



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

Le HC Figeac candidat à l'organisation des Frances Elites !

Un mois de Février qui s'achève sur 2 compétitions qui symbolisent l'effervescence de la pratique haltérophile dans notre Ligue : un championnat master d'Occitanie à Pamiers et les 1^{er} pas d'Hiver à Ramonville le weekend suivant soit près de 80 athlètes sur les plateaux.

Au lendemain du Championnat Masters à Pamiers se tenait l'AG ordinaire de la Ligue, après les différents rapports moraux, sportifs et financiers votés à l'unanimité, le HC Figeac a fait part de sa candidature à l'organisation des Frances Elites de 2020 et aura tout le soutien de la Ligue et ses représentants.

Clermont Sport pour sa part positionne son tournoi international « DENIS RANDON » au niveau bronze IWF en Novembre 2019, ce qui permettra aux athlètes français de tirer à domicile pour progresser au classement des prétendants aux places qualificatives des Jeux Olympiques de Tokyo 2020.

Mars sera également chargé avec les élections fédérales le 24 à Paris. J'encourage d'ailleurs le maximum de dirigeants de club à faire le déplacement à Paris pour y assister et prendre part aux votes. La fédération sans sa base, qui sont ses clubs, ne peut fonctionner.

Sportivement,

David Bossian

Les Rendez-vous de mars

Samedi 02 mars :

- Eliminatoire de Province LR à **Montpellier**.
- Eliminatoire de Province MPY à **Figeac**.

Samedi 09 mars :

Championnat Régional du Musculation à **Muret**.

Samedi 16 mars :

Coupe de France des Clubs par équipes MI-CA-JU à **Clermont-L'Hérault**.

Dimanche 17 mars :

Coupe de France des Clubs par équipes SE à **Clermont-L'Hérault**

Dimanche 24 mars :

Assemblée Générale de la FFHM à **l'INSEP**

Samedi 30 mars :

4ème Challenge Avenir / Grand Prix de la Ville de Narbonne à **Narbonne**

Les actualités du mois

Championnat de France des Clubs	2
1er Pas d'hiver	3
Arbitrage	3
Championnat de Ligue Masters	4
Stage à Figeac	4
Stage Avenir Olympique 2024-2028	5

CHAMPIONNAT DE FRANCE DES CLUBS

THC Clermont classement !



Le samedi 2 février, avait lieu la 4ème et dernière journée du Championnat de France des Clubs de N1 Féminine à Toulouse et de Top 9 Masculins à Clermont L'Hérault

Le Toulouse Haltero Club termine à la 3ème place du Championnat de France des Clubs de N1 2018-2019, après un dernier match impressionnant de leur 4 athlètes !

Caroline Clément continue sur sa lancée et bat son record régional à l'épaulé jeté en compétition ! Aurore Cottron réalise un de ses meilleurs scores de la saison. Caroline Tricot, remplaçante de Marine Gargagli, réalise un match plein avec un 6/6 pour sa première compétition, se rapprochent du niveau national. Mathilde Rougemont impériale avec un 6/6 et 3 nouveaux records à l'arraché, l'épaulé jeté et au total. L'équipe bat son record de points de la saison avec 777,44 points et termine 2ème de ce match derrière l'EA de

Saint-Médard qui a dominé le championnat de bout en bout.

Côté Top 9 masculins, Clermont Sports était engagé dans un match couperet qui mettait en opposition trois prétendants

direct à la troisième marche du Championnat : Clermont Sports, la VGA Saint-Maur et Franconville.

Les Clermontais ont été contraints de présenter une équipe diminuée par les forfaits de deux de leurs cadres : Sami Biji et Norik Ghzarian ainsi que la blessure au genou de Mahomaudou Dembaka. Les sans fautes de Julien et Nicolas Mullor ajoutés à l'expérience de Flavio Bardis et la combativité de l'ancien international Yann Aucouturier ont permis au club d'inscrire 1608 points. Ceci sera malheureusement insuffisant face à Bernardin Matam, ancien Vice-Champion du Monde et Champion d'Europe, qui a fait parler la poudre en permettant à la VGA Saint-Maur d'inscrire 1657 points et de remporter le match. Franconville a inscrit 1625 points et prend la deuxième place du match. Clermont Sports prend ainsi la 5ème place du classement.



1ER PAS D'HIVER

Une première en beauté pour Rive Droite Haltéro Club !

Dimanche 24 février a eu lieu le 1er Pas d'Hiver à Ramonville-Saint-Agne très bien organisé par le tout jeune Rive Droite Haltéro Club.

56 athlètes se sont succédés sur les plateaux tout au long de la journée. De belles performances ont été réalisées par beaucoup d'athlètes qui prenaient part à leur toute première compétition.

20 athlètes ont réalisé la série Départementale.

7 athlètes ont réalisé la série Régionale : Alain BICACKI - Toulouse HC— en SE M81 ; Floriane BOMPAN—Rive Droite Halté-



ro Club— en SE F71 ; Mathieu CARBOU—Toulouse HC— en SE M96; Clément CASTAGNAS—Toulouse HC—en SE M73 ; Alexandra DAUMAS—Toulouse HC— en SE F76 ; Terence DE SMEDT—CUTPH— en SE M73 et Laurie TERRADE—Toulouse HC— en SE F59.

3 se sont classés Interrégional : François PASQUIER—Toulouse HC— en SE M89 ; Léa SALLES—Toulouse HC— en SE F59 et Katia TRAVERS—Rive Droite Haltéro Club— en SE F59

1 athlète s'est classé Fédéral : Jean-Baptiste MILLIET—CUTPH— en U20 M67.

Bravo à toutes et à tous !



ARBITRAGE

Deux nouveaux arbitres Régionaux !

A l'occasion du 1er Pas d'hiver à Ramonville-Saint-Agne, le 24 février, deux candidats à l'examen d'arbitre régional passaient leur épreuve pratique.

Le figeacois Quentin Cance et le Columérin Mickaël Dievert ont ainsi officié à l'arbitrage sur les plateaux de cette journée de compétition.

Tous deux ont passé avec succès cet épreuve et ils viennent donc renforcer l'effectif du corps arbitral Occitan.

Félicitations à tous les deux !



CHAMPIONNAT DE LIGUE MASTERS

9 classés Monde et 5 classés Europe !

Stage de Pâques

Le stage de pâques qui aura lieu au CREPS de Toulouse du

23 au 26 avril sera l'ultime stage de préparation de l'équipe de Ligue qui se déplacera dans la foulée à Durstel en Alsace pour participer au Championnat de France des équipes de Ligue.



HALTÉROPHILIE
Championnat de FRANCE
des LIGUES

27-28
Avril 2019

Samedi U17 filles et garçons
Dimanche U20 filles et garçons

Samedi soir à partir de 18h
PIZZA et TARTE FLAMBÉE

Entrée libre

DURSTEL - Salle Avenir

Le samedi 16 février ont eu lieu les Championnats de Ligue Masters à Pamiers où 22 athlètes se sont joints à la fête.

9 athlètes ont réalisé les minima Monde : Chez les féminines Anne-Marie GRIMAL— HC Montauban— en W50 76kg. Chez les masculins Michael TUFI— HF Perpignanaise— en M35 81kg, Erice NISSERON—US Colomiers— en M40 96kg, David BOSSIAN—Toulouse HC— en M45 81kg, Daniel COANA— HC Pamiers— en M55 96kg, Gérard MORENA— HC Pamiers— en M60 81kg, Jean-Claude COZERET— Clermont Sports— en M70 73kg, André TAGLIATI— HF Perpignanaise— en M75 81kg, Jean Manuel GOMEZ—HC Pamiers— en M75 81kg et Louis-Pierre RIGAUD—HF Perpignanaise— en M80 89kg.

5 athlètes réalisent la série Europe :

Sylvain CAVEY—HF Perpignanaise— en M40 81kg, Léonard BONGO— HC Decazevillois—

en M60 81kg, Gérard DESPECHE—Tarbes HC— en M65 102kg, Jean-Pierre DUTREY— HC Montauban— en M65 81kg et Henri PLANET— HC Montauban— en M75 89kg.

3 athlètes réalisent la série France :

Kamel SAHRAOUI— Toulouse HC— en M45 96kg chez les masculins et Belinda MELENDEZ NEBOT—HC Montauban— en W35 64kg et Sabine RIVIERE—HC Decazevillois— en W40 71kg chez les féminines.

4 athlètes réalisent la série Région :

Chez les féminines : Audrey DAL—HC Decazevillois— en W35 64kg.

Chez les masculins : Guillaume DAL—HC Decazevillois— en M35 >109kg, Sébastien RIVIERE—HC Decazevillois— en M35 96kg et Jean-Claude MOYA— HC Pamiers— en M65 67kg.

STAGE À FIGEAC

Stage annuel dans le Lot !

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. Cette année le stage a eu lieu du 25 janvier au 1er mars. Les participants étaient : Clara Peiguet (Clermont Sports), Océane Séverac (Clermont Sports), Enzo Bossian (Figeac HC), Aaron DIAS (Figeac HC) et Enzo CORDONNIER-DELMAS (Figeac HC). L'équipe d'encadrement était composée de Kévin LICCIARDI (ETR) et Yann AUCOUTURIER (ETR).



STAGE AVENIR OLYMPIQUE 2024-2028

Quentin Cance une nouvelle fois dans l'effectif !



Du 24 au 28 février s'est tenu un stage du Collectif Avenir 2024-2028 au CREPS de Toulouse.

Les jeunes haltérophiles français membre du collectif et résidant dans les zones de congés scolaires compatibles se sont retrouvés pour cette semaine d'entraînements sous la houlette de Nicolas GILLES (CTN, Responsable du Pôle Espoirs de Toulouse) ainsi que de Vincent RIGAUD (CTN).

Quentin Cance, membre du collectif avenir 2024-2028 a une nouvelle fois participé au stage qui s'est déroulé à domicile pour lui puisqu'il est également stagiaire du Pôle Espoirs de Toulouse cette saison.

Championnats de France Universitaires Haltérophilie et Musculation

Notez bien les dates des jeudi 4 et vendredi 5 avril 2019 ! En effet, les Championnats de France Universitaires d'Haltérophilie et Musculation auront lieu à Toulouse.

Nous solliciterons le corps arbitral pour officier sur cette manifestation qui sera la plus grande de la saison.

Championnat Régional de Musculation

Le Championnat Régional de Musculation aura lieu à Muret le 9/03/2019. La salle VITALIA Muret accueillera les épreuves.

Les engagements sont possibles jusqu'au 8 mars, n'hésitez plus !

Rédacteur :

Clément ADAM

Directeur de la publication :

David BOSSIAN

Ont participé :

David BOSSIAN

Créateur :

Jean-Marie CHANUT

