de donner la crevette à **Anaïs**. Tu as très bien travaillé ces derniers temps, tu as fait le maximum pour être présente à tous les entraînements même si cela signifiait de partir plus tôt de ton week-end en famille ou encore de ne pas y aller. Même si les résultats du championnat du 1er mai ont été décevants en solo, cela ne reflète pas ton engagement et tes sacrifices. J'espère que l'année prochaine, aussi bien en team qu'en duo, tu seras récompensée de tous tes efforts. Le fait de donner cette crevette à une seule personne me déplaît puisque j'ai le bonheur d'avoir une équipe en or, qui me supporte toutes les semaines en sachant que j'ai un caractère parfois très compliqué et beaucoup d'exigences. C'est une crevette qui vous représente et que vous méritez toutes, sans exceptions. Continuez ainsi les filles, l'année prochaine sera une nouvelle aventure.

### La crevette Minimes de Béné

**N**ous sommes en juin, eh oui déjà ! Après une année bien chargée, nous décomptons les jours avant les vacances. Mais avant le soleil et les cocotiers, il y a le gala et qui gala dit crevettes. Le moment est donc venu d'élire ma crevette pour le groupe minime. Avant toute chose, j'ai vraiment adoré vous entraîner, les filles, car vous êtes tout simplement géniales ! En plus d'une très chouette ambiance au sein de l'équipe, on a vu d'énormes progrès en peu de temps, et ce chez chacune d'entre vous. Bref, je suis extrêmement fière de vous ! Cependant, il faut quand même faire un choix parce que nommer toute l'équipe, ce n'est pas du jeu. Donc ma crevette de cette fin d'année sera **Ellis**. Eh oui, elle a su dépasser son stress pour préparer un très joli solo en peu de temps. Bien sûr, cela n'aurait pas été possible sans sa grande motivation et sa persévérance. Même quand les figures sont difficiles, elle ne renonce pas : elle nous dit « je vais essayer » et recommence jusqu'à ce qu'elle y arrive. Et ça, c'est une très grande qualité ! Je tiens tout de même à ajouter une mention spéciale pour **Yuliya**. En effet, constamment de bonne humeur et souriante, elle est motivée et arrive toujours à nous faire sourire avec ces petites blagues. Cela va sans dire, elle est le petit soleil de l'équipe minime. Comme je le disais, c'est bientôt les vacances mais avant ça, les minimes ont encore une compétition à Vienne. Donc, j'ai une dernière chose à ajouter : les filles, ayez confiance en vous, toutes, vous êtes capables de faire des merveilles !





### Les crevette Grenouilles et Espoirs d'Erell

C'est la fin de la saison et l'heure des crevettes a sonné... Cette année a été toute particulière pour moi, avec un (heureux) événement au milieu, l'arrivée de Marine pour me seconder puis me remplacer, et je tiens à remercier toutes les nageuses et leurs parents pour toute la bienveillance et le soutien que j'ai reçu tout au long de l'année. Pour commencer, la crevette des Grenouilles : c'est une grande crevette assez discrète, mais c'est aussi la plus rapide, toujours la première à terminer ses longueurs. Elle est persévérante et pleine de bonne volonté, et je crois en ses capacités même si elle doit encore travailler certains aspects (la souplesse!). Bravo **Zoé**, tu es ma crevette grenouille de cette fin d'année! La crevette des Espoirs maintenant... une petite crevette toute frétilante (trop?) qui a fait de gros progrès et a un bel avenir devant elle... J'ai beaucoup aimé l'entraîner même si parfois il faut un peu se fâcher pour qu'elle reste motivée! C'est bien **Maya** qui est ma petite crevette, félicitations!

### Les crevettes Grenouilles et Espoirs de Marine

Cette saison est un peu particulière pour moi car j'ai découvert les grenouilles au milieu de l'année. Toujours est-il qu'il ne m'a fallu que quelques entraînements pour remarquer une nageuse toujours motivée à apprendre. Elle est aussi un de ces petits moteurs qui font qu'un team fonctionne : **Valentina S**. Bravo pour ton investissement dans la synchro dès cette première année. Je te souhaite beaucoup de plaisirs dans tes prochaines nouvelles aventures chez les libellules! Et puis, quel plaisir de retrouver mes "grenouilles/espoirs"!!! Vous avez toutes une place spéciale dans mon coeur. Cela étant dit, dans cette édition du pince-news, je souhaite mettre à l'honneur **Léna**. Une personnalité charmante, adorable, et une nageuse appliquée. Continue de rêver et n'oublie pas de te concentrer chez les minimes! Amuse-toi bien et sache que je te surveillerai toujours du coin de l'oeil au bord de la piscine ;)

### La crevette Cadettes de Laurence

Belle fin de saison pour les cadettes, après un triomphe en championnat de Belgique cadette et une expérience pas des plus agréables mais enrichissante au Luxembourg ; le bilan est néanmoins positif pour votre saison. Nos 2002 (Hélène, Maguelonne, Julia, Agathe, Emma, Fiona) ont remplis leurs objectifs cette année et ont montré beaucoup de maturité dans le groupe ce qui a permis que chacune évolue, de bonne augure pour leur passage en juniors la saison prochaine. Nos 2003 (Isis, Eleonore et Anna) auront la lourde tâche la saison prochaine d'intégrer nos jeunes cadettes et leur montrer la voie vers le travail et la maturité :-). Une mention spéciale pour **Fiona et Emma** qui ont réussi à atteindre les points limites pour participer à la COMEN en août et nous leur souhaitons beaucoup de courage pour la préparation à venir en juillet, beaucoup reste à faire mais je suis confiante: elles nous représenteront avec panache. Une spéciale dédicace aussi à notre jeune **Thea** qui m'a étonnée tout au long de l'année par son sérieux, son travail et ses résultats en figures et également son côté « fofolle » et amusant qui donne une bonne ambiance dans l'équipe. Très bon moteur dans notre future équipe cadettes.

### Les crevettes Masters 1 de Fanny B.

Très belle année synchro avec les vétérans du club (même si certaines ont presque la moitié de mon âge). J'ai pris beaucoup de plaisir à entraîner les adultes du club et j'ai vu de nombreux progrès! Côté masters 1, il a fallu un peu de temps pour lancer la dynamique, quelques embûches lors des compétitions, mais nous sommes finalement arrivées à un super résultat au Tournoi international de Paris. Même si je suis très fière de ce que vous avez toutes accompli, je voudrais mettre à l'honneur trois filles. La première est désormais notre capitaine, élue à l'unanimité ou presque suite à la vision du film "Parfaites", j'ai nommé **Fanny** (non pas moi, l'autre, celle qui entraîne aussi les Libellules et a nagé aux tout débuts du BRASS). Merci pour ta régularité, ton entrain quel que soit les circonstances, ta connaissance parfaite du team, tes "force et honneur" pour motiver les troupes et j'en passe. La seconde est la challenger capitaine, mais aussi la meilleure DP du monde et une nageuse qui a énormément de mérite de s'accrocher alors qu'elle a commencé la synchro il y a très peu de temps: félicitation pour ta persévérance et tes progrès bien plus grands que tu ne le penses. **Christine**, on te garde dans l'équipe, tu n'as pas le choix ;-). Enfin, la troisième, est une crevette bien calme et appliquée, qui ne rale jamais (en tous cas pas devant moi), arrive toujours en retard mais répond toujours présente lorsqu'il faut performer. Merci **Sixtine**, quel plaisir de t'entraîner. Je voulais enfin, dire un grand au revoir à **Roxana**, qui nous suit depuis longtemps déjà et quitte la Belgique cette année. Je suis super contente d'avoir pu te faire découvrir et aimer la synchro. Passe nous dire bonjour quand tu veux!

### Les crevettes Juniors de Laurence

Comme chaque année, c'est le moment du changement de catégorie avec le stress de l'inconnu pour les nageuses et la nostalgie des années passées pour les entraîneurs (sniff). Cette année ce sera au tour de Sophie, Talya et Evelina de passer la barre de la majorité et d'arrêter ce beau sport qui leur a pris tant de temps et apporter tant de joies ou de passer dans l'équipe seniors. Je voudrais vous remercier, **Talya et Sophie**, pour toutes ces années passées, pour la motivation et le temps que vous avez consacré à chercher à toujours vous améliorer et pour les grandes émotions que vous nous avez données (en commençant par les championnats de Belgique minimes jusqu'à la COMEN). Vous inspirez beaucoup de nos plus jeunes nageuses et vous avez été une vitrine exemplaire pour le BRASS. Je suis fière de ce que vous êtes devenues et je vous souhaite de réaliser tous vos rêves dans l'avenir, sachant que vous avez contribué à la réalisation de certains des miens ;-). Je pense que d'une manière ou d'une autre vous resterez en contact avec le club et j'en suis ravie.

### Les crevettes Libellules de Fanny V.

Ca y est, déjà un an de synchro dans les pattes, et quelle évolution! En cette fin d'année, je n'ai pas une mais plusieurs crevettes à mettre en avant. Verdict..... mes crevettes sont ..... **Charlotte, Eva, Giulia, Elizan et Klara!** Félicitations les filles pour votre première compétition. Vous avez osé vous confronter à des filles plus expérimentées que vous, quel challenge ! Vous pouvez être fières de vous et de vos progrès ! À l'année prochaine !

### La crevette Masters 2 de Fanny B.

Côté masters 2, l'année n'a pas été évidente pour consolider une équipe. Néanmoins, nous y sommes arrivées! Et un team de 4 nageuses prendra part à ce gala de fin de saison! Bravo pour votre persévérance... Je suis sûre que nous y arriverons l'an prochain et que vous parviendrez à raccrocher le train des masters 1. Je voudrais néanmoins souligner les progrès d'une nageuse discrète, pas assez régulière mais qui au final, même si elle a l'impression du contraire, progresse bien. Il s'agit de **Lucie!** Un seul conseil pour la suite: être plus sûre de ce que tu sais faire et te bousculer un peu en chorégraphie pour suivre le rythme. La saison 17-18 sera celle du grand déclin synchro!

### Les crevettes Libellules de Sarah

Je voudrais mettre à l'honneur 3 de mes nageuses. Elles sont toutes les 3 très motivées et toujours là aux entraînements. Ce sont les seules de l'équipe qui arrivent en COURANT même quand elles n'ont que 5 minutes de retard. Il s'agit de **Samantha, Nefeli et Carlotta**. Samantha, merci d'être toujours prête à aider les autres et pour ta bonne humeur pendant les entraînements. Nefeli et Carlotta, vous avez toutes les 2 très bien progressé pendant l'année ! Carlotta, dommage que tu partes l'année prochaine. Je te souhaite plein de chouettes entraînements, compétitions, progression, etc. dans ton nouveau club en Espagne :-). Finalement, je voudrais toutes vous remercier pour la chouette année qu'on a eu ensemble. Ce fût un grand plaisir de vous entraîner, et nous continuerons sur la même voie dans le futur !

### La crevette Libellules de Nirina

Ma crevette du mois a fait d'énormes progrès cette année. Elle est présente à quasiment tous les entraînements et ça paie ! Elle a réussi de très belles performances en team et figures lors des compétitions de la saison. Elle est travailleuse, pas trop bavarde et c'est aussi l'aînée du groupe des libellules 3. Et oui, il s'agit de **Lisa** ! Bravo pour ton travail et ta motivation ! J'ai pu remarquer une très nette amélioration dans tes figures et en team ! Continue sur cette voie pour l'année prochaine !

### La crevette Libellules d'Anouk

C'est le moment de la grande crevette!!! Cette année, j'ai mis à l'honneur une fille qu'on n'entend pas souvent dans le groupe. Elle est discrète et pas très bavarde mais me connaît pourtant depuis 2 ans maintenant. Je veux la féliciter premièrement pour ses efforts à se corriger quand on le lui demande. Et deuxièmement, pour les chouettes moments en sa compagnie en cette fin d'année car elle s'est ouverte aux autres et ça m'a permis de découvrir un peu plus sa personnalité. Alors ? Certaines ont-elles reconnu qui pouvait être cette crevette ? :-). Je félicite donc **Anna** pour cette belle fin d'année dans l'équipe! Je tiens notamment à remercier le(s) participant(es) du Trophée de la Louve qui se sont donné(e) à fond pour cette compétition. Profitez bien de vos vacances!!!

