

INFOLETTRE



MAI 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

🎟️ TIRAGE ANNUEL DU CASE

Le tirage annuel du CASE a eu lieu le 1er avril dernier, au grand plaisir de tous !
Félicitations à nos heureux gagnants :

- 1^{er} prix (1 000 \$) : [Hai Houria](#)
- 2^e prix (500 \$) : [Danny Lopraino](#)
- 3^e prix (250 \$) : [François Blanchard](#)

Merci à toutes les familles pour votre participation et votre précieux soutien — c'est grâce
à vous que notre club continue de grandir et de faire vivre de belles
expériences à nos nageurs.

🌟 FONDATION ÉLITE SAINT-EUSTACHE

Le 29 avril dernier avait lieu la cérémonie de la Fondation Élite Saint-Eustache,
un moment de fierté pour notre club.

🎉 Félicitations à nos récipiendaires d'une bourse :

[Nyckole G. Cortez](#)
[Olivia Beaudoin](#)
[Justin Legault](#)
[Frédérique Chauvette](#)

La Fondation Élite Saint-Eustache soutient les Eustachois et Eustachaises qui se
démarquent par leur talent et leur engagement dans les milieux culturel, sportif et
communautaire, en offrant un appui financier pour les aider à réaliser leurs rêves.

💡 À noter : la prochaine période d'inscription pour déposer
une candidature aura lieu à l'automne 2026.

👉 Pour en savoir plus : fondationelitesainteustache.ca

Le mois d'avril marque un moment charnière dans notre saison. Il vient conclure une longue période de préparation, faite de travail patient, d'engagement quotidien et d'innombrables longueurs nagées avec rigueur. C'est maintenant une nouvelle phase qui s'ouvre : celle des compétitions où l'on cherche à transformer tous ces efforts en performances, au moment où cela compte le plus.

Ce mois aura aussi été marqué par un très beau moment collectif : notre bannière Performance remportée à la Coupe Espoir de Sherbrooke. Cette distinction vient récompenser bien plus que des chronos : elle souligne l'investissement de nos nageurs, le travail des entraîneurs et l'esprit d'équipe qui anime le CASE au quotidien. C'est une fierté pour tout le club.

Nous quittons avril en laissant derrière nous l'hiver... mais surtout avec une énergie renouvelée et une motivation immense pour les échéances qui approchent. Les prochaines semaines s'annoncent passionnantes avec les Championnats provinciaux, les Championnats des recrues, la Mini-Coupe et le Festival par équipe qui se profilent à l'horizon. Autant d'occasions de se dépasser, de porter fièrement les couleurs du CASE et de continuer à écrire ensemble notre histoire collective.

Coach Alban

MARQUEZ VOS CALENDRIERS

COMPÉTITIONS À VENIR:

 **1-3 MAI 2026 - Challenge Megophias (Trois-Rivières)**

Compétition réservée aux athlètes ayant les standards requis.

 **9-10 MAI 2026 - Finale Régionale ANMLL #5 (Mont-Tremblant)**

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

 **13-17 MAI 2026 - Championnat Québécois (Centre Sport Parc Olympique)**

Compétition réservée aux athlètes ayant les standards requis + Para.

ÉVÉNEMENTS À VENIR:

 **ON S'AMUSE EN ÉQUIPE !**

Le 25 mai, les nageurs des groupes Sport-Étude et Provincial 13+ du CASE sont invités à une activité de team-building à l'Arcade Tropicale. À l'approche du festival par équipe, nous souhaitons renforcer l'esprit d'équipe et partager un moment rassembleur.

Plaisir garanti !!!

**PODIUMS &
PERFORMANCES**



INTRA-PRINTEMPS DES MAÎTRES – ST-EUSTACHE

Bravo à nos 11 nageurs qui ont participé à l'Intra-printemps des maîtres, tenu le 2 avril dernier ! De très belles performances ont été réalisées dans le bassin, avec plusieurs records personnels à la clé. Nos athlètes ont fait preuve de détermination et d'un bel engagement dans l'eau. Nous sommes très fiers de vous — continuez sur cette belle lancée! ♥



INTRA-PRINTEMPS – ST-EUSTACHE

Bravo à nos 90 nageurs qui ont tout donné lors de l'Intra-Printemps ! Une ambiance électrisante, des encouragements constants, un esprit d'équipe solide et des couleurs du CASE fièrement représentées. Plusieurs records personnels et excellentes performances sont à souligner — vos efforts ont porté fruit ! Félicitations à nos plus jeunes pour leur toute première compétition. Compléter un 25m crawl et un 25m dos est une belle étape dont vous pouvez être fiers !



Mention spéciale à [Olivia Beaudoin](#), [Frédérique Chauvette](#) et [Maélie Constantin](#), qui ont obtenu leur qualification pour le Championnat Québécois grâce à leurs superbes performances :

[Olivia Beaudoin](#) : 200m dos (2:27.39) | [Frédérique Chauvette](#) : 200m dos (2:20.91) | [Maélie Constantin](#) : 800m libre (10:17.85)

INTRA-PRINTEMPS DES MAÎTRES – ST-EUSTACHE

Bravo à Loïc Trépanier et Lysandre Lepage pour avoir fièrement représenté le CASE lors de l'Omnium canadien, tenu du 9 au 11 avril dernier à Edmonton, en Alberta ! Ils ont tout donné et peuvent être fiers de leurs performances ! ♥



COUPE ESPOIR #2 – SHERBROOKE

26 athlètes – 9 or | 11 argent | 11 bronze

10-12 AVRIL 2026

Damian Asmar :	100m dos (1:05.38) bronze 1500m libre (17:34.97) or
Olivia Beaudoin :	200m papillon (2:38.50) argent 200m QNI (2:35.02) bronze 400m QNI (5:23.42) argent
Justin Coloos :	400m libre (4:33.84) argent 1500m libre (17:53.52) argent
Skander Ezzina :	200m libre (1:59.82) argent 100m libre (56.02) bronze 400m libre (4:19.97) argent
Éliane Lacoste :	50m libre (27.91) or 200m libre (2:08.87) argent

Éliott Laparé-Thibault :

50m brasse (35.80) **or** | 200m brasse (2:44.16) **or** |
100m libre (59.76) **argent** | 400m libre (4:37.59) **or** |
200m QNI (2:27.21) **argent** | 400m QNI (5:07.35) **or** |
200m brasse (2:45.30) **bronze**
400m QNI (5:30.62) **bronze**
100m brasse (1:17.18) **or** | 50m brasse (36.12) **bronze**
1500m libre (19:05.87) **bronze**
50m dos (29.29) **or**
50m dos (31.65) **bronze**

Camille Loïsele :

Chloé Planque :

Eugénie Senez Barcenas :

Mark Tocarciuc :

Ella-Claude Youu :

FILLES :

(Éliane Lacoste, Nyckole G. Cortez, Marilou Drouin, Chloé Planque)

GARÇONS :

(Skander Ezzina, Damian Asmar, Mark Tocarciuc, Anton Zotov)

FILLES :

(Marilou Drouin, Chloé Planque, Nyckole G. Cortez, Éliane Lacoste)

FILLES :

(Ella-Claude Youu, Camille Loïsele, Lauriane Walsh-Lamoureux, Laurence Haeseveld)

GARÇONS :

(Mark Tocarciuc, Damian Asmar, Anton Zotov, Skander Ezzina)

MIXTE :

(Skander Ezzina, Damian Asmar, Éliane Lacoste, Nyckole G. Cortez)

CHAMPIONNAT DES MAÎTRES – MONTRÉAL

24-26 AVRIL 2026

7 athlètes – 1 **or** | 8 **bronze**

Jude Baril :

Philippe-Mathie Charbonneau :

Noémie Loïsele :

50m dos (56.09) **bronze**
25m dos (18.06) **bronze** | 200m dos (3:05.00) **bronze**
400m libre (5:28.33) **bronze** | 200m brasse (3:12.88) **bronze** |
200m QNI (2:51.63) **bronze**
200m brasse (3:47.63) **bronze**
25m dos (16.79) **or** | 200m dos (2:37.33) **bronze**

Frédéric Planque :

Philippe St-Onge :

MERCI À NOS PARTENAIRES !



Ville de
Saint-Eustache

Saint-Eustache
Bingo



**FÉDÉRATION
DE NATATION
DU QUÉBEC**



Desjardins

**Natation
PLUS**

DEPUIS 1941
CONSTANTIN
famille & tradition



IGA
extra
LES MARCHÉS
Lamoureux

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

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

ANNONCE IMPORTANTE



DÉFI VIRTUEL DE DISTANCE

Cette saison, la FNQ lance un défi aux athlètes juniors (17 ans et moins) : se tailler une place au classement provincial sur des épreuves de distance (800m, 1500m et 3000m).

Bravo à toutes les nageuses et tous les nageurs qui participent au Défi !
Félicitations à ceux et celles qui se retrouvent au sommet du classement en portant fièrement les couleurs du CASE ! ❤

👉 Classement complet pour les athlètes juniors et pour les maitres:

<https://fnq.ca/competitions/defi-virtuel-de-distance/>

📅 Prochaine mise à jour du classement : fin mai

DÉFI VIRTUEL DE DISTANCE		
Classement au 31 mars		
800 m - F Bassin 25 m		
11 ans et -	Eugénie Elma Sanez Barcenos CASE	10:02.97
12 ans	Ella Perry PGSC	9:32.84
13 ans	Bianca Baccus PGSC	9:05.69
14 ans	Taylor Ferguson PGSC	9:17.13
15 ans	Mikaelle Pomerleau PGSC	9:11.64
16 ans	Reilly Lefsrud PGSC	9:01.59
17 ans	Delphine Piatera-Mercier NN	8:38.95

DÉFI VIRTUEL DE DISTANCE		
Classement au 31 mars		
3000 m - F Bassin 25 m		
11 ans et -	Eugénie Elma Sanez Barcenos CASE	40:26.39
12 ans	Maëlie Constantin CASE	43:51.72
13 ans	Olivia Beaudoin CASE	40:28.30
14 ans	Lauriane Walsh-Lamoureux CASE	43:12.89
15 ans	Florence Lavoie CNPS	42:39.13
16 ans	Florence Collard MINA	40:30.63
17 ans	Gabrielle Dubuc MINA	39:58.97

DÉFI VIRTUEL DE DISTANCE		
Classement au 31 mars		
3000 m - M Bassin 25 m		
11 ans et -	Menly Ménélas CNPS	50:17.73
12 ans	Ahmed-Yacine Selami CNMN	44:44.72
13 ans	Justin Colaoos CASE	37:13.03
14 ans	Vincent Dubuc MINA	39:53.08
15 ans	Manu Guha CNPS	36:10.48
16 ans	Isaac Simard CNMN	38:31.44
17 ans	Justin Aubin MINA	40:34.77

CAMP DE JOUR DE NATATION DU CASE

En collaboration avec la Ville de Saint-Eustache, le CASE est heureux de proposer son

camp de jour de natation, une belle opportunité pour les jeunes de 7 à 15 ans de développer leurs habiletés tout en s'amusant dans un environnement sécuritaire et dynamique. Ouvert à tous, membres du CASE ou non, ce camp est encadré par des entraîneurs qualifiés. Les participants profiteront d'un programme varié combinant entraînement en piscine, jeux aquatiques et activités physiques, le tout dans une ambiance motivante et conviviale. Chaque semaine propose une thématique différente pour garder les jeunes engagés et stimulés tout au long de l'été.

👉 Pour plus de détails : <https://casenatation.com/camp-de-jour/>

Ville de Saint-Eustache **Bingo Desjardins**

CASE
CLUB AQUATIQUE ST-EUSTACHE

ÉTÉ 2026
CAMP DE JOUR

Nous sommes heureux de vous offrir notre Camp de jour estival 2026 au Complexe Aquatique St-Eustache. Ce camp s'adresse aux enfants de 7 à 15 ans pour développer leurs habiletés aquatiques.

CAMP PRATIQUE : permet aux jeunes de passer du temps dans l'eau à travers des activités variées et dynamiques. L'objectif est de développer l'aisance aquatique, l'endurance et le plaisir de nager.

CAMP TECHNIQUE : met l'accent sur l'amélioration des habiletés de nage. Les entraîneurs travaillent avec les jeunes sur des éléments précis comme la position du corps, la respiration et l'efficacité des mouvements afin de les aider à progresser.

EN RÉSUMÉ :

- Thématique hebdomadaire
- Places limitées.
- Du 22 juin au 24 juillet 2026 de 8h à 17h.
- Relevé 24 disponible. Carte citoyen ou non-résident requise.

INSCRIPTION SUR LE SITE DE LA VILLE
www.casenatation.com/camp-de-jour/

NOUVELLE OPPORTUNITÉ ESTIVALE

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 CDES!

XCELLENCE
SPORTIVE LAURENTIDES
LAVALOISE

« 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