

COUREURS D'ÉCUME



L I F E S A V I N G E U R O M A G

MAGAZINE TRIMESTRIEL | 8.00 €

JANVIER - MARS 2016 | CDC N°039



Short Course

MARGAUX FABRE SUR ORBITE

ORANGE CUP
EINDHOVEN CAPITALE MONDIALE

LIFEGUARD
LA FFSS SUR LES PLAGES

TRAINING
LE 50 M MANNEQUIN



ÉDITO

Lifesaving Awards © Eric Sarran

Le rideau est tombé sur 2015. Je retiendrai de cette année le retour en grâce de l'oceanman, la domination de l'Allemagne et l'avènement de jeunes sauveteurs au profil détonnant. Je pense notamment au Britannique Charlie Haynes ou au Français Louis Sam, aussi performants en eau plate que sur les épreuves côtières. Ces deux phénomènes abordent les mois à venir avec délectation. Charlie visera une nouvelle sélection chez les seniors avec l'équipe de Grande Bretagne, en vue des championnats du monde. De son côté, Louis tentera de soutenir la comparaison avec les juniors de l'hémisphère sud lors des mondiaux prévus au sortir de l'été à Eindhoven et Noordwijk (Pays-Bas). Chez les féminines en devenir, nous suivrons avec attention les performances de l'Irlandaise Lily Barrett et la Française Margot Lacan.

Grâce au soutien de nos partenaires et à l'implication de toute l'association Coureurs d'écume, la première édition des Lifesaving Awards a rencontré un vif succès. La large palette d'activités de notre fédération a été mise en lumière, notamment les actions citoyennes, à l'honneur dans ce premier numéro de l'année. Nous avons en effet rencontré Pascal Lebihain, à son retour de Penang (Malaisie) où il donnait une conférence sur la prévention des noyades en piscine. De même, la FFSS nous dévoile au fil des pages son plan « Citoyens du sport ». En ces temps troublés, les valeurs véhiculées par le sauvetage sont essentielles. En ce sens, notre sport est fantastique.

Je vous souhaite à tous une excellente année 2016.



🇬🇧 The curtain has fallen on 2015. I will remember this year for the comeback of the Oceanman, the German domination and the emergence of young lifesavers a bit different, in particular the Brit Charlie Haynes and the Frenchman Louis Sam, whose performances are as good in the pool as at the beach. These two phenomena approach the coming months with relish. Charlie will be aiming for a new selection, in the British senior team, for the world championships. As for Louis, he will be measuring himself against the juniors from the southern hemisphere at the worlds, which will take place at the end of the summer in Eindhoven and Noordwijk (Holland).

Among the women to watch, we will be following closely the performances of Lily Barrett (Ireland) and Margot Lacan (France).

Thanks to the support of our partners and the involvement of the whole of the association Coureurs d'écume, the first edition of the Lifesaving Awards was a great success. Citizenship was particularly brought into the limelight. This is also the theme running through this issue, we met Pascal Lebihain, lecturer, on his return from Penang (Malaysia), where he gave a conference on drowning prevention in pools. Similarly, the FFSS reveals its plan "Sport Citizens". In these troubled times, the values conveyed by lifesaving are essential. In this sense, our sport is fantastic.



I wish you all an excellent year 2016.

Bruno Magnès

redaction@coureurs-dcume.com

CDCN°39

JANVIER MARS 2016

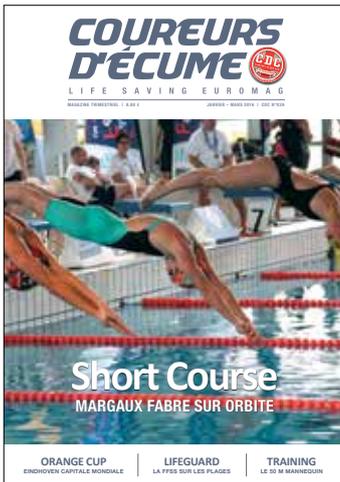


Photo de couverture :
Laura Thibault et Margaux Fabre
© Laetitia Blanc

www.coueurs-dcume.com
redaction@coueurs-dcume.com

Directeur de Publication :
Michel Dumergue
Rédacteur en chef :
Bruno Magnes
Secrétaires de rédaction :
Danielle Scozzaro et Geneviève Carrère
Conseillère technique :
Emmanuelle Bescheron

Ont collaboré à ce numéro :
Olivier Legrand - Jean-Pierre Arbouet -
Andy Osman - Anthony Mazzer - Lutz
Krusche - Claude Callède - Yves Lacrampe
- Aurélie Subra - Robert Hendriks -
Frederic Tortosa - Patrice Grieumard -
Romain Baldran

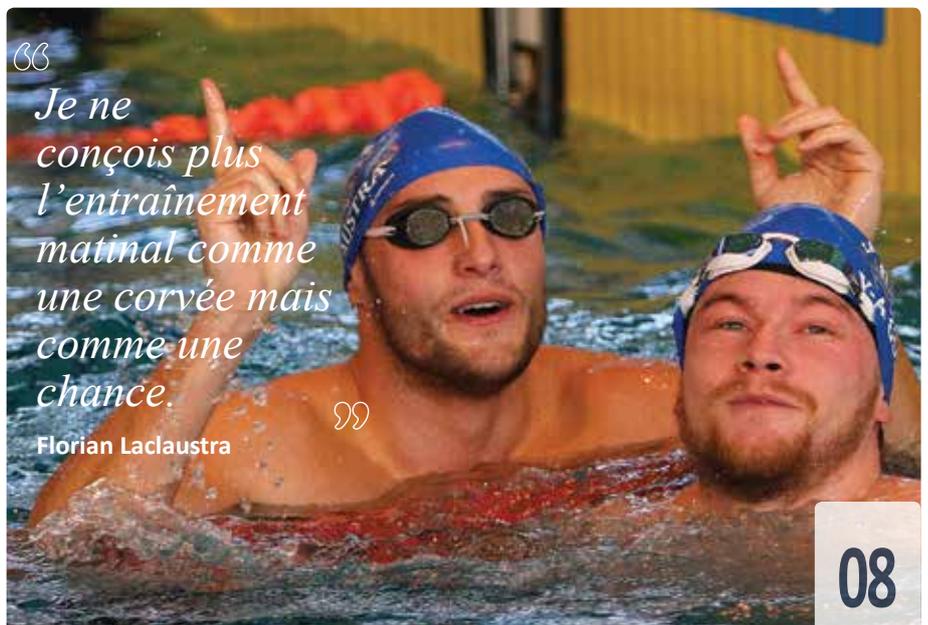
Photographes :
Michel Dumergue - Jeff Ruiz - Stephan
Helbig - Frédéric Baldran - Eric Sarran -
Xavier Ges - Martina Wanger - Nicolas
Fabries - Jianca Lazarus - Pascal Alibert -
Jean-Yves Cadeddu - Laetitia Blanc

Conception graphique :
Fabien Goczaleck / www.d-clic.fr

COUREURS D'ÉCUME est imprimé par le
service d'impression de Surf Session -
Blue Press, Anglet. Imprimé en Espagne.
Dépôt légal :
1^{er} trimestre 2016
Numéro de commission paritaire ISSN :
0713 G 91219

Edité par :
Association Coueurs d'écume,
Paradise Océan, Lot 74,
40130 Capbreton
Tél. : 05 58 41 83 73

La reproduction, même partielle, des articles et
des illustrations parus dans Coueurs d'écume
sans l'autorisation de l'éditeur constitue une
contrefaçon. La rédaction n'est pas responsable
des photos et articles qui lui sont communiqués.
Les prix indiqués sont donnés à titre indicatif. Les
textes et les photos des pages de publicité sont
publiés sous la responsabilité des annonceurs.





20

AGENDA

ACTU

Championnats de France « short course » à Castres p08

EURONEWS

Catalunya Rescue p19
 Les 20 ans de l'AMSA p20
 ITW Maël Tissier p24
 Orange Cup p26
 German Cup p30

WORLD

Colloque ILS sur la prévention des noyades en Malaisie p32
 Championnats du Japon p36

DOSSIER

Le SSA avec la FFSS p40

ASSOCIATIONS

Philippe Doïmo, le Dernier des Mohicans p50
 Lifesaving Awards p52
 Escale à Candé p55
 Fiche technique : le 50 m mannequin p56
 Actualités fédérales p58
 Gros plan sur les clubs de Nantes et Berck p59

WATERMEN

Winter Paddle Contest p60

DERNIÈRE ESCALE

Page shopping p63
 Prochain numéro p64
 Abonnez-vous p65
 Décalé p66

LA COURTE DISTANCE PLÉBISCITÉE

Les raisons d'un succès

Les entraîneurs évoquent le format du speedlifesaving ou short course, arrivé en France à l'automne dernier. Le format novateur est globalement apprécié, notamment pour la pratique chez les jeunes et la prédominance de la technique.

Inscrit à la surprise générale au calendrier fédéral, le short course a rythmé avec bonheur l'hiver des sauveteurs. Partout en France, jeunes et moins jeunes se sont pris au jeu, plébiscitant ce format ludique. Comment expliquer une telle popularité, aussi soudaine qu'imprévue ? Les compétitions ont suscité l'enthousiasme général, à l'image du short course organisé en décembre à Royan. « *Je trouve que c'est un très bon concept. Cela me paraît plus ludique et rend la pratique plus accessible. Notre événement s'est bien passé. 120 sauveteurs y ont pris part et nous avons réussi à lancer les six épreuves sur une journée* » témoigne Patrice Maisonnaud, membre du staff. De son côté, Kevin Vandershueren apprécie le placement dans la saison. « *C'est parfait pour lancer la saison d'eau plate. Et intéressant pour nous, les entraîneurs* ». Ses confrères évoquent pour nous l'arrivée du



Les points techniques, comme le clipsage de la bouée tube, sont déterminants.

short course dans le monde du sauvetage sportif. Nous en avons rencontré quelques uns, autour des bassins. Ils nous donnent leur point de vue.

FABIEN PLAISANT (Amiens)

Je trouve le concept très intéressant car il donne une part très importante aux transitions tech-

niques. Par contre, les débuts sont difficiles. Peu de clubs font le déplacement à Castres et donc trop peu de compétitions sont organisées. Sinon, je sens un véritable engouement chez les compétiteurs pour ces nouvelles épreuves. C'est palpitant pour les jeunes catégories de pouvoir effectuer les six épreuves.

ROMAIN BALDRAN (Sète)

L'instauration du short course est une bonne chose car cela permet de couper la saison d'eau plate en deux parties. Cela valorise les compétitions en petit bassin, rendues plus intéressantes par ces formats courts. Mes sauveteurs sont intéressés car ils sont curieux de découvrir des formats inconnus pour

QU'EN PENSENT LES INVENTEURS "SUISSES" DU CONCEPT ?

Le short course ou speedlifesaving est né au fin fond de la Suisse, dans le bassin de Brugg. Manuel Zoellig et Pascal Stöckli, champions du monde et recordmen du monde du relais corde (9 s 05) sont à l'origine de ce concept. Peu à peu, d'autres pays se sont mis au short course, à l'image de la compétition de Turin, orchestrée par le club Safa2000. Les deux concepteurs évoquent la mise en place de telles épreuves en France.

PASCAL STÖCKLI

Nous sommes très heureux et fiers que notre idée ait eu un tel impact sur le sauvetage européen. L'un de nos souhaits était de diffuser l'idée à travers l'Europe. Nous avons commencé en 2012 avec seulement une compétition et aujourd'hui, il y a des épreuves de speedlifesaving en Hollande, Italie, France, Allemagne, Luxembourg et bien sûr en Suisse, ainsi qu'une poignée de plus petites épreuves.

🇳🇱 We are very happy and proud that our idea has had such a great impact in European lifesaving. It was one of our wishes to spread the idea over Europe. We started back in 2012 with only one competition and now there

are speedlifesaving competitions in the Netherlands, Italy, France, Germany, Luxembourg, of course in Switzerland and a hand full smaller club champs.

MANUEL ZOELLIG

J'ai lu à ce sujet dans le dernier numéro de CDC, c'est super de voir qu'après la Hollande, l'Italie, la Belgique, la France organise aussi un speedlifesaving. Et c'est la première fois qu'une fédération en est l'organisatrice. Nous sommes toujours heureux de voir quelqu'un d'autre organiser une compétition de speedlifesaving. Il vous suffit de nous contacter, nous sommes prêts à aider les autres organisateurs en fournissant le règlement, les flyers...

🇳🇱 I read about this in the last CDC issue, it's great to hear that after the Netherlands, Italy, Belgium and now the French also organize a speedlifesaving. And it's the first time a federation organize a Speedlifesaving Competition. We are always happy to hear someone else would like to organize a Speedlifesaving Competition, just contact us, we are willing to support other organizers with, for example, the Speedlifesaving Rule Book, Flyers...

📄 Bruno Magnes 📄 Frédéric Baldran | Laetitia Blanc



Jean-Luc Bernard (Angoulême) et Antoine Vedel (Poitiers).



Camille Tassaou (Aqualove Montpellier).

🏊 LE MOT DU DTN

« Je pense sincèrement, comme je l'avais annoncé dans un de mes communiqués, que les distances courtes amènent une dynamique très prisée des compétiteurs. Les réunions vont être un petit peu raccourcies, mais c'est surtout le fait de pouvoir s'aligner sur beaucoup d'épreuves qui va enthousiasmer les sauveteurs. Je crois sincèrement que la notion de spectacle est mise en exergue. Qui plus est, le fait d'avoir mis en place une passerelle vers les N1 montre à quel point nous avons le souhait de donner une vision homogène de nos pratiques. Maintenant, la tâche est d'autant plus complexe pour les officiels qui doivent juger des épreuves excessivement rapides où, lors des compétitions préparatoires qualificatives, le chronométrage électronique n'est pas de mise. Et enfin, nos voisins européens se sont mis au speedlifesaving avant nous, je ne voulais pas prendre plus d'un train de retard » conclut Yves Lacrampe.

eux. J'ai la chance d'accueillir de nouveaux nageurs dans le groupe cette année, qui découvrent complètement l'activité. Ils doivent appréhender énormément de points techniques en peu de temps. Sur ce type de format, la technique est primordiale pour aller vite.

ANTOINE VEDEL (Poitiers)

Nous avons participé à deux compétitions short course depuis le début de l'année (Rennes et Royan). Je trouve ce format particulièrement intéressant. Les sauveteurs peuvent se permettre en une journée de faire toute les épreuves. D'autre part, ce format valorise le sauvetage et un peu moins la natation. Je veux dire par là qu'un nageur pur n'est pas forcément exercé au clipsage ou au remorquage. Or, ces points sont primordiaux si l'on veut performer en short course.

Enfin, je trouve le short course plus spectaculaire que les épreuves « classiques ». Il y a plus de suspense car les arrivées se jouent souvent à quelques centièmes...C'est très stressant mais stimulant ! En bref, nous avons beaucoup à gagner en développant le short course. C'est une belle vitrine de notre sport.

PIERRE HUI (Rennes)

Je trouve que c'est une bonne chose. Pour avoir organisé une compétition à Rennes, en novembre, les épreuves sont très spectaculaires et rendent les finales serrées encore plus passionnantes. Cela me plaît également car cela gomme un peu l'avantage que pouvaient avoir les nageurs débutant dans le sauvetage (nage pure). Là, les détails techniques sont mis en avant. Le short course permet également aux compétiteurs plus explosifs de s'exprimer en proposant plusieurs épreuves se jouant en moins de 25-30 secondes et de travailler cette qualité avec les sauveteurs plus à l'aise sur le long (notamment les côtiers spécialistes des épreuves en mer). Par ailleurs, l'adaptation de ces épreuves pour les avenirs, poussins et benjamins permet de leur proposer davantage d'épreuves. Ils appréhendent ainsi celles auxquelles ils seront confrontés chez les minimes.

CAMILLE TASSAOU (Aqualove)

Le succès est à mon sens dû en partie au placement dans la saison. C'est parfait pour motiver les

troupes, avant l'hiver ! C'est une super initiative. Seule la proximité avec les vacances de Noël est peut être à revoir. J'aime beaucoup ce format de courses.

CORALIE MOULIN (Lacydon Marseille)

Je trouve le concept intéressant pour les plus jeunes. Cela permet d'apprendre les aspects techniques du sauvetage, de manière ludique. Cela rend la pratique plus accessible. Par ailleurs, l'explosivité est mise en valeur. Les sauveteurs sont favorisés par rapport aux nageurs purs.

JONATHAN DESPERGERS (Biarritz)

Cela dépend des épreuves. Le 100 m obstacles, par exemple, est intéressant. Je suis plus partagé concernant le 25 m mannequin ou le 50 m bouée tube. C'est très court. Cela peut être frustrant pour les seniors. En revanche, c'est un bon format pour les plus jeunes. Ils apprennent ainsi les détails techniques, comme le clipsage et le remorquage du mannequin. ■

CATALUNYA RESCUE

Vergés et Miquel Bas at the top

Samedi 10 octobre 2015. Plage Sant Sebastia. Barcelone. 27° C. La fédération catalane de sauvetage sportif est aux manettes. En provenance de cinq pays différents, plus de cent athlètes prennent part à la Catalunya Rescue.

☺

Nous avons apprécié cette compétition. Nous espérons revenir l'an prochain.

Mario Manzanaras, entraîneur d'Alcarreño

☺

Une ambiance amicale règne entre les compétiteurs néerlandais, suisses, français, espagnols et belges. Au final, le club (champion d'Europe 2015) remporte le classement général. Mario Manzanaras, l'entraîneur, témoigne. « Nous avons apprécié cette compétition, le niveau était intéressant. Nous rentrons à la maison avec en tête l'idée de revenir l'année prochaine ! ». Judit Vergés et Josep Miquel Bas (Alcarreño) dominent les débats, remportant chacun trois épreuves individuelles. Robert Hendriks (Biarritz SC) et Anna Garcia (C.N. Vilaseca) s'imposent sur le 90 m sprint, Barry Hazenoot (RB Gouda) s'adjuge le surfski et la junior Nuria Payola (CP Sant Joanenc) gagne la finale de la planche.



Judit Vergés won three gold medals.

PUIGVERT ET BARONI ROIS DES FLAGS

En parallèle, se tient le 4e tour de l'Euro Beach Flags Tour. Christopher Baroni et Anna Puigvert

sont à l'honneur, récoltant chacun 20 points pour le classement général. Du même coup, « Christo » tue le suspense, assuré de finir l'année en pôle position ! Anna

pour Puigvert peut désormais viser le podium final, à Martigues fin octobre.

■

🇪🇸 CATALUNYA RESCUE FESTIVAL, THE COMPETITION OF BARCELONA!

27°C under the sun, October 10th - A full program open water competition is ready! The Catalan Surf Life Saving Federation organized the "V Catalunya Rescue Festival", and like the last edition, this was also celebrated on the central beach of Barcelona.

More than 100 lifesavers from 6 nations applied and came to the sun, in a friendly atmosphere: The Netherlands, Switzerland, France, Spain, Belgium and Catalonia.

12 TEAMS COMPETING

At the end the Club Alcarreño (Spain) won the overall competition.

Mario Manzanaras (Alcarreño's Trainer) : "We enjoyed the competition, the level was good. We go back home with the intention to come next year again!"

Judit Vergés and Josep Miquel Bas (Club Alcarreño) won three individual events each!

Robert Hendriks (Biarritz SC) and Anna Garcia (C.N. Vilaseca) won the 90m Sprint, Barry Hazenoot (RB Gouda) the Surf Ski and

the junior Nuria Payola (CP Sant Joanenc) won the Surf Race.

THE EBFT ON BARCELONA'S CENTRAL BEACH

The Euro Beach Flags Tour had its 4th Round in Barcelona. Christopher Baroni and Anna Puigvert were the winners. 20 Points to both of them, for Baroni this secured him the 1st place of the EBFT 2015 and for Puigvert, gave her the possibility to be on the EBFT final podium.

■

UN NIVEAU EXCEPTIONNEL À EINDHOVEN

Répétition générale à un an des mondiaux



A un an de la World Rescue qu'elle va accueillir, la fédération néerlandaise a organisé avec brio l'Orange Cup. La compétition bénéficie d'une participation exceptionnelle et d'un niveau planétaire !

310 sauveteurs, venus de 17 pays, se sont retrouvés au "Pieter van den Hoogendand" Swim stadium à Eindhoven (Pays-Bas) les 14 et 15 novembre derniers. Cette compétition en eau plate est organisée par Reddingsbrigade Nederland, une semaine avant la célèbre

German Cup à Warendorf, pour donner l'occasion aux nations lointaines effectuant le déplacement (Japon, Chine, Nouvelle-Zélande, Australie) de participer aux deux événements. Cette Orange Cup fut exceptionnelle. Il faut dire que les nations avaient à cœur de concourir sur le site de la Rescue 2016.

Ce qui explique la présence de sauveteurs canadiens, allemands, polonais, italiens, norvégiens, tchèques, belges ou encore espagnols !

JETLAG À DIGÉRER

Naturellement, certains sauveteurs ont souffert du jetlag, d'autres étaient concentrés sur la German Cup programmée une semaine plus tard. Ce qui n'altère en rien la qualité du spectacle, dans un bassin profond de 3 mètres. Certains athlètes sont revenus, après la German Cup, afin de s'entraîner dans la piscine qui accueillera les prochains mondiaux.

A LA DÉCOUVERTE DE NOORDWIJK

Pour ceux le souhaitaient, Red-

dingsbrigade Nederland a organisé un circuit vers Noordwijk, où se tiendront les épreuves côtières en septembre 2016. Ils purent ainsi découvrir les lieux les plus importants. Pendant que les team managers prenaient connaissance des dernières mises à jour de la compétition dans le clubhouse de la Rescue 2016, quelques sauveteurs japonais ont saisi l'opportunité d'un premier plongeon en Mer du Nord avec au menu la découverte des magasins et autres cafés.

Plus d'infos : www.lifesaving2016.nl

UN OCÉAN D'ÉMOTION

La première édition plébiscitée

Coueurs d'écume a réussi son pari. Proposer un spectacle fluide et émouvant pour promouvoir le sauvetage et ses acteurs. Les valeurs véhiculées au cours de la soirée sont porteuses d'espoir en ces temps troublés. A noter que la seconde édition se tiendra le samedi 29 octobre 2016 !

L'association Coueurs d'écume partait un peu dans l'inconnu avec ces premiers Lifesaving Awards, organisés le samedi 31 octobre au casino de Capbreton avec le concours de la mairie et de la FFSS. Mais ce groupe de passionnés qui compose l'équipe CDC a relevé le défi, engendrant un spectacle fluide et ô combien émouvant. Présidée par Bruno Magnès, la cérémonie a drainé 200 personnes et fut plébiscitée par le public, à commencer par la conseillère départementale, Sylvie Bergeroo, Jean-François Monet, vice-président de Marenne Adour Côte Sud, Louis Galdos, adjoint aux Sports à Capbreton et Agnès Dupla, son homologue à Hossegor. Bernard Rapha, président de la fédération française de sauvetage et secourisme (FFSS), Jean-Pierre Soubiran, son vice-président, Christian Poutriquet, président de la commission secourisme à la FFSS et Yves Lacrampe, DTN du sauvetage sportif, étaient également présents. Emmanuelle Bescheron et Anthony Mazzer, préposés à la présentation de la soirée, ont rempli leur mission avec humour et professionnalisme. Un exercice périlleux et maîtrisé, servi par les images et autres vidéos des nommés, réalisées en amont par Romain et Frédéric Baldran.

MARSEILLAIS ET NIÇOIS À L'HONNEUR

Les binômes préposés à la remise des prix ont par ailleurs joué le jeu, à l'image de Magali Rousseau et Fredi Tortosa, duo glamour dont le sketch fait mouche (voir p.66) !



Martial Rinaudo et les Niçois récompensés pour l'organisation des N1 par Bernard Rapha.

Ou les duettistes Morgan Cheny et Raphaël Raymond, inspirés sur scène. Le premier palmarès des CDC Awards met en lumière les différentes facettes des activités fédérales. Ainsi, Jean-Baptiste Gimé et Grégory Caïazzo (ESM Marseille) reçoivent l'Award de l'action solidaire, des mains de Mathieu Lacroix et Philippe Doïmo, pour leur contribution au plan « Zéro noyade » à Dakar. Annick Cailleteau, de Lit et Mixe, est désignée « Bénévole de l'année » pour son dévouement, tant à la présidence du CD 40 que lors des formations des arbitres, jusqu'en Haute Vienne ! Martial Rinaudo et le club de Nice sont logiquement récompensés pour leur magnifique organisation des championnats de France en piscine. Stéphan Helbig reçoit pour sa part l'Award de la photo de l'année, désigné par le public et remis par Julien Lalanne, avant qu'Olivier Legrand ne fasse une présentation (images impressionnantes à l'appui) du surfboat.

FABRE ET DESPERGERS AU PALMARÈS

L'Award d'honneur, décerné à Jean-Pierre Arbouet (Popeye), suscite une vive émotion dans la salle. Touché par cette reconnaissance

et le discours d'Emmanuelle, le précurseur revient sur le temps des pionniers (pour la partie côtière) et dédie sa récompense à Eric Pétron, autre acteur majeur dans l'avènement du surf lifesaving à la française. Il reçoit son prix des mains de Marion Laborde Labadie, marraine de la soirée et vice-championne olympique de basket. Eva Colmont (Capbreton) est élue « Meilleur espoir féminin » après son ascension fulgurante et ses nombreux succès, y compris chez les seniors. Son Award est remis par Christel De Carlo et Sophie Gallino, professeurs d'EPS et pionnières du sauvetage en UNSS. Chez les garçons, les pronostiqueurs avaient vu juste. Louis Sam (Albi) est appelé à monter sur scène par Flora Manciet pour recevoir l'Award du « Meilleur espoir masculin ». Le jeune Tarnais aux mille talents ne se démonte pas et séduit l'auditoire par son aisance sur scène. La catégorie « Sauveteuse de l'année » voit Margaux Fabre élue pour sa régularité au fil de l'année et sa polyvalence eau plate – côtier. La Montpelliéraine, retenue par une compétition de natation à Lyon, avait, au cas où, préparé un petit film de circonstance. Jonathan Despergers, inte-

nable depuis deux ans, est dans la foulée élu « Sauveteur de l'année 2015 » pour ses performances à l'échelle nationale et européenne. « Je dédie mon prix aux jeunes de Biarritz que j'entraîne. Ils me poussent à me dépasser au quotidien. » témoigne, le Biarrot, ému par cette reconnaissance.

ABASCAL REINE D'EUROPE

Itziar Abascal (équipe d'Espagne) complète le palmarès 2015 en étant désignée « Athlète européenne de l'année ». Venue en famille depuis Santander, la sociétaire d'Alcarreño Salvamento est récompensée pour son titre continental sur l'oceanwoman, ses exploits en paddleboard longue distance et son état d'esprit irrécupérable.

Un cocktail dinatoire clôture en fa majeur la soirée, permettant aux acteurs du sauvetage sportif de se retrouver dans un contexte détendu. En somme, une belle fête pour célébrer la fin de la saison. L'association Coueurs d'écume et son président Michel Dumergue remercient la FFSS, la maire de Capbreton, le Crédit Agricole de Capbreton et Côte Sud FM, partenaires de la soirée. ■

NEXT ISSUE ► AVRIL



© Michel Dumergue

SO NICE ! ►

Les N1 eau plate sont de retour sur la Promenade des Anglais.
Gros enjeux à quelques mois des mondiaux.



TECHNIQUE ET PÉDAGOGIE ►

Le paddleboard, vu par Julien Lalanne.

© Eric Sarran



PÔLE ESPOIRS ►

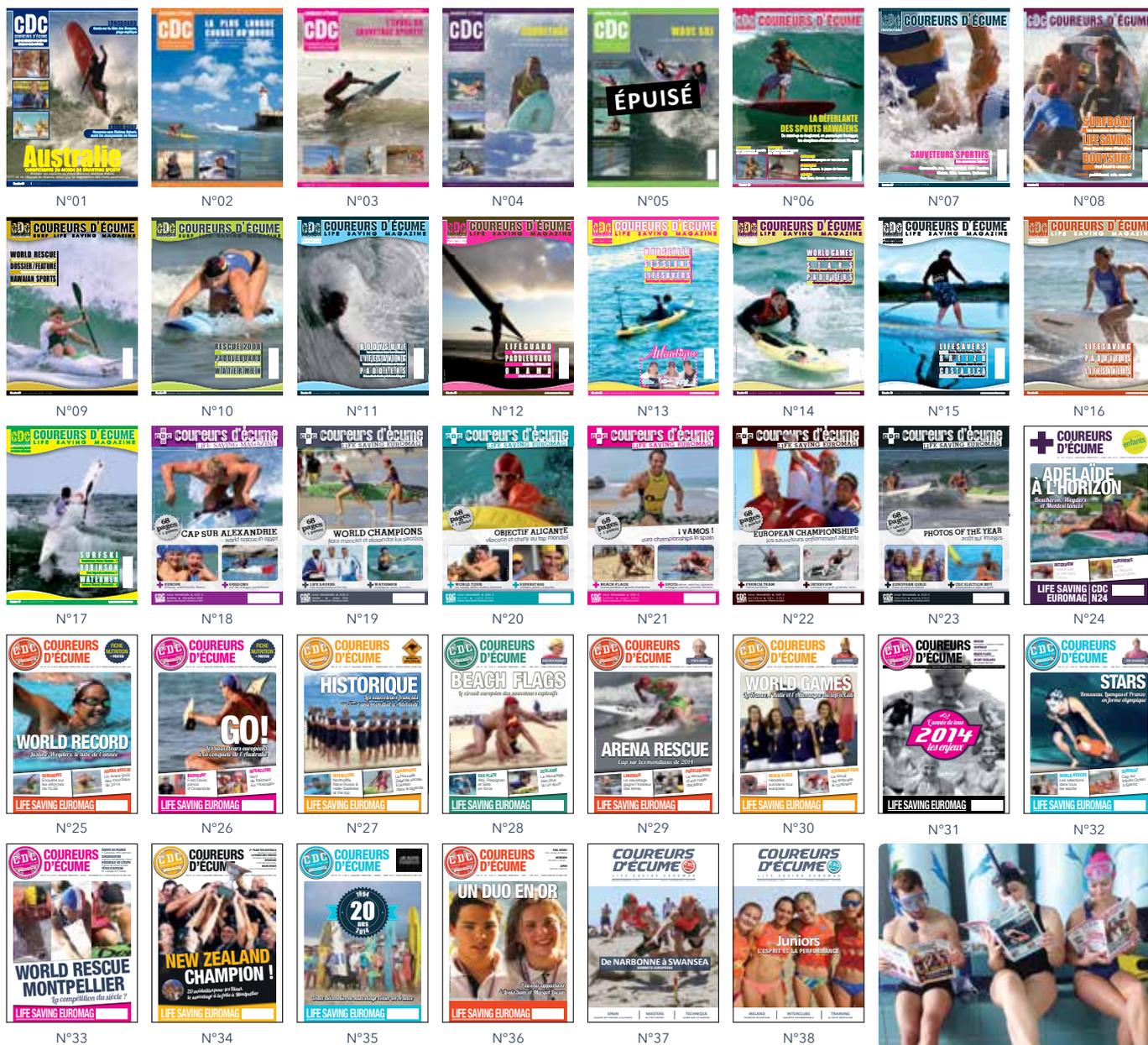
Plongée au coeur de la structure à Montpellier.

© Laetitia Blanc



CANET ►
Cap sur l'Arena

TARBES ►
Les N2 le retour



BULLETIN D'ABONNEMENT AU MAGAZINE *COUREURS D'ÉCUME*

VOS COORDONNÉES / DÉTAILS

M. Mme Melle
 Nom/Name.....
 Prénom/Surname.....
 Adresse/Address.....

 Code Postal/Zip code Ville/City.....
 Pays/Country.....
 Tél..... Mail.....
 Licencié FFSS : Oui Non
 Au club de :.....

ABONNEMENT / SUBSCRIPTION

- Pour 1 an/ 1 year, soit 4 magazines 26 €
- Pour 2 ans/ 2 years, soit 8 magazines 48 €

ANCIENS NUMÉROS / OLD MAGAZINES

Prix unitaire/Unit price 5 €
 Spécifiez les n° voulus/Please indicate the n°

OFFRE GROUPEE POUR LES CLUBS

Nous contacter sur : info@coureurs-dcume.com

3 moyens de paiement au choix :

CARTE BANCAIRE/ PAYPAL

Connectez-vous sur notre site : www.coureurs-dcume.com
 Rubrique abonnement.

VIREMENT BANCAIRE / PAYMENTS BY BANK TRANSFER

Banque CREDIT AGRICOLE D'AQUITAINE
 IBAN : FR76 1330 6009 8600 0819 4388 982
 Adresse SWIFT (BIC) : AGRIFRPP833

RÈGLEMENT PAR CHÈQUE BANCAIRE À L'ORDRE DE :

Association Coureurs d'écume

À ENVOYER AVEC LE BULLETIN À/ SEND TO

COUREURS D'ÉCUME
 Allée de La Nive - Paradise Océan Lot 74
 40130 Capbreton / France