

R'HAND&VOUS



RIGUEUR

SOLIDARITE

PLAISIR

Handball'ez vous pour le Handball Olympique PONS GEMOZAC

Numéro 30 du Mardi 13 Février 2018

Résultats des matchs

<u>HBOPG</u>	<u>ADVERSAIRE</u>	<u>SCORE</u>	<u>CLASSEMENT</u>
SENIORS FILLES 1	SH/ST JEAN	29 / 21	1/2 COUPE 17
SENIORS FILLES 2			
18 FILLES			
13 FILLES			
S.MASCULINS 1	ROCHEFORT	36 / 24	1/2 COUPE 17
S.MASCULINS 2			
S.MASCULINS 3			
18 MASCULINS			
15 MASCULINS			
13 MASCULINS	SAINTES	12 / 19	3/8 D1 Dep
MOINS DE 11			
MOINS DE 9			

Résumé des matchs

moins de 13 garçons ,défaite chez le leader Saintes

Match de déplacement à Saintes, la première mi-temps a été très très compliqué pour nos jeunes Pontois, aucune propositions, aucune motivations du coup un score pour le moins surprenant de 1 à 13 à la fin de celle-ci.

Le passage au vestiaire a fait beaucoup bien car une autre teinte se présente, la motivation, le mouvement, nous a permis de retrouver une équipe que l'on a l'habitude de voir jouer, nous avons même cru que la remontée était possible car à la 13ème minute ils n'étaient plus qu'à 5 points de leurs adversaires mais malheureusement la fatigue a commencé à se faire sentir et ils perdent 12 à 19.

Qualification en demi finale de la coupe 17 pour les seniors filles contre St hilaire /st Jean 29-21 et les seniors garçons face à Rochefort 36-24

Pour ce quart de finale de coupe 17, les pontois , remaniés pour ce match , retrouvaient les rochefortais , adversaire rencontré , 15 jours auparavant . Seuls 3 joueurs , parmi les 12 convoqués , avaient joué ce match de championnat .

L 'objectif était malgré tout d'aller chercher une qualification pour les demi-finales, situation inédite depuis la prise de fonction du coach Philippe Castelain

Une entame de match studieuse et l'écart allait monter crescendo pour arriver à la pause 19 à 11 , une sérieuse option déjà prise .

le second acte , allait confirmer la domination pontoise , ou le sérieux et la bonne énergie collective , permettait aux coéquipiers d 'Alex Dabin , capitaine d 'un soir , de vaincre Rochefort 36 à 24 .

Une première donc,avec une fin de saison palpitante ,qui s'offre à ce groupe , felicitations aux joueurs , montrant la vitalité du collectif seniors et du club dans son ensemble .

Place à la demi , avec en filigrane, le championnat , objectif principal des HBOPGiens.

Résumé des matchs

seniors filles :

"un horaire inhabituel d'un vendredi soir, une salle vide et froide, tous les ingrédients étaient réunis pour anesthésier notre équipe féminine qui après leur exploit de la semaine passée, se déplaçait en Coupe 17 chez nos voisins de St-Jean/St-Hilaire. Malgré les mises en garde, les pontoises ont du mal à se mettre dans le rythme et produisent un handball laborieux : de nombreuses pertes de balles, des tirs non cadrés et une défense anormalement apathique laissent espérer nos hôtes. Malgré cela, le HBOPG passe en tête et parvient à se trainer à la mi-temps avec un petit but d'avance: 11 à 10. Les féminines du HBOPG ont néanmoins suffisamment d'expérience et de sérieux pour savoir qu'il faut sortir rapidement de cette torpeur pour éviter des complications inutiles. C'est donc avec détermination, qu'elles reviennent sur le terrain, décidées à en finir rapidement. Une défense plus compacte et une attaque plus dynamique vont rapidement doucher les espoirs des Angériennes. Les "Marines-et-Or" dominant et maîtrisent cette seconde mi-temps de bout en bout et concluent une belle victoire en validant le ticket pour la qualification pour les 1/2 finale: 29-21.

La dynamique est en marche et court toujours pour les ponto-gemozacaïses qui enchaînent les satisfactions"

Bravo !

- Le week end dernier 7 jeunes du HBOPG ont participé à une journée de detection et 5 d'entre eux sont invités à un stage de 3 jours pour former les futures sélections départementales 2005 filles et garçons . Bravo a eux et félicitations aux coaches pour la formation



INFOS DIVERSES

Programme des entrainements pendant les vacances :

repos pour le babyhand ,les moins de 9 et le handfit ,
reprise aux horaires habituels le mardi 27 pour handfit ,mercredi 28 pour moins de 9 et samedi 3 mars pour le baby .

semaine du 12 au 18 fevrier repos pour toutes les équipes sauf

lundi 12 à PONS

-19h-20h15 spégardien avec Mathieu

20h15- 21h15 renforcement musculaire avec Christophe pour les groupes seniors

vendredi 18 à PONS 19h30- 21h handfauteuil

Semaine du 19 au 25 fevrier

Lundi 19 Fevrier

match amical face à la selection 2005 departementale à 17h à ROYAN pour le collectif 15G et 13G confirmés

Mardi 20 STAGE PONS

13h30 -16h30 moins de 11 et 13 G/F PONS g1 et g4

17h-19h moins de 18F sur le g1 suivi d'un debrief encadrants

19h30-21h entrainement seniors g4

mercredi 21

17h30 -19h gemozac 15 et 18 G

19h -20h 15 gemozac seniors fillles

vendredi 23 STAGE PONS G1 etG4

13h30 -16h30 pour 11 et 13G/F suivi d'un gouter

17h- 19h pour 18F et 15/18 G dans autre gymnase

19h30 -21h seniors filles G4 et handfauteuil G1

21h- 22h30 seniors garcons G1 et G4

INFOS DIVERSES



Du nouveau le lundi !!!

Conformément au projet sportif du club et parce que la réussite n'existe pas sans travail ,la commission technique propose aux seniors filles et garçons une troisième séance le lundi à PONS à 19h30 .

Cette séance se déroulera en 2 phases

-19h30 - 20h15 avec Mathieu pour un travail thématique joueurs couplé au spécifique gardiens du club (gardien jeunes et seniors)

-20h15 -21h avec Christophe pour des joueurs et joueuses déjà échauffés pour un travail de préparation physique (renforcement ,coordination ,proprioception ,cardio) .

Cette troisième séance est une opportunité à saisir afin de limiter le risque de blessures, renforcer vos acquis et réaliser nos objectifs .

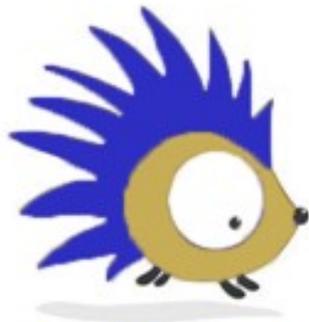
Je suis persuadé que votre motivation sera à la hauteur de l'investissement de vos encadrants. A Lundi pour celles et ceux qui veulent transpirer ensemblepour aller plus loin

INFOS DIVERSES



La semaine de LOOPING

- Looping est certainement déjà en vacances Merci de faire passer les photos par mail a l'adresse 6017010@ffhandball.net
- Suite des aventures dans le prochain numero de Rhand



Qui s'y frotte, s'y pique



TABLEAU D'HONNEUR

Première du genre en Charente-Maritime, la structure accueille les personnes valides comme non valides pour une pratique loisir dans un premier temps.

C a y est ! Le Handball Olympic Pons-Gémozac (HBOPG), a ouvert sa section de hand-fauteuil. Initialement prévue pour septembre, elle a attendu le début de l'année.

Vendredi 5 janvier, joueurs valides et non-valides étaient réunis au gymnase de Pons pour leur premier entraînement. Depuis, chaque vendredi soir, sept personnes en moyenne y participent. L'une est paraplégique. « Maintenant, nous souhaitons sensibiliser et attirer d'avantage de personnes non valides qui résident en Haute-Saintonge, les sortir de leur isolement », espère Christophe Lecompte, président du club qui assure lui-même les entraînements.

20 000 euros réunis

Il reste de la place : le club possède douze fauteuils. Huit ont été acquis par le club, trois sont loués au Comité départemental de Handisport tandis qu'un dernier est mis à disposition par le comité de handball. À elle seule, la gestion des fauteuils symbolise bien l'ampleur de la mobilisation qui a permis de faire aboutir le projet.

Vingt mille euros étaient nécessaires pour l'achat de huit fauteuils. Tout le monde a mis la main à la poche. Une demande de financement participatif a permis de lever 2 500 euros, le prix d'un fauteuil.



Pour le moment, le club se limite à une pratique loisir.

Entreprises, collectivités (Communes de Gémozac et de Haute-Saintonge, mairie de Gémozac, Département, Région...) ont versé leur écot.

Sans ces fonds et sans l'investissement de Anna Gresser (en service civique) qui s'est beaucoup investie dans le projet, cette section du HBPOG n'aurait tout simplement pas pu voir le jour. Pour le moment, le club se limite à une pratique loisir. Des séances découvertes (sans obligation de se licencier) ouvertes à tous seront également organisées afin de sensibiliser un large public

et ainsi « rapprocher le monde valide du monde handicapé, chose réalisable par le sport », selon le président du club.

Plus tard, au mieux l'an prochain, le club aimerait organiser des rencontres avec les sections de hand-fauteuil voisines, celles de Blaye et de Saint-Loubès, car en Charente-Maritime, la section du HBOPG est la seule dans sa discipline. Mais le transport des fauteuils, la logistique ont un coût qu'il faudra supporter. Christophe Lecompte, kiné de métier, espère également former des membres du club à l'encadrement

de la section. Des personnes se seraient déjà montrées intéressées.

En attendant, on va déjà « passer de bons moments dans l'effort et la bonne humeur tout en s'enrichissant de la différence des autres ». Pour son président, la section est une réalisation « conforme aux valeurs de notre club fétiche. »

A.R (avec G.R)

Entraînements :
Dès 15 ans, gymnase de Pons, tous les vendredis soir à 20h30.
Contact : 06 83 86 56 29

Servir le club et non s'en servir



- Ne pas oublier de faire les tables pour les matchs à Domicile
- Avoir un comportement respectueux envers l'adversaire et l'arbitre

Merci à nos Partenaires : ENSEMBLE, ON VA PLUS LOIN



Merci à nos partenaires
ENSEMBLE ON VA PLUS LOIN

PARTENAIRE DE **LA**
VIE SPORTIVE

Crédit Mutuel
OCEAN
www.cmocean.fr



Imprimerie
CHARRIER

ROUTE DE ROYAN - 17260 GÉMOZAC
Tél. 05 46 94 21 85
Fax : 05 46 94 46 13
E.mail : imprimerie-charrier@wanadoo.fr

U location

SUPER U
GEMOZAC

ENSEMBLE, on va plus loin

