

BULLETIN D'INFORMATION

LIGUE OCCITANIE D'HALTEROPHILIE—MUSCULATION

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



L'ÉDITO DU PRÉSIDENT

Coronavirus : il existe des gestes simples pour vous protéger et protéger votre entourage



Se laver les mains très régulièrement



Tousser ou éternuer dans son coude ou dans un mouchoir



Utiliser des mouchoirs à usage unique



Saluer sans se serrer la main, éviter les embrassades

Quand la santé prend le pas sur le sport, l'actualité est suffisamment préoccupante pour que les mesures, qui évoluent d'heure en heure soient respectées. Sans céder à la psychose, je demande à toutes nos structures et leurs dirigeants de rester attentifs aux directives ministérielles au sujet du COVID-19, qui déjà, stoppent toutes manifestations, compétitions ou entraînements et ce jusqu'à nouvelle ordre. La fédération a mis en place une cellule de crise dont je suis votre interlocuteur pour l'Occitanie, merci de me remonter vos informations spécifiques de terrain.

Au niveau sportif, le championnat par équipes mixtes vient de se terminer, et malgré le passage la saison prochaine aux feuilles de match

rattachées à un soft fédéral, notre formule à la table allemande devrait y survivre. D'un point de vue individuel, les éliminatoires de Provinces sur les deux implantations de Provinces de Pamiers et Clermont l'Hérault ont permis de regrouper 58 athlètes. Le championnat de Ligue Master a lui regroupé 18 athlètes dont 15 se sont qualifiés pour les championnats de France voir plus pour certains.

Au niveau des licences, notre ligue passe le cap des 2000 licenciés avec un peu de retard par rapport aux années précédentes, ce qui confirme les difficultés que vous me faites remonter du terrain. Malgré cela nous continuons de nous structurer puisque le Lot crée son comité départemental.

Le 22 Février, se tenait l'assemblée générale de la Ligue à Figeac, pour représenter les 24 clubs et 3 comités départementaux, uniquement 4 clubs présents (Cahors, Figeac, Clermont Sport, et Montauban) et les 2 CD (Haute Garonne et Hérault) présents, la plupart des autres structures avait donné pouvoir, mais il n'y avait pas suffisamment de porteur pour que toutes les voix soient portées, et c'est dommageable pour notre fonctionnement. Que l'on ne viennent pas nous reprocher que c'est toujours les mêmes clubs qui décident pour les autres, chacun a le droit de s'exprimer autant faut-il être présent.

Sportivement,

David Bossian

Les Rendez-vous de mars

Samedi 14 mars

Championnat de France de Musculation au Salon du Body-Fitness (Paris) **REPORTÉ EN RAISON DU COVID-19**

Samedi 21 mars

1er Tour de la Coupe de France des Clubs par équipes à Frontignan. **REPORTÉ EN RAISON DU COVID-19**

Samedi 28 mars

4ème Challenge Avenir à Montauban. **ANNULÉ EN RAISON DU COVID-19**

Dimanche 29 mars

Assemblée Générale de la FFHM à Paris (CNOSF). **REPORTÉ EN RAISON DU COVID-19**

Les actualités du mois

Championnats de ligue masters	2
Championnats de ligue masters	2
Championnat Interacadémique FFSU	3
Championnat Régional par équipes	4
Stage d'hiver à Figeac	5
Éliminatoire de Province	5

CHAMPIONNATS DE FRANCE DES CLUBS

Clermont-L'Hérault vice-champion de France !

Après une saison de renouveau, où Clermont-L'Hérault est revenu en force pour se frotter aux tout meilleurs dans la lutte pour le titre, la dernière journée de Championnat de France des Clubs par équipes Top 9 s'est déroulée le 1^{er} février.

Monteux recevait Saint-Marcellin et Clermont-L'Hérault pour cette dernière journée décisive pour le titre. Dans cette rencontre, avec deux clubs invaincus et prétendants au titre, les héraultais ont fait un beau match, malgré l'absence de Santi Martinez. L'équipe était composée de Julien Mullor, Yann Aucouturier, Sergio Martinez, Flavio Bardis et Norik Ghazarian. Ils inscrivent 1698 points dans ce match, mais ce ne sera pas suffisant pour emporter la victoire face aux 1727 points des isérois de Saint-Marcellin. Monteux marque 1600 points.

Ainsi, Clermont-Sports devient Vice-Champion de France à l'issue d'une belle saison pour son retour au plus haut niveau. Saint-Marcellin remporte le match et le titre de Champion de France.

Nul doute que nos occitans auront à cœur de se battre pour retrouver la première marche du podium qu'ils ont connu à de nombreuses reprises.



CHAMPIONNATS DE LIGUE MASTERS

Qualifications aux Championnats de France

Samedi 1er février avait lieu le Championnat de Ligue Master qualificatif pour les Championnats de France Masters.

Comme chaque année, le HC Pamiers accueillait la compétition des Maîtres qui a réuni 18 athlètes.

Comme toujours, la convivialité était au rendez-vous puisque la compétition s'est achevée sur une paëlla géante qui permet d'entretenir les liens amicaux entre toutes les générations.

Trois athlètes se sont réalisés les minima France :

SABINE RIVIERE—HC Decazevillois—W40 -76

LEONARD BONGO —HC Decazevillois — M60 -81

GERARD MORENO — CH Pamiers —M60 -89

Trois athlètes ont validé les minima Europe :

SANDRINE FARINA —HC Montalbanais — W45 -71

DAVID PAPO —A CORP PARFAIT — M45 -89



BULLETIN D'INFORMATION

LIGUE OCCITANIE D'HALTÉROPHILIE—MUSCULATION



Toutes les informations et nouvelles haltéro/muscu sont sur <http://occitanieffhm.fr> et www.fhalterero.fr

DANIEL COANA — CH Pamiers — M55 -96

JEAN MANUEL GOMEZ — CH Pamiers — M75 -81

HENRI PLANET — HC Montalbanais — M75 -89

Neuf athlètes ont atteint les minima Monde :

JEAN PAUL BLANC — CH Pamiers — M70 -81

ANNE MARIE GRIMAL — HC Montalbanais — W50 -76

ERIC NISSERON — USC HC Colomiers — M40 -96

GERARD DESPECHE — Tarbes HC — M70 -102

DAVID BOSSIAN — Toulouse HC — M45 -81

JEAN CLAUDE COZERET — Clermont Sports — M70 -73

KAMEL SAHRAOUI — Toulouse HC — M50 -96



Cette année, les Championnats de France sont prévus à Saint-Médard -en-Jalles (33). Pour l'instant, nous sommes en attente d'une nouvelle date de tenue de ces Championnats compte tenu de l'actualité et de l'incendie qui a touché la salle.

CHAMPIONNAT INTERACADÉMIQUE FFSU

Le Sud-Ouest se réunit à Montpellier

Jeudi 6 février les étudiants de Tarbes-Pau et de Toulouse étaient conviés à la compétition interacadémique qualificative pour les Championnats de France FFSU à Montpellier.

La compétition a en grande partie été organisée par les étudiants de l'UFR STAPS de Montpellier qui ont eu à cœur de réserver un accueil de qualité aux athlètes ayant fait le déplacement.

Forte participation féminine lors de cette journée (60%) : 12 athlètes féminines et 8 athlètes masculins se sont donc confrontés à la concurrence et aux minima de qualification tout au long de l'après-midi. 16 d'entre-eux ont réalisé une performance leur assurant une qualifi-

cation à la finale nationale. Ils viennent s'ajouter à ceux qui s'étaient d'ores et déjà assurés une place lors des Championnats Académiques de Toulouse en décembre.

Malheureusement les circonstances actuelles ne permettront pas la tenue de la Finale des Championnats de France FFSU qui devait se tenir le 2 avril à Orléans. Le lendemain devait également se tenir les Championnats de France de Musculation à Orléans. Ils sont aussi annulés.

Marie-Claire SINTES récompensée

La Présidente du Comité Départemental, récemment récompensée lors de la Soirée des Championnes, a également été mise à l'honneur par la DDJS31 qui lui a attribué la médaille de Bronze de la Jeunesse et Sports.

CHAMPIONNAT RÉGIONAL PAR ÉQUIPES

Clermont-L'Hérault sur la plus haute marche !

Samedi 8 février était organisée la finale du Championnat Régional des Clubs par équipes mixtes à Figeac. Cette année signe le retour de la compétition qui avait été annulée la saison dernière en raison des mouvements sociaux sur l'ensemble du territoire. Nous avons donc pu assister à une finale qui se faisait attendre depuis plus d'une saison.

Clermont Sports, Toulouse HC 1 et 2 ainsi que le HC Figeac s'affrontaient donc pour le titre qui était en possession des Clermontais.

cédente. L'équipe prend ainsi la seconde place derrière un Clermont Sport qui enregistre 19 tentatives réussies et marque 401.00 points.

Clermont Sports remporte donc le titre dans ce Championnat que le club a dominé de la tête et des épaules. Invaincue, l'équipe a réalisé le meilleur score des 3 des 4 journées de la saison, ne se laissant chatouiller que par le Toulouse HC 2 sur la 3^{ème} journée.



Le Toulouse HC 1 marque 242.20 points après un match mitigé comptant 17 tentatives réussies sur 30. L'équipe se positionne 4^{ème} de ce match derrière le HC Figeac qui réalise le match le plus maîtrisé de la compétition avec 25 réussites sur 30 et enregistre 303.40 points. Il s'agit de leur plus gros match de la saison. (Le meilleur journée les portait à 243.00 points) jusqu'à présent.

Le THC 2 en forme moyenne réussi 21 tentatives sur 30 et score 338.00 points, loin des 366.00 points de la journée pré-

La meilleure performance à l'IWF côté féminin est réalisée par Mathilde ROUGEMONT (199.15 points). Chez les hommes, c'est Norik GHAZARIAN qui enregistre 337.44 points.

STAGE D'HIVER À FIGEAC

Du sang frais et des progrès !

Comme chaque année la Ligue Occitanie continue la mise en place du stage hivernal de d'entraînement à Figeac. Cette année le stage a eu lieu du 17 février au 21 février inclus.

Ce stage est proposé aux jeunes prometteurs de la Ligue. Il permet à la fois d'effectuer un suivi des athlètes et de détecter quels sont ceux qui pourront représenter la Ligue Occitanie à l'occasion de la Coupe de France des Ligues et des autres compétitions où est invitée la Ligue.



Les participants étaient : Tristan DARDAILLER (HC Montalbanais), Gabin L'ESPRIT (HC Montalbanais), Flavie KUGELMANN (HC Montalbanais), Ambre PERAUD BROUSSET (HC Montalbanais), Elsa MARCO (Clermont Sports), Ambre PARISIS

(Clermont Sports), Bastien HAVET (Figeac HC), Quentin CANCE (Figeac HC), Nina DE SAMPAIO (Figeac HC), Léa BARDIAU (Figeac HC) et Clara PEIGUET (Clermont Sports) qui est encore

U13 mais représente un espoir incontournable de la Ligue. L'équipe d'encadrement était composée de Clément ADAM (CTF), Kévin LICCIARDI (ETR) et Yann AUCCOURIER (ETR).

Cette semaine d'entraînement a été riche et constructive. Les

athlètes ont tous montré une progression à l'entraînement (principalement technique). Certains découvraient le rythme d'entraînement biquotidien et ont fait preuve de consistance. L'ensemble du groupe a fait preuve d'un bon comportement tant à l'entraînement qu'en vie de groupe.

ÉLIMINATOIRES DE PROVINCE

De nouvelles qualifications !

58 athlètes se sont réunis le samedi 29 février sur les implantations de Pamiers et de Clermont L'Hérault à l'occasion des Éliminatoires de Province. 29 athlètes féminines étaient présentes sur les plateaux ce qui représente 50%. Il s'agissait là de la deuxième et avant dernière occasion de se qualifier aux finales nationales.

18 athlètes se sont qualifiés pour les Éliminatoires de Ligue en réalisant les minima Inter-Régionaux. 8 athlètes ont atteint la série Fédérale et se sont donc qualifiés pour le Grand Prix Fédéral.

Delphine TAURINES —US HC Colomiers—réalise la série Nationale en Seniors F64.

Flora DISCORS-GARRAVET —Toulouse HC—fait de même en Seniors F76.

Une première sur ces Éliminatoires de Province en Occitanie puisque nous avons vu deux féminines formées dans les clubs locaux tenter la barre mythique des 100kg à l'épaulé-jeté.

Norik GHAZARYAN atteint la série Internationale B en Seniors M89.

Ils se retrouvent donc qualifiés pour les Championnats de France Elite.

Rédacteur :

Clément ADAM

Directeur de la publication :

David BOSSIAN

Ont participé :

David BOSSIAN,

Créateur :

Jean-Marie CHANUT

