



LES ECHOS DE L'USF

n°3

Novembre 2006



Le mot du président...

La saison 2006/2007 est lancée et dans chaque section, chacun s'affaire pour organiser ses courses, ses compétitions, ses championnats ou tournois...C'est du boulot et tous les bénévoles font ça

avec cœur et sérieux.

De son côté, l'USF général, autour de son CD et des commissions déjà actives, prépare les événements à venir qui doivent nous rassembler.

Réaliser l'unité de l'USF, c'est aussi le but de ces Echos de l'USF qui doivent permettre à chacun de partager un peu la vie de la section voisine que l'on connaît parfois si mal...

Marc Baron

Quelques entraîneurs de l'USF

Ce mois-ci la section badminton...



Fabien Courcier se présente....

J'ai 29 ans, j'ai une formation STAPS et j'ai obtenu ma licence STAPS à l'Université du Maine au Mans en 1999.

J'ai commencé le BAD à Noyen avant de signer voici 5 ans à La Flèche. J'entraîne depuis 4 ans les équipes compétition de l'USF Badminton. J'ai préparé en candidat libre et décroché cette année la partie spécifique Badminton de mon BE (Brevet d'Etat). Cette qualification m'a permis de postuler sur un emploi au sein du CODEP 72 (comité départemental). Je suis donc chargé, de-

puis Octobre 2006 du développement du Bad sur tout le département en tant que Conseiller technique départemental. Dans ce cadre, le CODEP 72 et l'USF Badminton viennent de signer une convention selon laquelle je suis partiellement mis à disposition du club de La Flèche afin d'assurer des entraînements jeunes le Mercredi et continuer l'entraînement adultes le Lundi soir. Dans ce partenariat, l'USF Bad ne paye qu'une partie de la prestation que j'assure, l'autre étant prise en charge par le CODEP 72.

La séance type du Lundi soir.....selon Fabien

Échauffement : 15 min + étirements...
Mise en train 1 contre 1 avec raquette : 10 min.
Shadows (déplacements sans volant) 10 à 15 min
Jeux multivolants: 15 min
Matches à thèmes(smatch, coup droit, etc...) 40 min
Étirements 15 min

Encadrement pour les autres créneaux...

Clémence Couturier
Nathalie Bellanger
Nathalie Touzé
Marion Mazzolini
Flavie Mouche



Dans ce numéro :

au BAD, les Jeunes ont commencé leur championnat	p2
Trois équipes toujours invaincues au Basket...	p2
Organiser une course de KAYAK...c'est déjà du sport	p2
Une saison pleine de promesses à L'USF Gym....	p3
Rentrée studieuse et effectif complet à la Natation...	p3
L'USF Hand met en place une école d'arbitrage...	p3
Début de championnat en fanfare à l'USF Rugby.	p4
Le sport Adapté est affilié et organise ses partenariats....	p4
Résultats décevants ce mois-ci à l'USF T.T.	p4

Les rédacteurs de ce numéro...

Marc Baron- Georges Blaison- Claude Chantepie-Jaky Fraisse-Denis Godineau – Alexis Plu-Frédéric Padiou- Nathalie Touzé.

USF Badminton

L'USF badminton avait organisé le 7 et 8 octobre 2006 et inscrit 2 personnes, à savoir Nathalie Touzé et Clémence Couturier au stage de formation d'initiateurs badminton avec la collaboration des comités départementaux 72, 49 et 85. Nous avons été obligé d'annuler ce stage de 2 jours, par désistement au dernier moment des candidats du 49. C'est bien dommage car 2 autres initiateurs reconnus et diplômés au sein du club,

auraient été les bien venus.

Le CODEP 72 a sélectionné 3 jeunes du club pour faire des entraînements supplémentaires de perfectionnement en commun avec les clubs de Sablé et de Noyen. **Rémi Delorme, Alexandre Daurin et Jérémy Desjardin**

Le 22-10-2006 nous avons reçu et organisé la première journée de Régional 2. Étaient présents : Nantes, Pornichet,

La Ferté Bernard et Le Mans, La Flèche Exempt...

Prochaine journée le 26 novembre 2006 à Nantes.

Le 28 et 29-10-2006 championnat départemental simple jeune à la Ferté Bernard. 12 jeunes Fléchois de poussin(e) à cadet(te) se sont inscrits à cette compétition, un nombre d'inscrits en très nette augmentation pour la première compétition jeune de la saison. **Bravo les petits !!!**

USF Basket

Trois équipes de l'USF Basket sont toujours invaincues..
Les seniors Filles
Les Cadets
Et les Minimes 1 garçons

- Les seniors filles sont à ce jour invaincues avec trois larges victoires 75-25 sur Malicorne, 70-39 face aux Sablons et 70-33 face à Mansigné.
- Les cadettes ont un début de championnat difficile avec deux défaites 71-78 à Saint Calais et 40 -99 face à Ruaudin.
- Les cadets dominent largement les débats avec trois victoires en championnat. Ils battent dernièrement Le Mans SLB par 110 à 38 et Sablé 2 par 100 à 59.
- Les Minimes 1 sont eux aussi invaincus à ce jour

Ils ont battu La JALT 80 à 21, Saint Mars d'Outillé 77 à 42 et Allonnes 69 à 20....

- Pour l'équipe 2 de Minimes garçons le championnat est plus dur et ils ont subi trois défaites 44 à 66 face à Rouillon, 32 à 94 face à Fresnay et 103 à 9 face à Roezé qui jouait avec des cadets....
- Les Benjamins, après avoir battu Le Lude 54 à 50 on subi deux défaites 34 à 83 à Saint Calais et 16 à 106 à Changé
- Les benjamines n'ont pas réalisé à ce jour les matchs dont elles sont

capables. Elles perdent 26 à 29 à Champagné et s'inclinent 42 à 57 face à Ruaudin et 32 à 51 à Couaines...

Premier tour de la coupe Sarthe:

- Les seniors filles s'imposent facilement face à Marolles Les Brault par 60 à 29.
- Les Cadets font un gros match face à La Madeleine. Superbe première mi-temps et bonne résistance et deuxième période. Score final La Flèche 102 La Madeleine 91.

USF Canoë kayak

Mais au juste..... comme s'organise une course de kayak ?



Le 01 octobre 2006, l'USF CK a organisé le premier sélectif slalom Pays de la Loire - 110 compétiteurs avaient répondu présent à notre invitation...

Mais au juste comme cela s'organise... une course de kayak ?

Déjà des demandes administratives, à la Mairie (Arrêtés d'interdiction de stationner...), la Sous Préfecture, arrêté d'autorisa-

tion de course (documents à joindre, un nombre), le service hydraulique la Préfecture.....du papier, la Croix Rouge bien entendu...Le service technique pour le matériel. La préparation de la gestion de course, avec réception des inscriptions et construction de la compétition (Logiciel Fédéral à connaître...) - Le tracé du bassin à étiudier en fonction du niveau d'eau...Le montage du

bassin avec ses portes....l'accueil....la gestion des départs et arrivées....des juges de porte, l'informatique, plus de 4 heures de course et c'est fini...on démonte...

Plus de 20 personnes, sur plusieurs semaines et un week-end de bénévoles...

Ouf! !!! tout s'est bien passé et en plus, on a enregistré de bons résultats pour les Fléchois. A bientôt...

- Depuis la reprise mi-septembre, les groupes de gymnastes travaillent assidûment. Les techniciens constatent même une qualité technique bien supérieure à l'année précédente, qui permettra d'espérer de bons résultats aux premières compétitions début 2007 pour les compétitifs, mais également de belles prestations lors des démonstrations prévues pour tous en 2007. Sans attendre ces résultats, l'essentiel n'est-il pas de faire de son

mieux, remercions les gymnastes et leurs entraîneurs pour la qualité du travail.

- Du côté technique, l'entraîneur Gym principal, Daniel Nemeth, va suivre une formation qualifiante pour le label « petite enfance », ce qui permettra d'améliorer la qualité technique aussi pour les gymnastes en herbe. En Gym Rythmique, Hélène Borée met ses cours aux normes des notations de la FFG en compétition.
- Du côté organisation,

l'USF Gym a connu une belle réussite avec son vide-grenier qui a attiré près de 100 exposants et de nombreux chineurs.

- Du côté des projets à concrétiser, l'USF Gym souhaite **organiser une nouvelle « fête de la gym » au printemps 2007**, développer des **partenariats avec des entreprises**, et surtout monter un **projet pédagogique avec l'Education Nationale** afin d'accueillir des élèves des écoles primaires pour pratiquer la gymnastique durant l'année scolaire.

samedi 18 novembre
salle Printania.

LOTO de l'USF GYM

USF Handball

• 14 et 15 octobre :

Chez les filles, les moins de 16 filles battent le JCM 21/5.

Les moins de 18 perdent face aux ponts de Cé 15/26.

Les Seniors, font match nul à domicile face à Andouillé 14/14.

Chez les garçons, Les moins de 12 s'inclinent face à Sillé le Guillaume 06/13.

Les moins de 14 s'inclinent face à Allonnes 22/39.

Les moins de 16, s'inclinent face à Sablé 21/43.

les moins de 16(équipe 2) l'emportent largement à domicile face à Loué.

Les moins de 18, l'emportent largement face à La Ferté Bernard 71/04.

Les seniors, en département, l'emportent à domicile face à Aubigné Racan : 27/24.

Les seniors, en honneur région, s'inclinent à l'extérieur face à Evron 18/29.

• 28 et 29 octobre :

Chez les filles, les moins de 18, menées 10/13 à la mi-temps, font une fin de match éblouissante et s'imposent à l'extérieur

face à Trélazé 27/20.

Les seniors, en honneur région, s'inclinent à Mayenne 16/18.

Chez les garçons, les seniors, en région, remportent leur première victoire à domicile face à l'U.S. Berthevin 26/21. Victoire encourageante des Fléchois qui ont pris le match à leur compte dès le début de la partie et menaient à la mi-temps 12/10.

- **ECOLE D'ARBITRAGE: 12 jeunes motivés** ont suivi un stage d'initiation à l'arbitrage samedi 28 Octobre.

Une école d'arbitrage se met en place autour de Damien Guérineau et Anita Bacque, avec les conseils avisés de Sarah Descamps qui a été durant plusieurs années arbitre au niveau national.

USF Natation

Excellente rentrée...Les groupes sont complets. Tout le monde a fait le nécessaire pour que l'absence de Julia PONS ne se fasse pas trop sentir... Elle-même a su passer et donner ses directives.

- En compétition de pré-saison, compétition servant de référence en début d'année, 18 nageurs se sont rendus à Allonnes le 15 Octobre et le 22 Octobre dernier. Pas de

classement officiel mais les Chronos des Fléchois sont bons et les meilleurs sont souvent partagés entre Allonnes et La Flèche.

• Les futures compets..

Les 04 et 05 novembre, le meeting de sprint du Lude où nagent tous les niveaux de département à national.

Les 18 et 19 novembre, six nageurs se rendront à La Roche sur Yon pour un

meeting régional et National. Certains auront peut-être le plaisir de nager avec **Laure Manaudou !!!!**

• La synchro:

Le groupe synchro atteint maintenant 40 nageuses, nous avons repris un deuxième créneau à la piscine du Prytanée. Il règne aussi une bonne ambiance de travail et de bonne humeur. Un mini stage est proposé pendant les vacances de la toussaint.

Excellente rentrée à l'USF Natation...

Les groupes sont complets.

Beaucoup de motivation et un grand sérieux de la part des nageurs.

USF Rugby

Sans faute de l'équipe senior dans ce début de championnat..

- **Seniors**

Trois matchs et trois victoires.. On ne pouvait espérer mieux....

Le 01 Octobre, en déplacement à La Ferté Bernard, première victoire Fléchoise par 20 à 8.

Le 08 Octobre à La Flèche, les visiteurs de Doué La Fontaine ont craqué en première mi-temps. La deuxième mi-temps fut hachée par de nombreux arrêts de jeu. La Flèche l'emporte au final 20 à 8.

Le 15 Octobre, en déplacement à Bonnetable, les

Fléchois ont remporté largement leur troisième match: victoire Fléchoise 47 à 14.

- **Chez les Cadets**

Une victoire 8 à 0 contre Parthenay.

Une défaite 19 à 5 contre Le Mans .

- **Chez les Minimes**

Les rencontres sont organisées sous forme de plateau sur une après midi. Nos minimes se sont inclinés sur leur trois derniers matchs face à Chateaubriand puis face aux deux équipes du SCO Angers.

Le groupe de Minimes est pourtant en constant progrès à l'entraînement avec le retour de Bertrand FRESLON comme entraîneur.

- **A l'école de rugby**

L'école fonctionne bien encadrée par Fabrice JUBAULT, Yéli AZAUD et Bernard HUREL. La seule difficulté réside actuellement au niveau des déplacements lorsqu'il s'agit de rencontres programmées le samedi à 14H00 à Nantes!!!!!!

USF Sport Adapté

Noemie Coupeau, employée STAPS du comité départemental S.A. pourra être mise à disposition de l'USF pour encadrer certaines activités de la section S.A.

- Un équipe de l'USF Sport adapté a participé à L'EKIDEN organisé par l'ASL le 08 Octobre...

Bravo à tous les coureurs...

- La section sport adapté de l'USF vient de se voir officiellement affiliée à la FFSA. Les licences sont prêtes à être envoyées et les sportifs prêts à reprendre le chemin de l'entraînement, couverts par leur assu-

rance fédérale....

- Deux membres du bureau de la section sport adapté accompagnés du président de l'USF, ont rencontré à Sablé Pierre Herouin, président du comité départemental du S.A. . Cette rencontre a permis de faire la connaissance de Mlle Noémie Coupeau, qui vient d'être embauchée en tant que BE avec une spécialité

sport adapté. Suite à cela, Noémie est venue à La Flèche pour voir dans quel cadre et selon quels créneaux horaires elle pourrait intervenir à l'USF.

- Toujours dans le cadre des partenariats, L'USF Sport adapté a signé fin Octobre avec Louis Pichoff, président du Racing, une convention pour permettre aux jeunes ou adultes la pratique du foot.

USF Tennis de Table

Un début de championnat DUR... DUR..... pour les équipes de l'USF TT

Un début de championnat dur... dur....

- L'équipe 1 malgré de nombreux départs en fin de saison dernière poursuit son chemin vers le maintien. Elle bat l'ASPTT 10 à 8 et fait match nul contre FAY 9 à 9. Elle est actuellement 2ème de sa poule.

- Pour l'équipe 2 rien ne va plus..... 3 matchs, 3 défaites. Battus à VOIVRES 11 à 7 et par PARI-

GNE 13 à 5, il va falloir se ressaisir pour assurer le maintien.

- L'équipe 3 en gagnant son 1er match 11 à 7 contre TELOCHE, après avoir perdu 18 à 0 face à la SUZE, a fait un grand pas vers le maintien.

- Pour l'équipe 4, c'est très dur aussi... 3ème match, 3ème défaite, 12 à 6 face à l'ASPTT et 18 à 0 face au LUDE.

- L'équipe 5 qui était exempte la dernière journée subit sa 1ère défaite 11 à 7 face à SABLE.

- Les vétérans après avoir battus 3 à 2 COULAINES, subissent leur 1° défaite 4 à 1 contre CONNERRE.

- Prochaine journée de championnat le dimanche 5 novembre, en vétérans le jeudi 2 novembre et début du championnat jeunes le 18 novembre.