

Résultats de la 4^e manche du *Challenge Hivernal* : Mercredi 7 décembre.

Epreuve Chrono de natation!

- Le **cadre habituel de la piscine de Caucriauville** était de nature à rassurer. Une épreuve aquatique, ça peut occasionner du stress ! Surtout quand c'est JD qui est aux manettes !!! Le créneau du mercredi soir étant moyennement fréquenté, l'épreuve permettait aussi de faire découvrir à certains cette plage horaire propice à des exploits mais aussi ... à des contre-exploits !!!
- Il y n'eut pas **d'épreuve surprise** ! Ben non, l'épreuve était en elle-même une surprise !
- Plutôt cool, JD a annoncé le programme dès le début. Un **léger échauffement** a permis de mettre les muscles et le cœur en action, mais aussi de tester quelques plongeurs inhabituels, pull buoy aux chevilles !!! Bizarre !!!
- **The Race** : Départ décalé, à deux de front.
 - Au programme : 5 pompes (3 pour les filles) suivi d'un plongeon et d'un 50m crawl à bloc, sortie de l'eau à la force des bras en bout de bassin, 10 pompes (5 pour les filles) et en guise de petite torture finale, ... un 50m brasse avec un pull buoy qu'il fallait serrer au niveau des chevilles !!!
 - Curieux effort final où, tout en se donnant à fond, on a la désagréable sensation de ne pas avancer !!! Sans compter que ce pull buoy ne s'est pas toujours montré très docile !!! Les plongeurs ont souvent perdu ce drôle d'appendice : **Philippe** (Moaaaahhhh) en a fait les frais, **Théo** surtout qui le perd deux fois, **Félix** aussi pourtant en tête après un 50 crawl en moins de 30". Y a peut-être un lien de parenté ??? Même notre tortionnaire-maître de cérémonie, **JD** himself, a connu cette humiliation!!!
 - Si le djeun est rapide, il n'en est pas moins grugeur : pompes manquantes, battements de jambes interdits, ... Mais c'était sans compter sur les arbitres intègres qui ont fait prévaloir l'application stricte du règlement !
- **La victoire** revient à ... **JD** !!! L'a du s'entraîner pendant des semaines le coach pour être à la hauteur et devancer d'une micro seconde Alex, second de l'épreuve !!!
Chez les filles, c'est **Delphine D.** qui bat ses adversaires à plate couture ! Pour fêter sa victoire sur une des manches du Challenge, épreuve mythique over the world, l'ex-gymnaste a enchainé pirouettes et saltos vrillés !!! Impressionnante !!!
- Un **joli plateau** était réuni : 26 athlètes de haut niveau et un Z'Ami, futur membre du club semble-t-il !
- **Pas d'apéro** après l'eau chlorée de la piscine, mais une bonne douche, pis au lit !!!

Classement féminin :

	swimmeuses!	Temps retenus	Points
1	Delphine D.	2'07	100
2	Delphine G.	2'28	99
3	Mathilde	2'36	98
4	Aline	2'47	97

Classement masculin :

	Swimmers!	Temps retenus	Points
1	Jean-Daniel	1'59	100
2	Alex	2'	99
3	Ben	2'01	98
3	Clément Bi.	2'01	98
4	Félix	2'06	97
5	Oscar	2'09	96
6	Joffrey	2'20	95
7	Théo	2'22	94
7	Norman	2'22	94
8	Philippe	2'23	93
9	Gaël	2'24	92
9	Sébastien C.	2'24	92
10	Pierre	2'26	91
	Franck	2'29	
11	Tony	2'31	90
12	Yves	2'37	89
12	Manu D.	2'37	89
13	Fred. L.	2'42	88
14	Ludo	2'46	87
15	Stéphane B.	3'26	86
16	Max	3'38	85
17	Kamel	3'50	84

Victoire**Jeunes****Z'Amis**