



Des sirènes dansent pour les Restos du cœur

Antigone. Gala de Montpellier Nat'Synchro ce dimanche à la piscine olympique.

Les juniors de Montpellier Nat'Synchro entament à peine leur saison en National. Et c'est pour mieux affûter leur ensemble de dix nageuses qu'elles ont passé six jours de stage au sein de différentes piscines de la Métropole. Avant de se retrouver, vendredi dernier, pour un entraînement plus commun à Spilliaert. Parfois à Neptune, aux Néréides, à Antigone... Le club doit jongler avec les lieux et les créneaux alors qu'il accueille près de 270 licenciées. Dès 5 ans pour apprendre à nager, à bouger dans l'eau, la tête en bas. Comme une quatrième dimension. En passant par les jeunes (12-15 ans) et avenir (9-12 ans) jusqu'aux loisirs adultes, parfois débutantes !

La quatrième dimension

Des demoiselles attirées par la nage, la danse, l'artistique comme l'expliquent Lisa, Rania, Séverine... dans ce milieu depuis six, sept, dix ans. « Il y avait une piscine à côté de chez moi, où j'ai vu des galas qui m'ont donné envie. » « Moi, j'étais attirée par les deux, l'eau et l'artistique, et je me suis renseignée lors d'une foire aux associations pour rejoindre un club. »

Une discipline où l'esprit d'équipe est très fort. « C'est un travail individuel au sein d'un collectif, avec des solos, le ballet, qui est la base de la discipline. C'est par ça qu'on commence, explique Maéva, entraîneur des juniors. On tire les meilleurs pour en faire les solistes. »

Une discipline exigeante qui réclame quinze à dix-huit heures d'entraînements par



■ Une bonne partie de l'ensemble juniors et les entraîneurs à la piscine Spilliaert.

semaine pour les juniors. Dix heures pour les plus jeunes, douze avec la danse ! « Cela nécessite un investissement des nageuses, des parents. Après, ça ne pose pas de problème pour la scolarité car elles prennent l'habitude de s'avancer, de s'organiser. C'est une discipline très chronophage, poursuit Maéva. Car on doit être bon partout, tout le temps.

La partie aquatique, où travailler les appuis, la posture, les figures ou à sec, pour travailler la chorégraphie, le physique. »

Une discipline qui, en tenue de gala, fait souvent le plein de spectateurs. « C'est visuel, spectaculaire, artistique... » Et solidaire.

NATHALIE HARDOUIN
nhardouin@midilibre.com



■ Nage et chorégraphie font l'ensemble ! Photos JEAN-MICHEL MART

Clubs solidaires

Plusieurs clubs seront au côté de Montpellier Nat'Synchro : Aqua Synchro 66, le Cercle des Nageurs de Saint-Cyprien, Sète Natation, Entente Dauphins Dockers. Avec la participation de Laura Augé, duettiste de l'équipe de France aux JO de Rio. Au menu : des ballets, les danseurs de Swing Cat, Montpellier GRS, Montpellier Sauvetage, le chanteur Nirina.

Points de vente : piscine d'Antigone ce samedi 4 mars, de 14 h à 18 h 30, et dimanche 5 mars, à partir de 10 h. Sur France Billet (+ 1,80 €) Carrefour/Géant/Fnac/Super U/Intermarché. Tarifs : 8 €, 5 € (moins de 10 ans, chômeurs). Plus d'infos : www.montpellier-natation-synchronisee.fr.