

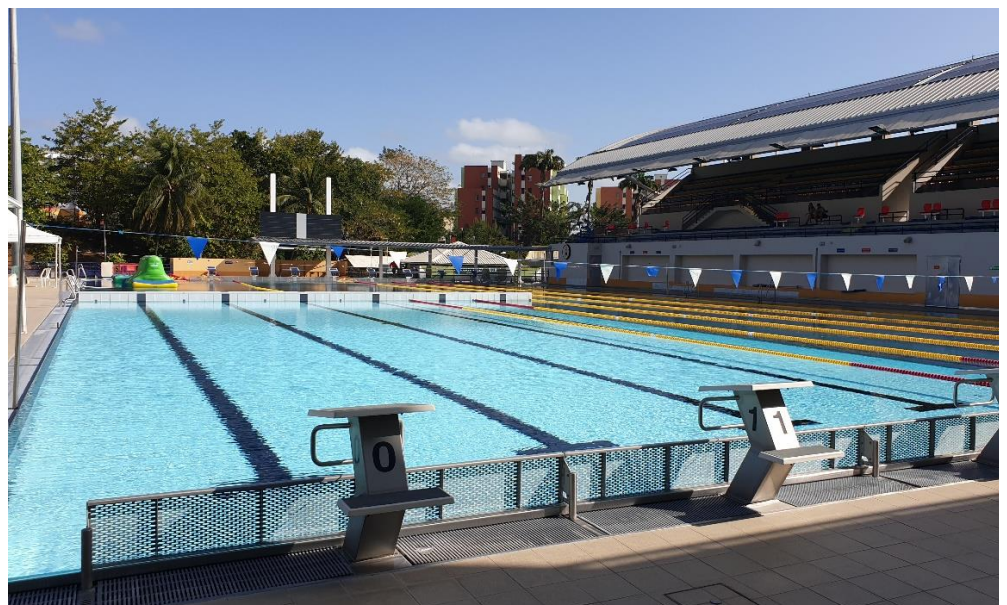
## Bilan du Championnat de France hiver des maîtres au Lamentin (Martinique)

Du jeudi 27 février au Dimanche 1 mars 2020

Ce sont trois nageuses et nageurs qui ont priorisés ce championnat délocalisé dans un département d'outre-mer pour la deuxième fois, 18 ans après ! Un gros effort du centre Territoriale de Martinique, de la ligue de Martinique et de nombreux sponsors pour faire de cet évènement un succès.



Nous nous sommes donc retrouvés dans un magnifique complexe aquatique, avec une température idyllique, et une ambiance joyeuse qui favorisait les échanges avec les autres nageuses et nageurs : tout le monde heureux d'être en Martinique. Beaucoup de musiques Antillaises tout au long des 4 journées ...





Valérie réalise le grand schlem avec 5 courses et 5 titres. On notera que Valerie prend 3 records de France C7, celui du 800m nage libre en 10'32''68, celui du 200 nage libre en 2'26''72 et celui du 200 quatre nages en 2'50''05 (1h seulement entre les 2 200 !)



Jean-Louis améliore 3 de ses meilleures performances, plus 2 secondes meilleurs performances.

Après 3 places de 4eme, un podium avec la deuxième place sur le 50 dos C7.



Laurent, souffrant toujours de son épaule, n'a vraiment pas pu rééditer ses meilleures performances mais reste finaliste sur les 3 épreuves disputées.

Un grand merci à Julien notre coach pour la bonne préparation : malgré des moments compliqués pour chacun de nous, nous avons pu donner le meilleur de nous-mêmes.

Merci également au bureau pour les efforts consentis pour le groupe maitres. Le format d'entraînement avec les jeunes de plus de 16 ans et les horaires nous permettent de nous investir dans la préparation et être récompensés par de bons résultats, faisant rayonner l'Aqua'nat Vallée de Chevreuse au niveau national.

A noter que Laurent et Jean-Louis ont également participé aux championnats de France eau libre, 3 km en mer (température de la mer 28°). Belle expérience, à laquelle 250 participants avaient pris part. Nous n'avons pas encore les résultats, mais pas de podium. Belle découverte pour cette discipline, par contre il manque une ligne de fond pour nager droit !