

# LETTRE D'INFORMATION NOVEMBRE 2017



## L'AVIRON FÉMININ A L'HONNEUR A LA RENTRÉE

### Stage interrégional féminin

La ligue coordonne depuis maintenant plusieurs années le Stage Interrégional Féminin (SIF), rendez-vous incontournable de début de saison pour les jeunes rameuses de 15 à 17 ans. Créé il y a 17 ans, ce stage s'est déroulé du 21 au 27 août 2017 à Bellecin. Il a regroupé 41 rameuses dont 8 d'Occitanie, les autres étant originaires du Grand-Est, d'Auvergne, de Bourgogne Franche Comté et du Centre Val de Loire. Au programme, pratique en bateaux collectifs (4x et 8+) et préparation générale avant de reprendre le chemin de l'entraînement en club. L'occasion pour les jeunes filles de rencontrer les rameuses de l'équipe de France, présentes à Bellecin pour la préparation des championnats du monde. Des ateliers d'échange ont été organisés avec ces rameuses de haut niveau dans le cadre du programme national Dames de nage.



### Challenge Dames de Nage: L'Occitanie bien représentée à la Coupe des Dames

Belle fin de saison pour les féminines de Perpignan et de Béziers qui se sont retrouvées à la COUPE DES DAMES d'Angers le 21 octobre dernier, pour leur première participation.

Plusieurs clubs de la région Occitanie ont participé au programme fédéral, CHALLENGE DAMES DE NAGE, animation créée par la FFA pour aider à la fidélisation des pratiquantes, à la valorisation des femmes qui s'engagent dans la vie associative et pour faire le lien avec les rameuses de haut-niveau. Parmi ceux-ci, Perpignan et Béziers. Tout au long de l'année, ces 2 clubs ont mis en place des initiatives locales pour encourager la pratique féminine et faire de l'aviron un sport où plaisir et défi personnel sont réunis: Journées portes-ouvertes, journée "ramène une copine", Découverte la compétition ou initiation à l'aviron de mer, entraînements en 8+...

La saison s'est clôturée par la préparation de 2 équipages à la COUPE DES DAMES d'Angers.

Cette compétition, organisée depuis 26 ans, a accueilli près de 300 rameuses loisirs, compétitrices ou de haut niveau, le 21 octobre. Elles se sont affrontées sur le bateau "roi" de l'aviron: le huit. Pour leur première participation, les rameuses de Béziers et de Perpignan ont découvert un circuit de 15 km, au départ de la base Nautique d'Angers, passant par la Maine, la Sarthe, la Vieille Maine et la Mayenne. Malgré les vents, et un peu de pluie, nos "sudistes" ont ramé sans encombre, dans une ambiance chaleureuse. L'organisation parfaitement rodée, l'apéritif et un repas convivial ont réjoui les participantes qui promettent de revenir l'année prochaine.

Un grand merci aux organisateurs du club d'Angers qui ont fait de cette journée un moment agréable et à la FFA pour la mise en valeur de cette régates dans le cadre du Challenge Dames de Nage.



## LE MOT DE LA PRESIDENTE

---



Chers amis rameurs et rameuses,

C'est avec un certain soulagement que, le 2 novembre, à Castelnaudary, le comité directeur de la Ligue Languedoc-Roussillon est arrivé au bout du processus de négociation de fusion Occitanie avec les dirigeants de Midi-Pyrénées. Les derniers mois ont été difficiles. Après l'accord de Villemur de juillet et la finalisation d'un protocole rédigé d'un commun accord courant de l'été, nous avons eu la mauvaise surprise d'apprendre que le comité directeur MP a finalement rejeté ce traité commun. Le silence qui en a suivi, le refus des dirigeants MP de réunir à nouveau les 2 comités directeurs et le vote puis l'envoi à la FFA d'un traité rédigé unilatéralement nous ont laissé dans l'incompréhension. Il a fallu accuser le coup, faire le deuil d'une fusion dans les délais légaux et repartir pour nous faire entendre. Nous n'avons pas baissé les bras. Malgré le moral dans les chaussettes, vos dirigeants de ligue ont travaillé tout le mois d'octobre. Il a d'abord fallu rencontrer la FFA, comprendre sa position, faire entendre la voix des clubs LR, puis tenter de renouer le dialogue avec MP, et rédiger un nouveau projet. Nous n'avons pas chômé.

Finalement, le 2 novembre, nous sommes tombés d'accord sur un traité de fusion-création, qui, s'il est voté par les 2 comités directeurs, sera présenté à vos représentants de clubs lors de l'assemblée générale extraordinaire de fusion fixée le 13 janvier 2018.

Vos représentants pourront alors choisir d'aller vers cette fusion ou de la rejeter. Je rappelle néanmoins que la création d'Occitanie nous est imposée, que nous ne l'avons pas choisie et qu'il serait dommage que le territoire LR ne soit pas moteur de la construction à venir. Il est important que cette fusion se fasse avec nos clubs, pour nos clubs.

Nous pouvons choisir de saisir cette opportunité pour montrer notre capacité à travailler ensemble sur tout le territoire et créer une ligue riche de notre diversité où tous nos clubs se reconnaitront. Occitanie a besoin de nous, pour construire sa nouvelle identité, mettre en valeur la richesse de nos actions et défendre les valeurs de notre sport face à nos partenaires.

Nous pouvons espérer 8 à 12 postes sur 20 au sein du comité directeur. Le défi des 3 prochains mois sera donc de proposer aux élections une équipe de candidats capable de travailler avec tous les dirigeants Occitanie. L'objectif étant de poser les bases d'une ligue forte et unie qui mettra en lumière notre territoire.

J'en appelle à vous tous membres des clubs du Languedoc-Roussillon pour amener une pierre à l'édifice. Chacun d'entre vous peut participer à la construction d'Occitanie par ses initiatives, ses projets, son attitude ou ses compétences. La balle est dans votre camp. A vous de montrer votre capacité à vous unir pour proposer, et motiver, des candidats compétents, capables de travailler en équipe, dans un état d'esprit constructif.

Les clubs d'Occitanie doivent apprendre à se connaître, mais aussi à se reconnaître au sein d'Occitanie. Le plus important étant de se faire connaître. Et de se faire connaître pour nos initiatives, pour notre dynamisme et nos innovations. Pour cela il nous faut des dirigeants capables de mettre en valeur notre identité commune. A vous de les dénicher et de les soutenir!

Sportivement

Retrouvez toutes les informations sur l'organisation de la ligue et de la fusion  
sur le site [www.avironlanguedocroussillon.fr/ligue](http://www.avironlanguedocroussillon.fr/ligue)

## 5 languedociens en stage national

5 rameurs, formés dans les clubs du Languedoc Roussillon convoqués aux premiers stages nationaux de la saison :

Meg Pagaux (Montpellier Université Aviron) a participé au stage national performance jeunes (Souston), Jean-Pierre Izart (Aviron Perpignan) et Nathan Puech (Aviron Sétois) étaient convoqués au stage juniors (Souston). Enfin, Charlélie Rubio (Aviron Agathois) et Timothée Just (Aviron Agathois) ont participé au stage séniors -23 ans ( Temple sur Lot).

Nous leur souhaitons le meilleur pour leur saison 2018. Nos clubs regorgent de talents, souhaitons que cette belle réussite motive donne l'exemple à d'autres jeunes pour progresser.



## Les Collèges héraultais dans le dispositifs "Bougez Ramez"

Novembre 2017 est la sixième édition de " Bougez, Ramez ! " programme de promotion de l'activité physique dans les collèges du département de l'Hérault.

Il permet de tester la condition physique des élèves de 5ème et de les sensibiliser à l'équilibre alimentaire de leurs assiettes.

Il a également permis d'initier près de 9 800 élèves à l'aviron au travers de parcours chronométrés sur rameurs ergomètres et pour ceux qui le souhaitent la possibilité de poursuivre cette découverte dans l'un des clubs de l'Hérault.

Cette opération existe également grâce à un partenariat entre :

Hérault Sport qui met ses moyens et sa logistique à la disposition de cette opération,

la Mutualité Occitanie met a disposition ses experts et son réseau de diététiciennes, au service de la santé des collégiens,

le comité départemental d'aviron de l'Hérault et les clubs qui sont chargés de l'animation de la partie initiation à la pratique de l'aviron sur ergomètres.

Les bilans des dernières années sont disponibles sur [www.aviron34.fr](http://www.aviron34.fr)

Collèges et dates de l'opération : 14 novembre à Mèze, 27 et 28 novembre à Ganges, le 30 novembre à la Grande Motte, les 4 et 5 décembre à Montpellier (Escholiers de la Mosson), le 19 décembre à Montpellier (Camille Claudel), 21 et 22 décembre à Pignan, 2 et 3 février 2019 à Jacou. D'autres dates seront connues plus tard (Marseillan, Béziers, Cessenon ...)



# CA SE PASSE EN REGION

## Aviron Santé, premier bilan

Dans le cadre de ses actions de développement, la ligue a mené en ce début de saison une enquête sur le sport santé et comment les clubs mettaient en place des actions dans ce domaine. 13 clubs ont répondu dont 7 déclarent des actions santé ou handicap. Les actions prennent différentes formes.



Retour d'expériences :

Des partenariats avec des établissements spécialisés sont tissés sur tout le territoire et permettent d'accueillir des publics présentant différentes pathologies physiques, mentales ou psychiques. Les actions santé vont de 1 séance de pratique régulière par mois à 2 séances par semaine pour ces publics spécifiques. Citons par exemple le travail du Grau du roi avec le centre des Aigues Marines (handicap mental), de l'aviron Sétois avec l'IES la Corniche (déficience intellectuelle), de Carcassonne avec L'Institut Thérapeutique, Educatif et Pédagogique (ITEP) qui accueille des jeunes en difficulté avec trouble du comportement ou bien encore de Perpignan avec l'hôpital de Thuir (troubles psychiques). La Grande Motte souhaiterait remettre en place un projet avec l'Institut Saint Pierre (jeunes souffrant d'obésité), alors que Beaucaire voit comme une opportunité sa proximité avec le centre de cancérologie du CHU de Nîmes.

2 clubs bénéficient d'un partenariat avec leur mairie pour développer le sport sur ordonnance (Aviron Sétois et La Grande Motte). L'aviron Sétois a aussi mis en place un partenariat avec la mairie et l'éducation nationale pour développer le programme "Bougez-Ramez" dans les écoles primaires.

Le club de Carcassonne, pour faciliter l'accès à une pratique physique régulière, propose 3 séances d'initiation gratuites, permettant aux personnes éloignées du sport de se familiariser avec la discipline et de tester leurs capacités physiques. Tous les clubs ayant déclaré avoir mis en place l'Avifit et/ou l'aviron indoor voient cette discipline comme un moyen de développer le sport santé auprès de personnes éloignées de pratiques physiques (personnes de plus de 50 ans, personnes en fin de rééducation après une maladie, en surpoids, personnes en phase de réathlétisation).

Dans le cadre de cette enquête, 1 seul club déclare avoir formé des cadres aviron santé, alors que 7 disposent d'éducateur coachs Avifit. 3 clubs prévoient de former leur entraîneur à court terme et 3 à moyen ou long terme mais sont frileux dans leur démarche en raison du coût.

Plusieurs clubs ont fait des démarches pour accueillir des personnes dans le cadre du sport après cancer mais évoquent des difficultés à établir le lien avec les malades et à les faire venir en club.

Les besoins exprimés pour développer le sport santé sont de plusieurs ordres:

Matériel: acquisition d'ergomètre, de bateaux adaptés ou d'équipement de sécurité

Formation: d'initiateurs et d'éducateurs à l'accueil des publics spécifiques + formation des cadres salariés pour développer le programme aviron santé mis en place par la FFA

Information: besoins d'outils de communication pour valoriser l'aviron auprès des professionnels de santé

Financier: nécessité de mettre en place une gratuité des premières séances pour permettre aux personnes éloignées des pratiques sportives de se familiariser avec l'aviron et leur laisser le temps de prendre goût à la discipline.

Suite à cette enquête, la Ligue LR a engagé une réflexion sur:

Comment aider les clubs à former des coachs Aviron santé => Aide financière aux 3 clubs ayant exprimé leur volonté de former un cadre

Comment communiquer auprès des professionnels de santé et leur présenter les atouts de l'aviron => Incitation des comités départementaux à mettre en place des journées présentation de l'aviron auprès des professionnels de santé proches de leurs clubs

Quels moyens peuvent être mis en œuvre pour aider les clubs à valoriser leurs actions et en développer de nouvelles => Retour d'expérience, diffusion des bilans d'action, formation et information (dans le cadre de la journée des dirigeants par exemple)

L'objectif serait de permettre à au moins 70 personnes, sur la saison 2018, de découvrir l'aviron suite à une prescription sur ordonnance ou dans le cadre d'un partenariat avec une structure spécialisée. Et de fidéliser ces personnes dans les clubs pour qu'elles s'inscrivent dans une pratique régulière.

**Vogalonga 20 mai 2018** : suite à plusieurs demandes, la ligue recense les clubs intéressés pour participer à cette randonnée de 32 km (nombres de rameurs, nombre de bateaux) afin de permettre à ceux qui le souhaitent de mettre en place un transport de bateaux mutualisé vers Venise

## CALENDRIER SPORTIF SAISON 2017 / 2018

Voici le projet de calendrier de la saison 2017/2018 de la ligue Occitanie, réalisé d'un commun accord par les référents sportifs des clubs. Les randonnées organisées dans le cadre de "Rame chez ton voisin" sont à retrouver dans la rubrique dédiée sur le site de la ligue.



Le calendrier est disponible au format PDF sur la première page du site de la LLRA.

## EVENEMENTS A VENIR

- > 19 Novembre : Journée nationale du 8 à Agde
- > 26 Novembre : 1ère étape du Challenge du Jeune Rameur à Beaucaire
- > 9 Décembre : Championnat Open régional d'Aviron Indoor à Sète
- > 17 Décembre : Hivernale Agathoise

Retrouvez les avants-programmes et fichiers d'engagement des prochains évènements sur le site de la LLRA.

Ligue du Languedoc Roussillon d'Aviron  
Maison régionale des sports  
Rue Georges Méliès - 34000 Montpellier



avironlanguedocroussillon

www.avironlanguedocroussillon.fr

