



**PORTAIT
D'UNE
CHAMPIONNE
DE SKI DE
VITESSE :**
Clara DUCLOS



**UN
ENGOUEMENT
FÉMININ**
pour les disciplines
pieds-poings



*Péligssanne
ville d'actions !*

Journal des SPORTS

www.ville-pelissanne.fr

Journal des Sports - mai 2017
Date de dépôt légal: 16 avril 2009
Directeur de publication: Pascal Montécot
Rédaction: Mairie de Péligssanne
Conception et réalisation: Noon Graphic Design
www.noongraphicdesign.com
Impression: Imprimerie Vallière
163 avenue du Luxembourg - 13140 Miramas
Distribution: Distripub - Tirage: 5 000 exemplaires

ÉDITO



SPORT AU FÉMININ !

J'ai régulièrement souhaité proposer des articles sur le thème, car l'enjeu est de taille !

L'affirmation du droit des femmes à participer au sport dans toutes ses dimensions, la féminisation du sport et de ses pratiques, l'évolution vers l'égalité réelle au niveau de l'encadrement et des dirigeants sont des objectifs à atteindre. À Péligssanne, nous n'avons pas une égalité parfaite évidemment, et le but n'est pas là. La dynamique vers la mixité est bien amorcée. Par exemple, 13 présidents de clubs ou associations sportives sont des présidentes ce qui représente près de 40%. Pour ce qui est de la proposition sportive, des pratiques qui jusque-là étaient exclusivement ou presque réservées aux hommes ouvrent des créneaux féminins, comme la boxe pieds-poings. L'US Pélican a même décidé de proposer des équipes de foot 100% féminines.

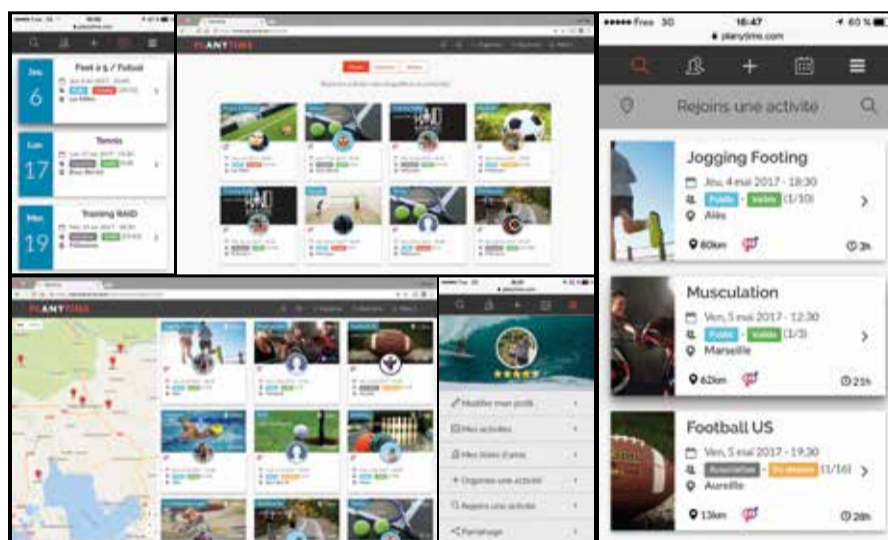
Le sport féminin permet également de dépasser les stéréotypes et de permettre aux petites filles et aux petits garçons de vivre leur sport ensemble. Ainsi plus tard, à l'adolescence et à l'âge adulte les rapports seront plus égalitaires.

Je souhaite que dans les années à venir, nos enfants ne soient plus jugés sur le sport de filles ou de garçons qu'ils auront choisi de pratiquer mais bien sur l'énergie et la passion qu'ils affirmeront à réussir dans leur discipline.

Sportivement !

Pascal Montécot

Pascal Montécot
Maire de Péligssanne
Vice-Président de la Métropole
Aix-Marseille Provence



PLANYTIME : UNE COMMUNAUTÉ DE SPORTIFS



DÉCOUVREZ LE TOUT NOUVEL OUTIL INTELLIGENT CRÉÉ PAR FRANÇOIS AUTHEMAN, PÉLISSANNAIS DE TOUJOURS, ET MICHAEL ZANI, QUI DONNE ACCÈS AU SPORT POUR TOUS !

Tous deux trentenaires, l'un est dans l'informatique, l'autre a fait une école de commerce, la situation parfaite pour mener à bien ce projet dont ils ont eu l'idée l'été dernier. Sportifs tous les deux, en discutant avec leur entourage, ils font le constat que beaucoup de personnes n'ont pas accès au sport et qu'aucune communauté dans ce domaine n'existe.

C'est décidé, ils fondent la société Planytime, «un réseau social orienté sur l'événement sportif et pas sur une personne comme un traditionnel réseau social».

Le principe est simple: permettre aux gens de découvrir des nouveaux sports - près de 400 disciplines sont déjà référencées - et réunir les particuliers qui veulent faire du sport à plusieurs.

Pour les associations sportives, c'est aussi un moyen de promouvoir leur sport. Pour le moment, ils ont souhaité ouvrir cet outil à 3 grandes zones géographiques où ils ont déjà un réseau: autour d'Aix en Provence, de Marseille et de Montpellier. Avec cette stratégie, ils peuvent avoir assez de contenus pour que l'internaute qui fait une recherche ne reste pas sans réponse.

Leur objectif à court terme est «d'augmenter le nombre de membre de la communauté». En atteignant un nombre conséquent de «fans», ils pourraient lever des fonds et promouvoir ainsi leur outil dans toute la France puis à l'international.

Pour eux, «le besoin existe, il faut juste faire changer les habitudes des gens», pour que Planytime soit un réseau aussi simple d'utilisation que Facebook, Instagram, Snapchat..., qu'il devienne

une habitude de «consommation» pour les sportifs. Pour favoriser son développement, ils sont en train de terminer le développement d'une application, permettant notamment aux utilisateurs de recevoir des notifications vingt-quatre heures avant leur événement et une heure avant.

Les premiers retours des utilisateurs sont plutôt positifs, mais François et Michael savent qu'il y a encore quelques réglages à faire. Ils espèrent être totalement opérationnels avant cet été.

Ils comptent aujourd'hui 500 inscrits mais tous ne sont malheureusement pas actifs, et c'est bien là leur principal souci. Michael nous confie qu'il est encore «difficile d'arriver à stimuler les gens pour qu'ils ne soient pas que des participants, mais aussi de réels organisateurs d'événements sportifs».

Un système de points et de cadeaux a été mis en place sur le site pour encourager les utilisateurs à former cette communauté et la faire vivre au quotidien.

Tels de réels compétiteurs, ils se donnent à 200% dans ce projet et ont un réseau de soutien important, à l'image d'Eric Sallencini, coach sportif du Raid Aventure qui propose des trainings gratuits via la plateforme.

Que vous soyez sportifs confirmés ou sportifs de temps en temps, rencontrez-vous sur www.planytime.com

CONTACT :
www.planytime.com
www.facebook.com/planytime



PORTAIT D'UNE CHAMPIONNE DE SKI DE VITESSE : CLARA DUCLOS

CLARA FAIT PARTIE DE CES ENFANTS QUI SONT QUASIMENT NÉS AVEC DES SKIS AUX PIEDS.

Dès 2 ans et demi, elle fait ses premiers pas sur les pistes de ski et ses parents l'inscrivent à l'ESF de Superdévoluy. Rapidement, Clara y prend beaucoup de plaisir et dès l'âge de 6 ans, elle entre au Ski Club de Marseille St Antoine, où son père est entraîneur du pré-club.

Débordante d'énergie, Clara, en plus de l'école réussit à concilier d'autres activités: gymnastique, musique et danses provençales.

Studieuse et organisée cette jeune fille aime la compétition et trouve son rythme en enchaînant les entraînements en semaine et les compétitions le week end. Mais sa peur de la vitesse reste encore son talon d'Achille, et son père qui est alors son entraîneur lui propose de traiter le mal par le mal en l'inscrivant au ski de vitesse. Pari réussi puisque Clara «prend confiance» et gagne dans sa catégorie, le Challenge Quicksilver en 2015.

Malheureusement 2016 sera une année «sans» puisqu'elle devra déclarer forfait la veille de la compétition pour raison médicale. Mais ce n'est que partie remise, puisque Clara l'a décidé, en 2017, elle sera présente mais uniquement «pour gagner sa médaille de championne de France».

Le 11 mars dernier s'ouvre le Championnat de France Jeune de ski de vitesse à Vars et cette fois-ci Clara fait partie des 136 compétiteurs.

Même si «avant une course, [elle] ressent un peu de stress...ensuite juste avant le départ, quand elle se concentre le stress s'en va» et comme elle l'avait déclaré en 2015, elle n'est pas là pour faire de la figuration: résultat elle finit 1ère de la catégorie filles des moins de 12 ans, et devient donc Championne de France de ski de vitesse avec une pointe à 127.208 km/h!

Clara est une jeune fille qui garde la tête sur les épaules et qui déclare «quand je ne gagne pas, l'important reste quand même de prendre du plaisir».

Espérons que cette fin de saison soit des plus positives et que 2018 soit à nouveau une année couronnée de succès pour ce prodige péligssannais des pistes!

COUP DE PROJECTEUR SUR LE TENNIS CLUB

LE CLUB DE TENNIS DE PÉLISSANNE EST NÉ EN 1981, ET DEPUIS 2011, C'EST ANTOINE FOTIA QUI EN A PRIS LES RÊNES, ENTOURÉ DE 9 MEMBRES ET 5 SALARIÉS À TEMPS PARTIEL: UN PROFESSEUR DE TENNIS, DEUX MONITEURS, UN MONITEUR STAGIAIRE ET UNE SECRÉTAIRE.

Aujourd'hui, 98% des 393 adhérents au total sont péliissannais et 215 d'entre eux sont inscrits à l'école de tennis. Le président est heureux de constater qu'à Péliissanne malgré le changement des rythmes scolaires, «le club n'a pas connu de désaffection d'enfants».

Concernant les cours de l'école de tennis destinés aux enfants, il y a des moniteurs professionnels, ainsi que quatre éducateurs diplômés d'état appelés aussi «aide-moniteurs».

Pendant les vacances scolaires, des stages à la semaine sont également proposés pour les plus de 4 ans, leur permettant notamment de participer à des tournois avec les clubs des alentours.

Afin de transmettre la passion du tennis dès le plus jeune âge, des cours appelés «mini-tennis» initient aussi les petits avec des jeux de «balles paille» et des parcours ludiques.

Côté réservations des cours de tennis,

le club s'est doté depuis un an d'un système de réservation en ligne via le site de la Fédération française de tennis, nécessitant qu'un numéro de licence. Les licenciés peuvent même s'ils le souhaitent, inviter un joueur non licencié pour 5€ supplémentaires.

Et comme tout club de sport sur Péliissanne, chaque saison comporte des moments forts: il y a pour commencer le Championnat des vétérans qui se déroule d'octobre à décembre et qui reprend en mars. C'est aussi dès octobre, le Championnat par équipe des jeunes (15-16 ans puis 8 à 14 ans et enfin les 14-18 ans), et en mars c'est le Championnat seniors qui débute.

Cette année encore, les résultats sont bons, puisqu'à ce jour il reste toujours 3 équipes en phase finale régionale!

Autre date à retenir: le 22 avril où s'est tenu le tournoi des jeunes appelé «Les défis».

Il s'agit notamment d'y détecter les meilleurs éléments parmi les jeunes enfants de 8 ans, au niveau départemental (5 communes sont concernées).

Pour les adultes, du 6 mai au 17 juin, se tient le Tournoi annuel, permettant aux compétiteurs de se confronter à des joueurs de tous les horizons.

Pour clôturer en beauté, chaque année le club organise une après-midi festive avec tous les enfants, mêlant jeux, goûter, récompenses... le tout dans une ambiance conviviale.

Conclusion, que vous souhaitiez faire de la compétition ou seulement jouer pour le plaisir, le club de tennis de Péliissanne vous ouvre ses portes et vous permettra de vivre des moments de partage uniques!

CONTACT:

Tennis Club Péliissanne
chemin de la petite brulière
04 90 55 10 60 – 07 83 69 71 00
tc.pelissanne@free.fr



SPORT AU FÉMININ

FOOT FÉMININ ET LABELLISATION À L'US PELICAN

S'IL Y A BIEN UN SPORT EN PLEINE MUTATION, C'EST BIEN LE FOOTBALL QUI VOIT CHAQUE ANNÉE UN PEU PLUS DE FEMMES ADHÉRENTES.

Les résultats de l'équipe de France féminine, et la médiatisation d'équipes telles que celles de Lyon ou du PSG, favorisent cet engouement.

L'US Pélican l'a bien compris et propose donc pour la rentrée de septembre, la mise en place d'une équipe 100% féminine pour les moins de 14 ans (soient toutes celles nées en 2004, 2005, 2006).

Jusqu'ici les filles qui souhaitaient jouer au foot, étaient mélangées avec les garçons (jusqu'à l'âge de 15 ans), mais compte tenu de la forte demande, les membres du bureau ont décidé d'ouvrir une équipe rien que pour elles.

L'objectif pour 2017-2018 est de pouvoir les intégrer à un championnat qui regroupe les communes de Salon-de-Provence, Grans-Miramas, St Chamas et Eyguières.

Comme nous le confie Thierry PAREDEZ (Vice-président de l'association), il a «la volonté de surfer sur le vague féminine mais aussi de garder les anciens. L'avenir du foot passe par la féminisation des clubs».

L'US Pélican ouvrira donc également à la rentrée, une équipe à 8 pour les séniors.

Aujourd'hui, le club compte environ 340 adhérents et avec ces nouveautés, c'est 4 créneaux supplémentaires à créer parmi

un planning déjà bien rempli!

Rappelons que chaque année, trois stages d'une semaine sont proposés aux adhérents âgés de 8 à 13 ans, encadrés par des éducateurs diplômés, ainsi qu'un championnat international ou national pour une soixantaine d'enfants de 11 à 17 ans.

Autre grande nouveauté au sein de l'US Pelican: la création d'une commission spéciale pour une labellisation du club. Cette démarche est un moyen supplémentaire d'être reconnu par la Fédération Française de football, et de démontrer un gage de qualité.

L'objectif est d'acquiescer cette année le 1^{er} niveau intitulé «label espoir» et qui impose notamment un programme fédéral éducatif et un encadrement par des personnes diplômées.

Une première visite de contrôle a eu lieu en janvier par le district et une ultime visite surprise est prévue d'ici la fin de la saison.

Cette démarche implique beaucoup d'engagement de la part de chaque membre du club, une grande rigueur et un certain coût mais l'US Pélican et tous ses adhérents vont relever ce défi!

CONTACT:

US Pélican – Stade Méloir-Ortin
uspelican@orange.fr

Fabrice HORAULT - 06 34 09 18 87
(éducateurs pour les U14)

Stéphane KHLIL - 06 59 26 30 02
(éducateurs pour les séniors)



UN NOUVEAU LABEL

POUR LA SPGV

L'association de Gymnastique Volontaire de Péliissanne (la SPGV), a obtenu cette année le Label Qualité Club Sport Santé, un label plus complet que le précédent intitulé «Label Qualité Club».

Cette distinction permettra de garantir un fonctionnement associatif démocratique, un engagement fédéral lisible, une accessibilité et des choix d'actions centrés sur le bien-être et la motivation durable des pratiquants en toute sécurité.

Cette démarche se concrétise par un diplôme valable 4 ans.

CONTACT : GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

spgv@sfr.fr / www.spgv.fr / 06 63 79 34 65



UN ENGOUEMENT FÉMININ POUR LES DISCIPLINES PIEDS-POINGS

PENDANT DE NOMBREUSES ANNÉES, ON PENSAIT QUE LES SPORTS DE COMBAT ET NOTAMMENT LES DISCIPLINES TELS QUE LE FULL CONTACT ET LE KICK BOXING ÉTAIENT EXCLUSIVEMENT PRATIQUÉS PAR LES HOMMES.

Aujourd'hui, on se rend compte que c'est loin d'être une réalité, et Jérôme Condé, Président du Boxing Club Péliissannais est là pour en témoigner: selon lui, les femmes recherchent «un style de défense efficace, loin des cours de self défense» et surtout «l'épanouissement dans un sport complet».

Mais d'où viennent ces disciplines qui passionnent tant?

Le full contact a été créé aux USA par des karatékas désireux de s'engager d'avantages dans le combat, d'où des combats allant parfois jusqu'au KO. Ce sport se pratique avec des protections aux pieds et des gants, et n'autorise que des coups portés au-dessus de la ceinture.

Il est introduit et développé en France dans les années 80 par Dominique Valéra, l'un des plus grands karatékas français et mondial.

Le Kick Boxing est un peu différent puisqu'il s'agit d'un art martial japonais, dont les coups de pieds se donnent avec le tibia et non avec le dessus du pied ou avec le talon. Les coups dans les jambes sont autorisés, et l'assaut est plus violent et explosif.

Dans les deux disciplines les pratiquants se doivent d'avoir de nombreuses compétences dont une bonne condition physique, de l'endurance, une maîtrise, de la puissance alliée à de la souplesse... Garçons comme filles, ne peuvent les acquiescer qu'à force d'entraînements réguliers et ils n'hésitent pas à faire des combats mixtes, qui permettent aux femmes de se rendre compte qu'elles sont tout à fait capables d'affronter un homme bien plus lourd qu'elles!

Côté compétition, tout comme les

hommes, les féminines y ont accès aussi bien en «light contact» qu'en plein contact avec KO autorisé.

Dans le club de Péliissanne, on compte 3 compétitrices dont 2 cadettes et 1 sénior qui ont déjà un sacré palmarès: championnes PACA, vainqueurs de 2 coupes de France et qualifiées pour les Championnats de France de full contact de 2017.

Encore quelques hésitations pour monter sur le ring? Rendez-vous au Boxing Club Péliissannais pour rencontrer les adhérents et son président, à la salle Geneviève Lhermet Jackowski.

CONTACT:

Boxing Club Péliissannais
Jérôme CONDÉ
06 64 77 75 06

