



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

Un début de saison en demi-teinte, avec un net recul au niveau prise de licence; au lieu des 1500 à pareil date, c'est 200 de moins. Nos structures associatives subissent de plein fouet la concurrence du privé. Nous enregistrons 2 nouveaux clubs à contrario c'est 8 clubs, qui ne se sont toujours pas ré-affiliés.

Du côté sportif, le championnat régional par équipes contribue pleinement à animer ce début de saison, mais le modèle occitan vit peut-être sa dernière année sous la forme d'un championnat d'équipe mixte. La saison prochaine, les feuilles de match seront communes, en ligne et unisexe pour toute la fédération afin d'accélérer la collecte des informations. Nous ne pourrons plus utiliser la table

allemande pour permettre aux hommes et aux femmes de se confronter sur une même compétition ce qui était notre spécificité nationale. Notre système a l'avantage de donner aux petits clubs la possibilité de participer en alignant 5 athlètes peu importe le sexe. Le risque étant de voir diviser par deux, le nombre de club pouvant participer au championnat par équipe car tout le monde ne pourra aligner 5 hommes ou 4 femmes, ce qui nous ferait revenir en arrière de 5 ans où nous connaissions des difficultés à avoir un championnat attractif.

La Ligue sera le partenaire de Clermont Sport pour l'organisation du « Tournoi Denis Randon » du 16 Novembre, où vous pourrez voir évoluer notre porte drapeau Gaëlle Nayo Ketchanke en route pour Tokyo 2020 et notre espoir figeacois, Quentin Cance, qui connaîtra sa première cap internationale en Décembre aux Europes U17 en Israël.

Les Rendez-vous de novembre

Samedi 02 novembre :

1ère journée du Championnat de France des Clubs par équipe

Samedi 09 novembre :

1er Pas d'Automne (province MPY) à Albi
1er Pas d'Automne (province LR) à Montpellier

Samedi 16 novembre :

Tournoi International [Bronze IWF] - Mémoire Denis RANDON & Petits As à Clermont-L'Hérault

Samedi 23 novembre :

1ème journée du Championnat de France des Clubs par équipe

Samedi 30 novembre :

3ème journée du Championnat Régional des Clubs par équipes mixtes

Sportivement,

David Bossian

Les actualités du mois

| | |
|--|---|
| 2ème journée du Championnat régional | 2 |
| 1er Challenge Avenir | 3 |
| Stage d'entrainement d'automne | 3 |
| Projet MILDECA à l'EPM de Lavaur | 3 |
| Échéances internationales pour le pôle | 4 |





BULLETIN D'INFORMATION

LIGUE OCCITANIE D'HALTEROPHILIE—MUSCULATION

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



2ÈME JOURNÉE DU CHAMPIONNAT RÉGIONAL

Peu de changement au classement !

La seconde journée de Championnat a eu lieu le samedi 19 octobre à Toulouse et Colomiers.

Dans le match 1, le HC Figeac s'impose largement devant Frontignan AC, bien installé à la seconde place devant l'USC Colomiers. Le HC Montauban prend la quatrième place du match.

Le second match était beaucoup plus serré, la troisième place se jouant à moins d'un point.

Clermont Sports s'impose sans grande difficulté devant le Toulouse HC 2. Le Toulouse HC s'empare de la troisième place du match avec moins d'un point d'avance sur Force STAPS Montpellier. Clermont Sports 2 termine à la quatrième place.

Au classement général, peu de changement : Clermont Sports 1 garde la tête devant Toulouse HC 2. Le HC Figeac prend la place de Toulouse HC 1 à la troisième place.

Stéphanie Bridier signe une nouvelle fois la meilleure performance IWF féminine avec 198.07. Chez les masculins elle est signée Flavio BARDIS avec 309.48 points.

Tournoi International Denis RANDON

Le 16 novembre aura lieu à Clermont-L'Hérault la 17^{ème} édition du Tournoi International Denis RANDON. Cette édition est particulière car elle est labellisée Bronze par la Fédération Internationale d'Haltérophilie (IWF) et les résultats de la journée compteront dans la course aux qualifications pour les Jeux Olympiques de 2020 à Tokyo.

| Place | Equipes | Points journées | | | | Total | Points match | | | | Moyenne |
|-------|-------------------------|-----------------|----|----|----|-------|--------------|--------|----|----|---------|
| | | j1 | j2 | j3 | j4 | | j1 | j2 | j3 | j4 | |
| 1 | Clermont Sports 1 | 6 | 6 | | | 12 | 343,00 | 384,20 | | | 363,60 |
| 2 | Toulouse HC 2 | 6 | 4 | | | 10 | 283,90 | 319,60 | | | 301,75 |
| 3 | HC Figeac | 4 | 6 | | | 10 | 204,40 | 243,00 | | | 223,70 |
| 4 | Toulouse HC 1 | 4 | 3 | | | 7 | 281,40 | 244,20 | | | 262,80 |
| 5 | Force STAPS Montpellier | 3 | 2 | | | 5 | 168,20 | 243,60 | | | 205,90 |
| 6 | Clermont Sports 2 | 3 | 1 | | | 4 | 156,10 | 185,40 | | | 170,75 |
| 7 | HC Montaubanais | 2 | 2 | | | 4 | 148,00 | 103,00 | | | 125,50 |
| 8 | Frontignan AC | 0 | 4 | | | 4 | 0,00 | 194,20 | | | 97,10 |
| 9 | USC HC Colomiers | 0 | 3 | | | 3 | 0,00 | 118,00 | | | 59,00 |

1ER CHALLENGE AVENIR

Plateau fourni à Clermont-L'Hérault !

Pour ce 1er Challenge Avenir de la saison en Occitanie, l'action a débuté vendredi 25 octobre à Figeac : les jeunes de Midi Pyrénées se sont adonnés aux joies de la barre dynamique à Figeac.

Le lendemain, samedi 26 octobre, beaucoup de jeunes pousses du Languedoc sur l'implantation de Clermont-l'Hérault. Sur les deux implantations c'est un total de 29 athlètes dont 8 féminines qui se sont retrouvés sur les plateaux.





BULLETIN D'INFORMATION

LIGUE OCCITANIE D'HALTEROPHILIE—MUSCULATION

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



STAGE D'ENTRAÎNEMENT D'AUTOMNE

Entraînement aux côtés d'une athlète Olympique!

Du 21 au 25 octobre, les jeunes de la Ligue sélectionnés pour faire partie du collectif qui représentera la Ligue Occitanie lors des Championnats de France des équipes de Ligue se sont retrouvés pour un stage d'entraînement à Clermont-L'Hérault.

Le stage était encadré par Yann AUCOUTURIER (ETR) et Kévin LICCIARDI (ETR). L'effectif était composé de Bastien HAVET (HC Figeacois), Nina DE SAMPAIO (HC Figeacois), Maxime PARMENTIER (HC Figeacois), Tristan DARDAILLER (HC Montalbanais), Ambre PARISIS (Clermont Sports), Elsa MARCO (Clermont Sports), Enzo CARMONA (Clermont Sports), Sarah BELLET (Clermont Sports) et Clara PEIGUET (Clermont Sports).

Ce qui participaient à leur premier stage ont pu s'intégrer au groupe et ont pu découvrir un rythme d'entraînement plus soutenu. Ils ont également pu faire l'expérience de s'entraîner aux côtés d'une athlète Olympique en la personne

de Gaëlle NAYO KETCHANKE qui s'entraîne à Clermont Sports.

Une activité de cohésion de groupe a été proposée aux stagiaires lors d'une demi-journée de repos.



PROJET MILDECA À L'EPM DE LAVAU

Initiations et lutte anti-dopage en milieu carcéral



Mardi 29 Octobre, la Ligue Occitanie a participé à l'action menée par les moniteurs de sport de l'Établissement Pénitentiaire pour Mineurs (EPM) de Lavour : « Lutter contre le dopage et le trafic médicamenteux à travers le sport et les risques pour la santé » dans le cadre de MILDECA 2019 (Mission Interministérielle de Lutte contre les Drogues et les

Conduite Addictives).

Tout au long de la journée, David BOSSIAN (Président) et Clément ADAM (CTF) intervenait pour proposer aux groupes jeunes de l'EPM des initiations à l'haltérophilie.

La veille, les jeunes détenus avaient activement participé à une animation et à des discussions autour des pratiques à risque autour des produits dopants et des stupéfiants avec un Docteur en pharmacie.



ÉCHÉANCES INTERNATIONALES POUR LE PÔLE

Stage Avenir Olympique et Championnats d'Europe

Stage Avenir Olympique 2024-2028

15 haltérophiles, garçons et filles, étaient convoqués au CREPS de Toulouse du 21 au 26 octobre pour un stage d'entraînement et pour effectuer le Test de Sélection pour les Championnats d'Europe U15-U17 qui s'est tenu le mercredi 23 octobre. Le stage était encadré par Nicolas GILLES (CTN, Responsable Pôle France Relève de Toulouse), Romuald ERNAULT (CTR Normandie, Responsable national de la détection), Samuel SUYWENS (CTN, Entraîneur du Pôle France Relève de Toulouse) et Clément ADAM (CTF Occitanie) mis à disposition de la FFHM par la Ligue Occitanie.

10 athlètes ont validé les seuils et sont sélectionnés pour les Championnats d'Europe U15-U17 qui se tiendront à Eilat (Israël) début décembre.

2 polistes toulousains dont 1 Occitan feront partis du voyage :



Loane PAYET, qui valide les seuils + 11kg en U17 -59kg avec 149kg au total (65kg à l'arraché + 84kg à l'épaulé-jeté) ;



Quentin CANCE (Figeac), qui valide les seuils en U17 -67kg avec 220kg au total (98kg à l'arraché + 122kg à l'épaulé-jeté).

L'ensemble du Pôle de Toulouse a une grande pensée pour Amelle REZZAK qui n'a pas pu participer au Test.

Championnats d'Europe U20-U23

3 athlètes du Pôle France de Toulouse ont représenté les couleurs nationales aux Championnats d'Europe U20-U23 qui s'est déroulée à Bucarest (Roumanie) du 19 au 27 octobre :



Kaitly DIBOTI, U20 59kg, se classe 7ème avec 3 records de France : 75kg à l'arraché; 94kg à l'épaulé-jeté ; 169kg au total ;



Makariy KOCHETOV, U20 81kg, se classe 16ème avec 2 records de France : 120kg à l'arraché ; 153kg à l'épaulé-jeté ; 273kg au total ;



Sony FARETIE, U20 89kg, se classe 8ème avec 3 records de France : 137kg à l'arraché ; 168kg à l'épaulé-jeté ; 305kg au total.

Disparition

Nous avons le regret de vous annoncer le décès Mr Richard ADELINO un des fondateurs du club Frontignan AC et père de René Adelino responsable actuel du club.

La Ligue s'associe à la douleur de la famille ADELINO.

Rédacteur :

Clément ADAM

Directeur de la publication :

David BOSSIAN

Ont participé :

David BOSSIAN, Nicolas GILLES

Créateur :

Jean-Marie CHANUT

