



BULLETIN D'INFORMATION

LIGUE OCCITANIE D'HALTEROPHILIE—MUSCULATION

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



L'ÉDITO DU PRÉSIDENT

Musculation et Masters à l'honneur en Mars !

Sur ce mois de Mars, les 2 disciplines de notre fédération ont été à l'honneur en Occitanie, avec notre premier championnat de Ligue de Musculation organisé par l'Halter' Fitness Cadurcien, un championnat qui a débuté timidement avec un faible taux de participation et surtout une participation quasi exclusive d'athlètes extérieurs à la fédération via le Pass Haltèr'. Cela nous amènera certainement à faire évoluer la formule.

Il y avait également l'assemblée générale de la

fédération le 18 Mars, où la principale mesure votée, qui intéresse les clubs, reste le regroupement des affiliations fédératives/comités départemental en une seule et même affiliation à partir de la rentrée prochaine.

Et nous avons clôturé ce mois avec les championnats de France Masters 2018 magnifiquement organisés par le club local de Decazeville, tout était réuni pour que cette édition soit un grand cru, une grosse dose de convivialité avec de belles effluves de sportivités avec près de 17 records de France établis. Je remercie personnellement le comité d'organisation qui s'est dépensé sans compter depuis plus d'un an ainsi que tous les clubs qui ont aidé à la très bonne tenue de cette manifestation.

Les Rendez-vous de mars

Jeudi 07 avril :

Championnats de France FSSU à Melun

Samedi 14 avril :

2ème tour de Coupe de France C-J-S mixte à Figeac

Du lundi 16 au vendredi 20 avril :

Stage Régional de préparation aux Championnats de France au CREPS de Toulouse

Samedi 28 avril :

Grand Prix Fédéral à Istres

Sportivement,

David Bossian

Les actualités du mois

Championnats de France Masters	2
Éliminatoires de Province	3
Éliminatoires de Ligue	4
Formations Fédérales	4
Championnat Régional de Musculation	5

CHAMPIONNATS DE FRANCE MASTERS

Une poignée de médailles pour l'Occitanie à Decazeville !

Les Championnats de France Masters avaient lieu cette année à Decazeville les 30, 31 mars et 1er avril 2018.

Après plus de dix ans de disette d'organisation de finales nationales dans l'ancienne région Midi-Pyrénées, c'est à Decazeville que cette anomalie se voit rompue.

En effet après plus d'un an d'organisation acharnée le jour est arrivé !

Ce n'est pas moins de 223 athlètes qui se sont succédés tout au long du week-end sur les plateaux aveyronnais. Dix clubs d'Occitanie qui étaient représentés pour l'évènement.

Du Cross Haltéro Castres on retrouvait Frédéric Galati qui termine 5ème en M 35 -85kg (92-112) EUR + 0.

Pour le Galiléô B.C., Nicolas Marfaing s'empare de la médaille de Bronze en M35 -85kg (97-125) MON + 7. Pour le US HC Colomiers, Eric Nisseron ramène la médaille d'or et donc le titre de champion de France (110-130) MON + 25; M40 -94.

La figeacoise Gilda Vallée devient vice-championne de France (51-65) W-45 -63kg ; MON + 31.

L'Héraultais du FRONTIGNAN AC , Jérôme Carmona décroche l'argent (95-100) M40 -94kg.

Louis Pierre Rigaud de Font Romeu Haltero s'octroie le titre de Champion de France (40-50) MON + 20 en M+80 ; -85kg.

Du côté du Tarn-et-Garonne du club de Montauban, Belinda Melendez-Nebot termine vice-championne de France (44-54) EUR + 8 en W35 -63kg. Tout comme Anne-Marie Grimal (46-59) MON + 20 en W50 -75kg, leur camarade de club Sandrine Farina devient championne de France (53-65) MON + 28 en W45 -69kg. Enfin Henri Planet, 2ème médaille d'argent termine MON + 0 en M75 -85kg (42-53),

Arbitrage

La Ligue félicite son président David BOSSIAN qui vient de passer avec succès son examen théorique d'arbitre international.

Nous félicitons également Sandrine DEBEVE qui a réussi son examen pratique d'arbitre nationale et qui vient donc s'ajouter à l'effectif. Nous espérons que cette réussite incite les arbitres régionaux à passer l'arbitrage national pour enrichir notre corps arbitral.



Jean-Pierre Dutrey prend la 5ème place (52-66) FRA + 8 en M65 -85kg.

Tarbes HC était également sur les plateaux avec Gérard Despeche, qui se hisse sur la seconde marche du podium (60-80) MON + 0 en M65 -105kg. C'est également le cas du club de Pamiers et son emblématique président Gérard Moréno, qui parvient à monter sur la plus haute marche du podium et à ramener l'or en Ariège (70-86) MON + 9 en M60 -85kg lançant ainsi ses athlètes ; Jean-Manuel Gomez, 1er (47-57) MON + 7 en M70 -77kg, Daniel Coana, 3ème (70-95) REG + 18 en M50 -94kg, Léonard Bongo, 3ème (50-70) FRA + 0 en M60 -77kg et Fabrice Maury, 3ème (80-100) MON + 10 en M50 -77kg.

Chez les Toulousains, David Bossian, Président de la Ligue a su s'illustrer de belle manière en ramenant l'argent dans la ville rose, (96-112) MON + 23 en M45 -77kg, imité dans la foulée

BULLETIN D'INFORMATION

LIGUE OCCITANIE D'HALTEROPHILIE—MUSCULATION



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



par Kamel Sahraoui, 2ème (96-132) MON + 23 en M45 -94kg.

Cerise sur le gâteau la locale de cette édition, Sabine Rivière aura réussi à garder un peu d'énergie malgré sa grande implication dans l'organisation d'un tel événement. Sans entraînement, elle parvient à se hisser sur la 3ème marche du podium pour le plus grand plaisir de ses supporters (44-50) 94 EUR + 5 W40 - 69kg.

Pour terminer un petit clin d'œil pour féliciter deux athlètes qui ont longtemps fait briller notre région par leur qualité de sportif, et leur joie de vivre, Sandy Creton de La Vaillante St Quentin 66-84 W40 et Regis Creton CROSSFIT La Roche/Yon 90-108 -77kg M45.

Un organisation menée d'une main de maître nous pouvons féliciter Guillaume Dal président de l'haltéro club Decazeillois, qui a su offrir un événement digne de ce nom pour le 75ème anniversaire du club. Sans oublier l'ensemble de ses 50 bénévoles présents sur les trois jours de compétition athlètes parents et adhérents du club. En espérant que cela donne une dynamique positive pour nos clubs dans le but d'organiser ce genre de grand rendez-vous.



Photo réunissant l'ensemble des officiels qui ont participé à la fête.

Top Meltzer

Chez les féminines, Neige-Line EDMOND, ACHMC de Saint Paul, réalise 240.34 à l'indice Meltzer ce qui est la meilleure performance de la journée.

Du côté des masculins, Kévin BOULY, Reims H.M, réalise la meilleure performance en inscrivant 394.87 points.

ELIMINATOIRES DE PROVINCE

Une journée riche en performances !



Les Eliminatoires de la Province Midi-Pyrénées ont eu lieu le samedi 3 mars au CREPS de Toulouse.

Les plateaux ont une nouvelle fois affiché complets avec une compétition rassemblant 43 athlètes dont 8 jeunes et 19 féminines.

15 athlètes réalisent la série Inter-régionale et décrochent la possibilité de participer aux Eliminatoires de Ligue.

6 athlètes se qualifient pour le Grand Prix Fédéral : Aurélie BONNASSIE, Caro-

line CLEMENT et Mégane JOURNET en féminines Seniors 53kg ainsi que Marine GARGAGLI en féminines Seniors 58kg. Côté masculin Matthieu LOUMAGNE et Malcolm CREUX se sont qualifiés respectivement en Seniors 85kg et 62kg.

4 athlètes se qualifient aux Championnats de France Elite. Chez les féminines Aurore COTTRON en Seniors 53kg, Aurore LE MANAC'H en 58kg et Manon HEYRAUD en 48kg. Côté masculin, Arvit HAXHI décroche sa qualification en Cadets 2 77kg.



Top IWF

Chez les féminines, Manon HEYRAUD, Oursons Tarbais, réalise 201.31 à l'IWF ce qui est la meilleure performance de la journée.

Du côté des masculins, Matthieu LOUMAGNE, Oursons Tarbais, réalise la meilleure performance en inscrivant 312.36 points.

ELIMINATOIRES DE LIGUE

23 qualifiés pour les finales nationales !



qualificatifs pour les finales nationales (Grand Prix Fédéral et Championnats de France). Cette compétition a rassemblé 20 féminines et 15 athlètes masculins. 6 athlètes minimes étaient présents.

3 athlètes ont réalisé les minima nationaux : Enzo SERGENT en catégorie Cadets 2 69kg côté masculin. Chez les féminines, les athlètes sont Louann GURHEM en Cadettes 1 48kg et Océane SEVERAC en Cadettes 1 +69kg. Saluons la performance d'Océane qui s'offre un record de France avec 58kg à l'arraché lors de ce match.

7 athlètes réalisent les minima fédéraux : Côté masculins ce sont Bastien Havet en



Cadets 2 77kg et Nicolas MULLOR en Seniors 69kg. Chez les féminines nous avons Océane ROUCH en Juniors 69kg, Caroline CLEMENT et Mégane JOURNET en Seniors 53kg et Lucie MANAC'H et Marcia FERREIRA ESTEVES en Seniors 58kg.

A la fin de cette journée le nombre total de qualifiés occitans sur les finales nationales se porte à 27 athlètes dont 16 féminines : 14 qualifiés dont 4 jeunes au Grand Prix Fédéral et 13 qualifiés dont 6 jeunes aux Championnats de France Elite.

Samedi 24 mars ont eu lieu les éliminatoires de Ligue à Frontignan.

Top IWF

Chez les féminines, Caroline CLEMENT, Toulouse H.C., réalise 186.99 à l'IWF ce qui est la meilleure performance de la journée.

Du côté des masculins, Nicolas MULLOR, Clermont Sports, réalise la meilleure performance en inscrivant 307.65 points.

Il s'agissait là de la dernière opportunité pour les athlètes occitans de réaliser les minima

FORMATION FÉDÉRALES

Les formation fédérale se développent et évolue cette année. Sous la direction d'Aurélien BROUSSAL-DERVAL, qui est venu en Occitanie pour rencontrer les acteurs locaux de formation, les Brevets Fédéraux voient leur contenu recentré sur l'haltéro alors qu'une formation complémentaire Coach Haltéro vient compléter l'offre en s'adressant à des sportifs externes et aux préparateurs physiques pour leur proposer un contenu plus adapté. Les formation seront progressivement faites en partie à distance grâce à des contenus numériques. Lors de sa visite, Aurélien BROUSSAL-

DERVAL a visité les Universités de Toulouse et Tarbes pour convenir d'accords et de conditions pour permettre aux étudiants en STAPS de passer les BF 1 et 2 à l'issu de leur cursus universitaire.

CHAMPIONNAT D'OCCITANIE DE MUSCULATION

Première édition des Championnats Régionaux !



Le samedi 10 mars ont eu lieu les Championnats d'Occitanie de Musculation. Cette première édition de la compétition a eu lieu à Cahors au sein de l'Halter Fitness Cadurcien.

8 athlètes étaient présents au départ de cette journée et 2 équipes ont concouru.

Chez les féminines, Marion PARIS en -57kg et Delphine TAURINES en +57kg sont toutes deux Championnes d'Occita-

nie de Musculation. Les deux jeunes femmes sont camarades de club à VITALIA.

Chez les Hommes, Lucas DALL'ACQUA obtient le titre en -75kg.

La catégorie la plus nombreuse des +75kg voit s'imposer Vincent FOULONNEAU de CROSS X-TREME devant Mickaël BARTA de VITALIA et Jordan MOLINERO également de VITALIA.

Pierrick ROEDEL du Montauban HC se place 4ème et Gauthier BETTO de VITALIA vient compléter le classement.



Ce fut une belle journée de compétition qui s'est déroulée dans une ambiance conviviale. Nous espérons vous trouver toujours plus nombreux pour les prochaines éditions !

Muscu Challenge

Le fil rouge de la saison, Les MUSCU CHALLENGES, ne sont pas terminés !

L'avant dernière épreuve sera le Défi Puissance. Elle se déroulera du 16 au 22 avril.

Il n'est pas trop tard pour participer même si vous n'avez pas fait les épreuves précédentes.

A vos caméras et bonne chance pour ce défi !!

Rédacteur :

Clément ADAM

Directeur de la publication :

David BOSSIAN

Ont participé :

David BOSSIAN, Kévin LICCIARDI

Créateur :

Jean-Marie CHANUT

