



LE CASTOR SQUASHEUR

Année 2012 n°2

Avril 2012

LE MOT DE NOTRE COACH

Bonjour à tous,

Tout d'abord, il faut féliciter toutes les équipes de Squash 95 qui ont atteint l'objectif de cette année : maintenir toutes les équipes dans leurs divisions respectives.

La trêve avant le début du prochain championnat est longue. C'est pour cela que je préconise à tous les joueurs des équipes, de se maintenir en forme, pour éviter les blessures du début d'année.

N'oubliez pas de compenser vos excès estivaux (Barbecue, apéros..) par une petite salade verte, et une activité physique régulière...

Je souhaite bonne chance à tous les joueurs qui vont représenter le club partout en France (les vétérans à Rennes, les équipes jeunes à La Rochelle et l'équipe 1 masculine à Toulouse). Trois événements majeurs auront lieu en cet fin d'année à squash95. Commençons par le tournoi des déesses : la compétition féminine la plus importante en terme de participation jamais organisée en France.

Ensuite, nous accueillerons le dernier tournoi jeunes de l'année en Ile de France, qui battra surement lui aussi des records d'affluence, grâce notamment je l'espère, aux jeunes du club.

Pour finir n'oubliez pas de vous inscrire au tournoi annuel d'été de Squash 95...

Une participation importante, et un enthousiasme sincère forceraient les autorités compétentes à nous accorder un beau soleil cette fois ci...

Sportivement,

Mehdi Renai

LES EVENEMENTS A VENIR

Les 12 et 13 mai : Tournoi des Déesses à Squash 95

Les 18, 19, 20 mai : Championnat de France par équipe de club jeunes à La Rochelle

Dimanche 27 mai : Finale du challenge Ken Chervet à Squash 95

Les 8, 9 et 10 juin : Tournoi qualificatif pour la montée en nationale à Toulouse

15, 16 et 17 juin: Open d'été du club

Du 2 au 5 juillet : Open d'Espagne

COLLOQUE « LES GESTES DE FRAPPE »

Nous avons accueilli pour la troisième année dans le Val d'Oise et pour la deuxième année consécutive à Squash 95, le duo "Paul Sciberras et Thierry Lincou". Une troisième personne est venue renforcer le duo, en la présence de Jérôme Boyadjian (entraîneur de Nîmes Costières).

Cette année, une cinquantaine de personnes étaient présentes, pour écouter les intervenants nous parler du thème choisi pour le colloque qui était les différentes formes de frappe.

La première partie fut théorique, avec l'importance des gestes mentaux et du traitement de l'information dans l'utilisation de l'outil le plus adéquat pour réaliser la meilleure frappe possible.

En deuxième partie nous avons abordé les différentes formes de



frappe et l'utilisation de toutes les articulations du bras (épaule, coude, avant-bras et poignet).

La clarté de l'explication théorique grâce à la pédagogie simple de Paul et aux diaporama et vidéos réalisés par Jérôme ont permis aux personnes présentes de mieux comprendre le processus interne des gestes de frappe, avant de passer à la partie pratique avec Thierry sur le court.

Après une petite pause, nous sommes donc passés à la troisième partie : sur le court avec Thierry.

Nous avons débuté par un échauffement dirigé par Jérôme. Ensuite on a abordé les différents moyens de travailler les multiples formes de frappes : En premier lieu, le travail en "carré magique" sans balle, puis le travail en gamme solo avec des exercices différents en fonction de la frappe à travailler, pour finir des exercices en gamme duo, pour travailler l'adaptation dans l'utilisation du meilleur outil dans la situation qui se présente.

Plusieurs personnes de la salle ont pu participer aux démonstrations avec Thierry.

Nous remercions la Ligue Ile de France de squash, le Comité Départemental de Squash du Val d'Oise, la direction départementale de la cohésion sociale et bien sûr le club Squash 95 pour nous avoir permis d'organiser cet événement.

Nous remercions aussi Jérôme pour son intervention, ses diapos et vidéos, Paul pour nous faire partager chaque année son expérience dans l'entraînement et pour son investissement dans le squash durant toutes ses années, pour finir nous remercions évidemment Monsieur Thierry Lincou pour sa gentillesse, son accessibilité et pour tout ce qu'il a apporté pour le rayonnement et le développement du squash en France.

CHRISTEL PLOTIN, YVES BOURGON, RENAI MEHDI.



CHAMPIONNAT DE FRANCE VÉTÉRANS

Le dernier week-end de janvier, une brillante délégation de notre club s'est rendue au squash d'Antibes pour défendre nos couleurs dans le cadre des championnats de France vétérans par équipes.

Si l'on excepte les antibois eux-mêmes, nous étions l'une des rares associations à avoir qualifié une équipe chez les jeunes et une équipe chez les super vétérans.

En clair, une équipe est composée de deux hommes et une femme, les jeunes ont au moins 35 ans et les super au moins 40 ans pour la femme et 45 ans pour les hommes.

Nos jeunes (Florence Havage, Christel Plotin, Stéphane Diguët, Nicolas



Famin, Emmanuel Poutz), se sont plutôt bien débrouillés vu le niveau qui règne dans cette catégorie et terminent à la 4^{ème} place. Les plus vieux (Elisabeth Wolf, Pascal Capradossi, Daniel Herlent, et Willy Plotin) avaient hérité de la tête de série numéro 2 mais ont privilégié la convivialité du tournoi et su élégamment

donner des points à leurs adversaires de province, dont on sait à quel point ils galèrent pour réaliser leurs actions...

Comme chaque année, le clou du championnat fut la soirée du samedi, à laquelle nos deux équipes et leurs supporters (Robin et Doudou qui nous ont encouragés tout le week-end!) ont pris une part active.

Comptez sur nous, on y retourne l'année prochaine !

Elisabeth Wolf

CIRCUIT KARAKAL JEUNE ETAPE LE MANS

Les 7 et 8 janvier, 5 jeunes du club sont allés au Mans afin de participer au Karakal challenge tour Ouest. Dans l'ensemble, ils peuvent être satisfaits de leur résultat.

- de 15 ans filles : Océane MICHELOT 4ème ; Maëlle FUHRER, en surclassement, finit 7ème.

- 11 ans garçons : Nathan CREPLET 9ème

- 15 ans garçons : Fabien CREPLET 2ème ; GRASSER Adrien 9ème



Quelques réactions des participants :

« J'aime bien les tournois Karakal (comme celui du Mans) parce que ça permet de rencontrer des joueurs avec lesquels je n'ai pas l'habitude de jouer. Grâce à ces tournois, je progresse plus vite. » Nathan Creplet

« Le Karakal tour, comme celui du Mans, sont de bonnes expériences. L'ambiance est différente comparée aux tournois habituels Ile de France. Je rencontre différents joueurs. Je prends tout autant de plaisir à jouer. Vivement les prochains...! » Fabien Creplet

CHAMPIONNAT DE FRANCE - DE 11 ANS ET - DE 15 ANS

Les 20, 21 et 22 janvier, Maëlle Fuhrer qui était surclassée et Nathan Creplet ont participé aux championnats de France à Chartres.

Maëlle Fuhrer termine 13ème. Elle gagne la finale du plateau 13-16.

Nathan Creplet gagne son premier match. Ensuite, il rencontre Max Williams, joueur qu'il connaît bien car ils s'affrontent souvent lors du challenge Karakal. Malheureusement, cette fois-ci, c'est Max qui sort vainqueur.

Nathan termine à la 20ème place.

CHAMPIONNAT DE FRANCE - 13ANS ET - 17 ANS

Les 16, 17 et 18 mars, 3 jeunes sont allés représenter le Squash 95 au championnat de France.

Maëlle Fuhrer, dans la catégorie des moins de 13 ans, qui est championne de ligue, termine 5ème. Elle perd en 1/4 de finale contre Océane Cébaillo qui termine vice-championne.



Tom Asciak, dans la catégorie des - de 13 ans, finit 23ème.

Océane Michelot a eu la malchance de ne pas pouvoir se qualifier en - de 13 ans dû à son anniversaire qui tombait le 17 mars. Par contre, elle s'est qualifiée, dans la catégorie des - de 17ans. Elle termine 20ème.

OPEN DE PRINTEMPS SQUASH 95

Les 31 mars et 1 avril 2012, le club a organisé son 2ème open de la saison.

Les participants étaient nombreux puisque le tableau des garçons était 40 inscrits et les filles étaient 24.

Le tournoi s'est passé dans une bonne ambiance.

Le dimanche s'est conclu par les finales femmes et hommes.

La finale femme se jouait entre Patricia Fuhrer et Laurence Boulat.

Chez les hommes, Jules Canada et Mehdi Renai se disputaient la première place.

Résultats :

Filles :

1. Patricia Fuhrer (Cygne)
2. Laurence Boulat (Sannois)
3. Florence Havage(Squash 95)



De gauche à droite : Laurence, Patricia, Florence.

Garçons :

1. Mehdi Renai (Squash95)
2. Jules Canada (Le Mans)
3. Vincent Bourgon (Squash 95)



De gauche à droite : Mehdi, Jules, Vincent

NOS RESULTATS

Critérium IDF

Equipe 1 masculine : 8ème en première division - Capitaine : Stéphane DIGUET

Equipe 2 masculine : 8ème en deuxième division - Capitaine : Willy PLOTIN

Equipe 3 masculine : 5ème en deuxième division - Capitaine : Philippe LALOI

Equipe 4 masculine : 8ème en troisième division - Capitaine : David SAUVION

Equipe 5 masculine : 4ème en quatrième division - Capitaine : Hugues SMADJA

Equipe 6 masculine : 6ème en quatrième division - Capitaine : Christophe GOUDISSARD

Equipe 7 masculine : 5ème en quatrième division - capitaine : Christophe SAPIN

Equipe 8 masculine : 9ème en quatrième division - capitaine : Jean-Claude MAUGERE

Equipe 1 féminine : 8ème en première division - Capitaine : Charlene TOURNEAUX

Equipe 2 féminine : 3ème en deuxième division (Poule D)- Capitaine : Christelle MICHELOT

BILAN DU CHALLENGE KEN CHERVET APRÈS 4 ÉTAPES

Le challenge Ken Chervet est une compétition ouverte aux jeunes à partir du mini-squash jusqu'au junior.

Les deux dernières étapes ont eu lieu à Vincennes et au Stade Français.

Le squash 95 est premier au classement général devant Pyramides et Créteil. Il est également 1er au global garçon et deuxième chez les filles.

Classement individuel masculin :

- 11 ans : Creplet Nathan : 3ème

- 13 ans : Axel Pinheiro : 4ème

Asciak Tom : 9ème

- 15 ans : Grasser Adrien 1ème

Germain Thomas 4ème

Poutz Maxime 6ème

Paulo Julien 7ème

- 17 ans : Creplet Fabien 2ème

- 19 ans : Da Silva Thomas 1er

Classement individuel féminin :

Mini-squash : Nina Poutz 1ère

- 9 ans : Pioche Maëlle : 2ème

Pioche Aline : 4ème

- 13 ans : Furher Maëlle est 4ème (et 7ème en moins de 17 ans)

- 15 ans : Michelot Océane 1ère

DIVERS

☞ Trois jeunes : Maëlle Fuhrer, Océane Michelot et Thomas Germain ont participé à l'Open de France à Lille (Tournoi Européen) en février. Lors de cet open, ils ont pu jouer contre des Egyptiens, des Anglais, des Ukrainiens, des Qataris et bien sûr des Français. Maëlle et Océane ont joué en moins de 13 ans. Elles terminent respectivement 9ème et 11ème. Thomas, en moins de 15 ans, finit 32ème.

☞ Notre équipe 1, composée de Mehdi Renai, Vincent Bourgon, Vincent Caralp, Emmanuel Poutz, est championne d'IDF. La finale se jouait contre Vincennes. Ils ont été départagé aux nombres de jeux gagnés. Ils participeront donc au championnat de France par équipe à Toulouse et tenteront de se qualifier pour la montée en nationale 3.

☞ Première sélection en Equipe de France pour Maëlle Fuhrer qui a disputé le tournoi des 5 nations à Cardiff (Pays de Galles) mi-avril. L'Equipe de France a terminé deuxième derrière l'Angleterre. Maëlle n'a perdu que contre l'équipe anglaise.

☞ 2 équipes jeunes ont participé au championnat de ligue par équipe. Les moins de 13 sont champions d'Ile de France en battant Créteil en finale. Les moins de 17 sont vice-champion. Ils perdent en finale contre Créteil. Les deux équipes participeront au championnat de France à La Rochelle.

SQUASH 95

Avenue de Bourgogne
95310 Saint-Ouen l'Aumône

Téléphone : 01.34.64.50.50

Messagerie : club@squash95.net

Retrouvez nous
prochainement sur
internet.