



Newsletter

Le P'tit Journal

2016 - N° 1

23 juin 2016

Mot du Président

Cher-e-s ami-e-s bonjour,

Après la mise en ligne récente de notre nouveau site, voici la naissance de notre newsletter (p'tit journal) autrement dit, une lettre d'information de notre association Handisport Lyonnais.

Chacun d'entre nous ne regarde pas tous les jours notre site. Il nous fallait un moyen complémentaire à paraître 2 à 3 fois dans la saison sportive.

Deux questions viennent à l'esprit: " pourquoi alors que nous avons un site Internet faire un support papier d'informations et un envoi par Internet pour ceux qui ont un ordinateur ? Ne croyez-vous pas que trop d'informations tue l'information ? "

Notre réponse est un engagement:

- il s'agira de transmettre des infos importantes: inviter à soutenir telle équipe en compétition, présenter les réussites d'une section, un compte - rendu de bons moments conviviaux

- avoir un lien privilégié par lettre avec vous, bénévoles et adhérents.

Ce trait d'union permettra de vous présenter les points importants de l'activité de notre association.

Vous pourriez aussi alimenter ce support en transmettant à la commission communication

et son responsable Louis ROBEIN vos avis, questions ou informations. Vos réactions nous intéressent !

En conclusion, la grande famille d' Handisport Lyonnais a besoin de chacun d'entre nous et puis " les écrits restent et les paroles s'envolent ".

Bonne lecture et à bientôt.

Handisportivement,

Gérard ROTH
Président d'Handisport Lyonnais



Dans ce numéro :

| | |
|------------------|---|
| Mot du président | 1 |
| Athlétisme | 1 |
| Foot Fauteuil | 2 |
| Cyclisme | 2 |
| Ski Alpin | 3 |
| Tennis de Table | 3 |
| Ski Nordique | 4 |
| Basket Fauteuil | 5 |
| Tir à l'Arc | 5 |
| Musculation | 6 |
| Foot à 5 | 6 |
| Natation | 7 |

Section Athlétisme

Résultats du Championnat de France d'Athlétisme en salle le samedi 23 janvier 2016 à Aubière près de Clermont-Ferrand (63) :



- Annouck Curzillat : médaille d'argent sur 400 m et médaille d'or sur 800 m (seule concurrente),
- Delya Boulaghlem : médaille de bronze sur 400 m et participation au 200 m,
- Matthieu Plazy : médaille de bronze sur 400 m et participation au 200 m,
- Axel Zorzi : médaille d'argent sur 60 m et 200 m,
- Etienne Gerber : participation au 800 m et 400 m.

Section Foot Fauteuil

26 licenciés: 16 joueurs en Compétition (1 joueur/entraîneur) – 2 joueurs en loisir – 2 Entraîneurs bénévoles – 6 bénévoles qui gèrent les entraînements et les jours de compétitions (buvette, mise en place...).

Handisport Lyonnais engage 3 équipes en Championnat de France, une équipe en 2^{ème} division et 2 équipes en 4^{ème} division (Championnat National Région Sud-Est).

Après un parcours exceptionnel en D3 (2014-2015 : monté en D2), Lyon 1 a pour but le maintien en 2^{ème} division. L'objectif est atteint car Lyon 1 se place 6^{ème} sur 9 équipes et jouera la saison prochaine en D2 avec pour objectif de faire mieux.

Lyon 2 et Lyon 3 ont des objectifs différents. Pour Lyon 2, l'objectif est clairement de se hisser jusqu'à



la phase Finale et finir dans les 2 premiers afin d'accrocher la montée en D3. L'objectif est plus que réussi avec la montée mais aussi le Titre de Champion de France en poche. C'est une grosse performance car l'équipe est partie avec uniquement 4 joueurs (donc pas de remplaçant) à Niort et a fait un parcours extraordinaire avec 1 nul et 3 victoires. Nous notons la présence de Lorenzo Carvalho qui a 10ans seulement a permis à l'équipe de survoler la phase Finale.

Lyon 3 a pour objectif de permettre aux joueurs qui étaient en loisir l'année précédente de pouvoir vivre la joie de se confronter à d'autres équipes avec un vrai enjeu. L'équipe a montré une grande détermination et a terminé 3^{ème} en phase régionale Sud-Est/Nord derrière Chalon 2^{ème} et Lyon 2 1^{er}.

Dernier objectif pour Handisport Lyonnais Foot Fauteuil est la Coupe de France organisée à Saint Symphorien d'Ozon les 18-19 juin 2016. Un mixte des équipes a été décidé et l'objectif est d'atteindre les demies-Finales.

Félicitation aux joueurs et la saison prochaine sera sûrement riche en compétitions.



Section Cyclisme

La section a accueilli de nouveaux pilotes, tous très motivés, assidus et désireux de s'investir, certains rejoignant la section, chaudement encouragés par des pilotes de la section; cela a ainsi permis d'accueillir 2 nouveaux pilotes, l'1 d'entre eux souhaitant compléter sa préparation au Para Triathlon. Lors de cette saison, des sorties collectives ont eu lieu très régulièrement les weekends, ainsi que des sorties ponctuelles en semaine, et ce, même à des températures

proches du zéro pour les plus courageux.

La section a participé à la cyclo-touriste « la Castellane » à Caluire (photos).

Le binôme constitué de Christophe et Christophe s'est aligné aux épreuves :

- Para triathlon de Montluçon le 8 mai 2016 (photos)
- Para triathlon de Bourg en Bresse le 29 mai 2016



Section Ski Alpin

Résultats du ski alpin en championnat de France des 21 et 24 Mars 2016 :

La section ski alpin de notre association se classe 3ème des clubs au niveau national. Notre équipe n'est pas une équipe au pied des montagnes !!



Juliette RAYMOND: catégorie debout, hémiparalysée est vice-championne de France en super géant et 3ème du géant

Jordan BROISIN, catégorie debout, amputé tibial est champion de France super géant, vice-champion de France de géant, de slalom et de super combiné.

Julien ARCIS, déficient visuel et son guide Pascal STRICKER sont champions de France géant et super géant

Et en coupe de France les 12 et 13 Mars: Benoit FAYOLLE et Juliette RAYMOND sont 2ème dans leur catégorie et Juliette RAYMOND est 2ème en ski cross.

Super BRAVO et nos vives Félicitations aux compétiteurs, guide et bénévoles.



Snowboard : Silvain Brechet

Classement SNOWBOARD IPC, transmis par Christian FEMY (DTN FFH).

Cette année, il a gagné 14 places en SNOWBOARD-CROSS et 6 en BSL (BANKED SLALOM).

Champion de France de snowboard-cross 2016



4 médailles : Première médaille en Bronze puis 3x champion de France de suite.

Section Tennis de table

La saison de la section tennis de table s'est très bien passée. Nous étions lors de chaque entraînement plus de 10, dont quelques nouveaux qui nous ont rejoint. Les ad-



hérents peuvent, depuis cette année, profiter d'un robot lanceur de balles, afin de se perfectionner ou d'apprendre les gestes de bases.

La section est très vivante, chaque date importante est marquée de petits apéritifs ou de pique-nique alliant plaisir et convivialité.

Cette saison a été également bonne pour les compétiteurs. Paul (qui pratique debout) s'est classé 4ème lors du 1er tour du critérium fédéral en novembre dernier à



Echirolles. Fabien (qui pratique assis) a terminé 2 fois 3ème à Echirolles et à Saint-Etienne.

Section Ski Nordique

Le guide

Hop... hop... ou là.... Là.... Ou ici... ici... ou vers moi... vers moi... etc...

Ou encore virage à droite... droite ou gauche... gauche, sors un ski à gauche... on reprend la trace à droite... ralentis : chasse neige ou sors juste un ski de la trace... on s'arrête.

Tel est une partie du langage d'un guide de ski nordique devant son guidé non voyant ou malvoyant !

Cela peut aller vite voir même très vite.

Le guide se retourne souvent pour vérifier l'éloignement et la direction du guidé. Il ajuste, il conseille, il rassure, il décrit le paysage et le parcours.

La nature

Qu'il pleuve, qu'il vente, qu'il neige, que le soleil soit là ou pas les ingrédients pour tandem sont différents à chaque instant.

La neige plus ou moins agréable, de douce et silencieuse à gelée et donc bruyante, les traces bien fermes ou ramollies qui nous guident moins bien, les skieurs environnants créant des bruits souvent perturbants tout cela fait partie de notre quotidien de skieur...

Cela peut vous paraître difficile et bien non le plaisir est là !

Guide et guidé sont en harmonie.

L'effort de ce sport de plein air nous revitalise.

Le groupe apporte une grande convivialité et chacun repart avec pleins d'étoiles dans les yeux.

Résultats compétition 2016 :

Championnats de France Peisey

Nancroix 5-6/03

Classique

Anais BEZIER argent

Claude POLLET 4

Biathlon

Anais BEZIER argent

Claude POLLET 5

Classement général Coupes de France

Anais BEZIER or

Claude POLLET bronze

Le guidé

A moins de 5 mètres de son guide, le guidé garde une attention continuelle et une très grande concentration tout au long du parcours.

Le guidé toujours attentif au guide et à ses conseils goûte les joies de la nature, les odeurs, le calme, les sensations nouvelles avec différences de neige, et les joies de l'effort physique.

A cela il faut ajouter les conseils techniques du guide pour mieux glisser, pour moins se fatiguer et progresser de jour en jour.

Claude POLLET et son guide-pilote François MAZUR



ANAÏS BÉZIER



Section basket Fauteuil

Présentation du sport

Le basketball en fauteuil roulant a été créé en 1946 à l'initiative d'anciens militaires américains et se pratique en France depuis 1955. Il compte actuellement 25.000 licenciés répartis dans 75 pays.

L'intérêt de ce sport, outre ses vertus socialisatrices, réside avant tout dans le maintien "en forme" et le développement des facultés d'attention.

Il est un bon entraînement physique et permet une parfaite maîtrise des déplacements en fauteuil.



Section Tir à l'Arc

Pour le tir à l'arc, le temps ne compte pas. Il faut aborder ce sport avec sérénité. Il faut analyser son geste, élaborer un ensemble gestuel cohérent pour obtenir des résultats encourageants, laisser le doute au vestiaire, trouver l'équilibre et se concentrer sur l'objectif. Ainsi, le repos est salutaire. Ne pas perdre pour autant le fil et tenir réflexion sur le travail à accomplir. S'entraîner à se porter comme spectateur de sa silhouette en action de préparation de tir. Avoir la science de voir son corps, d'en faire le tour dans l'espace de façon à corriger ses défauts. C'est un art et je vous aiderai à le découvrir.

Le mental est aussi très important et aborder la sophrologie est un potentiel à ne pas négliger. Le tir à l'arc, c'est de l'émotion. Comme dans la vie de tous les jours, rien

n'est possible sans émotion. C'est le reflet de la sensibilité d'un être face à un objectif ou à une situation. Bien sûr, l'idéal est de se préparer à ces instants. L'archer doit s'entraîner à ressentir ce bouleversement et cette fièvre qui va transformer tout son être pour un temps. Ce temps, c'est le moment du lâcher de la flèche qui vole vers l'objectif poussé par la corde.

Venez nous rejoindre, faire un es-



sai, pourquoi pas?

Entraînement tous les lundis de 17 h 30 à 20 h 00 au gymnase BELLECOMBE 161 avenue THIERS (angle rue de la VIABERT) pour la saison d'hiver.

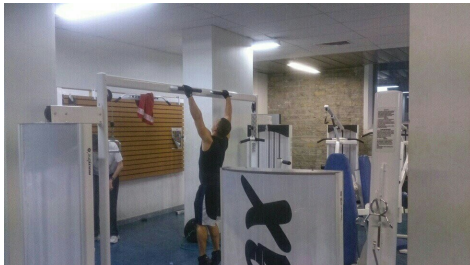
Sur le terrain dit "LE VERGER" dans l'enceinte de l'hôpital du VINATIER 95 boulevard PINEL 69500 BRON pour le tir d'été. Tous les lundis de 17 h 30 à 20 h 00 et quelques samedis matin par mois pour les tireurs confirmés; de 9 h 00 à 12 h 00.

Tous les handicaps sont acceptés dans la mesure de capacité de la personne. Les personnes valides sont les bienvenus et peuvent aussi pratiquer avec vous.

Jean-Pierre BEAUJEAN, entraîneur

Musculation

La section musculation a 38 adhérents, deux créneaux horaires sont possibles, le mardi entre 18h/20h à l'université Lyon 3 et le jeudi entre 18h/20h à la DOUA. Pour encadrer les adhérents nous avons deux entraîneurs Jérémie et Coralie. Une sortie au restaurant a été organisée le 4 mars et un pique-nique est organisé le 28 juin.



Foot à 5

Présentation du sport

Le Foot à 5 permet à des jeunes handicapés se déplaçant debout de pratiquer l'un des sports collectif le plus populaire en France.



Règlementation et matériel

Le Foot à 5 en salle s'appuie sur le règlement de la FFF dont les particularités sont dans l'état compatibles à notre public :

- surface de jeu réduite
 - ballon avec faibles rebonds
 - remise de jeu au pied
 - nombre de joueurs réduit (5 + 2 remplaçants)
 - durée de jeu aménagée, etc.
- ... Avec de très nombreuses consignes de fair-play :
- les tacles sont interdits,
 - les bousculades et les mauvais gestes sont sanctionnés,
- ... et de nombreuses qualités éducatives !
- socialisation et sens de l'équipe
 - entraide à la construction de jeu



Natation

Journée Inter'Eau



Le dimanche 22 Mai 2016 a eu lieu la journée de sensibilité challenge Inter'Eau au Centre Nautique Etienne Gagnaire à Villeurbanne.

Il s'agit d'une journée où les performances des personnes handicapées et valides se mêlent. A travers un tel événement, les imaginaires fusant autour du handicap sont l'occasion d'être totalement déconstruits. Et oui, les handi's aussi font du sport! Dans un premier temps nous

avons pu être spectateurs d'une belle représentation de nage synchronisée du club de Chassieux (17 nageuses).

Après cela le relais 20 minutes c'est mis en place. Les nageuses et nageurs ont fait de belles performances (1 relais enfants de 8 nageurs de moins 12ans on fait 900m – 4 relais de 8 nageurs de plus de 12ans les premier 1150m).

Le club de natation synchronisée de Villeurbanne (17 nageuses) a pris la main pour nous offrir de beaux exploits chorégraphiques. Après la danse, la vague des nageuses et nageurs (Handi et Valides) ont repris pour le relais quatre nages (6 relais 4 nages premier Relais en 3'21"82).

Nous avons pu conclure cette belle après-midi avec un pot convivial où nous avons été gâtés avec une chouette tombola. De même, chaque nageuse et nageur ont été récompensés par le club pour leurs efforts.

Bravo à toutes et tous!

Adeline



Championnat de France de natation handisport Samedi 28 mai 2016 Angoulême

Retour en images sur un samedi riche en émotions pour nos 4 nageurs espoirs de moins de 16 ans qui ont traversé la France pour rejoindre les Championnats de FRANCE des jeunes à Angoulême. Pas de médailles pour nos nageurs mais des belles performances !!

HORN Corentin né en 2002 pour sa première participation finira à la 4ème place au 200m nage Libre et au 50m Brasse ,5ème au 50m Nage Libre, 6ème au 50m Dos.

GUICHON Maël né en 2005 décroche une 6ème place au 50m Brasse et au 50m Brasse ,7ème au 50m Dos, 11ème au 50m Nage Libre

MARTIN-BORIE Élisabeth née en 2005 pour sa première participation finira à la 8ème place au 50m Dos et au 50m Brasse

DUCATILLON Inès née en 2006 décroche une 7ème place au 50m Dos et 10ème au 50m Nage Libre

A reçue la coupe de la plus jeune fille du Championnat de FRANCE des JEUNES

Tous nos nageurs n'ont pas démerité en améliorant leurs chronos de l'année.



Handisport Lyonnais

Siège Social:

20 bis rue Paul CAZENEUVE
69008 LYON

Tél : 04 78 01 16 32

Email :

info@handisportlyonnais.fr

Retrouvez-nous sur notre
nouveau site : [http://
www.handisportlyonnais.com/](http://www.handisportlyonnais.com/)

Vous rechercher un emploi ?

Ne pas hésiter alors à vous faire connaître au nom d'Handisport Lyonnais, à DÉCATHLON Lyon PART-DIEU qui recrute régulièrement à différents postes.

Décathlon Lyon Part-Dieu est partenaire d'Handisport Lyonnais.

Julia BOIVIN , notre correspondante Décathlon Lyon Part-Dieu, peut soutenir votre candidature.

Bien se présenter comme venant d'Handisport Lyonnais vous présentez votre CV, soit à l'accueil de notre magasin, soit par mail à son adresse : <julia.boivin@decathlon.com>

Le sport...

une autre façon de mieux vivre son handicap

Utiliser LILO à la place de Google

Plus on sera nombreux à utiliser LILO, plus notre club sera GAGNANT et cela sans rien "déboursier". Moteur de recherche français, il utilise pratiquement la même base de données que son concurrent Américain GOOGLE

Voici la procédure : (n'ayez pas peur c'est VRAIMENT très simple)

Se rendre sur <http://www.lilo.org> pour utiliser le moteur de recherche Lilo

Aller sur la fiche projet <http://www.lilo.org/.../handisport-lyonnais-foot-fauteuil-et.../> et cliquer sur « financer en avant-première »

Faire ses recherches au quotidien avec Lilo pour gagner des gouttes d'eau

Reverser régulièrement ses gouttes d'eau, en se rendant directement sur la fiche projet

<http://www.lilo.org/.../handisport-lyonnais-foot-fauteuil-et.../>

A très bientôt sur Lilo !



Les dossiers d'inscription 2016-2017 vont arriver très prochainement. Ils seront distribués par votre section et seront à rendre au club au plus tard début septembre.

Merci de votre compréhension pour une bonne gestion interne

Monique et Matthieu

Agenda

27 août: place Bellecour
démonstration handi -valides organisés par le comité départemental olympique et sportif.

Du 7 au 18 septembre: grandes manifestations locales dans le cadre des jeux paralympiques