

Au fil des années

Les débuts...

HALTÉROPHILIE

Journal de l'Orne 15 Octobre 1982

Assemblée du Comité départemental d'haltérophilie



M. Heuzé a souligné aussi la qualification de Fourmy de Sées, aux championnats de France et les performances de l'équipe senior d'Alençon, ex-championne de Basse-Normandie.

Il a parlé des difficultés pour la relance des clubs de Domfront, et de Gacé, malgré la propagande, les stages et les compétitions organisés dans ces clubs et pour ces clubs. Les efforts de prospection dans les grands secteurs de l'Orne, n'ont pas encore entièrement convaincu, mais ont sensibilisé.

M. Cortebeek, Trésorier a présenté un bilan financier en équilibre. Les projets de 82-83 iront vers des actions d'animation, d'aide, et de récompenses.

Au calendrier, il faut retenir trois grandes compétitions dans l'Orne : le 13 novembre à Alençon, éliminatoire du Prix Fédéral, le 9 avril, championnat de Basse-Normandie senior, à Alençon ; le 16 avril, éliminatoire du championnat de France à Sées.

Le Club d'Argentan organisera les championnats de l'Orne le 5 février et un stage d'entraînement le 22 janvier.

Dès le 23 octobre, Sées organisera le « Prix des débutants » pour les athlètes de l'Orne.

M. Jacques Corneillet, président du comité départemental, a ouvert l'assemblée en accueillant avec plaisir le nouveau club « La Bayard d'Argentan ». M. Chéramy président de « La Bayard » était là, dans les locaux de la réunion à Sées, avec M. Dauvillier, le responsable président de la nouvelle section d'haltérophilie d'Argentan.

La réunion s'est déroulée avec les représentants du C.S. Alençon, du

C.H. de Sées et de la Bayard d'Argentan.

M. Philippe Heuzé, conseiller technique, a fait un rapide bilan de la saison 81-82. Au regard du nombre de licenciés dans le département, les clubs de l'Orne ont lieu d'être satisfaits, le C.S. Alençon est 4^e et le C.H. Sées 7^e au challenge fédéral régional, avec 16 clubs bas-normands en compétition.

Sports • Sports • Sports •

HALTEROPHILIE

Haltérophilie à La Bayard

Tournoi régional des non classés et 4^e série : 3 records tombés à Argentan

La section d'Argentan recevait 60 participants dans sa salle. La quantité et la qualité étaient au rendez-vous puisque 3 records sont tombés.

D'abord à l'arraché, le cadet Menguy (cat. 100-110 kg) Chemin Vert, réussissait 60,500 kg et le senior Lalau (Longues-sur-Mer) les 100 kg ; ensuite épaulé et jetée, Lalau soulevait la barre à 130,500 kg.

L'ensemble du tournoi fut d'un bon niveau.

Pour Argentan

Hue Jean (98 kg de poids de corps) : 52,5 - 62,5 - 115

Moujod Mustapha (78 kg) : 35 - 45 - 80

Brard Gilbert (60,9) : 40 - 57,5 - 97,5

Boin Rolland (87,5) : 55 - 75 - 130

Dauvillier Jacky (77,7) : 50 - 65 - 115.

Ces résultats sont honorables vu que le club a débuté il y a deux mois.



Présentations



Devant les juges

Sports • Sports • Sports • Sports • Sports

HALTÉROPHILIE

Les régionaux par équipes et individuels à Argentan

Bonne initiative du Comité de l'Orne et du Comité de Basse-Normandie. Ce tournoi d'Argentan réunissait quatre équipes du département et une équipe de l'U.S. Cheminots de Caen, 25 athlètes ont tiré parmi lesquels on a pu apprécier la prestation des deux frères Mahier de niveau national, en préparation pour le tournoi national de Valence les 25 et 27 avril.

Côté ornaïs, grande satisfaction avec

l'apparition des athlètes du Club des Archers de L'Aigle qui présentait une équipe. Leur entraîneur J.-J. Berna s'est distingué en réalisant la quatrième série en 67,5 kg.

En ce qui concerne la Bayard, super prestation du local Didier Béziel qui lui aussi décroche la quatrième série et se qualifie pour les championnats de Normandie le 19 mai à St-Lô. Une performance qui vient récompenser cet ath-

lète volontaire et assidu. A noter encore les performances d'Heuzé, de Sées et Trihand et Corneillet d'Alençon. Mireille Thepot, présidente de Basse-Normandie, Jacky Cougé, président de l'Orne et Jacky Dauvillier, président de la Bayard, haltérophilie, ont remis les coupes et médailles ainsi que les diplômes d'entraîneur fédéral, 1^{er} degré, obtenu brillamment lors de la dernière session au C.R.E.P.S. d'Houlgate par Jean-Jacques Berna de l'Aigle et Didier Béziel, Argentan.

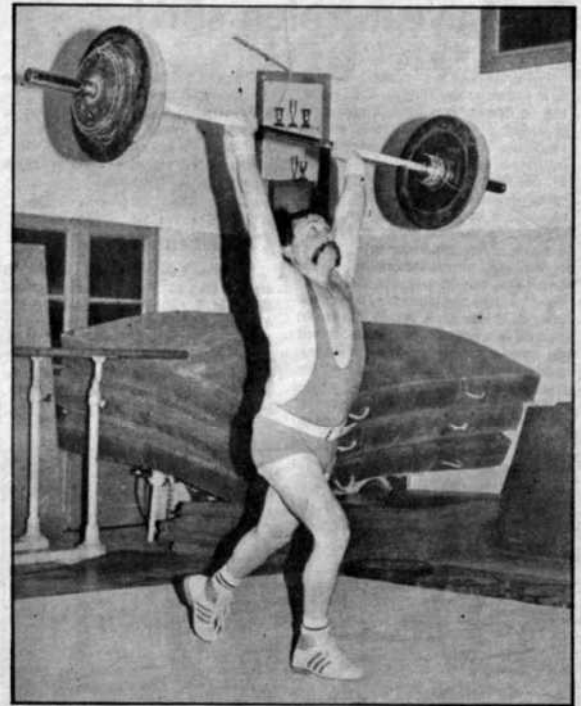
Résultats

Mahier Franck (junior), 1^{ère} série, 110 kg + 135 kg (U.S. Cheminots Caen) ; 2. Mahier Jérôme (junior), 2^e série, 100 kg + 125 kg (U.S. Cheminots Caen) ; 3. Grenet Pierre (senior), 3^e série, 95 kg + 125 kg (U.S. Cheminots Caen) ; 4. Heuzé Philippe (senior), 3^e série, 87,5 kg + 100 kg (Sées) ; 5. Corneillet Jacques (senior), 3^e série, 75 kg + 90 kg (C.S. Alençon) ; 6. Tréhard Patrick (junior), 3^e série, 70 kg + 77,5 (C.A. Alençon).

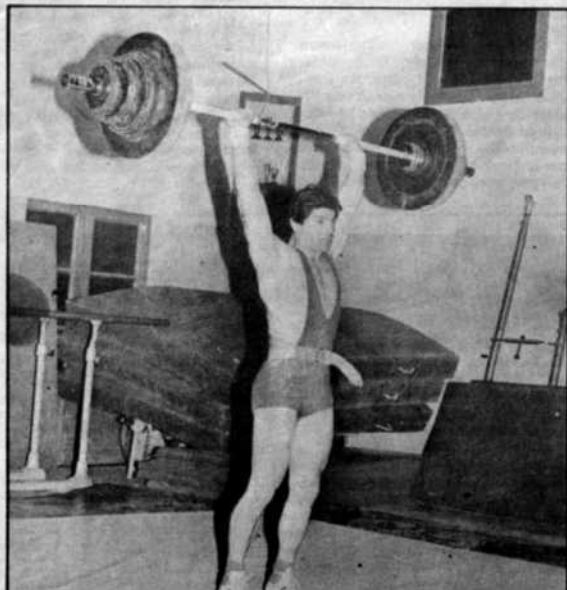
Par équipes (seniors). — 1. U.S. Cheminots Caen + 254,5 pts ; 2. C.S. Alençon (1), + 82,2 ; 3. Sées, + 22,6 ; 4. Bayard Argentan, + 20,4 ; 5. L'Aigle, + 2,5 ; 6. C.S. Alençon (2), - 33,5.

Juniors. — 1. C.S. Alençon, + 39,8.

Les performances argentanaises, Pascal Cauvin (senior) 75 + 100 ; Edouard Cortebeek (senior) 70 + 102,5 ; Didier Béziel (4^e série) 72,5 + 90 ; Jacky Dauvillier (senior) 65 + 85.



Dauvilliers



TENNIS DE TABLE

Des éducateurs...

HALTÉROPHILIE Journal de l'Orne 22 Mars 2001

HALTÉROPHILIE, MUSCULATION ET FITNESS La Bayard se remet en forme

Parmi les nombreuses sections de la Bayard Argentan, il en est une qui, sans faire de bruit, prend forme, si l'on ose dire : la musculation. A l'occasion de la journée « portes ouvertes » qui avait lieu samedi, Virginie Bunot a accueilli de nombreuses personnes venues se renseigner sur les prestations proposées. Depuis le mois de mai, les locaux ont été transférés de la salle préfabriquée près de la Maison des associations pour retrouver une place plus « bayardiste », dans une salle proche du terrain de basket, rue de la République. La salle a été entièrement rénovée et Virginie Bunot s'en occupe avec passion : en formation d'éducateur sportif « Métiers de la forme » « nécessaire pour encadrer les cours de fitness et de musculation », l'emploi-jeune de la Bayard gère ainsi vingt-cinq appareils pour se muscler le dos, les cuisses, les abdos ou encore les fessiers. La salle est ouverte du lundi au vendredi, de 17 heures à 20 heures ainsi

que le samedi de 9 heures à midi. « Avant, c'était l'haltérophilie qui était mis en avant, maintenant nous mettons surtout l'accent sur la remise en forme, pour remédier notamment aux problèmes de dos. » Depuis peu, la section propose également une activité fitness : des cours collectifs relatifs à l'aérobic et au renforcement musculaire, avec deux séances de 45 minutes, le samedi matin. Outre la quarantaine

de licenciés, la salle accueille les sportifs de certains clubs (pongistes et athlètes de la Bayard, volleyeurs du P.L.), « qui trouvent là une activité complémentaire à leurs disciplines. »

Les tarifs sont de 800 F de juillet à juillet, et de 600 F cette année pour clore la saison, « avec une remise si l'on s'inscrit cette semaine ». Renseignements pendant les heures d'ouverture et au 02.33.35.77.73.



Virginie Bunot conseille les adeptes du fitness et de la musculation

MUSCULATION Journal de l'Orne 29 Janvier 2004

LA SECTION PROPOSE AUSSI DE L'AÉROBIC La Bayard prend du muscle

Il n'est sans doute pas injurieux de dire qu'avec la course d'orientation, l'activité musculation (présidée par Christian Deleu) est probablement l'une des sections les moins médiatisées de la Bayard. Depuis maintenant trois ans la section dispose pourtant de nouveaux locaux, dans une vaste pièce jouxtant le terrain de basket. Teddy Kybio y règne sur une vingtaine d'appareils. « Et nous venons de lancer une activité d'aérobic les lundi et mercredi soirs, dans la salle de gym, de l'autre côté de la rue. Nous y faisons notamment des steps, du stretching, du body combat... »

Emploi-jeune au club depuis deux ans et préparant son brevet d'Etat, l'animateur sportif dispense ses conseils cinq jours par semaine, du mardi au vendredi de 17 heures à 20h30 et le samedi de 9 heures à midi.

Pratique : renseignements aux



La section propose une vingtaine d'appareils de musculation heures d'ouverture de la salle ou 36 13 54), du mardi au vendredi au secrétariat de la Bayard (02 33 de 14 à 19 heures.