



AGEND'ASA

Vacances sportives
du
9 juillet au 3 août

Séjour adolescents
du 15 juillet
au 19 juillet

Tournoi de tennis
du 18 juillet
au 4 août

Fermeture du
Complexe Sportif
de Lachaze :
du 9 juillet
au 19 août

Chantiers Jeunes,
en partenariat avec
le Centre
Socio-Culturel du
30 juillet au 3 août
et du 13 au 17 août

Sportez-vous-bien
8 septembre
de 14H00 à 18h00
Complexe Lachaze

Assemblée générale
de la plongée
le 7 septembre

Inscriptions
aquagym
Mardi 11/09 à 11h
Jeudi 13/09 à 19h
Mardi 18/09 à 19h
Jeudi 20/09 à 11h



Sport endurance
Saison 1994.1995



Passage de relais :

Charles FABRE, Serge DUFRECHE, Robert LAGUNE, Alain LAGRANGE comment en cette période où l'athlétisme est roi, Championnat d'Europe, Jeux Olympiques, ne pas avoir immédiatement la vision symbolique du relais. Quatre coureurs doivent se passer le bâton sans le laisser chuter.

Comment ne pas profiter de cette image pour saisir le sens donné par ces quatre Présidents à leur passage de témoin. Chacun l'a passé à l'autre en ayant accompli sa part d'enrichissement de la structure ASA qui lui avait été confiée, en harmonie avec le temps passé et le temps à venir. Le dernier relayeur a saisi le bâton et espère bien le tenir fermement jusqu'à l'arrivée.

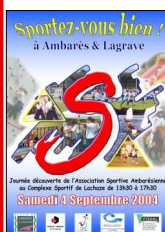
Ce 4ème relayeur sait que s'il a d'autres voies à ouvrir, il ne peut et ne doit le faire que dans le sillon des précédents.

Symbole que ce relais, où les hommes doivent faire confiance absolue à celui qui les suit ou celui qui les précède, car toute entorse à cette valeur ne pourrait que provoquer la perte du bâton.

Ce relais où les uns courent pour les autres, le plus fort pour le plus faible est un symbole de la solidarité, valeur structurante et immuable des actions engagées qui en créant du lien, favorise toutes les intégrations dans leurs diversités.

Le dernier bâton transmis de Robert à Alain ne sera pas le dernier relais, d'autres viendront poursuivre la belle aventure commencée en 1970. A son tour, Alain tiendra énergiquement le bâton, pour mieux le transmettre à son successeur.

A la rentrée, Sportez-Vous-Bien :



Septembre évoque pour beaucoup la reprise du travail, de l'école, des habitudes après l'insouciance de l'été. A l'ASA, septembre est synonyme de reprise des entraînements pour la plupart mais aussi depuis quelques années de ce grand rendez vous qui anime la ville d'AMBARES et LAGRAVE le "Sportez vous bien".

Créée en 2004 pour faire suite aux fêtes de l'ASA qui succéderent à "l'Olympiasa" puis "l'Asathlon" cette manifestation est le rassemblement incontournable de l'automne. La volonté du Président Robert LAGUNE était de faire connaître les activités de l'ASA à travers une après midi festive. Pari réussi puisque ce sont près d'un millier de personnes, petits et grands, adhérents ou pas, qui viennent à LACHAZE s'informer sur les possibilités de pratiques sportives offertes par les 23 sections de l'omnisports. Des jeux pour les enfants ainsi qu'une course à pieds sont proposés au public. Des animations et démonstrations égayent les quatre heures que durent les festivités. Chacun trouve sur les stands les renseignements qu'il est venu chercher : horaires, conditions d'admission, prix des licences ... aucune question n'est esquivée par les dirigeants présents sur le site. Cela permet aux parents d'inscrire les enfants après avoir fait connaissance avec ceux qui auront la charge de l'éducation sportive et surtout cela permet aux enfants de faire leur choix sur leur futur sport.

Ce grand rendez vous se termine traditionnellement par le tirage d'une tombola, gratuite, moment prisé par tous avant le partage du verre de l'amitié.

Cette année la manifestation aura lieu le samedi 8 septembre de 14h00 à 18h00 au stade LACHAZE, l'entrée est libre et gratuite.



Le sport loisirs :

G V « Sport et loisir »

« Le sport loisir est une approche différente du sport de compétition » selon Isabelle S U Q U E T, Présidente de la section.

En loisir l'adhérent vient quand il en a envie, aux cours qui lui conviennent. Il pratique à son rythme entouré d'autres adhérents avec qui il a des liens d'amitié. Pas d'obligation d'être présent aux entraînements et aux matches comme en compétition. La convivialité, les cours de qualité, les animateurs dynamiques et agréables, c'est cela que recherche de plus en plus de personnes.

« La recherche de résultats n'étant pas notre but, cela permet de gérer la section avec un esprit plus ZEN. Pour avoir été au bureau d'une section de sport de compétition, je me sens plus sereine dans une section de sport loisir » nous confie Isabelle.

La section « Sport et loisir »

Cette section exclusivement tournée vers le plaisir et le loisirs commence à être connue et reconnue sur Ambarès. Avec plus de 200 adhérents, les activités gérées en direct par le secrétariat de l'Omnisports attirent en effet de plus en plus d'adhérents avec un public essentiellement féminin

Du renouveau :

Cette répartition va peut être, être bouleversée avec l'arrivée des activités haltérophilie / musculation suite à l'intégration de la section



portant le même nom qui n'a pu remettre un bureau en place. Ces disciplines, assez masculinisées pour le moment, devraient à terme faire passer la barre des 300 adhérents au Sport Loisir et surtout devraient compléter l'offre de loisirs de la section, ce qui va dans le sens de ce qui est fait depuis quelques années. En effet, après l'aquagym et le badminton, la marche et le renforcement musculaire, l'haltérophilie/musculation rejoindra désormais l'activité Sport Loisir, à la rentrée.

Les inscriptions :

Les inscriptions pour l'ensemble de ces activités se feront au secrétariat à partir de la rentrée (mise à part l'aquagym, cf. Agend'ASA) avec la possibilité de s'inscrire sur plusieurs activités.

Un encadrement de qualité :

L'Omnisports souhaite offrir des activités de qualité et cherche donc à compléter son équipe d'encadrement pour la nouvelle discipline sportive. Tous les éducateurs présents sont diplômés et sous contrat de travail.



Le yoga :

La section Yoga comprend 66 adhérents âgés de 30 à 80 ans dont uniquement deux hommes. Après une forte augmentation de ses effectifs il y a 5 ou 6 ans, ceux-ci se

maintiennent d'année en année et restent constants tout au long de la saison.

Pour des raisons d'efficacité, l'effectif maximum par séance est de 20 personnes. Quatre cours de 1 heure 15 sont donc assurés par des monitrices salariées dans une salle de l'école Charles Perrault. Pas de niveau, chacun exécutant les exercices suivant ses possibilités.

Pourquoi suivre des séances de yoga ? Madame Marie-Claire BLOT, trésorière nous a répondu : « pour se détendre, se relaxer et pour lutter contre le stress ». Pour satisfaire à cette demande, chaque séance commence par un peu de relaxation suivie par des postures basées sur la respiration et les étirements et se termine à nouveau par une longue relaxation. Pour compléter les effets des séances, une pratique personnelle est recommandée.

La section est consciente que les séances très silencieuses ne permettent pas des contacts entre les adhérents et, pour y remédier, elle organise une marche par trimestre, un repas par an et une sortie aux Antilles de Jonzac un Dimanche dans l'année.

La section yoga a tenu à être solidaire avec d'autres sections de l'A.S.A et pour cela elle a offert des maillots à des équipes de jeunes des sections volley-ball et gymnastique artistique et également à l'omnisports pour les sorties des enfants.

Séances :

Lundi : (19 H – 20 H 15),

Mardi : (18h 30–19h45),

Mercredi : (9h 30–10h45 et de 19h–20h15).

Reprise des cours
le Lundi 24 Septembre 2012.

Daniel V, Denis, Lucien

L'ASA investit le Parc Charron :



Le 4 Juillet dernier, les sections full contact et rugby de l'ASA ont été reçues dans le cadre intimiste du Parc Charron afin d'être récompensées par la Mairie d'AMBARES. En effet, la section full Contact par ses nombreux champions et vices champions de France et la section rugby par sa victoire en finale de 3^{ème} série ont dignement représenté les couleurs de l'ASA et, au delà de la ville d'AMBARES, sur l'ensemble du territoire girondin et français.

Des trophées ont été remis à chacun et un pot de l'amitié a clôturé cette cérémonie qui montre une nouvelle fois la réussite des sportifs ambarésiens.

Denis

Les trophées de l'ASA :



L'A.S.A. renoue avec ses trophées, cérémonie qui n'avait pas eu lieu depuis 2009. C'est dans la salle des Associations, superbement décorée par Anne BRANGER aidée de quelques bénévoles, que les sportifs ambarésiens méritants se sont retrouvés autour d'un buffet dinatoire.

A la baguette, l'incontournable Daniel PAQUET qui lança cette soirée avant de transmettre le micro au Président Robert LAGUNE qui de table en table adressa ses sincères remerciements aux nombreuses personnalités en tête desquelles le Président du Conseil Général de la Gironde, Monsieur Philippe MADRELLE. Egalement présents Michel HERITIE Maire d'AMBARES, Henri HOUBERT, Maire honoraire, Alain CASURANG Adjoint chargé des sports, Nicolas MADRELLE Conseiller Régional et



plusieurs conseillers municipaux. Charles FABRE le Président fondateur de l'A.S.A et Serge DUFRECHE, après lequel il reprit le flambeau, ont répondu à son invitation. Malgré l'ancienneté de l'Association Sportive créée en 1970, seulement trois Présidents se succédèrent à ce jour. C'est avec beaucoup d'émotion que le Président confirma qu'il ne se représentera pas à ce poste lors de la prochaine Assemblée Générale après douze ans de bons et loyaux services, selon la formule qui paraît bien mince vu le travail considérable qu'il a accompli à la tête de l'A.S.A..

Quelques mots à l'intention des membres des bureaux directeurs précédents notamment à André BOUCHE et Claude GAUJAC, puis vers les salariés dont il loua le travail et enfin il remercia l'assistance pour sa présence.

Daniel PAQUET reprit la parole pour appeler les nombreux sportifs qui se succédèrent sur le podium pour recevoir leur trophée. 66 furent distribués lors de cette soirée dont le trophée MECAPLI qui récompense le (ou la) sportif(ve) le (la) plus méritant(e) désigné(e) par une commission. (Voir encadré ci-contre).

Monsieur le Maire, monta à son tour sur le podium pour remettre la médaille de la ville d'AMBARES à Mesdames Dany LAGUNE et Patricia ALTUNA et à Messieurs Stéphane ALTUNA et Jean-Pierre MALBET.

Denis LAFOUX, le Directeur, présenta les membres de la Commission Jeunes qui exposèrent en quelques mots timides leur projet : passer une semaine, cet été, sur le bassin et ils énumérèrent les opérations entreprises pour le réaliser.

Au cours de cette soirée, André BOUCHE présenta en quelques mots la formation aux premiers secours qu'il mit en place (formation prise en charge en totalité par l'A.S.A). Il remit à la dernière promotion le certificat de compétences de citoyen de sécurité civile niveau 1.

Quelques bouquets de fleurs furent offerts à ces dames de l'A.S.A pour les remercier de leur investissement, et quelques bonnes bouteilles de vin aux Présidents qui pour des raisons différentes cèdent leur poste.

Robert LAGUNE reprit le micro pour clore cette soirée des trophées 2012.



Pour terminer, les joueurs et dirigeants de la section rugby se retrouvèrent sur le podium autour de leur bouclier pour animer un jeu auquel participa debout toute l'assistance réjouie, personnalités comprises. Attention aux photos !

Alain, Daniel V

Et si Léa allait à Rio en 2016



Non ! vous avez bien lu ! Pas au Carnaval mais au Jeux Olympiques ! Léa BACHERE, sociétaire de la section natation de l'ASA depuis 5 ans et élève de la classe de natation depuis 3 ans, récompensée par le trophée MECAPLI aux trophées de l'ASA vise légitimement beaucoup plus haut. En effet cette nageuse ne s'économise pas, puisqu'elle s'entraîne 6 à 7 fois par semaine, soit 10 heures environ. En ce moment elle prépare les Championnats de France. C'est une vraie compétitrice au talent affirmé et, comme souvent dans ce cas, elle n'aime pas perdre dixit son entraîneur Grégory MALLET.

Aux qualités sportives elle ajoute un comportement souriant et débordant de vie.....Que demander de plus !

ASA Info et tous les adhérents de l'ASA lui souhaitent de réaliser la carrière de ses rêves.

La diagonale des Rêves:



L'association Aladin, vous connaissez ? Elle œuvre pour réaliser les rêves des enfants hospitalisés au CHU de Bordeaux.

Philippe BOYER, vous connaissez ? En dehors de son métier de policier municipal à AMBARES, cet athlète licencié à la section "Sport endurance" de l'ASA est un spécialiste des longues distances. Quand le second pense à la première, il se dit qu'il peut contribuer à la collecte des fonds pour financer les rêves des petits malades. Il crée alors sa propre association "la diagonale des rêves" en référence à la course qui traverse l'île de la Réunion sur 165 Km et 9600 m de dénivelé

positif. Cette épreuve pour laquelle Philippe se prépare se déroulera du 18 au 21 octobre 2012 entre St Philippe au sud de l'île et St Denis (avec le passage de 5 sommets de plus de 2000m, dont le volcan du Piton de la Fournaise. En pleine préparation, l'athlète sait qu'il va souffrir mais son regret est surtout de ne pas pouvoir apprécier les paysages traversés. « Il faut faire attention où l'on met les pieds et en plus, comme le départ est donné à 22h, la nuit n'est pas propice au tourisme... »

La diagonale des rêves existe depuis maintenant 1 an et a participé à diverses manifestations ambarésiennes comme le marché de Noël. « Mon but est de faire connaître mon action et de collecter des dons ». Les donateurs ayant versé 25 € ou plus se verront offrir un tee-shirt personnalisé, remis avant le

départ pour la Réunion. Un stand sera présent pendant "Sportez vous bien" au stade LACHAZE le 8 septembre. Cela sera l'occasion de dialoguer avec Philippe et de s'informer sur son projet.

« Tous les dons collectés sont intégralement reversés à Aladin, » précise Philippe. « Il ne s'agit pas de financer mes déplacements ou mes séjours mais bien de participer à la réalisation des souhaits que les enfants peuvent avoir. Un partenariat a été conclu avec Aladin. Ensuite ce sont eux qui s'organisent en associant les familles au projet ».

Vous pouvez vous aussi vous impliquer dans "la Diagonale des rêves" en envoyant vos dons 58 rue Paulin de Nôle 33440 AMBARES et LAGRAVE,

Pour tous renseignements :
<http://ladiagonaledesreves.over-blog.fr/>

Daniel P

Passation de pouvoir :



Robert LAGUNE
Président de
l'omnisports depuis 2001,
cède sa place

à



Alain LAGRANGE
ancien Président de
sport endurance



Corinne GLENADEL
Présidente de la section
basket-ball depuis 2003,
cède sa place

à

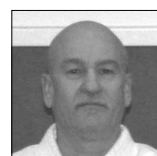


Alexandra DUROU
ancienne Vice Présidente
du basket-ball



Barbara KAMODY
Présidente de la section
karaté depuis 2011,
cède sa place

à



Dominique PINEAU
ancien Président
du karaté



Stéphane ALTUNA
Président de la section
gymnastique depuis 2001,
cède sa place

à



Diane DUTRENIT
ancienne membre du
bureau de la gymnastique



Alain LAGRANGE Président
de la section sport
endurance depuis 2006
cède sa place

à



Daniel VALLEE
ancien Vice Président de
sport endurance

Nouvelles brèves, Brèves nouvelles ...

La section ASA volley-ball récompensée au Walter du sport :

Cette année 2012, notre section volley, a obtenu le trophée tant convoité du Walter des équipes de sport collectif. L'ASA Info félicite, non seulement la Famille FONTAINE mais aussi tous les joueurs et adhérents de la section.

La section cycloport :

Grand succès de la nocturne du Samedi 30 Juin qui a regroupé 146 concurrents en 4 niveaux. Parions que cet événement attirera encore plus les coureurs dans les années à venir.

Association Sportive Ambarésienne
8, Avenue de Grandjean
33440 AMBARES & LAGRAVE

Directeur de la publication : Lagrange. A
Comité de rédaction :
Bevort L, Laporte C, Lafoux D,
Lagrange A, Paquet D, Vallée D.

Mise en page : Lagune R
Numéro ISSN : 2112 -3977
Crédit photos ASA