



SYNCHRONIZED SWIMMING ◀
NAGE SYNCHRONISÉE ◀







SYNCHRONIZED SWIMMING ◀

NAGE SYNCHRONISÉE ◀

LOCATION: Melbourne Sports and Aquatics Centre

EVENTS:

WOMEN

Solo
Duet

TEAM CANADA IN MELBOURNE

Watch for Marie-Pier Boudreau-Gagnon as she competes for gold in solo as well as in duet with her new partner Isabelle Rampling. As Canada's newest pair, Boudreau-Gagnon and Rampling will be coached by their club coaches, Julie and Denise Sauvé, who also happen to be sisters. Julie returns to the Games after coaching Sylvie Fréchette to Gold in 1986 and 1990. Canada is favoured to win despite strong competition from Australia and New Zealand. Canada's duet of Boudreau-Gagnon and Rampling has a golden expectation in Melbourne to give Canada their 11th straight Gold Medal in the Commonwealth Games. Jessika Dubuc attends as an alternate.

LIEU : le Melbourne Sports and Aquatics Centre

ÉPREUVES :

FEMMES

Solo
Duo

ÉQUIPE CANADA À MELBOURNE

Surveillez bien Marie-Pier Gagnon-Boudreau qui rivalisera pour l'or en solo ainsi qu'en duo, avec sa nouvelle partenaire, Isabelle Rampling. La plus récente paire canadienne de nageuses sera appuyée par leurs entraîneuses de club, les sœurs Julie et Denise Sauvé. Julie est de retour aux Jeux après avoir entraîné Sylvie Fréchette, qui avait raflé l'or en 1986 et en 1990. Les Canadiennes sont favorites pour remporter l'or quoiqu'on s'attende à une chaude lutte de la part de l'Australie et de la Nouvelle-Zélande. Le duo de Boudreau-Gagnon et de Rampling, si elles réalisent leurs aspirations pour la médaille d'or, permettra au Canada de remporter leur 11e médaille

COACHES QUOTE

“Marie-Pier is a very strong swimmer and I know she will have a great performance in Melbourne,” stated solo coach Denise Sauvé. “Marie-Pier swam the same routine with the same music but with new elements and she did fantastic during her Commonwealth trials.” Sauvé also added: “I am looking forward to going to another International Games’ with my sister.”

“Marie-Pier and Isabelle are Canada’s newest duet pair and I believe that they will do great things for Canada,” said Duet Coach Julie Sauvé. “The Commonwealth Games will be a great opportunity for Synchro to win some medals.”

HISTORY

While there is evidence of swimmers performing ballet-like maneuvers in the water in ancient times, the origin of synchronized swimming as an organized, competitive sport dates to the early 1920s. In the 1920s, a group of Canadian women, led by national caliber water polo player and diver Margaret Sellers, developed what they called ‘ornamental swimming’ from life saving and swimming techniques.

In 1924 a group of women performed before an audience. Spectators reacted with enthusiasm and within the year, rules that would lay the groundwork for the sport of synchronized swimming had been drawn up and the first competition staged. Over the next 20 years the sport grew, became very technical and athletic, music was added to the routines, and the name changed to ‘synchronized swimming.’

Important international milestones soon followed with Canadian athletes demon-

d’or consécutive aux Jeux du Commonwealth. Jessika Dubuc assistera aux Jeux comme nageuse remplaçante.

CITATION DE L’ENTRAÎNEUR

« Marie-Pier est une excellente nageuse et elle saura livrer une solide performance à Melbourne. Marie-Pier a présenté la même routine, au son de la même musique mais composée d’éléments techniques différents avec brio aux essais des Jeux du Commonwealth. Je suis aussi emballée à l’idée d’assister à de grand Jeux en compagnie de ma sœur. »

Denise Sauvé, entraîneure solo

« Je crois que Marie-Pier et Isabelle, la plus récente paire canadienne élite, représenteront très bien le Canada. Les Jeux du Commonwealth seront une excellente occasion pour le synchro de remporter des médailles. »

Julie Sauvé, entraîneure duo

HISTORIQUE

Il existe des indices à l’effet que les nageuses effectuaient des manœuvres ressemblant à du ballet dans les temps anciens, mais la nage synchronisée organisée et de compétition n’a vu le jour qu’au début des années 1920. À cette époque, un groupe de Canadiennes dirigées par Margaret Sellers, une joueuse de water-polo et une plongeuse de niveau national, a créé ce qui s’appelait à l’époque la « natation ornementale » à partir de techniques de sauvetage et de natation. En 1924, un groupe de femmes a présenté un spectacle en public. Les spectateurs ont accueilli l’activité avec enthousiasme. Un an plus tard, les règlements qui deviendraient le

strating the sport at the London Olympics in 1948 and again at the Helsinki Olympics in 1952. One year later, the Fédération internationale de natation amateur (FINA) ratified the rules of synchronized swimming. The first world championships were held in 1973 and the sport joined the Olympic family in 1984 and the Commonwealth Games in 1986.

RULES & REGULATIONS

At the Commonwealth Games there are two events in synchro—solo and duet. Each entry performs a technical routine that must include seven required elements and is worth 50 percent of the final mark and a free routine, equally weighted at 50 percent, where swimmers can create a program with a choreographer. The length of the routine varies depending on the number of swimmers and two sets of judges each assess each routine, one set judging technical merit and the other artistic impression.

Technical merit covers three specific areas: execution, synchronization and difficulty. Execution covers strokes and other propulsion techniques and the precision of patterns. Movements should be smooth and effortless and swimmers should be high in the water. Scores can be affected by penalties that may be awarded by the judges. Serious point-deductions are possible for rule breaking; for example, a two-point penalty is applied if a swimmer deliberately touches the bottom of the pool.

Two points can also be knocked off if a routine is missing an element. Half a point can be deducted if a part of an element is missing. Lesser offences like mistakes in timing on a routine result in a one-point

fondement de la nage synchronisée étaient établis et la première compétition avait été disputée. Au cours des vingt ans qui ont suivi, le sport a gagné en popularité et est devenu très technique et athlétique. On a ajouté l'élément de la musique aux routines et le sport est désormais devenu la « nage synchronisée ».

Les développements internationaux d'importance ne se sont pas fait attendre. En effet, les athlètes canadiennes ont présenté le sport de démonstration aux Jeux olympiques de Londres en 1948 et aux Jeux olympiques de 1952 à Helsinki. Moins d'un an plus tard, la Fédération internationale de natation amateur (FINA) entérinait les règlements. Le premier championnat du monde a eu lieu en 1973, et le sport a fait son entrée au programme olympique en 1984 et au programme des Jeux du Commonwealth en 1986.

RÈGLEMENTS

Deux épreuves sont présentées en nage synchronisée aux Jeux du Commonwealth : le solo et le duo. Chacune des participantes exécute une routine qui doit comprendre sept éléments obligatoires et qui compte pour 50 pour cent de la note, et un programme libre, dans lequel les nageuses peuvent créer une routine avec un chorégraphe, et qui compte également pour 50 pour cent de la note. La durée de la routine varie selon le nombre de nageuses. Les routines sont évaluées par deux groupes de juges. Un groupe évalue le mérite technique et l'autre, l'impression artistique.

Le mérite technique comprend trois éléments précis : l'exécution, le synchronisme et la difficulté. L'exécution comprend les mouvements et autres techniques de pro-

penalty. If a swimmer voluntarily stops swimming during a routine, the team or duet will be disqualified.

PAST PERFORMANCE

Carolyn Waldo and Sylvie Fréchette, both Commonwealth and Olympic champions, are the two biggest stars this country has ever produced in the sport. Synchronized swimming will feature in its sixth Commonwealth Games at Melbourne and, so far, the Canadians have scooped all previous ten gold medals.

RECENT MODIFICATIONS TO SPORT

Solo free programs are now 3 minutes in length (reduced from 3:30) and duet free programs are now 3:30 minutes (from 4:00). Technical elements are now worth 70% of the execution score representing an increase in the technical execution score from the last quadrennial.

DID YOU KNOW?

From its 1924 beginnings in Montreal to its debut in the 1984 Olympic Games, synchronized swimming has been actively pursued by more than 71 countries worldwide.

From 1984-2000, Canada has won gold, silver and bronze medals at the Olympics and has medaled in all World Championships between 1974 and 1999.

Canada won gold in both the solo and duet at the 2002 Commonwealth Games.

pulsion, ainsi que la précision des figures. Les mouvements doivent être fluides et sans effort, et les nageuses doivent être élevées dans l'eau. Les juges peuvent attribuer des pénalités qui sont soustraites de la note. D'importantes déductions sont possibles dans le cas d'une infraction au règlement, et une pénalité de deux points est imposée lorsque la nageuse touche volontairement le fond de la piscine.

Il y a aussi déduction de deux points lorsqu'un des éléments de la routine est absent et il y a déduction d'un demi-point lorsqu'un élément est incomplet. Les fautes moins graves comme une erreur de synchronisme entraînent une pénalité d'un point. Si une athlète arrête volontairement de nager pendant une routine, l'équipe ou le duo est alors disqualifié.

RÉSULTATS ANTÉRIEURS

Carolyn Waldo et Sylvie Fréchette, championnes olympiques et du Commonwealth, sont les deux plus grandes vedettes canadiennes de nage synchronisée. La nage synchronisée sera présentée pour une sixième fois à Melbourne. Les dix médailles d'or précédentes ont toutes été raflées par des Canadiennes.

RÉCENTES MODIFICATIONS APPORTÉES AU SPORT

Le programme libre au solo dure maintenant 3 minutes (au lieu de 3 minutes 30 secondes), et le programme libre de duo dure maintenant 3 minutes 30 secondes (au lieu de 4 minutes). Les éléments techniques valent maintenant 70 pour cent de la note d'exécution, ce qui représente une hausse dans la proportion de la note d'exécution par rapport à la dernière période quadriennale.

SYNCHRO CANADA

www.synchro.ca

1010 Polytek Street, Unit 14 - Suite 200,
Gloucester ON K1J 9H9

Tel: (613) 748-5674

Fax: (613) 748-5724

E-mail: synchroinfo@synchro.ca

CANADIANS IN MELBOURNE

Marie-Pier Boudreau-Gagnon (Québec);
Isabelle Rampling (Ontario); and,
Jessika Dubuc (Québec).

Julie Sauvé, coach (Québec);

Denise Sauvé, coach (Québec)

SAVIEZ-VOUS QUE... ?

Le sport a été pratiqué activement dans 71 pays du monde entre ses débuts à Montréal en 1924 et ses débuts aux Jeux olympiques en 1984.

De 1984 à 2000, le Canada a remporté l'or, l'argent ou le bronze aux cinq Jeux olympiques ainsi qu'une médaille à tous les Championnats du monde de 1974 à 1999.

Le Canada a remporté l'or au solo et au duo aux Jeux du Commonwealth de 2002.

SYNCHRO CANADA

www.synchro.ca

1010, rue Polytek, Unité 14 – Bureau 200,
Gloucester (Ontario) K1J 9H9

Téléphone : (613) 748-5674

Télécopieur : (613) 748-5724

Courriel : synchroinfo@synchro.ca

LES CANADIENNES À MELBOURNE

Marie-Pier Boudreau-Gagnon (Québec);
Isabelle Rampling (Ontario);
Jessika Dubuc (Québec).

Julie Sauvé, entraîneure (Québec);

Denise Sauvé, entraîneure (Québec)



A white sheet of lined paper with horizontal dotted lines is positioned over a background. The background features a white flag with a prominent red maple leaf, set against a grey surface. A red horizontal line runs across the top of the page, starting from the left edge and ending with a diagonal drop to the right. The paper itself is slightly offset to the left and bottom, creating a layered effect.

Date of Birth: 3/3/1983
Birth Place: Riviere Du Loup
Events: Solo, duet
Height (cm): 170
Weight (kg): 60
Languages: French, English

Date de naissance : 3/3/1983
Lieu de naissance : Rivière-du-Loup
Épreuves : Solo, duo
Taille (cm) : 170
Poids (kg) : 60
Langues : Français, anglais



Marie-Pier Boudreau-Gagnon

Coach: Julie and Denise Sauvé
Training Location: Montreal, Quebec, Canada
Training Club: Montreal Synchro
Carding Status: First Year Senior Card (C-1)
Years Carded: 8
Academic Institution: Université de Montréal
Area of Study: Natural Science
Occupation: Student

I began Synchronized Swimming at the age of seven in Rivière-Du-Loup after seeing Sylvie Fréchette on television.

My personal goal for Melbourne is to win two gold medals. My sporting goals beyond Melbourne are to be ranked in the top five in the world in solo, duet and team at the World Cup in 2006 and at the 2007 World FINA Championships. Not to mention, competing in both the duet and team events at the 2008 Olympic Games.

My personal best was at the FINA World Championship in Montréal where I finished sixth in solo and fifth in teams.

Entraîneures : Julie et Denise Sauvé
Lieu d'entraînement : Montréal, Québec, Canada
Club d'entraînement : Montréal Synchro
Brevet : Première année brevet senior (C-1)
Années brevetée : 8
Établissement d'enseignement : Université de Montréal
Domaine d'études : Sciences naturelles
Occupation : Étudiante

J'ai commencé la nage synchronisée à l'âge de 7 ans, à Rivière-du-Loup, après avoir vu Sylvie Fréchette à la télévision.

Mon objectif personnel pour Melbourne est de remporter deux médailles d'or. Au-delà de Melbourne, j'aimerais être classée parmi les 5 premières au monde en solo, en duo et en équipe lors de la Coupe du Monde de 2006 et aux Championnats du monde FINA de 2007. Sans oublier une participation éventuelle aux Olympiques de 2008 en duo et en équipe.

Ma meilleure performance personnelle est une sixième place en solo et une cinquième place en équipe aux Championnats du Monde FINA à Montréal.



Date of Birth: 6/24/1985
Birth Place: Burlington, ON
Events: Solo, duet
Height (cm): 169
Weight (kg): 54
Languages: French, English

Date de naissance: 6/24/1985
Lieu de naissance: Burlington, ON
Épreuves : Solo, duo
Taille (cm): 169
Poids (kg): 54
Langues: français, anglais

Isabelle Rampling

Coach: Julie Sauvé et Karine Doré
Training Location: Montreal, QC, CAN
Training Club: Montreal Synchro
Carding Status: First Year Senior Card (C-1)
Years Carded: 4
Occupation: Student, Part-Time Coach

I began Synchronized Swimming in Burlington, Ontario, at the age of ten years old. I wanted to advance from my completed swimming courses into life guarding. However, due to my age, I could not be accepted. When approached by a synchronized swimming coach at the YMCA in my hometown, I enrolled in what became my first season of a sport that I would dedicate myself to for many years to come.

I am participating in the Duet event in Melbourne and we are aiming for a Gold Medal performance. After Melbourne I would love to go not just to the 2008 Olympics in Beijing but also to participate in the 2012 Games and all the International Competitions in between.

Entraîneures : Julie Sauvé et Karine Doré
Lieu d'entraînement : Montréal, QC, CAN
Club d'entraînement : Montréal Synchro
Brevet : Première année brevet senior (C-1)
Années brevetée : 4
Occupation: Étudiante – Entraîneure à temps partiel

J'ai commencé à pratiquer la nage synchronisée à Burlington, en Ontario, à l'âge de 10 ans. Je voulais devenir sauveteur après avoir terminé mes cours de natation mais à cause de mon jeune âge, ils ne m'ont pas acceptée. J'ai alors été approchée par un entraîneur de nage synchronisée au YMCA local et j'ai commencé à pratiquer le sport auquel je suis toujours dévouée.

Je participe à l'épreuve en duo à Melbourne et nous visons l'or. Au-delà de Melbourne, mes objectifs sportifs sont de participer aux Olympiques de 2008 à Pékin et de 2012, et à toutes les autres compétitions internationales qui se dérouleront d'ici là.

Denise Sauvé

COACH / ENTRAÎNEURE

Residence: Quebec

Résidence: Québec



Julie Sauvé

COACH / ENTRAÎNEURE

Residence: Quebec

Résidence: Québec





A white sheet of lined paper with horizontal dotted lines, placed over a background of a white flag with a red maple leaf on a grey surface. The paper is oriented vertically and contains 20 horizontal dotted lines for writing. The background features a white flag with a prominent red maple leaf, set against a grey background. A red line is visible at the top right corner of the page.