



# BULLETIN D'INFORMATION

## LIGUE OCCITANIE D'HALTEROPHILIE—MUSCULATION

Toutes les informations et nouvelles haltéro/muscu sont sur <http://occitanieffhm.fr> et [www.ffhaltero.fr](http://www.ffhaltero.fr)



### L'ÉDITO DU PRÉSIDENT

D'un point de vue sportif l'Occitanie va bien, du côté du Haut Niveau, nos portes drapeaux vont ou sont allés nous représenter à l'international, Gaëlle Nayo Ketchanke après un bon tournoi « Denis Randon » ira chercher de précieux points à Doha (Qatar) en vue des jeux olympiques de Tokyo juste avant Noël et Quentin Cance aura connu sa première sélection aux championnats d'Europe Jeunes à Eilat en Israël. Au niveau National, Clermont Sport après les trois premières journées de TOP9 caracole en tête, la quatrième journée du 1ER Février fera office de grande finale puisque les 3 premiers au championnat s'opposeront à Monteux, la victoire est impérative.

Du côté des licences c'est plus laborieux

même si la Ligue pointe au 4ème rang national, nos clubs connaissent d'énormes difficultés, on ne peut parler de concurrence dans l'associatif, mais elle est bien présente et rude par rapport aux chaînes low-cost. Plusieurs structures me font part de leurs difficultés et je reste à leur écoute et nous les conseillons le mieux possible pour rester justement dans le cadre associatif sans empiéter dans le cadre du privé. A ce sujet une brochure devrait être prochainement éditée pour vous aider.

La Ligue a également enregistré l'affiliation de la première collectivité locale en France à notre fédération, en l'occurrence la municipalité de Vias cher à notre ami Jean Raynaud, la structure est animée par Guillaume Sol, agent municipal et ancien athlète.

Je vous souhaite à toutes et tous de bonnes fêtes près de vos proches.

Sportivement,

*David Bossian*

#### Les Rendez-vous de décembre

**Samedi 07 décembre:**

2ème Challenge Avenir à Clermont-L'Hérault (LR) et Figeac (MPY).

**Du Samedi 7 au 14 décembre :**

Championnats d'Europe U15/U17 à Eilat (IL)

**Samedi 14 décembre :**

3ème journée du Championnat de France des Clubs par équipe

**Samedi 21 décembre :**

4ème journée du Championnat Régional des Clubs par équipes mixtes

#### Les actualités du mois

1ère journée du Championnat de France des Clubs	<b>2</b>
1er Pas d'Automne	<b>2</b>
2ème journée du Championnat de France des Clubs	<b>3</b>
3ème Journée du Championnat de Ligue mixte par équipes	<b>3</b>
Soirée découverte et Championnat Académique FFSU	<b>4</b>
17ème Tournoi Denis RANDON et Petits As	<b>4</b>



# 1ÈRE JOURNÉE DU CHAMPIONNAT DE FRANCE DES CLUBS

## Clermont se place en tête !

Cette saison, Clermont Sports et à nouveau le seul club occitan à évoluer en Top 9. Les Clermontais présents depuis de nombreuses saisons dans la première moitié du classement voient les choses en grand pour cette saison et feront tout pour s'octroyer le titre qui restait hors de portée jusqu'à présent.

### Action de prévention anti-dopage

Conformément à la CPO (Convention Pluriannuelle d'Objectif) suivant les orientations ministérielles, la FFHM poursuit son engagement dans le « Sport Santé » en proposant des actions de prévention du dopage et de sensibilisation à la nutrition des sportifs. La première intervention s'est tenue au CREPS de Toulouse à destination du Pôle France Relève d'haltérophilie le lundi 11 novembre. Le Pôle France féminin de Volleyball, invité, s'est joint à cette intervention animée par Nicolas GRAVISSE (Docteur en STAPS chargé d'enseignement à l'Université de Bordeaux) et Ludwig WOLF (CTN FFHM en charge du Sport Santé).



Pour cette première journée de Championnat, le club a donc frappé fort sur sa triangulaire à domicile en remportant à la fois le match et la première place du classement avec 1664 points.

Comptant sur les cadres habituels de l'équipe Norik Ghazarian, Yann Aucouturier, Flavio Bardis, Julien Mullor et du retour au club de l'espagnol expérimenté Santiago Martinez, Clermont Sport a donc démarré la saison sur les chapeaux de roues.



Le club prend ainsi la première place du classement général à l'issu de la première journée devant l'A.C. Saint-Marcellin et la VGA Saint-Maur qui ont également remporté leur triangulaires respectives. Le podium s'annonce disputé tout au long de la saison !

## 1ER PAS D'AUTOMNE

### De nombreuses féminines sur les plateaux !

Pour ce 1er Pas d'Automne qui a eu lieu le samedi 9 novembre, 32 athlètes se sont retrouvés sur les plateaux des deux implantation : Albi et Montpellier. 15 athlètes féminines étaient de la partie, ce qui représente 47% et démontre une fois de plus que l'haltérophilie s'adresse également aux femmes.

14 athlètes ont validé des barres qui leur permettront de participer aux éliminatoires départementales et 1 athlète a validé le niveau inter-régional.



# BULLETIN D'INFORMATION

## LIGUE OCCITANIE D'HALTEROPHILIE—MUSCULATION



Toutes les informations et nouvelles haltéro/muscu sont sur <http://occitanieffhm.fr> et [www.fhaltero.fr](http://www.fhaltero.fr)

## 2ÈME JOURNÉE DU CHAMPIONNAT DE FRANCE DES CLUBS

### Clermont confiant et en tête du classement!



Après une bonne 2ème journée à Luxeuil les Bains, Clermont Sports conforte sa 1ère place au Top 9. L'équipe bat la VGA St Maur et le CH Luxeuil. C'est une équipe de Clermontais en très

grande forme qui a fait le déplacement à Luxeuil-Les-Bains. Norik Ghazarian, Yann Aucouturier, Flavio Bardis, Julien Mullor et Santiago Martinez ont à nouveau tapé fort en ne concédant que deux échecs

sur l'ensemble du match.

Cette belle performance conforte leur position en tête du classement général devant la VGA Saint-Maur qui échange de place avec Saint-Marcellin, 3ème.

## 3ÈME JOURNÉE DU CHAMPIONNAT DE LIGUE

### Initiations et lutte anti-dopage en milieu carcéral

La troisième journée du Championnat mixte d'Occitanie par équipes s'est tenue samedi 30 novembre.

Sur l'implantation de Figeac, le H.C. Montauban marque 171.00 points et prend la 4ème place. Le H.C. Figeac inscrit 234.9 points et se position 3ème de la rencontre. Le Toulouse H.C. 1 prend la seconde place avec 285,00 points tandis que le Toulouse H.C. 2 emporte la victoire avec 361.00 points.

Dans le match qui s'est livré à Clermont-L'Hérault, Clermont Sports 2 marque 172.00 points et se retrouve 5ème. L'USC HC Colomiers prend la 4ème place en inscrivant 221.00 points. Frontignan prend la 3ème place de la rencontre avec 248.50

points. Force STAPS Montpellier prend la seconde place avec 264.00 derrière Clermont Sports 1 hors de portée avec 353.90 points au tableau d'affichage.

Chez les féminines Delphine TAURINES — USC HC Colomiers — réalise la meilleure performance IWF avec 212.71 points. Côté masculins c'est Seyenam AWUVE —Clermont-Sports — qui réalise la meilleure performance avec 304.27 points.

Si le trio de tête du classement semble être défini, le quatrième ticket pour la finale n'est pas encore déterminé bien que le Toulouse HC 1 ait mis une option dessus.

Place	Equipes	Points journées				Total	Points match				Moyenne
		j1	j2	j3	j4		j1	j2	j3	j4	
1	Clermont Sports 1	6	6	6	18	343,00	384,20	353,90		360,37	
2	Toulouse HC 2	6	4	6	16	283,90	319,60	361,00		321,50	
3	HC Figeac	4	6	3	13	204,40	243,00	234,90		227,43	
4	Toulouse HC 1	4	3	4	11	281,40	244,20	285,00		270,20	
5	Force Staps Montpellier	3	2	4	9	168,20	243,60	264,00		225,27	
6	Frontignan AC	0	4	3	7	0,00	194,20	248,50		147,57	
7	HC Montalbanais	2	2	2	6	148,00	103,00	171,00		140,67	
8	Clermont Sports 2	3	1	1	5	156,10	185,40	172,00		171,17	
9	USC HC Colomiers	0	3	2	5	0,00	118,00	221,00		113,00	





# BULLETIN D'INFORMATION

## LIGUE OCCITANIE D'HALTÉROPHILIE—MUSCULATION



Toutes les informations et nouvelles haltéro/muscu sont sur <http://occitanieffhm.fr> et [www.fhaltero.fr](http://www.fhaltero.fr)

## SOIRÉE DÉCOUVERTE ET CHAMPIONNAT ACADÉMIQUE FFSU

### L'Haltérophilie—Musculation Universitaire continue !

La Ligue Occitanie HM s'associe une nouvelle fois avec la Ligue Occitanie du Sport Universitaire site de Toulouse pour la mise en place des événements haltérophilie et musculation FFSU. David BOSSIAN (Président) et Clément ADAM (CTF) ont donc de nouveau rencontré Albert CIGAGNA (co-directeur LSUO) pour l'organisation du calendrier de la saison FFSU.

La saison universitaire a débutée le mardi 12 novembre avec la mise en place d'une soirée découverte et initiation sur le campus de l'Université Toulouse 3—Paul Sabatier. A cette occasion, Clément ADAM (CTF) et Vincent Mascarin (bénévole) ont supervisée les séances d'initiation pour la dizaine de sportifs venus s'essayer à nos disciplines.

La semaine suivante, le mercredi 20 novembre, s'est déroulé le Championnat de Musculation Universitaire de l'Académie de Toulouse. Les deux athlètes présents se sont qualifiés pour les Championnats de France Universitaires qui auront cette année lieu à Orléans. Félicitations à Justine LACAVE et Tommy

PETIT.

La prochaine échéance se déroulera le jeudi 5 décembre où les athlètes viendront s'affronter pour le Championnat Universitaire d'Haltérophilie de l'Académie de Toulouse.



## 17ÈME TOURNOI DENIS RANDON ET PETITS AS

### Tournoi de Qualification Olympique !

#### Tournoi des Petits As

Samedi 16 novembre, en levée de rideau du Tournoi Denis Randon, se déroulait le Tournoi des Petits As—Souvenir Bernard Garcia.



Notons la participation de plusieurs occitans sur cette édition des Petits As : Florette Degez — Clermont Sports —, Enzo Carmona — Clermont Sports — et Bastien Havet— Figeac HC —.

Cette édition a vu de très belles performances avec pas moins de 11 records de France battus dans la journée. 8 de ces records ont été battus par le figeacois Bastien Havet et la pensionnaire du Pôle France Relève de Toulouse Marie Mantaopoulos — Saint-Marcellin—. Ces deux athlètes remportent le tournoi.



#### Tournoi International Denis RANDON

Pour sa 17ème édition, le Tournoi International Denis Randon organisé à Clermont-L'Hérault a été labellisé Bronze





# BULLETIN D'INFORMATION

## LIGUE OCCITANIE D'HALTEROPHILIE—MUSCULATION



Toutes les informations et nouvelles haltéro/muscu sont sur <http://occitanieffhm.fr> et [www.fhaltero.fr](http://www.fhaltero.fr)

par l'IWF. Cela signifie que la compétition est reconnue par la fédération internationale (IWF) et permet d'engranger des points pour la course à la qualification aux Jeux Olympiques de Tokyo. Pour obtenir ce label, le tournoi a réuni 4 nations sur les plateaux : la France, l'Italie, l'Espagne ainsi que la Roumanie.

Le Souvenir Denis Randon est le seul tournoi français à proposer cela aux athlètes qui, à partir de cette olympiade, doivent se qualifier de manière individuelle avec un nombre minimum d'apparitions à faire sur des échéances internationales labellisées.

Une grande partie de la délégation française était donc présente sur l'évènement.

place. Gaëlle Nayo Ketchanké — 87kg—, l'olympienne occitane était volontairement sur la réserve pour son retour de blessure et se classe 6ème. Elle se prépare pour un Tour-



noi à Doha (QT) qui lui permettra de revenir dans la course à la qualification. Loane Payet, autre Poliste de Toulouse se classe 7ème.

Du côté masculins, Anthony Coulet — France, >109kg — remporte le tournoi avec 158kg à l'arraché et 202 à l'épaulé-jeté. Le pensionnaire du Pôle France de Toulouse Sony Faretie montait, lui, sur la seconde place du podium en devançant Miguel Teran — Espagne — . Makariy Kchetov — France — prend la 4ème



La compétition a été dominée de la tête et des épaules par Andreea Raluca — Roumanie — 64kg— qui valide 91kg à l'arraché puis 110kg à l'épaulé-jeté. Les françaises Anaïs Michel — 55kg— et Manon Lorentz — 55kg— complètent le podium de ce tournoi toutes catégories qui se joue à l'indice IWF. Manon Destribats, Pôliste de Toulouse prend la 5ème



place devant son camarade du Pôle France Relève de Toulouse Quentin Cance — France, H.C. Figeac —.

Le Clermont Sport Haltérophilie, fort de son expérience d'organisation de compétitions de ce niveau, de son niveau en Championnat de France par équipes et de ses infrastructures se positionne pour être camp de base pour l'haltérophilie lors des Jeux de Paris 2024.



### Récompense lotoise

Christophe Masou, Président du MUSCU & RUN CADURCIEN a reçu la Médaille de Bronze Jeunesse et Sport des mains du Préfet du Lot, Jérôme Filippini .



Rédacteur :

Clément ADAM

Directeur de la publication :

David BOSSIAN

Ont participé :

David BOSSIAN

Créateur :

Jean-Marie CHANUT

