

INFOLETTRE



CLUB AQUATIQUE ST-EUSTACHE

MARS 2026

Bonjour cher membre,  
Voici votre infolettre du mois !  
Chaque envoi est l'occasion de plonger dans l'univers de notre club :  
découvrez nos dernières nouvelles, suivez nos activités et tenez-vous  
informé des derniers développements au sein du CASE.  
Bonne lecture ! 🌊

## NOS MOMENTS FORTS

### FÉVRIER AU CASE : UN MOIS POUR BÂTIR ET PROGRESSER

Le mois de février est généralement plus calme du côté des événements, mais il est loin d'être tranquille à la piscine. C'est une période précieuse, consacrée aux entraînements, au perfectionnement technique et au développement de nos nageurs.



### 🔔 DERNIER MOIS – CAMPAGNE DE FINANCEMENT

Nous entamons le dernier mois de notre campagne de financement. C'est le moment de donner un dernier élan à la vente de billets et de finaliser vos démarches. Cette campagne est essentielle pour soutenir nos nageurs, maintenir des frais accessibles et assurer la qualité de nos activités. Chaque effort compte et contribue directement au développement du CASE.

Merci à toutes les familles pour votre engagement et votre précieuse collaboration. Ensemble, terminons cette campagne en force! ❤️

#### 📅 Dates importantes

Fin de la vente : 30 mars 2026

Tirage : 1er avril 2026

Les gagnants seront contactés et annoncés sur nos plateformes.

## Devenez partenaire du CASE 🇺🇵

Au CASE, nous croyons que le succès de nos jeunes athlètes repose sur la force de notre communauté. Nos événements rassemblent familles, bénévoles et passionnés de natation dans une ambiance dynamique et inspirante. Ils représentent une belle occasion de créer des partenariats porteurs de sens.

Que ce soit par un soutien financier, du matériel, une contribution en services, une idée originale ou un projet spécial, chaque collaboration contribue à enrichir l'expérience de nos nageurs. Il n'y a pas de petite implication : chaque geste fait une réelle différence.

En devenant commanditaire, vous bénéficiez d'une visibilité sur notre site web et dans nos différentes communications, tout en vous associant à un club engagé, familial et en pleine croissance.

Vous êtes intéressé ou connaissez une entreprise qui aimerait faire partie de la grande famille du CASE?  
Nous serions heureux d'échanger avec vous et de vous présenter notre programme de commandite ainsi que les différentes options possibles.

✉ info@casenatation.com

Ensemble, faisons grandir nos athlètes et notre communauté. ❤️

## MARQUEZ VOS CALENDRIERS

### COMPÉTITIONS À VENIR:

📅 12-15 MARS 2026 - Coupe du Québec Séniors (Montréal)

Compétition réservée aux athlètes ayant les standards requis.  
Séniors et Juniors ouvert + Para.

📅 28 MARS 2026 - Invitation Régionale ANMLLL #4 (Shawinigan)

Compétition pour les groupes Régional, Espoir, Relève et Novice 1 et 2.

### ÉVÉNEMENTS À VENIR:

📅 23 MARS 2026 - Moment d'échange de 17:00 à 18:00 (Bruno)

📅 24 MARS 2026 - Moment d'échange de 17:00 à 18:00 (Alban)

**PODIUMS &  
PERFORMANCES**



## COUPE DES RECRUES #3 ANMLL – MASCOUCHE

8 FÉVRIER 2026

37 athlètes – 9 or | 2 argent | 6 bronze

Aylan Azouz :	100m QNI (1:33.60) or
Loam Benceny :	100m brasse (2:31.06) or   50m papillon (57.08) or   100m QNI (1:59.01) or
Amir Dali :	50m papillon (1:18.00) argent
Léanne Fréchette :	200m libre (3:02.06) bronze   100m QNI (1:37.85) or
Raphaël Gagnon :	100m brasse (1:46.11) or   50m papillon (50.00) bronze   100m QNI (1:33.67) or
Jimena Soph Portugal Begazo :	50m dos (1:06.74) or   50m brasse (1:10.99) bronze
Dijao Romero-Dubois :	100m QNI (1:36.00) bronze
Charlotte St-Jean :	50m papillon (49.74) bronze
Thiago Vizcarra :	200m libre (2:54.27) bronze   100m brasse (1:47.11) or   100m QNI (1:34.35) argent

## COUPE DU QUÉBEC JUNIOR #1 – GATINEAU

13-15 FÉVRIER 2026

30 athlètes – 2 or | 7 argent | 7 bronze

Damian Asmar :	800m libre (9:01.99) argent   400m QNI (5:04.04) bronze
Olivia Beaudoin :	800m libre (10:07.04) bronze
Justin Coloos :	200m libre (2:11.45) bronze   400m libre (4:33.10) bronze   800m libre (9:22.97) argent   100m libre (1:00.71) argent
Éliott Laparé-Thibault :	100m brasse (1:16.28) bronze   200m papillon (2:31.96) argent
Chloé Planque :	50m brasse (35.27) or   200m brasse (2:41.86) or   100m brasse (1:15.76) argent
Ella-Claude Youu :	100m dos (1:08.68) bronze   100m libre (1:00.05) argent   50m dos (30.80) argent   200m dos (2:30.45) bronze

Mention spéciale à [Chloé Planque](#) et [Éliott St-Aubin](#), qui ont obtenu leur qualification pour le Championnat Québécois grâce à leurs superbes performances :

[Chloé Planque](#) : 200m brasse (2:41.86) | [Éliott St-Aubin](#) : 800m libre (9:53.80)

## COUPE DES MAÎTRES #5 – MONTRÉAL

21 FÉVRIER 2026

5 athlètes – 1 argent | 1 bronze

Noémie Loiselle :	100m libre (1:09.26) bronze
Philippe St-Onge :	100m dos (1:15.39) argent

 DES EXPLOITS À CÉLÉBRER !

RECORD DU CLUB - EUGÉNIE SENEZ BARCENAS (11 ans)  
50 libre (25m) : 29.01

MERCI À NOS PARTENAIRES !



### Restez connectés avec le CASE !

Suivez-nous sur Facebook et Instagram pour découvrir les photos de nos événements, compétitions et moments forts du club. 📷❤

Pour ne rien manquer des messages internes et faciliter les échanges entre parents, rejoignez dès maintenant notre groupe Facebook **CASE groupe parents entraide !**

Pour toute question ou commentaire, n'hésitez pas à nous écrire à :

 [info@casenatation.com](mailto:info@casenatation.com)

Au plaisir de vous lire et de vous retrouver au bord de la piscine ! 💧

## ANNONCE IMPORTANTE

### NOUVELLE OPPORTUNITÉ ESTIVALE

Nous souhaitons vous présenter un nouveau service estival offert par le CDESL : le Camp LAB Haute Performance CDESL, une expérience de développement athlétique destinée aux athlètes qui souhaitent optimiser leur progression et arriver mieux préparés pour la prochaine saison. Grâce à une approche structurée et un encadrement spécialisé, ce camp transforme la période estivale en un véritable levier de développement, autant sur le plan physique que global. Les participants auront l'occasion de travailler différents aspects de la performance sportive dans un environnement motivant, axé sur la progression et l'acquisition de bonnes habitudes d'entraînement.

Vous trouverez tous les détails du camp (objectifs, structure, encadrement et modalités d'inscription) au lien suivant : <https://www.cdesl.net/camp/>

# LAB

## HAUTE PERFORMANCE CDESL



« Cet été, ne t'entraîne pas juste pour t'entraîner :  
entre dans le Lab, et prépare-toi à performer. »

### 3 forfaits et 3 dates de départ

Le prospect : 2 jours / semaine

Le all-star : 3 jours / semaine

Le mvp : accès illimité

	4 mai	25 mai	22 juin
Prospect	800\$	650\$	450\$
All-star	1150\$	930\$	650\$
Mvp	1440\$	1170\$	850\$

Réfère un ami et obtient **20%**  
sur ton abonnement. 5 et  
c'est gratuit!!

**INSCRIS-TOI !**



**CONTACTE-NOUS :** [INFO@CDESL.NET](mailto:INFO@CDESL.NET)

