



BULLETIN D'INFORMATION

LIGUE OCCITANIE D'HALTEROPHILIE—MUSCULATION

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



L'ÉDITO DU PRÉSIDENT

L'Occitanie bien représentée sur les finales nationales !

Le Grand Prix Fédéral s'achève avec une légère baisse de participation des athlètes d'Occitanie par rapport à l'an dernier 11 pour 13, mais surtout et c'est une satisfaction pour la Ligue, une plus grande représentativité de nos clubs, car vous étiez 7 à avoir fait le déplacement à Istres.

De même que les championnats de FFSU à Melun, ont vu une très forte représentativité de la région. La formule des stages sur 5 jours en semaine a trouvé son rythme,

celui de Pâques organisé au CREPS de Toulouse a accueilli 11 stagiaires motivés. Le prochain stage sera celui de Font Romeu du 20 au 26 Aout, et sera réservé aux jeunes.

Mai sera le mois des finales nationales avec celle de la Coupe de France dès ce week-end à Villeneuve Loubet puis les Frances Elite à Obernai, et n'oublions pas les Frances de Musculation à l'Insep, où les qualifiés de l'étape cadurcienne iront nous représenter.

Sportivement,

David Bossian

Les Rendez-vous de mai

Samedi 5 et dimanche 6 mai :
Finale de la Coupe de France Cadets-Juniors-Seniors à **Villeneuve Loubet**

Samedi 12 mai :
5^{ème} Compétition Avenir (Benjamins-Minimes-Cadets-Juniors) — Souvenir Michel VALENTE à **Narbonne**

Du samedi 19 au lundi 21 mai :
Championnats de France Cadets-Juniors-Seniors à **Obernai**

Samedi 26 :
Championnats de France de Musculation à **l'INSEP (Paris)**

Les actualités du mois

| | |
|---|---|
| Grand Prix Fédéral | 2 |
| Stage de préparation aux finales nationales | 3 |
| Championnats de France FFSU | 4 |
| 2 ^{ème} Tour de Coupe De France | 5 |

GRAND PRIX FÉDÉRAL

Deux médailles d'or, une d'argent et une qualification aux France !

Les 28 et 29 avril a eu lieu le Grand Prix Fédéral 2018. Dix haltérophiles occitans étaient présents sur les plateaux dont 50% de féminines.

Chez les jeunes, en Cadets 2 77kg, Bastien Havet — Haltéro Club Figeacois — remporte le Grand Prix Fédéral avec 86 à l'arraché et 107 à l'épaulé-jeté.



En Juniors, chez les masculins 69kg Jordan NOT—Toulouse HC— réalise 89 à l'arraché et 109 à l'épaulé-jeté pour un total de 198 qui le classe à la 9^{ème} place.



Toujours chez les Juniors mais côté féminines cette fois-ci, Océane ROUCH — Frontignan AC — enregistre 56 à l'arraché, puis 74 à l'arraché pour un total de 130 qui lui offre à la fois la victoire et la qualification aux Championnats de France en 63kg.

En Seniors, trois athlètes masculins représentaient l'Occitanie : En 69kg, Nicolas MULLOR—Clermont Sports — se place 8ème au classement avec 97 à l'arraché et 125 à l'épaulé-jeté



pour un total de 222. En 85kg, Mathieu LOUMAGNE—Les Oursons Tarbais— totalise 244 avec 109 à l'arraché et 135 à l'épaulé-jeté et se classe 7ème de sa catégorie. Malcolm CREUX—CU Tarbes Pau Haltérophilie— réalise 92 à l'arraché et n'enregistre malheureusement pas de barre à l'épaulé-jeté ce qui ne lui permet pas d'être classé.



Cinq occitans étaient présente chez les Seniors :

Caroline CLEMENT — Toulouse HC — tirait en 53kg. Elle se classe 2^{ème} avec 58 à l'arraché et 70 pour un total de 128 et une la médaille d'argent.

Dans la même catégorie, Mégane JOURNET — Haltéro Club Figeacois — en manque de réussite, réalise 50 à l'arraché et



BULLETIN D'INFORMATION

LIGUE OCCITANIE D'HALTEROPHILIE—MUSCULATION

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



totalise 110 avec 60 à l'épaulé-jeté ce qui la classe 9^{ème}.

En 58kg, Lucie MANAC'H— Crossfit BEZIERS — prend la 7^{ème} place avec 60 à l'arraché et 73 à l'épaulé pour un total de 133. Elle termine



donc juste devant Marine Gargagli— Toulouse HC — qui prend la 8^{ème} place avec 60 à l'arraché et 71 à l'épaulé-jeté pour un total de 131.

Marcia FERREIRA ESTEVES, également en Seniors 58kg a été malheureuse à l'arraché et ne parvient malheureusement pas à se classer.



Muscu Challenge

L'ultime défi des MUSCU CHALLENGES arrive bientôt !

L'épreuve sera le Défi Bras. Elle se déroulera du 11 au 17 juin. Il vous reste donc un peu de temps pour vous préparer et être au top !

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 !!

STAGE RÉGIONAL D'ENTRAÎNEMENT

Préparation aux finales nationales

En amont du Grand Prix Fédéral, du 16 au 20 avril, 11 jeunes athlètes se sont regroupés au CREPS de Toulouse pour participer à un stage de préparation aux finales nationales.

L'effectif était composé de Claire GRIMAL (Montauban HC), Océane SEVERAC (Clermont Sports), Océane ROUCH (Frontignan AC), Margaux BRANCO (Montauban HC), Clara PEIGUET (Clermont Sports), Léna GUY (Clermont Sports), Arvit HAXHI (Toulouse HC), Quentin CANCE (Figeac HC) et Enzo BER-

TOT-MAHAUX (Figeac HC). Irène RICHARD (BLANC MESNIL SPORT HM) et Elodie MAZOUZ (ASL DUMONT D URVILLE) complétaient l'effectif en tant que candidates à l'entrée en structure de Haut-Niveau.

L'encadrement était assuré par Nicolas GILLES (CTS— Responsable du Pôle Espoirs), Clément ADAM (CTF), Yann AUCOUTURIER et Kévin LICCIARDI (membres de l'ETR).



CHAMPIONNATS DE FRANCE FFSU

15 médailles pour l'Occitanie : 6 d'Or, 6 d'Argent et 3 de Bronze !

Les jeudi 5 et vendredi 6 avril ont eu lieu les Championnats de France FFSU à Melun. L'Occitanie était représentée par 6 Toulousains et 15 Montpelliérains.



Chez les féminines, Aurore LE MANAC'H prend le titre de Vice-Championne de France FFSU en 58kg. Dans la même catégorie, Marion CAZEAUX ne parvient pas à se classer. En 63kg, Victoria POLLASTRI prend la 7^{ème} place.

Sophie MAZOUZ s'offre le titre de Championne de France FFSU en 69kg devant Lila BOHIN-MEYER qui prend l'argent.



Chez les +69kg, Esther JOSEPHOVITCH remporte également le titre de Championne de France FFSU devant Marina TEHAAMOANA et Lucie RIBAUT qui complètent le podium. Elles sont suivies par Inès ALOUACHE, 4^{ème} de cette même catégorie.

Chez les masculins, Axel DE PASQUALE prend la 8^{ème} place en 69kg. Dans la très fournie catégorie des 77kg, Seyenam AWUWE se place 5^{ème}, Thibault FERREIRA 6^{ème}, Alexis MURA 8^{ème}, Clément CASTAGNAS 9^{ème}, Miguel ARMANGAU 12^{ème} et Jérémy AZZOPARDI 15^{ème}. En 85kg, Yannick SAINTAVIT prend la première marche du podium et le titre de Champion de France FFSU, Nathan AVIGNON monte sur la 3^{ème} marche de ce podium.



Warren OTCENACEK emporte lui aussi le titre de Champion de France FFSU chez les 94kg devant Yossuf EL ADANI, 2^{ème}. Mathieu BERTRAND ne parvient pas à se classer dans cette catégorie.



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

Les Championnats de France FFSU de Musculation faisaient suite aux épreuves d'haltérophilie. Six étudiants Montpelliérains représentaient l'Occitanie sur ces épreuves.

Dans la catégorie féminines des +57kg, Victoria POLLASTRI remporte la médaille d'or et le titre de Championne de France FFSU de musculation. Elle est suivie par Marina TEHAAMOANA qui monte sur la deuxième marche du podium et devient Vice-Championne de France FFSU de musculation. Inès ALLOUACHE prend la 4^{ème} place de cette catégorie et Sophie

MAZOUZ termine à la 8^{ème} place.

Chez les masculins -75kg, la victoire est emportée par Rémi SALVI qui obtient donc le titre de Champion de France FFSU de musculation. En +75kg, Warren OTCENASEK prend la 11^{ème} place du classement.

Le classement par équipe voit également les Montpelliérains s'illustrer avec 3 équipes engagées qui prennent la 2^{ème} et la 3^{ème} place du podium ainsi que la 5^{ème} place. Ces médailles viennent s'ajouter à celles remportée sur les épreuves d'haltérophilie. Le bilan occitan de ces Cham-

pionnats de France FFSU est de 15 médailles sur les 45 en jeu.

L'Occitanie brille

donc avec 6

mé-

dailles

d'Or, 6

d'Argent

et 3 de

Bronze.

Heureux événements

La Ligue tient à féliciter Bernard SOTO qui est depuis peu l'heureux grand-père d'un petit Edgar.

Elise LABRUNIE et Yohann GIGORD sont devenus parents pour la première fois. Leur petit garçon s'appelle Marin.

Un heureux événement s'est également produit à Decazelle où Guillaume et Audrey DAL viennent d'agrandir la famille avec la naissance d'une petite Elsa.

2ÈME TOUR DE COUPE DE FRANCE

Clermont Sports et Figeac HC en finale !

Le 14 avril se déroulait le 2^{ème} Tour de Coupe de France des Clubs. Les équipes de la région qualifiées à l'issue du 1^{er} tour se sont retrouvées à Figeac pour se qualifier en finale.

Chez les Seniors mixtes, Clermont Sports tire sont épinglé

du jeu et passe en finale avec 1353.71 points qui les classe 3^{ème} au niveau national. Toulouse HC marque 1213.67 points et se classe 10^{ème} national. Figeac HC marque 905.24 points et prend la 41^{ème} place du classement national.

Chez les Cadets Figeac HC se

distingue en marquant 641.92 points et passe en finale en se classant 5^{ème} national.

Du côté des Cadettes, Clermont Sports termine à la 14^{ème} place du classement avec 357.41 points.

En Juniors, le Toulouse HC se positionne 14^{ème} national en marquant 699.22 points.

Deux équipes représenteront donc la Région lors des Finales de la Coupe de France des Clubs les 5 et 6 mai à Ville-neuve Loubet : les Seniors mixtes de Clermont Sports et les Cadets du Figeac HC.



Rédacteur :

Clément ADAM

Directeur de la publication :

David BOSSIAN

Ont participé :

David BOSSIAN

Créateur :

Jean-Marie CHANUT

