

# De belles performances pour le Club Aqua-Rythme

Les athlètes du Club Aqua-Rythme ont participé aux compétitions Invitation de Montréal-Synchro et d'équipe à Québec. Plusieurs d'entre elles sont revenues avec d'excellents résultats.

Depuis le dernier Championnat régional Inter-division 6, tenu du 21 et 22 mars dernier, les entraîneuses et les nageuses ont redoublé d'efforts afin de peaufiner leurs routines et ainsi atteindre l'excellence.

À la compétition Invitation, la catégorie Novice s'est encore démarquée. Les nageuses 12 ans et moins ont remporté la médaille d'or pour une troisième compétition consécutive. « Pour la routine, je désirais amener l'équipe à montrer l'énergie qui se dégage du carnaval latin. Tout au long de la chorégraphie, l'énergie doit être constante, d'expliquer Laura Côté, leur entraîneuse. D'autre part, plus les nageuses performant, plus j'augmente le niveau de leur entraînement. Elles acceptent les défis que je leur propose et continuent à s'améliorer. De plus, les filles sont super motivées et travaillent très fort même à la maison, en dehors des heures de cours. »

À chaque compétition, l'objectif de Mme Côté change. En début d'année, elle visait au moins un podium, mais avec les trois médailles d'or, les filles ont dépassé toutes ses attentes!

Toujours en Novice, l'équipe 13-19 ans a gravi la première marche du podium.

En duo, les nageuses Janelle Lacey et Camille Ménard (12 ans et moins) se sont démarquées en terminant au 2<sup>e</sup> rang.

Dans la catégorie Développement (16-20 ans), Isabella Robert et Marylou Lapointe ont remporté, en solos, l'or et l'argent respectivement. Également, Megan McNicoll et Alice Raymond ont obtenu l'argent, en duo.

En Intermédiaire, Sophie-Ann Rheault a gagné la médaille de bronze.

Lors de la compétition d'équipe à Québec, les filles de la catégorie Développement 12 ans et



Les novices, 12 ans et moins, remportent une fois de plus la médaille d'or. (Photos courtoisie)

moins ont été créditées du bronze. Leur performance fut remarquable, puisqu'il y a eu une nette évolution des nageuses depuis la dernière compétition. « Je dirais que cette amélioration est attribuable à la motivation de chacune, souligne l'entraîneuse, Jade Naegali. Elles étaient vraiment motivées à améliorer leur résultat de la dernière compétition. Elles savaient qu'elles étaient capables de faire mieux si elles se donnaient toutes, au maximum. D'autre part, nous avons un superbe esprit d'équipe, ce qui nous a grandement aidées, puisque, à cette compétition, tout se fait en équipe. » L'équipe visait le top six et a décroché la 3<sup>e</sup> place; tout cela grâce aux efforts déployés par les filles. (OW)



L'équipe Développement, 12 ans et moins, rafle la médaille de bronze.



**TRANSPLANT QUÉBEC**

*Ensemble pour le don d'organes, pour la vie.*

**Le don d'organes sauve des vies.**

**Merci d'en parler et de signer**

[www.signezdon.gouv.qc.ca](http://www.signezdon.gouv.qc.ca)



**GEORGE COURVILLE** M.Ed

*le coach anti-méthode dédié à améliorer votre jeu!*

Professionnel de golf certifié

**CGTF**



**PROMOTION LE COUP DE DÉPART**

FORFAIT 1 - 199 \$	FORFAIT 2 (à partir de 349 \$ selon disponibilité des équipements)
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 5 leçons privées ou semi-privées</li> <li>2. Une douzaine de balles Srixon</li> <li>3. Un sac de tees</li> <li>4. Un gant Srixon</li> <li>5. Équipement fourni</li> <li>6. 5 départs au club de golf Riviera</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 5 leçons privées ou semi-privées</li> <li>2. Une douzaine de balles Srixon</li> <li>3. Un sac de tees</li> <li>4. Un gant Srixon</li> <li>5. Équipement fourni</li> <li>6. 5 départs au club de golf Riviera</li> <li>7. Équipement de golf complet avec sac</li> </ol> <p style="font-size: small; text-align: right;">Valable jusqu'au 30 juin</p>








Info : Club de Golf Le Riviera 450 525-5525 4020, rue de la Fougère, Saint-Bruno