

NEWSLETTER



L'EDITO
DU PRESIDENT

Saison 2011/ 2012 n° 12

Janvier 2012

Suite a notre numéro spécial sur les Championnats du Languedoc-Roussillon de Force Athlétique, nous reprenons le cours « normal » si l'on peut dire avec ce numéro 12. La rétro de ce mois-ci est consacrée au bilan de participation aux Championnats du Monde d'Haltérophilie des languedociens depuis 1946. Le travail de statistique de Nicolas FORIEL peut être appuyé par des infos que vous possédez. N'hésitez pas à contacter Nicolas par l'intermédiaire du Comité Régional.

Vous trouverez l'ensemble des résultats de Janvier des compétitions haltérophiles et je crois que nous pouvons enregistrer un signe encourageant en terme de participation avec cinq clubs participants au Challenge de l'Avenir, ce chiffre restera l'objectif au niveau de la Coupe de France 2013.

**Bon courage et bon travail pour la suite
de la saison,**

Bernard GARCIA

SOMMAIRE

Page 2: - Les Languedociens aux Championnats du Monde Sénior

Page 3: - 2e Journée Cht France des Clubs Nationale 1A

Page 4: - Stage Benjamins/Minimes
- Challenge de l'Avenir
- Cht Régional FA+DC

Page 5: - 1er Tour Coupe de France Jeunes

Les Languedociens aux Championnats du Monde Séniors Depuis 1946

1	HERAL Max	AC Montpellier	7	1946	1947	1948*	1949	1950	1951	1952*
-	KIAPANATSIAN Katchatur	Clermont Sports (Arménie)	7	1993	1994	1995	1996*	1997	1998	1999
3	FIRMIN Georges	AC Montpellier	6	1947	1948*	1951	1952*	1954	1955	
4	MARTINEZ Santiago	Clermont Sports (Espagne)	4	2004*	2005	2006	2007			
5	BALP David	Clermont Sports	3	1992*	1993	1994				
-	COUSSIN Yvon	HC Palavas	3	1975	1976*	1977				
-	EL MOUJOUR Ali	Clermont Sports	3	2005	2006	2007				
-	MARCHAL Roger	AC Montpellier	3	1951	1954	1955				
-	MARTINEZ Sergio	Clermont Sports (Espagne)	3	2005	2006	2007				
-	PEDRENO Laurent	Clermont Sports	3	1998	1999	2003				
-	TERME Aimé	HC Palavas	3	1969	1970	1972*				
-	VINCENT François	AC Montpellier	3	1958	1959	1960*				
-	BARDIS Jean-Baptiste	Clermont Sports	3	2007	2008*	2011				
14	BOULADOU Pierre	AC Montpellier	2	1947	1948*					
-	GRIGORYAN Agvan	Clermont Sports (Arménie)	2	1993	1994					
-	WADJA Georges	Clermont Sports (Cameroun)	2	1995	1998					
-	BATCHAYA Brice	Clermont Sports (Cameroun)	2	2008*	2011					
18	BARDIS Luca	Clermont Sports	1	2006						
-	KETCHANKE Gaëlle	Clermont Sports (Cameroun)	1	2011						
-	BOUPDA Claude	Clermont Sports (Cameroun)	1	1998						
-	FERRARI Henri	Frontignan AC	1	1946						
-	GARRIDO Mickaël	Clermont Sports	1	1998						
-	MOULINS Henry	HC Narbonne	1	1947						
-	SANCHEZ Maurice	AC Montpellier	1	1957						
25	VOTREA Luciano	HC Vias	1	1999						

* **De 1964 à 1984** Les J.O étaient comptabilisés également comme Championnats du Monde

RECAPITULATIF PAR CLUB

1	Clermont Sports	36
2	AC Montpellier	22
3	HC Palavas	6
4	HC Vias	1
5	Frontignan AC	1
6	HC Narbonne	1

67

Réalisation: Nicolas FORIEL
Novembre 2011

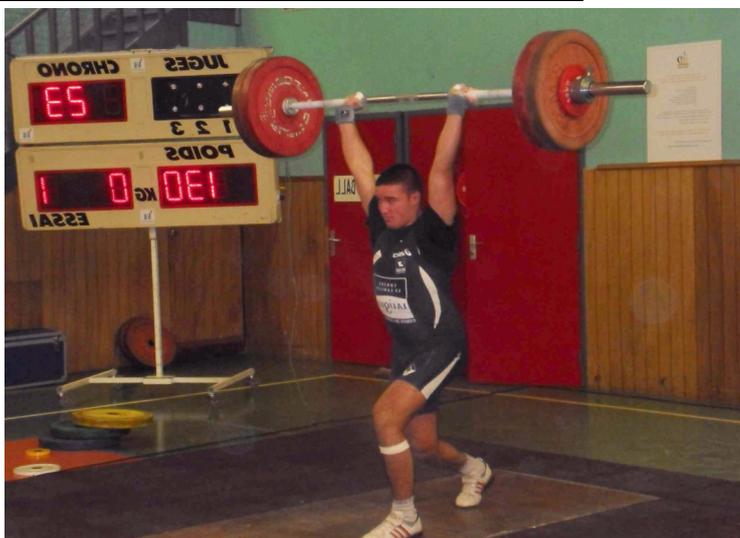
Sources: Documents Officiels

**2ème Journée Championnat de France des Clubs
Nationale 1A
7 Janvier - ASPTT Lille / CM Orléans / Clermont Sports**

Avec un total de 509pts, Clermont Sports a remporté le match qui l'opposait à l'ASPTT Lille et Orléans. Tenant du titre, le club reste deuxième derrière Besançon, qui a fait légèrement mieux lors de cette 2e journée de Championnat.

Avec la composition d'équipe alignée, le club visait les 520pts, et à quelques barres ratées près, ils auraient été sur ce total après avoir assurés les premiers essais, équipe privée notamment de Démétrio BARDIS.

Plutôt que de faire appel à un de leurs étrangers, les héraultais avaient fait le choix d'aligner une de leur deux recrues françaises, Redon MANUSHI, dont la mutation a été confirmée.



Sami BIJJI - Le cadet de l'équipe

Le titre semble cette saison promis à Besançon. Au rayon des satisfactions, Sami BIJJI, 5e homme de l'équipe au départ qui a encore battu ses records (107kg à l'arraché et 135kg à l'épaulé-jeté). Le champion de France cadet a été tout près de rentrer dans l'équipe (les quatre meilleurs totaux sont pris en compte). Redon MANUSHI a, lui, confirmé sa bonne forme en battant sa meilleure performance à l'arraché avec 155kg.

Avec deux échecs à 155kg, Jean-Baptiste BARDIS se contentait d'un 150kg à l'arraché avant d'épauler 178kg. Nicolas FORIEL (143-170) et Ali EL MOUJOURD (115-145) complétaient l'équipe.

NOM	Prénom	AN	Poids	Nat	Arraché			Epaulé-Jeté			Total	Points		
BARDIS	Jean-Baptiste	87	85.30	F	150	-155	-155	150	175	178	-180	178	328	157.40
MANUSHI	Redon	91	89.30	F	147	152	155	155	173	-178	-178	173	328	149.40
EL MOUJOURD	Ali	82	78.20	F	110	115	-120	115	140	145	-150	145	260	103.60
FORIEL	Nicolas	81	107.20	F	137	143	-148	143	170	-177	-178	170	313	98.60
BIJJI	Sami	95	72.40	F	100	105	107	107	130	-135	135	135	242	97.20

Cl	CLUBS	1° j	2° j	3° j	4° j	Moyenne
1	FRANCAISE BESANCON	579.8	569.4			574.60
2	CLERMONT SPORTS	504.4	509			506.70
3	CHCD COMINES	426.0	451.6			438.80
4	CM ORLEANS	478.0	365.6			421.80
5	EEAR MONTEUX	377.8	391.6			384.70
6	ASPTT LILLE	340.2	367.2			353.70
7	LA FERTE MILON HM	329.6	359.0			344.30
8	EA ST-MEDARD	242.2	379.6			310.90
9	AAJ BLOIS	184.0	204.4			194.20

509.00

**L'équipe de Nationale 1A de Clermont Sports
aux couleurs de la**

Ligue Contre le Cancer



Redon MANUSHI - Ali EL MOUJOURD - Jean-Baptiste BARDIS - Yann AUCOUTURIER -
Nicolas FORIEL - Sami BIJJI

**Depuis la première journée le 25 Novembre 2011, les athlètes
de Clermont Sports portent les couleurs de la
Ligue Contre le Cancer.**

Stage Régional Benjamins / Minimes - Samedi 14 Janvier

Placé une semaine avant la 3ème étape du Challenge de l'Avenir, ce deuxième stage pour les Benjamins et Minimes se tenait avec la présence de 12 jeunes athlètes venant de Narbonne, Frontignan et Clermont. Au niveau de l'encadrement, Laurent PEDRENO ne pouvant être présent ce jour-là, il a été fait appel à Brice BATCHAYA afin de soutenir Nicolas FORIEL, ainsi qu'Yves THOMAS et Michel VALENTE de Narbonne, afin de faire la relation entre le staff du Comité Régional et les dirigeants des Clubs.

Avec deux séances d'entraînement réparties entre le matin et l'après-midi, la journée s'est articulée sur la montée en puissance et la préparation technique afin de préparer au mieux la Finale de Zone Benjamin/Minime où le classement (et la qualification au Trophée des Minimes) se fait grâce à la notation technique.

La séance du matin débutait avec une grosse demi-heure d'échauffement, suivi de squats nuque relativement léger, puis de jetés supports afin de régler ce point technique qui, au vu du dernier stage, semblait faire défaut. Un gros travail de renforcement de la ceinture abdominale fut inséré tout au long de cette séance et est venu également la ponctuer.

A la suite du repas pris en commun au restaurant « Le Négociant », le groupe repris la route de l'entraînement afin d'entamer le travail technique sur les deux mouvements olympiques.

A la suite de ce stage, il sera envoyé aux clubs concernés les constatations techniques et les rectifications proposées par le staff régional, et la manière de les mettre en place. Un suivi sera fait, et l'on notera les éventuels progrès lors des compétitions à venir et lors du prochain stage qui aura lieu le Samedi 24 Mars 2012.



3e étape Challenge de l'Avenir Samedi 21 Janvier - Clermont-l'Hérault

Pour cette 3e étape, ce sont pas moins de 34 athlètes qui sont venus représenter les Ecoles d'Haltérophilie de La Grand-Combe, Narbonne, Frontignan, Montpellier et Clermont Sports, ainsi que Monteux dans le cadre du partenariat avec le Comité de Provence.

Au vu du nombre de participants, et de la qualité technique dont nos jeunes ont fait preuve, l'on sent bien que nos Ecoles sont sur la bonne voie.

Avec de nouvelles têtes, et grâce aux regroupements effectués régulièrement, la motivation et l'engouement de nos jeunes athlètes s'accroît, ce qui ne peut être que bénéfique pour notre Comité.

La prochaine étape se déroulera le 18 Février à Frontignan où l'on espère encore de nouveaux visages.



Le groupe des participants a cette 4e étape

Championnat Régional Force Athlétique et Développé-Couché Samedi 14 et Dimanche 15 Janvier - Port-La-Nouvelle

Le compte-rendu de cette compétition a fait l'objet d'un Numéro Spécial (n°10) avec toutes les photos, ainsi que la liste des qualifiés à la Finale de Zone.

Comité Régional d'Haltérophilie BP 17 Centre Omnisports 34 800 CLERMONT L'HERAULT
Tél : 04-67-44-59-87 Fax : 04-67-44-31-06
e-mail : halterolanguedoc@wanadoo.fr

1er Tour Coupe de France Jeunes Samedi 28 Février Clermont-l'Hérault

Ce Samedi 28 Février avait lieu le 1er tour du Championnat de France des Clubs Jeunes et Nationale 2 Féminine, autrefois appelé Coupe de France des Clubs.

Sept équipes étaient engagées pour ce tour régional: deux en Minimes Mixtes, Narbonne Haltéro et Clermont Sports. A la suite d'un match serré, ce sont les audois qui l'emportent, mais au final les deux équipes sont qualifiées pour la Finale de Zone.

Ensuite chez les cadets, deux équipes de Clermont étaient présentes, avec au sein de l'équipe 1 deux athlètes de haut niveau, Sami BIJJI et Norik GHAZARYAN, accompagnées de Julien MULLOR qui réussissent le meilleur total de la zone, mais également national. Quant à la deuxième équipe, composée de jeunes athlètes ayant peu d'expérience, ils ne se qualifient pas pour la Finale de Zone



Samantha PRUVOT de Narbonne auteur d'une bonne performance

pour 14 points. Chez les juniors, une équipe de Clermont et une de Frontignan peu expérimentée, emmenée par Raphaël AUGÉ, qualifié pour les Championnats de France Junior. Frontignan ne se qualifie pas et Clermont se qualifie de justesse.

Enfin dernière équipe en lice, les tenantes du titre en Féminines Sénior, qui réalisent un bon total de 148 points, prenant la tête de la Zone, et pour l'instant 3ème au niveau national, en attendant l'entrée de Gaëlle KETCHANKE qui amènera sont lot de points et les aidera a reconquérir leur titre.



Au niveau des objectifs qui étaient fixée en début de saison concernant cette compétition, le nombre d'équipes en phase régionale (7) et de clubs représentés (3) a été respecté, et l'on a également atteint l'objectif en nombre d'équipes qualifiées en Finale de Zone (5):

Minime Mixte : Narbonne Haltéro
Clermont Sports
Cadets : Clermont Sports
Juniors : Clermont Sports
Féminines Sénior: Clermont Sports

Le groupe des athlètes lors de la remise des récompenses

AGENDA DU MOIS DE FEVRIER

- **4 Février**: Finale de Zone Sénior
- Finale Zone FA
- **11 Février**: -3e Journée Nationale 1A
- Finale Zone DC
- **18 Février**: 4e étape du Challenge de l'Avenir
- **25 Février**: 2e Journée Cht Interrégional

INFOS



Le Comité Directeur s'est réuni le Dimanche 22 Janvier, afin de préparer l'ordre du jour de l'Assemblée Générale et de définir la date de celle-ci, fixée au 11 Mars.

Le relevé de conclusion est consultable sur le site du Comité.