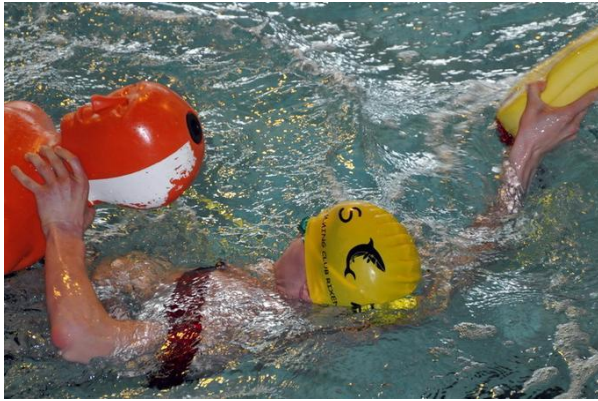


## Natation/Sauvetage – Une discipline complète

**Les championnats du Brabant wallon de sauvetage en piscine se déroulent ce week-end à Rixensart. On y retrouvera 23 athlètes du club local. Découverte de cette discipline spectaculaire et très complète.**



◆ Photo Swimming Club Rixensart

Dimanche, l'eau de la piscine de Rixensart sera rythmée par les championnats du Brabant wallon de sauvetage aquatique. Au total, 114 athlètes sont attendus dans les installations du Swimming Club Rixensart (SCR) pour se disputer les lauriers provinciaux dans diverses catégories d'âge.

Mais le sauvetage en piscine est une discipline pas forcément très connue auprès du grand public. Pourtant, la Belgique y possède de très bons spécialistes et notre pays se situe parmi les bonnes nations européennes. *"Je sais que l'équipe nationale belge a connu un franc succès en 1998, 2000 et 2002 avec quelques titres internationaux, souligne Didier Cleerens, responsable de la section sauvetage du SCR. A l'heure actuelle, la Belgique ne rivalise pas avec l'Angleterre, l'Espagne, l'Italie, l'Allemagne, ... Mais il y a une dynamique qui est entrain d'être recréée chez nous autour de ce sport."*

Il faut dire que ce sport, très complet, a vraiment tout pour plaire. Il se décline en deux spécialités différentes : *"il y a des compétitions de sauvetage en eau plate (piscine) d'une part, explique notre interlocuteur. Et d'autre part, il y a du sauvetage en eau libre (lacs, mers, ...) qui se pratique de fin mai début juin jusque début octobre."*

Le sauvetage est une discipline exigeante, tant au niveau physique que mental et requiert de nombreuses qualités. *Premièrement, il faut pouvoir rester calme en toutes circonstances, indique Didier Cleerens. Il faut être également un bon nageur. Il convient aussi de pouvoir garder l'esprit clair car le sauveteur est amené à travailler dans diverses situations et avec des objets (bouée-tube, mannequin, ...) qu'il faut maîtriser. Il y a également les capacités respiratoires, qui sont développées à l'entraînement. Enfin, il faut être créatif car il existe, certes, des règles quant à la manière de réaliser des épreuves mais il faut essayer de développer ses propres techniques pour pouvoir les exécuter le mieux et le plus rapidement possible."*

Un sport très complet donc, qui offre une grande diversité de pratique et qui est accessible à tous. *"S'il existe des compétitions de relais par équipe, le sauvetage reste une discipline fortement individuelle, indique le responsable du club rixensartois. C'est un chouette sport qui aide chacun à se connaître un peu soi-même. Et l'avantage c'est que ça reste très limité au niveau des accidents."*

Ce dimanche, sur les 114 sauveteurs attendus, il y en aura 23 du Swimming Club Rixensart. La preuve que le SCR fait partie des meilleurs du pays dans cette discipline. *"Il y a Saint-Trond qui en est à sa vingtième année d'existence et qui est le plus gros club belge, révèle*

Didier Cleerens. *Après, viennent le club de Leuven et le nôtre. En Brabant wallon, il y a également celui de Louvain-la-Neuve, le BOUST, qui enverra quelques athlètes ce week-end.*"

Parmi les meilleurs spécialistes de la discipline, on retrouve le fils de notre interlocuteur, Olivier Cleerens, qui, en compagnie de Joachim Defort et Caroline Daout, est présélectionné pour représenter la Belgique lors des Championnats d'Europe juniors qui se dérouleront à Anvers durant cette année 2010. Au niveau des seniors, le meilleur spécialiste du SCR se nomme Nicolas Sapieha. *"Il a déjà participé à des Championnats d'Europe et du monde, indique Didier Cleerens. Ici, il est encore présélectionné pour les Mondiaux 2010 qui prendront place en Egypte, en octobre. Mais en raison de son emploi du temps, il sera coach ce dimanche lors des championnats provinciaux."*

Quoiqu'il en soit, tout cela prouve que la section sauvetage du SCR grandit bien depuis sa création en juin 2000. Là où il y avait sept athlètes il y a dix ans, ils sont désormais entre 35 et 40 à partager leur passion commune pour une discipline où, finalement, on joint le très utile à l'agréable puisque être sauveteur est, au départ, une tâche humanitaire...vitale.

### **A l'origine des compétitions de sauvetage...**

Qui, un jour, a eu l'idée de créer des compétitions de sauvetage ? Il faut aller à l'autre bout de la planète pour le découvrir. *"Cela vient de sauveteurs australiens, explique Didier Cleerens. S'ennuyant sans doute un peu, ils ont décidé de créer des épreuves de sauvetage. Et c'est à partir de là que s'est développé ce sport."* Il ne faut donc pas s'étonner si c'est au pays des Kangourous que l'on retrouve les meilleurs spécialistes mondiaux de la discipline. *"En Australie, il y a des sportifs professionnels. C'est vraiment LA nation référence dans ce domaine. D'ailleurs, il y a régulièrement des compétitions qui sont retransmises à la télévision là-bas."*

### **Déroulement des épreuves ce week-end à Rixensart :**

Dimanche, il y aura des sauveteurs - hommes ou femmes, garçons ou filles - de tous les âges dans l'enceinte de la piscine rixensartoise. Au niveau des catégories d'âge, cela commence en Benjamins (10-12 ans) pour se poursuivre en Minimes (13-14 ans), Cadets (15-16 ans) puis en Juniors avant d'arriver en Seniors, tranche d'âge qui concerne les gens âgés jusque 29 ans. Après cela, il y a encore les Pré-Masters (30-39 ans) et les Masters (39 ans).

Six épreuves sont au programme dont trois individuelles et trois collectives (sous forme de relais) :

#### **Epreuves individuelles :**

**1) Le 200m obstacle (A1) :** Un obstacle de 2m50 sur 70 cm est placé à 12m50 du bord. A chaque passage, le nageur doit passer sous cet obstacle. Cette épreuve simule le passage d'obstacles par le sauveteur lors de la recherche d'une personne en détresse en un minimum de temps.

**2) Le 100m combiné de sauvetage (A3) :** Après avoir parcouru 50m en nage libre, le nageur doit s'immerger pendant 17,5m, remonter le mannequin et le remorquer sur le reste de la distance. Cette épreuve met le sauveteur en présence d'une difficulté supplémentaire par la recherche en apnée de la personne en détresse et son remorquage en surface après l'avoir repérée. *Il y a des règles à respecter quant à la manière de tracter le mannequin, précise Didier Cleerens. On ne peut, par exemple, pas l'attraper à la gorge, par la main ou au nez. La prise idéale dépend des athlètes eux-mêmes.*

**3) Le 100m sauveteur ou Life Saver (A5) :** Cette épreuve consiste à plonger, nager 50m dans un style libre avec une bouée-tube et des palmes. Après avoir touché le bord au virage, le nageur doit fixer la bouée-tube autour d'un mannequin qui est tenu par un coéquipier et doit le tracter pendant les 50 derniers mètres.

**Epreuves collectives :**

**1) Le 4x50m relais obstacles (B1) :** 4 nageurs se relayent sur 200 m en passant sous les obstacles placés à 12,50 m du bord.

**2) Le 4x25m relais mannequin (B2) :** 4 nageurs se relayent sur 100 m pour remorquer le mannequin en surface.

**3) Le 4x50 relais de la bouée-tube (B3) :** 1er nageur: 50 m nage libre, 2ème nageur: 50 m nage libre avec palmes, 3ème nageur: 50 m nage libre en remorquant la bouée-tube et le 4ème nageur : tracte sur 50 m le 3ème nageur à qui il a, passé la bouée-tube.

**Bon à savoir...**

Ce championnat provincial de dimanche fait partie des épreuves qualificatives pour les championnats de Belgique. C'est ainsi qu'on retrouvera des athlètes venant hors du Brabant wallon. De Midelkerke, Bastogne, Seraing,...

Les compétitions se dérouleront de 10h à 17h et l'entrée sera gratuite.

Pour de plus amples informations, rendez-vous sur le site web du Swimming Club Rixensart dans la section Sauvetage : [www.s-c-r.be](http://www.s-c-r.be)