

Le journal du CEA

N°9, Juin 2005

Editorial



Cette année, au sein de notre club, un renouvellement d'une partie des dirigeants s'est opéré, je dirais naturellement. La vie de notre club a continué sur les bases des actions et des projets imaginés et entrepris. A cet effet, je tiens à remercier Jenny Gazin notre précédente

présidente qui a su développer les structures de notre association sous leurs formes actuelles.

« Demain ne sera pas comme hier. Il sera nouveau et il dépendra de nous. Il est moins à découvrir qu'à inventer ». Cet adage de Gaston Berger nous invite à nous mettre à l'ouvrage. Après le travail de ce début de présidence, j'ai senti lors des réunions et des rencontres avec vous tous, un dynamisme réel dans la réflexion et la mise en œuvre. Il nous faut encore imaginer et construire. Je compte beaucoup sur les commissions (Ndlr : présentation dans le prochain numéro) que nous avons définies ensemble, et c'est au cœur de chacune d'elle que la construction de notre club aura lieu.

De nombreuses satisfactions dans les résultats des plus jeunes aux plus anciens ont parsemé cette saison bien avancée (voir résultats). Ceux-ci représentent aussi la vie d'un club, et sont notre vitrine pour nos demandes de subventions. Par ailleurs, une ambiance que j'espère conviviale pour tous, que pour ma part je ressens, permet un travail de qualité de nos excellents maîtres d'armes qui animent et développent notre activité de loisirs et de compétitions.

Le développement de notre club est une donnée qui va de pair avec son harmonie présente. Le projet d'une nouvelle salle est en discussion avec la municipalité ; nous suivons de près son évolution. Cette réalisation, que je souhaite pour nous tous, sera en relation et en cohésion avec notre dynamisme présent, notre structure actuelle et le développement de nos projets. Je vous souhaite une excellente fin de saison avant de vous retrouver pour l'assemblée générale.

Michel SCANDELLA

Le mot du trésorier...



Une année post-olympique couronnée de succès pour la France, a généré un afflux de nouveaux tireurs qui, je l'espère, ne sera pas suivi d'un reflux trop important pour la saison à venir.

A cet effet, un envoi en nombre (publipostage) sera adressé, dans les mois à venir, aux habitants des communes environnantes, afin d'informer nos voisins

de la convivialité de la pratique de l'escrime à Aulnay-sous-Bois, et ainsi permettre de conserver un effectif de tireurs conséquent pour la saison 2005/2006.

La Municipalité et le Conseil Général ont parfaitement assumé leur rôle de partenaires financiers, par l'attribution des subventions sollicitées par l'équipe dirigeante du club.

Je me dois de rappeler à TOUS nos tireurs que s'ils peuvent participer à de très nombreuses compétitions, et recevoir un enseignement de qualité, c'est en partie grâce à ces soutiens financiers. C'est pourquoi chacun doit avoir à cœur d'exercer au mieux son escrime pour valoriser le CEA par des résultats significatifs.

A cette période de l'année, je peux écrire que la situation financière du CEA est saine ; les états comptables de gestion sportive seront communiqués lors de l'A.G. du 18 juin.

Il faut savoir que le club étant dans sa 40^{ème} année d'escrime, il a atteint sa maturité... (...), en partie grâce à la gestion rigoureuse de ses anciens dirigeants.

Didier BERTHO

Samedi 18 juin 2005

En salle d'Armes

A partir de 14h00 Restitution du matériel loué

A 17h00 Assemblée Générale

A partir de 18h30

« BUFFET CAMPAGNARD »

Participation familiale: 10 € (1^{er} inscrit) et 5 € (les suivants)

Inscription à l'entrée de la salle

Venez nombreux !

www.ceaulnay.net
Courriel : cea@ceaulnay.net



J.O. : déclencheurs ou révélateurs d'envie ?

Lors des Jeux Olympiques d'ATHENES, l'équipe de France d'escrime nous a enthousiasmé. Notre sport, dont les retransmissions sont plutôt confidentielles, est passé de l'ombre à la lumière. Le CEA a enregistré cette saison une nette progression de ses nouvelles adhésions. Nous avons voulu savoir si cette progression résultait des JO.

Nous avons demandé à quatre nouveaux adultes débutants pourquoi ils ont franchi le pas cette année :

« J'avais déjà fait une initiation lorsque j'étais étudiant », nous dit Jean-Vincent : « Les JO ont agi comme un déclic. J'ai entendu un spot publicitaire et j'ai cherché un club près de chez moi. C'est le site Web du club qui m'a séduit. Je voulais pratiquer un sport élégant et peu commun. Au CEA, j'ai trouvé une bonne dynamique et une ambiance franchement sympathique. »

Eric est débutant sur les pistes mais, depuis quatre ans, il fréquente la salle d'armes sur les bancs en regardant les enfants. « A force de les observer », explique-t-il : « cela me semblait facile. J'attendais le moment propice. Je ne pense pas avoir été influencé par les JO. ». Très motivé, Eric a trouvé ce qu'il cherchait ; une activité physique et tactique.

« L'escrime, c'était un rêve d'enfant », nous confie Roger : « Les JO ont réactivé le désir. ». Aulnaysien, il a trouvé les coordonnées du Club dans le journal municipal. Roger apprécie l'aspect technique, mais pas ingrat de l'épée. Il conclut par un regret : « J'aurai dû commencer plus tôt... ».

Pour Nico, l'escrime est aussi un rêve. Il a poussé la porte du CEA pour sa fille de sept ans ; et si celle-ci ne s'est finalement pas inscrite pour une question d'horaire, c'est lui qui a signé. « J'avais été initié au fleuret. Enfant, je ferrailais contre mes copains avec tout ce qui pouvait servir d'arme », se souvient-il : « J'aime la rapidité et la tactique. ».

Les J.O. n'ont manifestement pas déclenché l'envie de pratiquer l'escrime. La tentation était latente, depuis parfois fort longtemps. Mais la médiatisation de l'escrime a probablement été influente. A travers ces témoignages, il semble que les J.O. ont permis la concrétisation du désir en rendant l'accès à la pratique de l'escrime plus proche.



Nathalie MALLET & Florence CHAMARD

Comité Directeur & Maîtres d'Armes

Michel SCANDELLA
Président



Didier BERTHO
Trésorier



Marie-Noëlle PRIVE
Secrétaire



Alain PRIVE
Président d'Honneur



& Administratrice

& Administrateur

Hervé LE NY
Administrateur



Agnès DE LOOF
Administratrice



Serge LE LOUARN
Administrateur



Jacques BETOUT
Administrateur



Elie CAVANE
Administrateur



Christian DINST
Administrateur



& Webmaster

Maître
**Louis-André
IGNACE**



Maître
**Christine
DHERBILLY**



Maître
**Pascal
IGNACE**



Maître
**Patrice
DHERBILLY**





Quelques résultats 2004/2005 de nos plus jeunes espoirs

Championnats départementaux individuels

CAVANE Lauralee	Sabre féminin benjamines	Bobigny	1ère
DERBILLY Pierre-Alexandre	Sabre masculin benjamins	Bobigny	1er
RIGAUT Guillaume	Sabre masculin benjamins	Bobigny	2ème
DE LOOF Nicolas	Sabre masculin benjamins	Bobigny	3ème
CAVANE Lauralee	Epée féminine benjamines	Livry-gargan	3ème
IMBERT Tanguy	Sabre masculin poussins	Bobigny	3ème
BENITAH Sharon	Sabre féminin benjamines	Bobigny	3ème
COIET Jessica	Sabre féminin benjamines	Bobigny	3ème
TOURLOUR Alice	Sabre féminin pupillettes	Bobigny	3ème
HENNEQUIN Tanguy	Sabre masculin pupilles	Bobigny	3ème
CHEFGROS Yann	Sabre masculin benjamins	Bobigny	5ème
GIL Eléonore	Epée féminine minimes	Livry-gargan	5ème
CULEUX Pierre	Sabre masculin benjamins	Bobigny	6ème
COIET Jessica	Epée féminine benjamines	Livry-gargan	6ème
MEDAOUI Najib	Sabre masculin poussins	Bobigny	6ème
PHILIS Robin	Sabre masculin benjamins	Bobigny	7ème
MARIE FRANCOISE Andrew	Sabre masculin benjamins	Bobigny	8ème
LACROIX Jordan	Sabre masculin pupilles	Bobigny	8ème
BERTRAND Jeremy	Sabre masculin benjamins	Bobigny	9ème
COIET Yann	Sabre masculin pupilles	Bobigny	10ème

Classement clubs : Sabre et Epée individuel Aulnay-sous-Bois 1er

Championnats départementaux par Equipes

CAVANE Lauralee - COIET Jessica	Fleuret féminin benjamines	Gagny	1ère
CAVANE Lauralee - COIET Jessica	Epée féminines benjamines	Bobigny	1ère
EQ1 : RIGAUT Guillaume MARIE FRANCOISE Andrew	Epée masculine benjamins	Bobigny	1ère
EQ4 : CHEFGROS Yann PHILIS Robin	Epée masculine benjamins	Bobigny	3ème
EQ2 : DHERBILLY P. Alexandre DE LOOF Nicolas	Epée masculine benjamins	Bobigny	3ème
CHIVE Romain - THIREAU Théo	Fleuret masculin poussins	Gagny	3ème
EQ1 : LACROIX Jordan - FIGUERAS Manuel	Fleuret masculin pupilles	Gagny	3ème
EQ1 : DE LOOF Nicolas DHERBILLY P. Alexandre RIGAULT Guillaume	Fleuret masculin benjamins	Gagny	3ème
EQ3 : BERTRAND Jeremy GASSAMA Amadou	Epée masculine benjamins	Bobigny	5ème
EQ2 : BERTRAND Jeremy PHILIS Robin MARIE FRANCOISE Andrew	Fleuret masculin benjamins	Gagny	7ème
EQ3 : BOUGOURD Romain KABELE Manuel	Fleuret masculin pupilles	Gagny	8ème
EQ2 : COIET Yann HENNEQUIN Tanguy	Fleuret masculin pupilles	Gagny	17ème

Classement clubs : Sabre et Epée par équipes Aulnay-sous-Bois 1er

Belle saison pour nos compétiteurs (très jeunes, jeunes, ou... moins jeunes). Encore un mois pour confirmer ces résultats avec toujours le même plaisir de la compétition et de la belle escrime. Mettez toutes les chances de votre côté. En ce sens, j'invite particulièrement les jeunes à lire et conserver les bons conseils du Doc (dernière page). Bon courage et bonne chance à Tous.

Rubrique Histoire...Au fil de l'Épée



Il est bon de se pencher sur les origines de notre sport, l'Escrime, dont il y a quelque temps sa fonction était tout autre. Le terme « épée » est d'origine celtique. Les grecs l'empruntèrent sans doute à des mercenaires gaulois enrôlés dans leurs rangs. Brandie à bout de bras, étincelante de tout son métal soigneusement poli, elle rappelle Zeus lançant des éclairs. L'épée à double tranchant tue le Mal et ouvre à la Vie, et devient symbole de pureté, vérité, droiture et force.

Ainsi, c'est avec son épée qu'un chevalier armait un autre chevalier. Remise lors de son adoubement, elle devenait alors son bien le plus précieux, révélatrice de son sang, inséparable compagne jusque dans son tombeau. Leurs gisants les représentent d'ailleurs tenant leur épée comme un crucifix. Instrument de force et de mort, l'épée était aussi objet de piété. Lors des cérémonies d'adoubement n'était-elle pas, en même temps que celui qui la porterait solennellement bénie et baptisée après avoir été offerte par des Rois, des Papes, des Evêques ou des Pairs, compagnons d'armes ?

Lors de nos assauts, soyons dignes de nos Maîtres, de leurs valeurs, dans un esprit de tradition et de respect.

J'espère vous avoir captiver grâce à cette rubrique, qu'elle soit également un moyen de soutenir votre effort, voire de l'accroître.

A bientôt donc sur les pistes

Gérard DEHAIS

Saison 2005-2006

Horaires et organisation

(sous réserve de modification)

Horaires des cours:

Mardi	(17h00-18h30)	initiation jeunes
Mardi	(18h00-20h30)	cours jeunes
Mardi	(19h30-21h30)	sabre épée jeunes
Mardi	(20h30-22h30)	épée cadets à adultes
Jeudi	(17h30-18h30)	initiation jeunes
Jeudi	(18h00-20h30)	cours jeunes
Jeudi	(19h30-21h00)	sabre épée jeunes
Jeudi	(19h30-21h00)	sabre sadets à adultes
Jeudi	(20h30-22h00)	épée adultes débutants
Samedi	(15h00-17h30)	épée cadets à adultes

Un **certificat médical daté de moins d'un an est absolument obligatoire** pour participer à toute compétition: **l'accès à la compétition sera refusé en son absence.** Il mentionne l'autorisation de pratiquer l'escrime **et** la compétition **et** autorise un éventuel surclassement.

Les bons conseils du Doc

Bien s'alimenter et s'hydrater avant, pendant et après une compétition sont primordiaux.

Pour éviter les passages à vide, les crampes et mettre toutes les chances de son côté, il faut :

- La veille au soir : repas équilibré avec des sucres lents (pâtes).
- Le matin : bon petit déjeuner avec du pain et au moins 25 cl de liquide.
- Pendant : Boire de l'eau/eau sucrée/eau gazeuse 30min avant le début de la compétition, puis souvent en petite quantité.
S'alimenter légèrement et régulièrement (barre de céréales, compotes, fruits).
- Repas du midi : obligatoire, mais léger (jambon + banane). Eviter le coca.
- Après pour la récupération : boire beaucoup et le coca est enfin autorisé ; même conseillé !!!

Mais hélas l'alimentation n'est pas tout, il faut également s'entraîner. Bon appétit !!!

Sylvain BOUQUET

Besoin de précisions ? Voir un membre du Comité Directeur