



Septembre 2013

Bad à Fond'ettes n° 2



Bad à Fond'ettes



Voici le nouveau nom de notre petit journal .

Mots et Plume



Bad à Fond'ettes



Reprise du badminton

Suite à notre A.G., le bureau et les commissions se féminisent, nous souhaitons la bienvenue aux 4 nouvelles, Carine, Elisabeth, Sylvie et Sonia.

Sommaire :

Pages 2 :

Edito

L'échauffement

Pages 3 :

Les Rendez-vous

Pages 4 :

Equipe Fondettes 1

Pages 5 :

Commissions

Pages 6 :

Interview

Pages 7 :

Interview suite

Pages 8 :

Ecole Française de badminton

Pages 9 :

La Boutique

Petit rappel, nous sommes toujours à la recherche de personnes pouvant nous donner des idées ou écrire des articles, envoyer des photos, alors n'hésitez pas à vous manifester à l'adresse suivante : badminton.asf@free.fr

Bonne lecture à tous

Tout le monde a repris le chemin du gymnase, avec enthousiasme, l'éloignement des courts de bad a dû vous manquer.



Tout le monde est impatient de faire des smashes, amortis, d'attaquer dans tous les sens.

On se calme, même si vous êtes motivés, il faut vous modérer et commencer doucement.

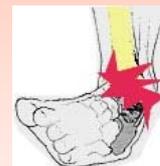
L'échauffement

Beaucoup d'entorses de la cheville sont dues à de **mauvais déplacements**, en particulier chez les débutants. Lors d'un déplacement vers l'avant ou latéral, le talon doit être posé en premier et le pied doit être orienté dans la direction de déplacement. **Shadow et footing** sont indispensables pour permettre une bonne technique de déplacement.

Chez les débutants on voit aussi beaucoup de chaussures non adaptées avec une semelle trop épaisse. Plus le pied est près du sol et moins il risque de se plier. Il faut impérativement avoir des chaussures spéciales pour le badminton.

Une bonne séance d'**échauffement** permet, de préparer ses muscles et de les mettre en route.

Elle réduit ainsi le risque de problèmes musculaires et de blessures, en particulier les blessures touchant les articulations, particulièrement sollicitées lors de la pratique du badminton.



Voilà pourquoi s'échauffer est une étape **incontournable** d'une activité sportive.



Nos Rendez-vous au Gymnase de la Choisille à Fondettes.

1ère journée de R2

Dimanche 10 novembre 2013
7h30—19h00



Samedi 16 novembre 2013
14h00 – 19h00



Vendredi 06 décembre 2013
18h00—02h00

Tournoi des 4 raquettes

Tournoi de Fondettes



Dates à confirmer
Samedi 25- dimanche 26 Janvier 2014
Tournoi
Séniors — Vétérans

Samedi 24 - dimanche 25 mai 2014



Date à confirmer
Vendredi 6 Juin 2014 18h30



Date à confirmer
Vendredi 14 Juin
de 18h30 à 02h00

Equipe : Fondettes 1



Capitane de la R2
Maxime Brossard

Le tirage au sort des poules de Régionale 2 a été effectué et Fondettes se retrouve dans la poule B en compagnie de : Contres - Châteauroux - Salbris 3 - Nogent le Roi - Bourges 2. Ce tirage est plutôt clément même s'il paraît compliqué de se maintenir.

En effet, nous évitons les 2 ogres de R2 (Tours 3 et St Jean de Braye) pour retrouver quelques adversaires rencontrés lors des saisons précédentes.

Le maintien devrait se jouer avec Contres qui monte cette année et Nogent le Roi qui a terminé juste derrière nous la saison dernière.

Châteauroux affiche une équipe solide et a terminé 2ème en R2 l'année dernière.

Salbris 3 et Bourges 2 possèdent une importante réserve de joueurs très bien classés mais il est difficile de savoir quels joueurs composeront ces équipes.

De beaux matchs en perspectives pour Fondettes 1 emmenée par son nouveau capitaine



Clin d'œil :

Nous avons notre nouveau



Nous jouons le maintien.

les rendez-vous
DU SPORT

Bénévoles, supporters
nous comptons sur vous.



**1ère journée
de championnat
pour la R2**

Dimanche 10 novembre 2013
7h30—19h00

Au gymnase de la Choisille



Commission inscription

156 joueurs inscrits



Commission manifestation

?????

Présentation des commissions Inscription et Manifestations

Patrick a décidé de passer la main, après avoir passé 3 années à s'occuper des inscriptions, c'est maintenant Sonia et Sylvie qui sont responsables de cette commission.

Mi-juillet, une réunion a eu lieu entre Sonia, Sylvie, Alain, Fabrice et Patrick, pour le passage des consignes.

Résultats :

Modification de la fiche d'inscription - Création de la Charte de Bonne conduite.

Pour les contacter : bad.fondettes@gmail.com

Nous sommes toujours à la recherche de volontaires pour cette Commission.

Date : samedi 16 novembre 2013

Manifestation : Tournoi d'automne

Organisation : Montage et démontage des terrains - tenue de la buvette - etc...

Merci de vous faire connaître auprès des membres du bureau.

Notre tournoi de la Galette programmé chaque année en janvier devient le **Tournoi d'automne**.

Sont invités à participer à ce tournoi tous les licenciés du club, jeunes et moins jeunes, ainsi que les parents des jeunes licenciés (des raquettes pourront être prêtées). La participation est gratuite et sans inscription préalable.

Ce tournoi informel sera organisé en fonction du nombre de participants en simple ou en double mais toujours dans un esprit festif et convivial.



**Tournoi d'automne
16 novembre 2013**

Pour mieux connaître nos entraîneurs .



De votre participation.

Quand as-tu commencé le badminton ?

Florent : A mon entrée à l'IUFM. Je m'étais inscrit à Parçay et je suis arrivé au club dès sa création, deux ans plus tard. J'ai intégré l'équipe de R2 avec Laurent, Benoît et Jean-Marc, qui étaient aussi dans le bureau de l'asso.

Malika : A l'époque j'étais licenciée et j'entraînais au club de Joue les tours. Celui-ci a été dissout pour diverses raisons. Nous étions un petit groupe à vouloir continuer l'aventure et nous avons créé une nouvelle asso sur Fondettes. (Christophe mon mari, Céline Bodard, Grégory Ondet, Laurent Poupin, benoit Forget, et moi-même).

Maxime : Je suis arrivé à l'âge de 8 ans dans la section Badminton , j'ai tout de suite accroché à ce sport . Pratiquant de nombreuses compétitions j'ai pu m'améliorer très rapidement et ainsi m'entraîner avec les adultes dès le plus jeune âge. J'ai ainsi pu constater que les résultats que le club ramenait lors des tournois et la qualité des entraînements a joué un grand rôle dans le développement du club.

Depuis combien de temps joues-tu au bad ?

Florent : 15 ans

Malika : 26 ans

Maxime : 13 ans

Pourquoi es-tu venu au badminton ?

Florent : C'était une option sport à l'iufm et j'avais fait du tennis. J'aurais pu faire danse ou course, alors le choix a été vite fait !

Malika : Un ami de mes parents prof de sport m'a fait découvrir le bad. C'était en 1987. J'ai tout de suite adoré. J'ai été licencié au club de Lucé pendant 9 ans. Les 1ers tournois auxquels j'ai participé étaient mixtes. C'était le début du bad ! Championne départementale et régionale en minime, cadette et junior en simple. Participation aux championnats de France chaque année : 2 podiums
Ensuite j'ai suivi les formations pour devenir entraîneur en Indre et Loire

Maxime : J'ai commencé comme tout le monde, au début je ne savais pas frapper dans le volant, mais à force d'effort et de persévérance je me suis vite amélioré. J'ai donc pratiqué régulièrement des tournois grâce à mon père qui m'accompagnait sur les lieux des compétitions (TDJ , TRJ) et les tournois adultes ce qui a facilité mon ascension au point d'être champion départemental jeunes en benjamin minime et ainsi que des podiums sur les tournois régional et même un titre de champion régional en minime avec Romain Thurey. A ce jour après plusieurs années où mon niveau a stagné je vais découvrir un nouveau classement celui des C.

Ton point fort au bad ? Et ton point faible s'il y en a bien sûr ?

Florent : La défense et la tactique de jeu sont mes points forts. - Je commence à manquer d'endurance lors des matchs difficiles, et j'ai toujours manqué de puissance ...

Malika : Mes points forts : Le mental et l'attaque, concernant mes points faibles: le jeu au filet et le revers

Maxime : Mon sens de l'anticipation est mon point fort, par contre je dois travailler le revers pour être un joueur plus complet.

Ton meilleur souvenir de bad :

Florent : mon premier tournoi vétérans 1 et 2 où je gagne le double mixte D, et je fais une finale en simple homme D et une autre en double hommes B. Mais aussi toutes mes victoires avec Romain en double !

Malika : Mon pire souvenir c'est d'avoir cassé une raquette de colère.

Dans les meilleurs des plus récents c'est le retour à la compétition au tournoi de Tours en 2010

Maxime : Mon meilleur souvenir est lorsque j'ai gagné mon premier tournoi adulte en simple. Je n'ai pas de pire souvenir (ou je ne m'en souviens plus).

Ton rôle dans le club ?

Florent : Multi tâches, compétiteur, entraîneur, président de la section et papa de 2 jeunots.

Malika : Entraîneur ou éducatrice

Maxime : A ce jour je suis joueur et j'encadre le mercredi soir des créneaux initiations pour les enfants et adolescents.

Ton métier:

Florent : Multi tâches, compétiteur, entraîneur, président de la section et papa de 2 jeunots.

Malika : éducatrice sportive

Maxime : Je suis en formation professionnel à l'IPMS (institut Professionnel des Métiers du Sport) dans le but d'obtenir un diplôme d'état qui se nomme " BPJEPS APT " (Brevet Professionnel de la Jeunesse, de l'Education Populaire et du Sport option Activités Physiques pour Tous)

Ton plat et sportif préféré :

Florent : Pastilla les légendes : pelé, michael jordan, ali ! et aussi Patrick Edlinger, Toni Estanguet qui revient gagner un nouveau titre olympique après avoir perdu les championnats de france deux ans avant, et Lin dan et Peter gade of course !

Malika : Difficile j'aime tout et personne en particulier

Maxime : Les lasagnes et personne en particulier.

Florent: Ce que tu préfères dans le bad et Ce que tu aimes le moins :

C'est la multiplicité des dimensions qu'il intègre : jouer dans tout l'espace (hauteur, profondeur, largeur du terrain), jouer vite ou ralentir le volant, feinter, devoir être physique, mais pouvoir gagner contre plus costaud que soi en adaptant son jeu. Il faut être en forme et malin ! Que ce soit toujours plus difficile d'être aussi bon... Dur de vieillir !!!

Malika : QUIZ : Combien de plumes sur un volant de badminton ? **16**

Peux-tu me donner le nom de la prochaine personne qui sera interviewer . **Benoit Forget**

Ecole Française de Badminton Clubs labellisés pour la saison 2013/2014

Demande de labellisation le 18/06/2013

Validation par la fédération le 28/06/2013

Label Officialisé le 15/07/2013



Pour pouvoir y prétendre, le club a répondu à des critères très précis et même avec le changement de barème qui est devenu plus exigeant, nous avons été une nouvelle fois récompensés.

« C'est une reconnaissance de l'investissement des dirigeants et de la qualité de l'encadrement ».

Pour les jeunes, c'est un gage d'un apprentissage qui entretient la motivation et l'acquisition d'un bon niveau technique.

C'est aussi une belle carte de visite pour le club.

Merci à tous les encadrants, aux jeunes pour leur implication lors des compétitions et des journées de « Passage de Plumes ».

La Ligue du Centre est composée de 6 départements.
71 clubs ont été labellisés pour la saison 2013/2014.

Un seul club a obtenu les 5 étoiles, le C.E.S.T.

Quatre clubs ont obtenus les 4 étoiles, dont l' U.S. Renaudine

Onze clubs ont obtenus les 3 étoiles,
dont Montlouis – St Avertin – **Fondettes**



LCBA

Ligue du Centre de Badminton

Alerte Sportive de
Fondettes :



Pour nous contacter :

Président : Florent Delorge
06 87 13 36 36
delorge.florent@neuf.fr



Vous trouverez :

Boîte de volants plastique : 11 €

Boîte de volants en plumes : 14 €

Raquette enfants et adultes :

prix suivants modèles



Polos et Tee-shirts avec sigle de la section, attention stock limité :

Prix suivants modèles

Adressez-vous aux entraîneurs où à un membres du bureau pour les prix et les essayages

Notre Partenaire :



Nos déplacements aux diverses compétitions

⇒ interclubs régionaux

⇒ TRJ et TDJ

seront réalisés en Minibus Citroën.

