

C'est quoi ?

La natation synchronisée est un sport nautique, mélange de gymnastique, de danse et de natation qui se pratique en piscine.

# Naissance

•La natation synchronisée est née en 1907 avec Annette Alderman, une championne de natation synchronisée australienne qui donne alors un spectacle dans un bassin en verre à New York. Des clubs et des équipes universitaires vont apparaître dans plusieurs pays dans les trente années qui suivent. La première compétition de natation synchronisée et de figures imposées a été organisée au YWCA (Young Women's Christian Association) de Montréal, Canada.

•Le terme de « natation synchronisée » est apparu en 1934 à Chicago, lors de l'annonce de la performance d'une équipe de 60 nageuses, The Modern Mermaids, entraînées par Katherine Curtis. Les ballets aquatiques ont popularisé ce sport dans les années 1930.

# Figure imposée

Une figure imposée est une figure réalisée dans l'eau :

Flamant rose

Ballet leg

Voilier

Verticale

Barracuda

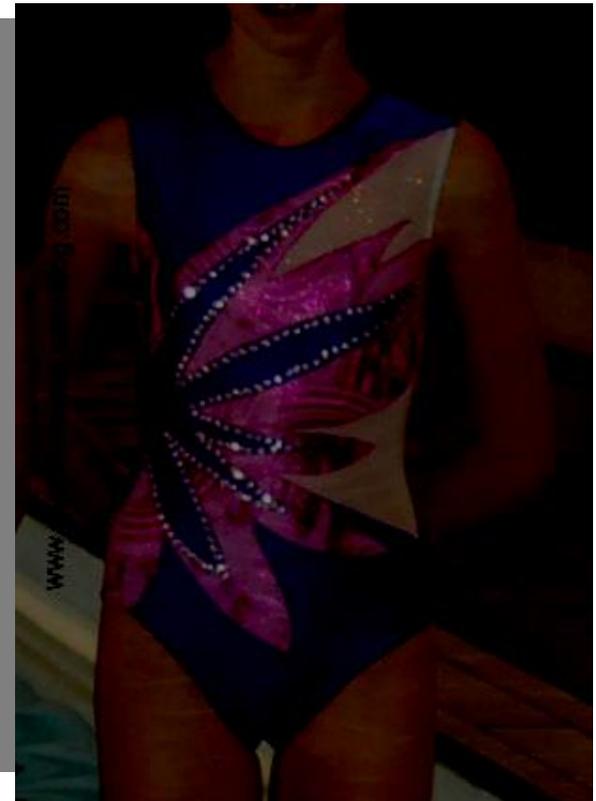
Etc ...

# Ballets

Il y a

- les ballets d'équipe : nager à huit
- Les solos : la meilleure nageuse
- Les duos : nager avec 2 personnes
- Les highlights : une forme de ballet à 10 nageuses

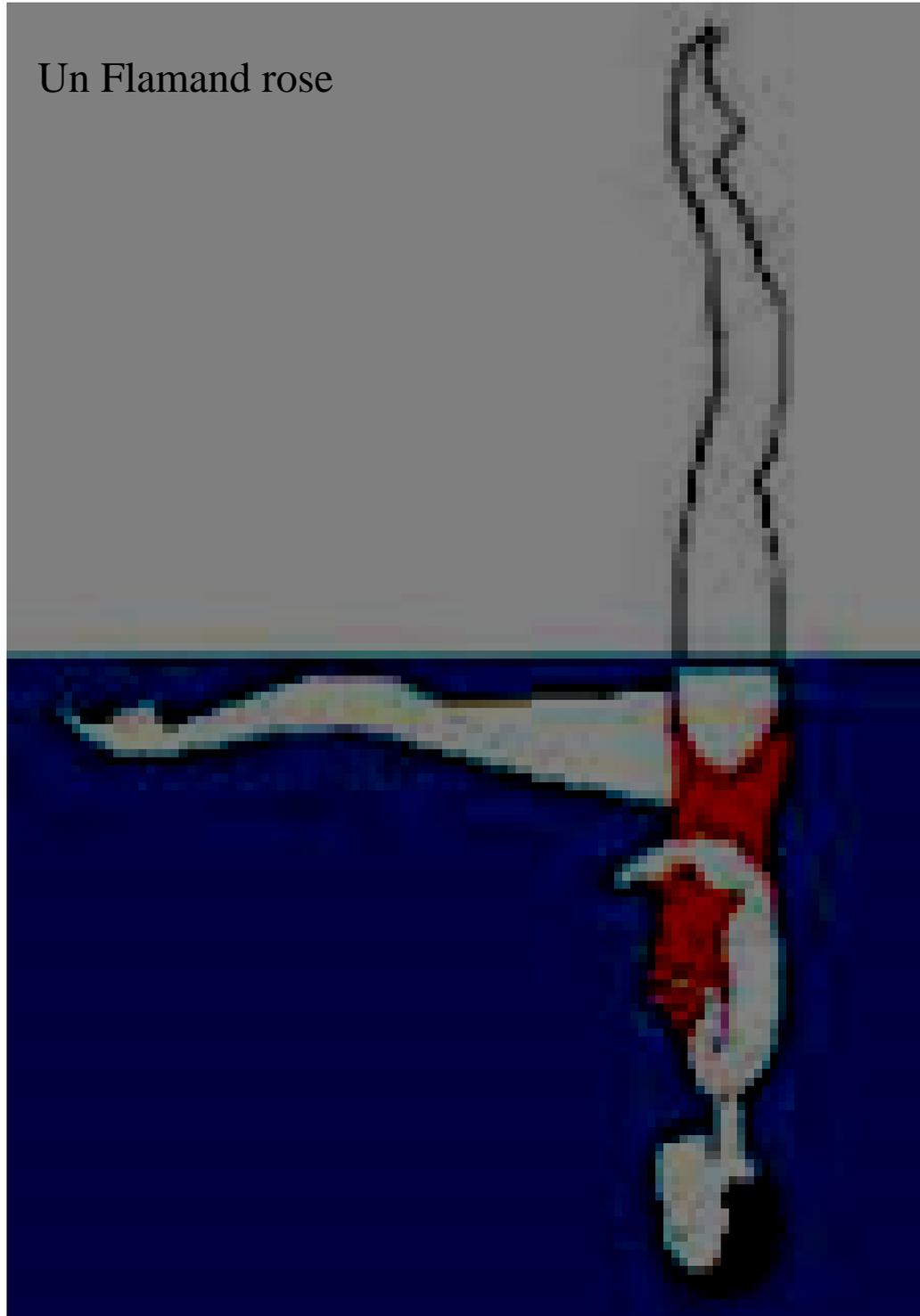
Elles se munissent d'un bonnet du club, d'un pince nez et d'un maillot de bain .



Un porté



Un Flamand rose



Un duo





YASMINE

OTMANI

