



**L'EDITO  
DU  
PRESIDENT**



Saison 2013/ 2014 n° 28

Décembre 2013

## L'activité bat son plein

Après l'ouverture de la saison au niveau international que vous avez pu découvrir lors de la dernière Newsletter, l'activité départementale et régionale a été dense pour ce premier trimestre de la saison sportive tant en force Athlétique qu'en Haltérophilie.

En Force Athlétique le critérium des espoirs et les championnats départementaux ont permis une revue d'effectif qui déboucheront sur les championnats régionaux de janvier qualificatifs pour les finales Nationales.

en Haltérophilie l'on peut également parler de revue d'effectif avec deux étapes du challenge avenir destinées aux pous/benj/min et le lancement du challenge régional (1<sup>ère</sup> étape) qui a connu un vif succès ciblé sur les cadets/juniors/espoirs qui a vu la participation de 9 clubs. La prochaine étape se déroulera à Béziers.

Un regard sur notre Elite avec l'apprentissage difficile de l'équipe féminine du Frontignan AC en championnat de France des clubs de N1B. Mais aligner quatre filles sur quatre journées n'est pas facile (changement de règlement à l'inter-saison). Du côté des garçon Clermont Sports après une première journée certes victorieuse mais moyenne au niveau du score, les héraultais se sont remarquablement repris le 7 décembre à Neuilly/Seine et prenant la tête du classement général après deux journées devant la Française Besançon et Comines.

Nous espérons que vous prenez l'habitude de consulter tous ces résultats la semaine suivant la compétition sur notre site internet

Philippe Aubouy fait vivre ce site et vous pouvez lui « faire remonter » vos suggestions.

Dernièrement afin de faciliter le fonctionnement des clubs le Comité Régional a conventionné concernant la mise à disposition de matériel.

→ Le nouveau club d'Arzens dans l'Aude a bénéficié de la mise à disposition de dalles pour équiper sa nouvelle salle.

→ La Grand Combe s'est vu attribuer un kit initiation haltérophilie pour la relance de son école de sport.

Un programme très précis concernant cette action sera soumis à notre prochain Comité Directeur.

Pour l'heure avant de « reprendre le collier » en 2014 l'ensemble du bureau et du comité directeur se joint à moi pour vous souhaiter :

**DE BONNES FÊTES et UNE BONNE ANNEE 2014**

Le Président  
Bernard Garcia

# COMPETITIONS DE FORCE ATHLETIQUE

(Résultats complets sur le site: Site: <http://languedoc-hmfac.fr>)



Remise des prix plateau Développé Couché

**Critérium Départemental  
des Espoirs Arzens  
16 et 17 novembre 2013**



Remise des récompenses plateau Force  
Athlétique

**Championnat Départemental  
Leucate 7 et 8 Décembre 2013**



Remise des prix plateau Développé Couché



Remise des récompenses plateau Force  
Athlétique

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  
Site: <http://languedoc-hmfac.fr> - e-mail : [halterolanguedoc@wanadoo.fr](mailto:halterolanguedoc@wanadoo.fr)

# COMPETITIONS D'HALTEROPHILIE

(Résultats complets sur le site: Site: <http://languedoc-hmfac.fr>)



**1<sup>er</sup> Journée du  
Championnat de France  
des clubs Nationale 1A  
Clermont l'Hérault  
9 novembre 2013**

## NATIONALE 1 A MASCULINS

	CLUBS	1	MOYENNE
1	Française BESANCON	600,0	600,00
2	CLERMONT SPORTS	597,2	597,20
3	CHCD. COMINES	517,0	517,00
4	REIMS H.M.	507,0	507,00
5	S.C. NEUILLY	490,0	490,00
6	A.S. ST MEDARD	487,6	487,60
7	EEAR MONTEUX	477,2	477,20
8	CM ORLEANS	472,0	472,00
9	LUXEUIL	441,8	441,80

**Victoire de Clermont Sports devant EEAR Montoux et AJJ Blois  
L'équipe: Yann Aucouturier, Redon Manushi, J. Baptiste Bardis, Anthony Joffrey et  
Jérôme Carmona**

**2<sup>ème</sup> étape du  
Challenge Avenir  
23 novembre 2013**



**Photo lors de la présentation**

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

Site: <http://languedoc-hmfac.fr> - e-mail : [halterolanguedoc@wanadoo.fr](mailto:halterolanguedoc@wanadoo.fr)



1<sup>er</sup> Journée du  
Championnat de France  
des clubs Nationale 1B  
Femines  
Toulon  
16 novembre 2013

### NATIONALE 1 B FEMINES

	NATIONALE 1 B FEM	1	MOYENNE
1	C.M. ORLEANS	267,8	267,8
2	H.C. ST BALDOPH	258,8	258,8
3	ASLDD. TOULON	254,2	254,2
4	VAILLANTE ST QUENTIN	220,9	220,9
5	FRANCAISE BESANCON	217,6	217,6
6	ISTRES SPORTS	206,2	206,2
7	CAEN C.H.M.	191,6	191,6
8	FRONTIGNAN AC.	147,5	147,5

Challenge du  
Languedoc  
30 novembre 2013

8 clubs présents  
Un beau succès qui ne demande  
qu'à être amplifié  
Prochaine étape 7 mars 2014 à  
Béziers



Le groupe lors de la photo finale

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  
Site: <http://languedoc-hmfac.fr> - e-mail : [halterolanguedoc@wanadoo.fr](mailto:halterolanguedoc@wanadoo.fr)

**2ème Journée du Championnat de France  
des clubs Nationale 1A Neuilly  
7 décembre 2013**

L'équipe: Yann Aucouturier, J. Baptiste Bardis, Jérôme Carmona, Redon Manushi, Florin Bejenariu avec Bernard Garcia, Laurent Pedreno, Ionut et Bernard Soto



**Classement après 2 journées**

**NATIONALE 1 A MASCULINS**

	CLUBS	1	2	3	4	MOYENNE
1	CLERMONT SPORTS	597,2	682,4			639,80
2	Française BESANCON	600,0	607,0			603,50
3	CHCD. COMINES	517,0	540,4			528,70
4	S.C. NEUILLY	490,0	525,2			507,60
5	A.S. ST MEDARD	487,6	527,6			507,60
6	EEAR MONTEUX	477,2	502,8			490,00
7	CM ORLEANS	472,0	477,6			474,80
8	REIMS H.M.	507,0	377,0			442,00
9	LUXEUIL	441,8	332,4			387,10

**2ème Journée du Championnat de France des clubs  
Nationale 1B Feminines Istres  
14 décembre 2013  
« on s'accroche malgré tout »**

**NATIONALE 1 B FEMININES**

**Classement après  
2 journées**

	NATIONALE 1B FEM	1	2	3	4	MOYENNE
1	C.M. ORLEANS	267,8	276,7			272,25
2	ASLDD. TOULON	254,2	261,4			257,8
3	H.C. ST BALDOPH	258,8	219,2			239
4	ISTRES SPORTS	206,2	224,7			215,45
5	FRANCAISE BESANCON	217,6	209,4			213,5
6	CAEN C.H.M.	191,6	229,4			210,5
7	VAILLANTE ST QUENTIN	220,9	180,5			200,7
8	FRONTIGNAN A.C.	147,5	119,3			133,4

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

Site: <http://languedoc-hmfac.fr> - e-mail : [halterolanguedoc@wanadoo.fr](mailto:halterolanguedoc@wanadoo.fr)

# Calendrier janvier – février – mars 2014

## Force Athlétique

JANVIER 2014			
Samedi 11	Rég	Championnats Régionaux FA (régionaux et +) Qualificatifs pour les championnats de France	Port la Nouvelle
Dimanche 12	Rég	Championnats Régionaux DC (régionaux et +) Qualificatifs pour les championnats de France	Port la Nouvelle
FEVRIER 2014			
Samedi 1 ou dimanche 2	Zone	Championnats de Zone FA (Interrégionaux et +) Qualificatifs pour les championnats de France	St Etienne (42)
Samedi 8 ou dimanche 9	Zone	Championnats de Zone DC (Interrégionaux et +) Qualificatifs pour les championnats de France	Ricamerie (42)
Samedi 22 Dimanche 23	Zone	Championnats de France jeunes FA	La Gorgue (59)
MARS 2014			
Samedi 8 Dimanche 9	Nat	Championnats de France Elite Mixte individuels FA	Moissac (82)

## Haltérophilie

JANVIER 2014			
Samedi 11	Nat	3e journée Championnat de France des Clubs hommes	Reims
Samedi 18	Nat	3e journée Championnat de France des Clubs femmes	Frontignan
Samedi 25	Rég	Championnats Départementaux Min/Cad/Jun/Sen Animation benjamins-minimes - Challenge Avenir	Narbonne
FEVRIER 2014			
Samedi 8	Nat	Finale Championnat de France des clubs H et F Nat 1B-4e journée N2	CAEN
Samedi 15	Nat	Finale Championnat de France des clubs H et F Nat 1A	COMINES
Samedi 23	Rég	Animation benjamins-minimes - Challenge Avenir Challenge d'Hiver-cadets /juniors/seniors 1ère licence	Clermont l'Hérault
		vacances d'hiver du 1er au 17 mars	
MARS 2014			
Samedi 8	Rég	Challenge du Languedoc Roussillon individuel et par équipe Non classés à Interrégional Cad/Jun/Sen	Béziers
Samedi 15	Rég	Championnats Régionaux Min/Cad/Jun/Sen	Clermont l'Hérault
Samedi 22	Rég	1er Tour de Coupe de France des Clubs Jeunes - Fem Nat 2	Clermont l'Hérault
Samedi 29	Rég	Animation benjamins-minimes - Challenge Avenir cadets /juniors/seniors 1ère licence	Fournes



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

Site: <http://languedoc-hmfac.fr> - e-mail : [halterolanguedoc@wanadoo.fr](mailto:halterolanguedoc@wanadoo.fr)