

LA FEDERATION FRANCAISE DE NATATION PRESENTE

MONTREUIL  
OPEN

MAKE UP FOR EVER

NATATION SYNCHRONISEE

26 AU 28 JANVIER 2012

[www.openmakeupforever.fr](http://www.openmakeupforever.fr)

DOSSIER DE PRESSE



ile de France



Direct Matin

L'EQUIPE.FR  
Partageons le sport.

MAKE UP FOR EVER  
PROFESSIONAL PARIS

# UN SPECTACLE A NE PAS MANQUER !

## *A SIX MOIS DES JEUX OLYMPIQUES DE LONDRES 2012*

A presque six mois des Jeux Olympiques de Londres 2012, la ville de Montreuil accueillera le deuxième Open « MAKE UP FOR EVER » de Natation Synchronisée du Jeudi 26 au Samedi 28 janvier.

Cet événement international s'inscrit parmi les rendez-vous incontournables de la discipline avec 7 épreuves disputées, plus de 150 nageuses engagées et déjà 2 000 spectateurs attendus. A ce jour, 20 nations seront représentées dont les plus grandes telle que la Russie, la Chine et le Japon, l'occasion pour l'élite internationale de procéder aux derniers ajustements avant le Tournoi de Qualification Olympique, du 18 au 22 avril 2012 à Londres. Un plateau exceptionnel que devra affronter l'Equipe de France classée 8e aux derniers Championnats du Monde à Shanghai (juillet 2011).

Pour confirmer sa progression vers le classement des cinq meilleures nations mondiales, l'Equipe de France devra séduire et performer sur deux épreuves d'équipe et une épreuve de duo. Les françaises feront l'objet de tous les regards et dévoileront à leur public les ajustements de leurs ballets d'équipe ainsi que le tout nouveau duo libre. C'est donc en exclusivité que vous pourrez découvrir la nouvelle chorégraphie du duo libre qui sera potentiellement présentée lors des Jeux Olympiques de Londres (août 2012) au même titre que les ballets d'équipe, sous réserve de qualification.

Par ailleurs, cet Open aura le plaisir de recevoir comme invitée exceptionnelle l'athlète mondialement connue Virginie Dedieu, triple championne du Monde de la discipline en 2003, 2005 et 2007.

*Venez nombreux participer au succès de l'Open « MAKE UP FOR EVER » 2012 et encourager l'Equipe de France à quelques mois seulement des Jeux Olympiques !*

### SOMMAIRE

Les infos utiles	p 2
Le formulaire d'accréditation media	p 3
Le programme	p 4
Les engagements des 20 nations représentées	p 5
La Délégation Française	p 6
Les engagements de l'Equipe de France	p 7
Les résultats de l'Open « MAKE UP FOR EVER » 2011	p 8
Les palmarès de l'Equipe de France	p 9 à 19
A la découverte de la Natation Synchronisée	p 20 à 23
Les Partenaires	p 24

## Adresse de la piscine :

Piscine Maurice Thorez

21 rue du Colonel Raynal, 93100 Montreuil

Tél. : 01.48.51.14.90

Métro : ligne 9, arrêt Croix de Chavaux

## Horaires :

Les tickets réservés seront à retirer sur le site de la compétition. Ils donnent accès à la piscine de l'ouverture des portes à leur fermeture (8h30–20h00) et permettent exceptionnellement d'assister à l'ensemble des entraînements depuis les tribunes, en plus des épreuves de compétition.

## Billetterie :

La billetterie est organisée par la SAOS Nat'Event Organisation.

Tarifs Billetterie :

- 12€ le Jeudi 26 janvier
- 16€ le Vendredi 27 janvier
- 20€ le Samedi 28 janvier \*
- Gratuit pour les moins de 7 ans
- Offre spéciale pour les Montreuillois, 5€ (disponible dès le Lundi 2 janvier à la piscine Maurice Thorez)

*\*Complet le samedi 28 janvier*

## Vidéos :

Les vidéos de toutes les épreuves de l'OPEN « MAKE UP FOR EVER 2011 » sont disponibles gratuitement sur le site internet de LORENZI TV, partenaire de la FFN :

[www.lorenzitv.com](http://www.lorenzitv.com)

## DEMANDE ACCREDITATIONS, INTERVIEWS ET REPORTAGES :

Contactez la Responsable du Service Presse de la Fédération Française de Natation :

Marie-Christine Ucciani

Tél. : 01.41.83.87.55

Port. : 06.89.18.85.79

Email : [comm@ffnatation.fr](mailto:comm@ffnatation.fr)

+ d'infos sur :

[www.openmakeupforever.fr](http://www.openmakeupforever.fr)

[www.ffnatation.fr](http://www.ffnatation.fr)

# Formulaire accréditation media

## Open MAKE UP FOR EVER de Natation Synchronisée

Montreuil, du 26 au 28 janvier 2012

(à retourner au plus tard, le **Lundi 23 janvier** au service de presse de la  
Fédération Française de Natation)

Media : .....

Adresse : .....

Type media : .....

Nom : .....

Prénom : .....

Tél. : ..... Port. : .....

Email : .....

Fonction : .....

N° carte de presse (obligatoire) :

.....

Date d'arrivée : .....

Date de départ : .....

Place en tribune de presse :

OUI ou NON

**Contact Service presse de la Fédération Française de Natation :**

**Marie-Christine Ucciani**

**Tél. : 01.41.83.87.55 ou 06.89.18.85.79**

**Email : comm@ffnatation.fr**

**Fax : 01.41.83.87.69**



# Le programme\*

\* ATTENTION : le programme de la compétition est susceptible de changer

## **Jeudi 26 janvier 2012**

10h00 : DUOS TECHNIQUES (finale)

16h00 : DUOS LIBRES (éliminatoires)

18h30 : COMBINES LIBRES (finale)

## **Vendredi 27 janvier 2012**

10h00 : SOLOS TECHNIQUES (finale)

15h00 : SOLOS LIBRES (finale)

19h30 : DUOS LIBRES (finale)

## **Samedi 28 janvier 2012**

11h00 : EQUIPES TECHNIQUES (finale)

16h00 : EQUIPES LIBRES (finale)

# Les engagements des 20 Nations\*

\* ATTENTION : les engagements sont susceptibles de changer

Tous les pays sont représentés par les équipes nationales sauf la Chine (équipe de Pékin) et la Russie (Moscou)

PAYS	Solo	Solo	Duo	Duo	Equipe	Equipe	Combiné
	Technique	Libre	Technique	Libre	Technique	Libre	
ALLEMAGNE	2	2	1	1			
ARGENTINE	1	1	1	1			
BELGIQUE					1	1	
BIELORUSSIE			1	1			
BULGARIE			1	1			
CHINE	1		1	2	1	1	1
FINLANDE	2	2	1	1	1	1	1
FRANCE				1	1	1	
HONGRIE			1	1			
ISRAEL			1	1			
JAPON			1	1	1	1	
MEXIQUE			1	1			
MONACO	1		1				
PAYS-BAS			1	1			
RUSSIE	2	2					
SINGAPOUR			1	1			
SUEDE	2	2	1	1			
SUISSE		1	1	2			
REPUBLIQUE TCHEQUE			1				
VENEZUELA	1	1	1	1			

# La Délégation Française

## Nageuses engagées dans la compétition :

### Duo :

Sara LABROUSSE, *Hyères Natation Synchronisée*

Chloé WILLHELM, *Dauphins de Firminy*

### Equipe :

Marie ANNEQUIN, *Aqua Synchro Lyon*

Laura AUJE, *Pays d'Aix Natation*

Maëva CHARBONNIER, *Aqua Synchro Lyon*

Margaux CHRETIEN, *Angers Natation Synchronisée*

Charlotte FRACKOWIAK, *Pays d'Aix Natation*

Chloé KAUTZMANN, *Ballet Nautique Strasbourg*

Maïté MEJEAN, *Pays d'Aix Natation*

Lauriane PONTAT, *Hyères N.S*

## Adjointe au Directeur Technique National en charge de la Natation Synchronisée :

Corinne RIBAUT

### Chef d'Equipe :

Odile PETIT

### Entraîneurs de l'Equipe de France A:

Anne CAPRON

Julie FABRE

Charlotte MASSARDIER

Pascale MEYET

# Les engagements de l'Equipe de France

## L'Equipe de France à l'Open « MAKE UP FOR EVER » :

Cet Open constitue une étape majeure avant le rendez-vous de la qualification olympique du 18 au 22 avril 2012 à Londres. Tout a été ainsi programmé pour marquer les esprits des juges et du public autant d'un point de vue technique qu'artistique. La France devra témoigner une fois encore de son dynamisme et poursuivre sa progression. Nos tricolores s'apprêtent ainsi à rayonner de manière très démonstrative avec l'enthousiasme de leur jeunesse (moyenne d'âge de 20 ans).

## L'Equipe Technique :

**Thème :** Mickael Jackson, chorégraphie revisitée depuis les Mondiaux 2011 à Shanghai

**Musiques :** « Billy Jean », « Jam », « Smooth Criminal », « Thriller », « Wanna start something », de Mickael Jackson

**Entraîneurs principaux :** Anne Capron, Charlotte Massardier et Pascale Meyet

**Objectifs :** Conserver un grand dynamisme pour mettre en valeur les éléments techniques imposés par le règlement. La stabilité de la musique est un gage de synchronisation pouvant permettre de valider le potentiel technique de l'équipe, et de confirmer leur progression (9e aux Mondiaux de Rome 2009 et 8e aux Mondiaux de Shanghai 2011).

## L'Equipe libre :

**Thème :** Le Vent, chorégraphie revisitée depuis les Mondiaux 2011 à Shanghai

**Musiques :** The door's concerto « People of change » de Kennedy et Coleman, Original Creation de Jean Michel Collet et Marie Boine

**Entraîneurs principaux :** Anne Capron, Charlotte Massardier et Pascale Meyet

**Objectif :** Amener une gestuelle différente qui permette d'augmenter le niveau de difficulté reconnu et pouvant faire appel à des images et des références symboliques. Procurer des émotions sans oublier de répondre aux critères de jugement et de performance.

## Le Duo Libre :

**Thème :** Cygne noir et cygne blanc, nouvelle chorégraphie encore jamais présentée sur la scène nationale et internationale

**Musiques :** « Broken sorrow » et « Thunder » de Nuttin' but strings et « Le lac des cygnes » de Tchaïkovsky (composition des musiques par Jean-Michel Collet)

**Entraîneurs principaux :** Julie Fabre et Pascale Meyet

**Duettistes :** Sara Labrousse et Chloé Willhelm

**Objectifs :** L'objectif majeur de ce duo est de se qualifier aux JO de Londres 2012 et par la suite de figurer parmi les huit premières nations mondiales. Ces duettistes aux gabarits longilignes remarquées sur la scène internationale cumulent des atouts prédominants dans cette épreuve : la similarité, l'énergie, la synchronisation et la qualité de hauteur. Il s'agit donc de démontrer une réelle aisance physique lors de cette chorégraphie pour que le duo soit identifié dans une catégorie de performance pouvant dépasser le score symbolique de 9.

# Résultats de l'Open « MAKE UP FOR EVER » 2011

## SOLO TECHNIQUE :

- 1—HUANG Xue Chen CHINE 91.3917
- 2—SUN Wen Yan (CHINE 91.3816
- 3—ADACHI Yumi JAPON 90.4067

## DUO TECHNIQUE :

- 1—LIU Ou et LIU Xi CHINE 92.7400
- 2—INUI Yukiko et KOBAYASHI Chisa JAPON 90.7300
- 3—LABROUSSE Sara et WILLHELM Chloé FRANCE 86.4100

## EQUIPE TECHNIQUE :

- 1—RUSSIE 94.0500
- 2—CHINE 92.9240
- 3—FRANCE 85.5800

## COMBINE :

- 1—CHINE 95.4000
- 2—JAPON 92.9800
- 3—BIELORUSSIE 83.3800

## SOLO LIBRE :

- 1—HUANG Xue Chen (90) CHINE 93.2300
- 2—SUN Wen Yan (89) CHINE 91.6100
- 3—ADACHI Yumi (89) JAPON 91.3800

## DUO LIBRE :

- 1—LIU Ou (86) et LIU Xi (87) CHINE 93.7000
- 2—INUI Yukiko (90) et KOBAYASHI Chisa (87) JAPON 91.6400
- 3—LABROUSSE Sara (88) et WILLHELM Chloé (89) FRANCE 88.0300

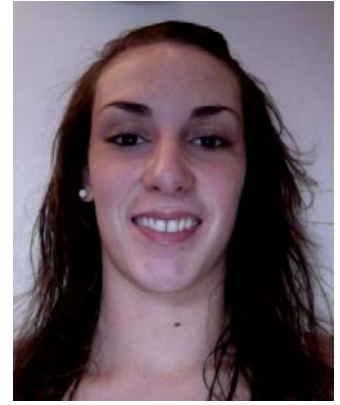
## EQUIPE LIBRE :

- 1—CHINE 95.4100
- 2—JAPON 92.5500
- 3—FRANCE 86.6200

Retrouvez tous les détails des résultats  
sur le site de MAKE UP FOR EVER :

[www.openmakeupforever.fr](http://www.openmakeupforever.fr)

# Marie Annequin



Championnats du Monde Junior en 2010 à Indianapolis:  
9e en équipe

Championnats d'Europe Junior en 2010 à Tempere : 6e  
en équipe

Double vice-championne de France 2010 Junior en  
équipe et en combiné

Double vice-championne de France 2009 Junior en  
équipe et en combiné

Vice-championne de France 2008 Junior en équipe et 4e  
en duo

## Parcours :

Club : Aqua Synchro Lyon

Née le : 19 février 1992 à Lyon

Taille : 1,77 m Poids : 64 kg

Entraîneurs Pôle France Sénior :  
Anne Capron, Julie Fabre,  
Charlotte Massardier et Pascale  
Meyet

Entraîneur club :  
Géraldine Georges

Particularités : Sa motivation et  
sa positivité

Ambition sportive majeure :  
Participer aux Jeux Olympiques

## Infos+ :

Marie suit des études de  
remise à niveau en arts  
appliqués par correspondance.  
Elle a débuté la discipline à  
l'âge de 11 ans au club de  
Chassieu Natation.

Ce qu'elle aime dans ce sport :  
l'esprit d'équipe, la compétition,  
le fait de pouvoir s'exprimer à  
travers un programme et une  
musique, ainsi que les émotions  
procurées.

## Palmarès :

**2008** Chpts de France Juniors,  
Vice championne de France en  
équipe et 4e en duo

**2009** Chpts de France Juniors,  
Double vice-championne de  
France en équipe et en combiné  
**Chpts d'Europe Juniors,**  
6e en équipe

**2010** Chpts de France Juniors,  
Double vice-championne de  
France en équipe et en combiné,  
4e en duo  
**Chpts d'Europe Juniors,**  
6e en équipe  
**Chpts du Monde Juniors,**  
9e en équipe

## Laura Augé



Championnats du Monde Sénior 2011 à Shanghai : 8e en équipe  
 Open « MAKE UP FOR EVER » 2011 : Médaillée de bronze en équipe  
 Championnats du Monde Junior en 2010 : 9e en équipe  
 Championnats du Monde 2008 Junior : 11e en équipe  
 Championnats d'Europe 2010 Junior : 6e en équipe  
 Championnats d'Europe 2008 Junior : 6e en équipe

Triple championne de France Junior 2010 en équipe, duo et en combiné  
 Championne de France Junior 2007 et 2008 en équipe  
 Championne de France Minime 2005, 2006 et 2007 en équipe

### Parcours :

**Club :** Pays d'Aix Natation

**Née le :** 17 janvier 1992 à Marseille

**Taille :** 1,75 m    **Poids :** 60 kg

**Entraîneurs Pôle France Sénior :**  
 Anne Capron, Julie Fabre,  
 Charlotte Massardier et Pascale Meyet

**Entraîneur club :**  
 Myriam Lignot

**Particularités :** sa hauteur au-dessus de l'eau et son caractère de compétitrice

**Ambitions sportives majeures :**  
 Participer aux Jeux Olympiques et rentrer dans le classement des 5 meilleures nations mondiales en équipe

### Infos+ :

Laura est étudiante en STAPS préparation kinésithérapeute. Elle a commencé la discipline à l'âge de 7 ans à Aix en Provence Natation et avec Ludivine Munschy comme entraîneur. Ce qu'elle aime dans ce sport : les compétitions et l'esprit d'équipe.

### Palmarès :

**2005** Chpts de France N1 Minimes,  
 Championne de France en équipe

**2006** Chpts de France N1 Minimes,  
 Championne de France en équipe et médaillée de bronze en duo  
**Comen Cup, Séville (ESP),**  
 Double médaillée de bronze en équipe et en combiné

**2007** Chpts de France N1 Minimes,  
 Championne de France en équipe, double Vice-Championne de France en solo et en duo  
**Chpts de France N1 Juniors,**  
 Championne de France en équipe  
**Comen Cup, Genève (SUI),**  
 4e en équipe, 4e en solo et 4e en duo

**2008** Chpts de France Juniors,  
 Championne de France en équipe  
**Chpts d'Europe Juniors,**  
 6e en équipe  
**Chpts du Monde Juniors,**  
 11e en équipe

**2010** Chpts de France Juniors,  
 Triple Championne de France en duo, en équipe et en combiné, 4e en solo  
**Chpts d'Europe Juniors,**  
 6e en duo (remplaçante) et en équipe  
**Chpts du Monde Juniors,**  
 6e en duo (remplaçante) et 9e en équipe

**2011** Chpts du Monde Sénior, Shanghai  
 8e en équipe  
**Open « MAKE UP FOR EVER,**  
 Médaillée de bronze en équipe

## Maëva Charbonnier



Championnats du Monde Sénior 2011 à Shanghai : 8e en équipe

Open « MAKE UP FOR EVER » 2011 : Médaille de bronze en équipe

Championnats du Monde 2008 Junior : 11e en équipe

Championnats d'Europe 2010 Sénior : 5e en équipe

Championnats d'Europe 2009 Junior : 6e en équipe

Championnats d'Europe 2008 Junior : 6e en équipe

Double vice-championne de France Junior 2009 en équipe et en combiné

Vice-championne de France Junior 2008 en équipe

Vice-championne de France N2 Sénior 2007 en équipe

Double championne de France N3 Junior 2007 en équipe et en duo

### Parcours :

**Club :** Aqua Synchro Lyon

**Née le :** 26 décembre 1991 à Vichy

**Taille :** 1,70 m    **Poids :** 62 kg

**Entraîneurs Pôle France Senior :**

Anne Capron, Julie Fabre, Charlotte Massardier, Pascale Meyet

**Entraîneur club :**

Géraldine Georges

**Particularités :** Sa souplesse et son positivisme

**Son ambition sportive majeure :**

Participer aux Jeux Olympiques

### Infos+ :

Maëva est étudiante en première année d'école de Kinésithérapie.

Elle a commencé la discipline à l'âge de 9 ans au club de Riom et avec Séverine Raynaud comme entraîneur.

Ce qu'elle aime dans ce sport c'est son côté artistique.

### Palmarès :

**2007** Chpts de France N3 Juniors, Double Championne de France en équipe et en duo

**Chpts de France N1 Juniors,** 4e en équipe

**Chpts de France N2 Séniors,** Vice-championne de France en équipe

**Chpts de France N1 Séniors,** 5e en équipe

**2008** Chpts de France Juniors, Vice-Championne de France en équipe et 4e en duo

**Chpts d'Europe Juniors,** 6e en équipe

**Chpts du Monde Juniors,** 11e en équipe

**2009** Chpts de France Juniors, Double Vice-championne de France en équipe et en combiné, médaillée de bronze en duo

**Chpts d'Europe Juniors,** 6e en équipe

**2010** Chpts d'Europe Séniors, Budapest (HUN) 5e en équipe

**2011** Chpts du Monde Sénior, Shanghai 8e en équipe

**Open « MAKE UP FOR EVER »,** Médaille de bronze en équipe



## Margaux Chrétien



Championnats du Monde Sénior 2011 à Shanghai : 8e en équipe  
 Open « MAKE UP FOR EVER » 2011 : Médaillée de bronze en équipe  
 Championnats du Monde Junior 2010 : 6e en duo, 9e en solo et en équipe  
 Championnats d'Europe Junior 2010 : 6e en solo, en duo et en équipe  
 Championnats d'Europe Junior 2009 : 6e en équipe

Championne de France Junior 2010 en solo, vice-championne de France en duo et double médaillée de bronze en équipe et en combiné

### Parcours :

**Club :** Angers Nat Synchro

**Née le :** 11 décembre 1992 à Angers

**Taille :** 1,72 m    **Poids :** 65 kg

**Entraîneurs Pôle France Senior :**  
 Anne Capron, Julie Fabre, Charlotte Massardier et Pascale Meyet

**Entraîneur club :**  
 Mélanie Roselet, Catherine Charles

**Particularité :** souriante

**Ses ambitions sportives majeures :** Participer aux Jeux Olympiques, se rapprocher des podiums aux Championnats d'Europe et de la 5e place aux Championnats du Monde

### Infos+ :

Margaux est étudiante en première année Sportcom (journalisme et communication). Elle a commencé la discipline à l'âge de 8 ans au club d'Angers Nat Synchro avec Catherine Charles comme entraîneur. Ce qu'elle aime dans ce sport : sa dimension artistique (créer une belle chorégraphie) et être dans l'eau

### Palmarès :

**2007 Chpts de France Minimes,**  
 Championne de France en solo  
**Comen Cup,**  
 4e en duo et en équipe

**2008 Chpts de France Juniors,**  
 Vice-championne de France en duo, médaillé de bronze en équipe et en solo  
**Chpts de France Séniors,**  
 Championne de France en duo, Vice-championne de France en équipe et médaillée de bronze en solo

**2009 Chpts de France Juniors,**  
 Championne de France en solo, Vice-championne de France en duo et médaillée de bronze en équipe  
**Chpts d'Europe Juniors,**  
 6e en duo (remplaçante) et en équipe

**2010 Chpts de France Juniors,**  
 Championne de France en solo, Vice-championne de France en duo, double médaillée de bronze en équipe et en combiné  
**Chpts d'Europe Juniors,**  
 6e en solo, duo et équipe  
**Chpts du Monde Juniors,**  
 6e en duo, 9e en solo et en équipe

**2011 Chpts du Monde Sénior, Shanghai**  
 8e en équipe  
**Open « MAKE UP FOR EVER »**  
 Médaillée de bronze en équipe



## Charlotte Frackowiak



Championnats du Monde Sénior 2011 à Shanghai : 8e en équipe  
 Open « MAKE UP FOR EVER » 2011 : Médaillée de bronze en équipe  
 Championnats du Monde 2010 Junior : 9e en équipe  
 Championnats du Monde 2008 Junior : 11e en équipe  
 Championnats d'Europe 2010 Junior : 6e en équipe  
 Championnats d'Europe 2009 Junior : 6e en équipe

Double championne de France 2010 Junior en duo et en combiné, médaillée de bronze en solo  
 Triple championne de France 2009 Junior en duo, équipe et combiné  
 Double championne de France 2008 Junior en équipe et en combiné

### Parcours :

Club : Pays d'Aix Natation

Née le : 7 avril 1992 à Compiègne

Taille : 1,70 m Poids : 66 kg

Entraîneurs Pôle France Sénior: Anne Capron, Julie Fabre, Charlotte Massardier et Pascale Meyet

Entraîneur club : Myriam Lignot

Particularités : travailleuse, sérieuse et créative

Son ambition sportive majeure : nager pour la qualification olympique 2012

### Infos+ :

Charlotte est étudiante en BTS Communication.  
 Elle a commencé la discipline à l'âge de 8 ans au club de Compiègne avec Jean-François Etryhard comme entraîneur.  
 Ce qu'elle aime dans ce sport : la créativité et la diversité (besoin d'acquis en danse, acrosport, natation etc.)

### Palmarès :

- 2005** Chpts de France N2 minimes, Médaillée de bronze en duo
- 2006** Comen Cup, Séville (ESP), Double médaillée de bronze en équipe et en combiné
- 2007** Chpts de France N1 minimes, Médaillée de bronze en solo  
Comen Cup, Genève (SUI), 4e en équipe et 4e en combiné
- 2008** Chpts de France Juniors, Andorre, Double championne de France en équipe et en combiné  
Chpts d'Europe Juniors, Angers, 6e en équipe  
Chpts du Monde Juniors, Saint-Pétersbourg, 11e en équipe
- 2009** Chpts de France Juniors, Paris, Triple championne de France en duo, en équipe et en combiné, 5e en solo  
Chpts d'Europe Juniors, Gloucester, 6e en équipe
- 2010** Chpts de France Juniors, Lyon, Triple championne de France en combiné, équipe et duo et médaillée de bronze en solo  
Chpts d'Europe Juniors, Tampere, 6e en équipe  
Chpts du Monde Juniors, Indianapolis, 9e en équipe
- 2011** Chpts du Monde Sénior, Shanghai, 8e en équipe  
Open « MAKE UP FOR EVER » Médaillée de bronze en équipe

## Chloé Kautzmann

Championnats du Monde Sénior 2011 à Shanghai : 8e en équipe  
 Open « MAKE UP FOR EVER » 2011 : Médaillée de bronze en équipe  
 Championnats du Monde 2008 : 10e en duo et 11e en équipe  
 Championnats du Monde 2010 : 8e en équipe  
 Championnats d'Europe 2010 : 5e en équipe  
 Championnats d'Europe 2009 Junior : 6e en équipe et en duo  
 Championnats d'Europe 2008 Junior : 6e en équipe et en duo



Médaillée de bronze aux championnats de France 2009 Junior en solo

### Parcours :

**Club :** Ballet Nautique de Strasbourg

**Née le :** 12 septembre 1991 à Strasbourg

**Taille :** 1,62 m **Poids :** 54 kg

**Entraîneurs Pôle France Sénior:**  
 Anne Capron, Julie Fabre,  
 Charlotte Massardier, Pascale Meyet

**Entraîneur club :**  
 Maud Lardon

**Particularité :** voltigeuse sur les portés

**Son ambition sportive majeure:**  
 participer aux Jeux Olympiques en équipe

### Infos+ :

Chloé est étudiante en deuxième année GEA par correspondance.

Elle a commencé la discipline à l'âge de 7 ans au club de Ballet Nautique Strasbourg avec Anne Froesh comme entraîneur.

Ce qu'elle aime dans ce sport : sa diversité (acquis de danse, d'accrosport, de natation etc.), partager les chorégraphies, nager pour le public. Elle utilise les chorégraphies pour s'exprimer et se dépasser et a toujours de nouveaux objectifs.

### Palmarès :

**2005 Comen Cup, Athènes (GRE),**  
 4e en équipe et 4e en combiné

**2006 Chpts de France N1 minimes,**  
 Vice-Championne de France en solo  
**Comen Cup, Séville (ESP),**  
 Double médaillée de bronze en équipe et en combiné

**2007 Chpts de France N1 juniors, Toulouse,**  
 Médaillée de bronze en duo  
**Chpts d'Europe juniors, Calella (ESP),**  
 6e en équipe

**2008 Chpts de France juniors, Andorre,**  
 Vice-championne de France en solo,  
 médaillée de bronze en duo et 6e en équipe  
**Chpts d'Europe juniors, Angers,**  
 6e en équipe et en duo  
**Chpts du Monde, Saint-Pétersbourg,**  
 10e en duo et 11e en équipe

**2009 Chpts de France juniors, Paris,**  
 6e en équipe  
**Chpts d'Europe juniors, Gloucester (GBR),**  
 6e en équipe et 6e en duo

**2010 Open des Pays-Bas Séniors, Amsterdam,**  
 1ere en équipe  
**Open d'Allemagne Séniors, Bonn,**  
 Médaillée de bronze en équipe  
**Open du Japon Séniors, Tokyo,**  
 5e en équipe  
**Chpts d'Europe, Budapest (HUN)**  
 5e en équipe

**2011 Chpts du Monde Séniors, Shanghai,**  
 8e en équipe  
**Open « MAKE UP FOR EVER »,**  
 Médaillée de bronze en équipe

## Sara Labrousse

Championnats du Monde Sénior 2011 à Shanghai : 9e en duo libre, 8e en duo technique et en équipe  
 Open « MAKE UP FOR EVER » 2011 : Médaillée de bronze en équipe et en duo  
 Championnats du Monde 2009 à Rome : 7e en équipe  
 Championnats du Monde 2007 à Melbourne : 6e en combiné  
 Championnats du Monde 2006 Junior : 8e en combiné et 10e en équipe  
 Championnats d'Europe 2010 : 5e en équipe  
 Championnats d'Europe 2008 : 5e en équipe  
 Championne de France 2008 en solo



### Parcours :

**Club :** Hyères Natation Synchronisée

**Née le :** 15 avril 1988 à Lyon

**Taille :** 1,75 m    **Poids :** 59 kg

### Entraîneurs Pôle France Sénior

Anne Capron, Julie Fabre, Charlotte Massardier et Pascale Meyet

### Entraîneur club :

Marie Caranta

**Particularité :** C'est sa 7e année en tant que membre du collectif Pôle France à l'INSEP. Elle est motivée, battante et dispose de grandes qualités artistiques.

### Ses ambitions sportives

**majeures :** Participer aux Jeux Olympiques 2012 à Londres en duo et tenter une qualification olympique en équipe

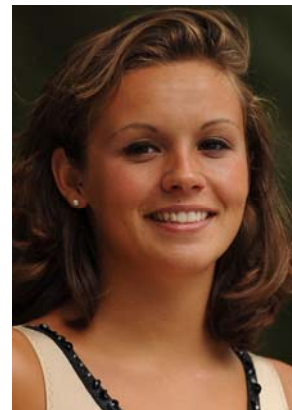
### Infos+ :

Sara est étudiante en Master d'Océanie et Environnements Marins.  
 Elle a commencé la discipline à l'âge de 9 ans au club de Cercle des Nageurs d'Antibes avec Vanessa Perez comme entraîneur.  
 Ce qu'elle aime de ce sport : sa dimension artistique, l'interprétation, le dépassement de soi et vivre des instants forts en équipe

### Palmarès :

- 2004** Chpts de France juniors  
11e du solo et 5e par équipe
- 2005** Chpts de France juniors,  
11e du solo et 5e par équipe
- 2006** Chpts de France juniors, 5e du solo  
Chpts de France, 4e du solo  
Chpts d'Europe juniors, Allemagne, 6e en équipe  
Chpts du Monde juniors, Chine, 8e en équipe
- 2007** Chpts du Monde, Melbourne (AUS),  
6e en combiné, 11e en équipe
- 2008** Chpts d'Europe, Eindhoven (NED)  
5e en équipe et en combiné  
Chpts de France Hiver, Aix en Provence  
championne de France en solo  
Chpts de France, Tours,  
Vice-championne de France en solo
- 2009** Chpts du Monde Rome (ITA),  
7e en équipe
- 2010** Open des Pays-Bas Séniors,  
Amsterdam, 1ere en équipe  
Open d'Allemagne Séniors, Bonn,  
Médaillée de bronze en équipe  
Open du Japon Séniors, Tokyo,  
5e en équipe  
Chpts d'Europe Budapest (HUN),  
5e en équipe
- 2011** Chpts du Monde Séniors, Shanghai  
9e en duo libre, 8e en duo technique et en équipe  
Open « MAKE UP FOR EVER »,  
Médaillée de bronze en équipe et en duo

# Maité Méjean



Championnats du Monde Sénior 2011 à Shanghai : 8e en équipe

Open « MAKE UP FOR EVER » : Médaillée de bronze en équipe

Championnats du Monde 2008 Junior : 10e en duo, 11e en équipe et en solo

Championnats d'Europe 2010 : 5e en équipe

Championnats d'Europe 2009 Junior : 6e en duo, en solo et en équipe

Championnats d'Europe 2008 Junior : 6e en équipe et en duo

Triple championne de France Junior 2009 en équipe, en combiné et en duo, vice-championne de France en solo

Triple championne de France Junior 2008 en équipe, en duo et en solo

Championne de France N1 Sénior 2007 en équipe

## Parcours :

**Club :** Pays d'Aix Natation

**Née le :** 13 avril 1991 à Montpellier

**Taille :** 1,65 m **Poids :** 55 kg

**Entraîneurs Pôle France Sénior**

Anne Capron, Julie Fabre, Charlotte Massardier, Pascale Meyet

**Entraîneur club :** Myriam Lignot

**Particularité :** sa bonne humeur

**Son ambition sportive majeure :** participer aux Jeux Olympiques

## Infos+ :

Maité est étudiante en BTS Communication. Elle a commencé la discipline à l'âge de 9 ans au club de Châteauneuf de gadagne avec Françoise Potel comme entraîneur.

## Palmarès :

**2006** Chpts de France N1 minimes, Triple championne de France en équipe, en duo et en solo

**Chpts de France N1 juniors**, Vice-championne de France en équipe et médaillée de bronze en duo

**Comen Cup**, Séville (ESP), Double médaillée de bronze en équipe et en solo, 4e en duo

**2007** Chpts de France N1 juniors, Double championne de France en équipe et en duo, médaillée de bronze en solo

**Chpts de France N1 seniors**, Championne de France en équipe, Vice-championne de France en duo et médaillée de bronze en solo

**Chpts d'Europe juniors**, Calella (ESP), 6e en équipe et en duo

**2008** Chpts de France juniors, Triple Championne de France en équipe, en duo et en solo

**Chpts d'Europe juniors**, 6e en équipe, duo et solo

**Chpts du Monde juniors**, 10e en duo, 11e en équipe et en solo

**2009** Chpts de France juniors, Triple championne de France en duo, équipe et combiné, Vice-championne de France en solo

**Chpts d'Europe juniors**, 6e en solo, en duo, et en équipe

**2010** Chpts d'Europe Séniors Budapest (HUN), 5e en équipe

**2011** Chpts du Monde Sénior, Shanghai 8e en équipe

**Open « MAKE UP FOR EVER »**

Médaillée de bronze en équipe



# Lauriane Pontat



Championnats du Monde Junior 2010 : 9e en équipe

Championnats d'Europe Junior 2010 : 6e en équipe

Championnats de France Elite 2011 : Double championne de France en combiné et en duo, vice-championne de France en solo

Championnats de France National 2009 : Douche championne de France en solo et en duo

## Parcours :

**Club :** Hyères Natation Synchronisée

**Née le :** 13 octobre 1992

**Taille :** 1,68 m **Poids :** 52 kg

**Entraîneurs Pôle France Sénior**

Anne Capron, Julie Fabre, Charlotte Massardier, Pascale Meyet

**Entraîneur club :**  
Marie Caranta

**Particularité :** sa souplesse et son envie d'y arriver

**Son ambition sportive majeure :** faire partie du collectif et du ballet

## Infos+ :

Lauriane est étudiante en Staps option kinésithérapie. Elle a commencé la discipline à l'âge de 7 ans au club de Hyères Natation Synchronisée et avec Julie Le Goff comme entraîneur. Ce qu'elle aime dans ce sport: le dépassement de soi, la découverte de nouvelles choses, l'international et l'esprit d'équipe

## Palmarès :

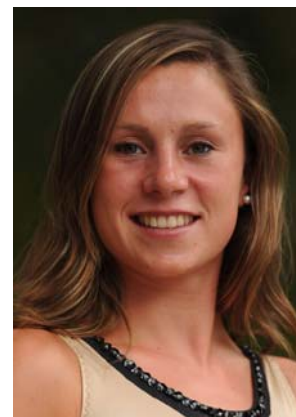
**2009** Chpts de France National, Double championne de France en solo et en duo

**2010** Chpts d'Europe juniors, 6e en équipe  
Chpts du Monde juniors 9e en équipe

**2011** Chpts de France Elite Double championne de France en combiné et en duo, vice-championne de France en solo

## Chloé Willhelm

Championnats du Monde Senior 2011 à Shanghai : 9e en duo libre, 8e en duo technique et en équipe  
 Open « MAKE UP FOR EVER » 2011 : Médaillée de bronze en équipe et en duo  
 Championnats du Monde 2009 : 7e en solo libre, 7e en équipe technique et 9e en équipe libre  
 Championnats du Monde 2007 : 6e en combiné  
 Championnats du Monde Juniors 2006 : 8e en duo et 10e en solo  
 Championnats d'Europe 2010 : 5e en équipe, 6e en duo libre, 7e en duo technique  
 Championnats d'Europe 2008 : 5e en équipe et en solo  
 Championnats d'Europe 2007 Juniors : 6e en équipe, en duo et en solo



### Parcours :

**Club :** Les Dauphins de Firminy

**Née le :** 8 juillet 1989 à Saint Priest en Jarez

**Taille :** 1,68 m    **Poids :** 53 kg

**Entraîneurs Pôle France Senior**  
 Anne Capron, Julie Fabre,  
 Charlotte Massardier et  
 Pascale Meyet

**Entraîneur club :**  
 Evelyne Berger

**Particularité :** Chloé est rigoureuse, polyvalente, positive et élancée

**Son ambition sportive majeure:** participer aux Jeux Olympiques de Londres en 2012

### Infos+ :

Chloé est étudiante en 2ème année d'école de Kinésithérapie

Elle a commencé la discipline à l'âge de 8 ans au club des Dauphins de Firminy avec Pierre-Marc Berger comme entraîneur.

Ce qu'elle aime dans ce sport : le goût de l'effort, la découverte de nouvelles sensations, la cohésion d'équipe et la compétition

### Palmarès :

**2005** Chpts d'Europe juniors, Loano, 6e en équipe et en solo

**2006** Chpts d'Europe juniors, Bonn, 6e en équipe, en duo et en solo  
 Chpts du Monde junior, Chine, 8e en duo et 10e en solo  
 Coupe du Monde, Japon, 7e au combiné et 9e en équipe

**2007** Chpts de France Juniors, Championne de France en solo  
 Chpts du Monde, Melbourne (AUS), 6e en combiné, 11e en équipe technique et 12e en équipe libre.  
 Chpts d'Europe juniors, Palma, 6e par équipe, en duo et en solo

**2008** Chpts de France Séniors, Championne de France en solo  
 Chpts d'Europe Séniors, Eindhoven, 5e en équipe et 8e en solo

**2009** Chpts de France, Championne de France toutes catégories en solo  
 Chpts du Monde, Rome (ITA), 7e en solo libre, 7e en équipe libre, 9e en équipe technique

**2010** Open des Pays-Bas Séniors, Amsterdam, 1ere en équipe  
 Open d'Allemagne Séniors, Bonn, Médaillée de bronze en équipe  
 Open du Japon Séniors, Tokyo, 5e en équipe  
 Chpts d'Europe, Budapest (HUN), 5e en équipe, 6e en duo

**2011** Chpts du Monde Séniors, Shanghai 8e en équipe et en duo technique, 9e en duo libre  
 Open « MAKE UP FOR EVER » Médaillée de bronze en équipe et en duo

# — A la découverte de la Natation Synchronisée —

## *Historique*

Baptisée à ses débuts « ballet aquatique », la Natation Synchronisée est née au Canada dans les années 1920. Elle est arrivée aux Etats-Unis au début des années 1930 et a fait forte impression lors d'une démonstration à la Foire Internationale de Chicago en 1934.

Dans les années 1940 et 1950, Esther Williams est devenue le porte-drapeau de la discipline, au travers de la série de comédies musicales aquatiques de la MGM.

La Natation Synchronisée est devenue un sport olympique à part entière en 1984 aux Jeux Olympiques de Los Angeles.

Dans les années 1980, c'est Muriel Hermine qui va populariser la discipline en France. Après une brillante carrière sportive, elle décide en 1987 de s'investir dans la création de spectacles aquatiques en vue de sensibiliser le grand public à l'émotion procurée par les chorégraphies. C'est donc la dimension artistique de la Natation Synchronisée qui est mise en avant aux yeux des spectateurs.

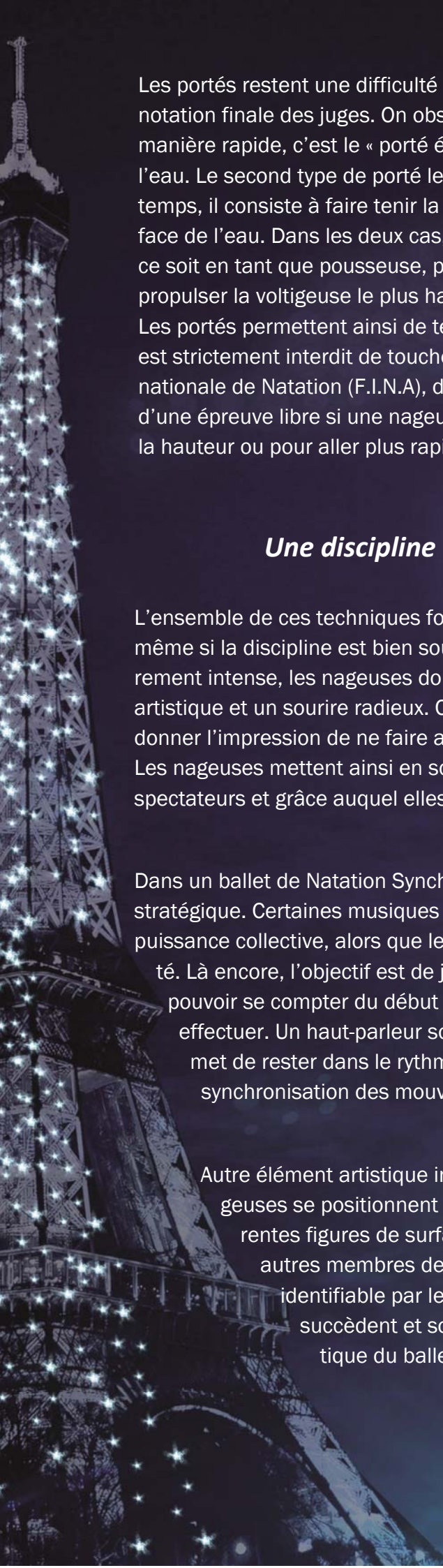
Pourtant, il s'agit bien d'un sport aux difficultés techniques particulièrement importantes, et c'est l'athlète Virginie Dedieu qui va le démontrer dans les années 2000. La triple championne du Monde (Barcelone 2003, Montréal 2005 et Melbourne 2007) a su faire taire les rumeurs de « sport-spectacle » et légitimer la dimension technique de ce sport olympique.

## *Une discipline à mi-chemin entre le Sport et l'Art*

La Natation Synchronisée est une discipline qui requiert de grandes qualités physiques que seul un entraînement intense et régulier est susceptible de développer.

Outre la puissance, l'endurance et la souplesse, les nageuses doivent être capables de maîtriser parfaitement leur respiration. Par exemple, sur un ballet libre de quatre minutes, les concurrentes restent en apnée plus de la moitié du temps. Pendant plus de deux minutes, les nageuses doivent rester la tête sous l'eau tout en effectuant des mouvements techniques éprouvants avec les bras et les jambes. Il leur faut donc gérer parfaitement leur dépense d'énergie pour pouvoir tenir sans respirer.

La Natation Synchronisée est un sport complet qui nécessite un renforcement de tous les muscles du corps. Pour effectuer les figures la tête en bas et les jambes en dehors de l'eau, les nageuses doivent gagner solidement leur corps et trouver un appui avec la seule force des bras (le « coupe-coupe »). A l'inverse, lorsqu'elles ont la tête en dehors de l'eau et les bras en l'air, les concurrentes doivent appuyer sur leurs jambes en rétro-pédalage. Dans les deux cas, l'objectif est d'être la plus haute possible, ce qui demande un effort conséquent et particulièrement difficile à maintenir le temps d'une épreuve pouvant aller de deux à cinq minutes.



Les portés restent une difficulté majeure très exigeante physiquement et déterminante dans la notation finale des juges. On observe deux principaux types de portés. Le premier s'exécute de manière rapide, c'est le « porté éjecté » où la voltigeuse saute le plus haut possible hors de l'eau. Le second type de porté le plus répandu est le « porté plateforme ». Plus long dans le temps, il consiste à faire tenir la nageuse portée debout sur une coéquipière allongée à la surface de l'eau. Dans les deux cas, chacune des concurrentes a un rôle bien précis à jouer, que ce soit en tant que pousseuse, pilier ou voltigeuse. Les nageuses s'organisent dans l'eau pour propulser la voltigeuse le plus haut possible, l'idéal étant de montrer la totalité de son corps. Les portés permettent ainsi de tester la coordination et la cohésion du groupe sachant qu'il est strictement interdit de toucher le fond du bassin. Selon le règlement de la Fédération Internationale de Natation (F.I.N.A), deux points de pénalité doivent être déduits de la note finale d'une épreuve libre si une nageuse a délibérément utilisé le fond de la piscine pour gagner de la hauteur ou pour aller plus rapidement à sa place.

### ***Une discipline à mi-chemin entre l'Art et le Sport***

L'ensemble de ces techniques font de la Natation Synchronisée un sport à part entière, même si la discipline est bien souvent associée à un art. Si l'exercice physique est particulièrement intense, les nageuses doivent dissimuler les difficultés techniques derrière un talent artistique et un sourire radieux. Ce travail de qualité d'expression est indispensable pour donner l'impression de ne faire aucun effort, ce qui contribue à la mise en valeur du ballet. Les nageuses mettent ainsi en scène un véritable jeu d'émotions qu'elles partagent avec les spectateurs et grâce auquel elles parviennent à capter l'attention des juges.

Dans un ballet de Natation Synchronisée, le choix des musiques est effectué de manière stratégique. Certaines musiques rythmées sont utilisées pour donner une impression de puissance collective, alors que les musiques douces servent à susciter la grâce et la légèreté. Là encore, l'objectif est de jouer sur la multiplicité des émotions. Les musiques doivent pouvoir se compter du début à la fin car à chaque compte correspond un mouvement à effectuer. Un haut-parleur sous-marin diffuse la musique aux nageuses, ce qui leur permet de rester dans le rythme et de ne pas perdre les comptes, élément capital pour la synchronisation des mouvements, et donc la réussite de l'épreuve.

Autre élément artistique incontournable en ballet d'équipe, les formations. Les nageuses se positionnent les unes par rapport aux autres dans le but de former différentes figures de surface. Si l'une d'entre elles n'est pas parfaitement alignée aux autres membres de l'équipe, l'ensemble de la formation n'est plus clairement identifiable par les juges. En revanche, si les changements de formations se succèdent et sont réalisés de manière rapide et fluide, l'impression artistique du ballet est renforcée.

## *Les coulisses de la Natation Synchronisée*

La notation de la Natation Synchronisée renvoie à un jugement humain. Les prestations des ballets sont notées de 0 à 10 points par un jury composé de deux ateliers de cinq (ou sept) juges. Le premier évalue le **mérite technique** comprenant l'exécution, la prise de risque, la difficulté de l'exercice et la synchronisation. Le second atelier est responsable de l'**impression artistique**, c'est-à-dire la présentation, l'originalité du thème et de la chorégraphie et l'interprétation musicale. Dans chaque groupe de juges, la note la plus haute et celle la plus basse sont supprimées pour permettre une homogénéité dans la notation. Ainsi, c'est la moyenne des trois notes restantes qui constitue la note finale de chaque atelier. Le programme technique et le programme libre comptent chacun pour 50% de la note finale. Dans le programme technique, le jury est complété par trois juges chargés de surveiller exclusivement si les éléments obligatoires ont bien été exécutés, et dans l'ordre réglementaire. À préciser que dans ce programme, l'exécution technique des éléments imposés compte pour 70% de la note, contre 30% pour le reste de la prestation.

La particularité de la discipline réside aussi dans les multiples accessoires auxquels ont recours les nageuses. Le pince-nez est par exemple un outil indispensable pour empêcher l'eau de rentrer dans le nez, ce qui permet aux nageuses de rester longtemps sous l'eau. Virginie Dedieu est l'une des seules athlètes au monde à ne pas en avoir besoin. Autre particularité, la gélatine alimentaire posée encore chaude sur les cheveux des concurrentes permet de maintenir le chignon en place pour ne pas gêner leur visibilité, et pour ne pas donner une mauvaise impression artistique. La coiffe fixée sur le chignon est toujours en raccord avec le maillot de bain pailleté, et doit être repérable de loin. Le maquillage accentué sert à renforcer l'expression du visage. L'ensemble de ces accessoires donnent aux concurrentes un aspect coquet et purement féminin. Mais ne nous méprenons pas, les nageuses de Natation Synchronisée, comme tous les autres athlètes de haut niveau sont avant tout intéressées par la performance !

Une grande partie des entraînements s'effectue dans l'eau. Après un échauffement de plusieurs centaines de mètres en Natation Course, les nageuses travaillent la chorégraphie de leur ballet grâce aux comptes donnés par les entraîneurs. En effet, la répétition ne se fait pas systématiquement en musique. Pour parfaire la synchronisation des mouvements, l'entraîneur tape sur une perche métallique pour indiquer le rythme à suivre et les comptes aux nageuses qui sont sous l'eau. C'est une fois l'exercice bien réalisé que celles-ci reproduisent le ballet en musique.

En plus du travail exécuté dans l'eau, les athlètes doivent par exemple parfaire leur souplesse grâce à des séances d'étirement réalisées à sec et à des cours de danse. Pour mémoriser parfaitement les comptes de la chorégraphie, les nageuses effectuent régulièrement des séances de « répét' à sec » qui consistent à mimer le ballet avec les bras de manière dynamique. Enfin, la marche vers la plage de départ, ainsi que le « bord » (chorégraphie avant le plongeon) sont également travaillés à sec dans le but de donner une première impression positive aux juges. À noter que le temps de marche d'une épreuve libre est de 30 secondes pour 10 secondes de temps de bord. En cas de non-respect de cette règle, l'équipe est pénalisée d'un point sur la note finale.

## ***Les épreuves de Natation Synchronisée***

Chacune des épreuves comprend un programme technique et un programme libre d'une durée déterminée. Ils sont exécutés sur un accompagnement musical toujours en cohérence avec le thème du ballet. Dans chacun des deux programmes, les équipes sont composées de huit nageuses titulaires et d'une ou deux remplaçante(s).

### ***Le programme technique :***

*Temps du solo : 2min, temps du duo : 2min20, temps de l'équipe : 2min50*

Il comporte sept éléments obligatoires, c'est-à-dire des figures imposées que les nageuses sont contraintes d'effectuer dans un ordre donné. Ces éléments sont choisis tous les quatre ans par le Comité Technique de la F.I.N.A. Deux points de pénalités sont infligés à l'équipe en cas d'oubli d'un des éléments obligatoires.

### ***Le programme libre :***

*Temps du solo : 3min, temps du duo : 3min30, temps de l'équipe : 4min*

Tout y est libre, que ce soit la musique, la chorégraphie ou l'ordre des figures. Pour autant, le manque de restriction n'abaisse pas le niveau d'exigence des juges. Comme pour le programme technique, ils attendent un niveau élevé de difficulté et de prise de risques, une chorégraphie innovante et une exécution fluide.

### ***Le Combiné :***

*Temps du combiné : 4min30*

Cette épreuve est relativement récente dans la discipline. Officiellement, ce n'est qu'en 2003 qu'elle a été intégrée dans le programme de la F.I.N.A lors des Championnats du Monde de Barcelone. Si les ballets techniques et libres comportent huit équipières, le Combiné libre est exécuté par un maximum de dix concurrentes qui présentent une combinaison de Solos, Duos, Trios et d'Equipes. La règle semble simple : un « Combo » doit comporter au moins deux parties à moins de trois concurrentes, et deux parties doivent comprendre de quatre à dix nageuses. Autre particularité par rapport aux autres ballets d'équipe, la première partie d'un Combiné peut débiter directement dans l'eau alors que traditionnellement, les nageuses partent de la plage de départ avant que le plongeur ne marque le début du ballet.

*\* Une tolérance de 15 secondes en plus ou en moins de la durée réglementaire est accordée. En cas de manquement à cette règle, les nageuses sont pénalisées d'un point sur la note finale.*



## REMERCIEMENTS PARTENAIRES

### FEDERATION FRANCAISE DE NATATION :

#### PARTENAIRE PRINCIPAL :

**MAKE UP  
FOR EVER**  
PROFESSIONAL

#### PARTENAIRES INSTITUTIONNELS :



#### PARTENAIRES OFFICIELS :



#### PARTENAIRES MEDIA :

