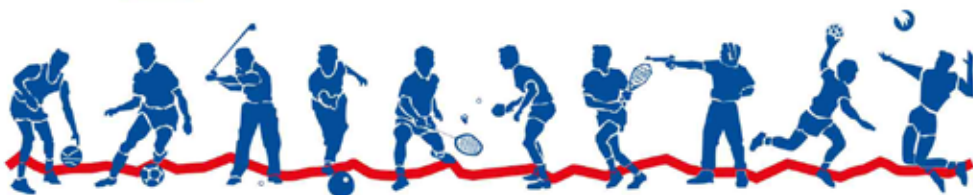


SPORTS



AMICALE SPORTIVE DU CRÉDIT MUTUEL • STRASBOURG

N°58
SAISON
SPORTIVE
2014
2015

DYNAMISME DÉPASSEMENT DE SOI FAIR PLAY RESPECT IMPLICATION



Découvrez l'ambiance au sein de nos 37 sections où 950 sportifs pratiquent des disciplines de loisir en salle ou en plein air, de combat et aussi de compétition.

Les passionnés de chaque sport vous font découvrir les meilleurs moments de la saison !

➤ **L'ECSG** : ceux sont les jeux Européens du sport d'entreprise auxquels nous participons tous les 2 ans depuis 2007. Ils ont eu lieu cette année à Riccione en Italie du nord avec notre participation au Badminton, Bowling, Foot5, Golf, Natation, Pétanque, Squash, Tennis, Tennis de Table, Tir et Volley. Les 104 sportifs et sportives présents vous feront partager leurs expériences teintées de médailles, d'excellents souvenirs sportifs et de difficultés organisationnelles à l'italienne ! Vous découvrirez le point de vue des GO, Emanuelle et moi, sur ces jours d'Olympiades !

➤ **CARPE DIEM** pour prendre le temps de participer à la "Fée du sport 2015 !". 60 salariées ou familles de salariés du groupe CM-CIC l'ont fait le 13 mars dernier afin de goûter à la pratique de

sports en salle, de plein air, de combat ou de compétition. Carole et Marie-Hélène vous font partager leurs regards sur cette soirée. Les Lauriers de la FFSE étaient l'occasion de rencontrer d'autres entreprises du Bas-Rhin à la Pétanque, au Tennis de table, au Karting, à la Course à pied... Une belle participation et des victoires à découvrir.

➤ **LA ZUMBA** party, 2^e année, s'est déroulée au stade du canal au Wacken. 140 sportives et 4 sportifs ont pu partager 3 heures de pure danse sur des rythmes latinos sous la conduite de nos 3 professeurs.

➤ **LA STRASBOURGEOISE** est résumée par Marie-Hélène, organisatrice ASCM de cet événement, aidée par Corinne et Delphine. Ouverte à toutes les salariées du groupe CM-CIC, elle a donné une belle 3^e place, remportée pour le nombre conséquent de participantes !



Et enfin, la participation à l'opération Auboulotavelo, pilotée par Caroline, a permis de remporter la 3^e place !

EDIT

"...DES VALEURS PORTÉES PAR LE SPORT D'ENTREPRISE AU SEIN DE L'ASCM : SOYEZ SPORT ! ...ET POURQUOI PAS AVEC NOUS !"



LA STRASBOURGEOISE

La course féminine contre le cancer du sein



■ Le groupe des Pink Angels de l'Office des sports de Strasbourg associé à l'institut Lilly ont organisé le vendredi 10 octobre 2014 la 5^e édition de la course féminine "La Strasbourgeoise".

Pour la 2^e année, l'ASCM décide de se rallier à sa manière à la lutte contre le cancer du sein, qui touche malheureusement de plus en plus de femmes dans le monde.

Corinne Esslinger, membre de la section course à pied, Delphine Keller, responsable de la section zumba et moi-même étions motivées pour reformer le groupe "Crédit Mutuel-CIC" afin d'encourager un maximum de participantes à s'inscrire à cet évènement, que ce soit en courant ou en marchant.

Une fois les inscriptions bouclées, les dossards distribués, place à la course !

Le soir même, nous nous sommes réunies devant le Wacken puis place Broglie afin de découvrir ensemble les animations Place

Kléber. Après un échauffement commun, le groupe s'est séparé en 2 vers 19 h30. Les coureuses sont allées se mettre en place quai des Bateliers et marcheuses (et marcheurs) ont suivi un peu plus tard. Malgré une météo plutôt maussade, l'ambiance était au rendez-vous dans les rues de Strasbourg. Comme tous les ans, les pompiers du quai Finckwiller ont déployé la grande échelle, les riverains étaient à leur fenêtre et les supporters au bord du parcours !

Nous sommes fières d'avoir inscrit lors de cette édition 2014, pas moins de 203 participant(es) dont 67 coureuses et 136 marcheuses et marcheurs.

Avec cet excellent score, l'ASCM est arrivée 3^e sur le podium des groupes "entreprise" !

Nous pouvons être fières de nous et de notre trophée. Merci à nos collègues du CIE pour l'avoir si bien mis en valeur à la bibliothèque !

**1 INSCRIPTION
= 4 EUROS REVERSÉS
À LA LIGUE CONTRE
LE CANCER.**

RENSEIGNEMENTS :
ASCM STRASBOURGEOISE
● Marie-Hélène Laurent,
Vice-Présidente de l'ASCM,
chargée du développement
sportif

**LES INSCRIPTIONS SONT EN
COURS POUR LA 6^E ÉDITION,
VENDREDI
9 OCTOBRE 2015
NE TARDEZ PAS !**



UNE HISTOIRE DE FÉES !



Un grand merci à nos animateurs du jour :

Clotilde et Mickael pour le badminton ; Olivier pour l'aviron ; Frédéric pour le volley ; Yves pour le body pump ; Mathieu pour le futsal ; Jonathan, Stéphane et Christophe pour le taekwondo ; Pascale Heitz et Cécile pour le Pilates ; Karin Luck pour le Qi-gong ; Gilles pour l'escalade ; les animateurs de l'ASCICE pour le body combat, le kick boxing et la zumba.

Merci aussi à Carole Bretteville pour l'ouverture de la soirée et à **Jacques Guerrini** président de l'ASCM pour l'animation mais aussi le matériel et les t-shirts offerts à l'effigie de l'ASCM.

■ C'est un vendredi soir, le 13 mars 2015 plus précisément, que les salariées du Crédit Mutuel et du CIC se sont retrouvées pour cette 6^e édition de notre soirée féminine "les fées du sport".

60 participantes étaient présentes cette année pour découvrir de nouvelles disciplines ou profiter des disciplines connues ! 15 groupes de 2, 4 ou 6 personnes ont été formés afin de gérer un planning très serré proposant 12 disciplines. D'abord les disciplines classiques aussi diverses que le badminton, l'aviron, le Pilates, le volley-ball, le taekwondo, le futsal, le body pump, la zumba et l'escalade mais aussi les nouveautés comme le body combat, le Qi-gong et le kick boxing. Cette année encore, nos fées ont été gâtées en termes d'animation et de matériel mis à leur disposition.

L'Amicale Sportive du Crédit Mutuel et l'Association Sportive du CIC EST ont été une fois de plus bien représentées et fières de proposer à leurs salariées une soirée unique toujours en collaboration avec la



Commission Femmes et Sport de la Fédération Française du Sport d'Entreprise.

Cette soirée, unique en son genre, propose aux salariées du groupe un moment qui leur est dédié, pour découvrir des disciplines, bouger, s'amuser ou se remettre au sport ! Après cette soirée, on se demande bien pourquoi on avait arrêté... même si cela remonte au collège ou au lycée pour certaines. Les animateurs, souvent bénévoles et collègues du groupe sont là pour nous donner envie et nous motiver à intégrer une des sections de nos amicales. Y a plus qu'à choisir !

Marie-Hélène Laurent





LAURIERS DU SPORT

LE MOT DE LA PRÉSIDENTE DE LA COMMISSION FEMMES ET SPORT DE LA FFSE, À L'ORIGINE DU PROJET

Les applaudissements, les remerciements des participantes sont pour nous le gage de la réussite, et nous motivent encore plus pour vous proposer des soirées, des événements où la santé est au centre de nos préoccupations.

Ce projet des "Fées du sport" part du postulat qu'il faut développer le sport féminin et le sport féminin d'entreprise en particulier.

En vous proposant une offre d'activités différentes, en vous faisant découvrir des sports que vous ne connaissez pas, on pense que vous allez peut-être accrocher et vous rendre dans l'une de nos sections ou clubs de votre ville pour vous adonner à cette discipline, avant tout pour votre santé et votre moral.

Personne n'est épargné par la maladie, et on se bat plus facilement lorsqu'on a une activité physique et sportive.

Alors, les fées de 2015, on compte sur vous pour "marrainer" de nouvelles fées en 2016.

Faites passer le mot, vous êtes nos meilleures ambassadrices, vous êtes des fées et sans vous "Les fées du sport" n'auraient pas inondé la France et l'Outre-Mer !

La FFSE, et plus particulièrement, la présidente de la commission nationale féminine que je suis, est fière de cette coopération avec l'amicale du Crédit Mutuel.

Un grand merci à nos bénévoles salariés et externes qui ont été des animateurs et animatrices que le monde du sport d'entreprise nous envie !

Carole Bretteville

■ L'Amicale Sportive du Crédit Mutuel a participé à la première édition des Lauriers du Sport, organisé par le Comité départemental de sport entreprise du Bas-Rhin.

Cet événement annuel permet de laisser s'affronter toutes les entreprises affiliées à la FFSE dans différentes disciplines, avec un classement de la discipline et un classement total.

Pour sa première, Thierry Courdent (président du CDSE 67) et Bernard Florence (responsable de la course à pied) ont proposé 7 disciplines.

Les entreprises participent aux disciplines de leur choix, tous les niveaux sont les bienvenus.

La section omnisport de l'amicale, avec aux commandes Marie-Hélène Laurent, a donc motivé les sections et les salariés qui le souhaitaient à participer aux Lauriers.

Les performances individuelles, comme les collectives, la mixité des disciplines proposées a permis de rassembler (sauf à une épreuve) une bonne représentation de notre entreprise.

Nous retiendrons que nos représentants ont remporté les épreuves : le tennis de table (09/12/2014), le bowling (26 mars 2015), le karting (30 mars 2015), le Rowing (08 avril 2015), La Robertsauvienne (05 juillet 2015), la deuxième place pour la Pétanque (24 juin 2015) et une absence de nos représentants lors de l'épreuve du Foot à 7 (19 juin 2015).

Cet événement a permis la rencontre de 14 entreprises dans les différentes disciplines, avec le support de plusieurs amicales pour organiser les épreuves.

Longtemps en tête, notre entreprise n'ayant pas participé au foot à 7, s'est vu rétrogradée à la deuxième place de ces premiers Lauriers du sport entreprise, à un point de la société Lilly.

Nous pouvons féliciter tous les représentants et représentantes de notre entreprise, qui ont su porter nos valeurs et nos couleurs sur tous les stades du sport entreprise.

Si vous avez des idées d'épreuves, n'hésitez pas à les pousser auprès de Marie-Hélène afin qu'elle se fasse le messager auprès du CDSE 67.

Carole Bretteville
Marie-Hélène Laurent



CLASSEMENT GÉNÉRAL "LAURIERS DU SPORT" APRÈS 7 ÉPREUVES

LAURIERS DU SPORT 2015	TENNIS DE TABLE	BOWLING	KARTING	ROWING	FOOTBALL À 7	PÉTANQUE	10 KM	TOTAL POINTS
LILLY	7	6	5	3	14	10	2	47
CRÉDIT MUTUEL	7	8	7	6		5	13	46
JOHNSON CONROLS		10	5	1	2		2	20
KNORR		4			8			12
MERCK MILLIPORE					12			12
HOLWEG					6			6
MMA			1			5		6
EUROMETROPOLE		1		4				5
HUS	2	2						4
ICADE					4			4
OCTAPHARMA							4	4
TRANSÈNE				2				2
CH ERSTEIN	1							1
CONSEIL DE L'EUROPE						1		1



ZUMBA ZUMPIE

Alors la zumba,
c'est quoi ?



LA ZUMPIE TEAM.

Et rendez-vous
l'année
prochaine !!!



MERCI À TOUTES D'AVOIR RÉPONDU PRÉSENTES, QUEL MOMENT DE BONHEUR !

■ Une pause bonne humeur pour se maintenir en forme, tout simplement !

Les créneaux pour la saison 2014/2015 :
Mardi et jeudi 12 h à 13h

A retenir pour la rentrée, changement de lieu et changement de créneau (car le gymnase AGR est indisponible pour toute la saison).

RDV donc les vendredis 13 h dans la salle du TCS !

ZUMBA

Une vingtaine de Zumbettes s'est défoulée entre midi et deux, deux fois par semaine sous la musique et les pas endiablés de Déborah !

LES ZUMBA INSTRUCTRICES EN PLEIN ÉTIÈREMENT



ZUMPIE

L'évènement de la section Zumba, c'est la ZUMPIE (zumba party interentreprises).

Après une première expérience plus que réussie en 2014, l'ASCM avec l'aide de la FFSE a réitéré cet évènement en 2015!

Plus de 120 Zumbettes ont dansé pendant 3 heures avec nos instructrices préférées (Déborah Jung, Vanessa Joson et Christelle Hecht).

Merci à toutes d'avoir répondu présentes, quel moment de bonheur !

Delphine Keller Crovisier

RICCIONE

Du 1^{er} au 4 juin

■ Après Aalborg, Rovinj, Hamburg et Prague, 104 membres de l'ASCM se sont rendus à Riccione, sur la côte Est de l'Italie.

Pour ceux qui n'ont pas encore eu la chance de participer à des jeux nationaux ou européens, voici ce que vous avez manqué...

Un départ très matinal, quelques longues heures de bus... et ça y est, c'est parti pour les jeux européens interentreprises !

Riccione, qui se situe juste à côté de Rimini, est une ville balnéaire très touristique. La partie sportive ne démarre que le jeudi matin, chacun a ainsi pu commencer à découvrir la ville et la plage avant de se rendre à la cérémonie d'ouverture des jeux. Car, "un peu" comme aux jeux olympiques, il y a une cérémonie d'ouverture et une cérémonie de clôture des jeux. C'est là l'occasion de retrouver les quelque 7000 participants !! Les couleurs des pays s'affichent fièrement, un défilé se

fait lentement mais sûrement tout le long de la voie verte qui traverse la ville. La voie verte n'est pas un nom officiel mais cette rue est couverte de moquette verte sur 3 km, c'est très joli ! La FFSE avait fourni à tous les participants français un polo bleu marine avec un chapeau blanc, nous sommes, sans aucun patriotes, les plus remarquables et quasiment la délégation la plus importante aussi. Discours et spectacles se succèdent sur la grande place dédiée à l'événement, puis il est temps de rentrer et de passer en mode sport pour les 3 jours suivants !

Jacques Guerrini et
Emanuelle Renaud



Les sports où l'ASCM est présente :

Bowling, natation, golf, tennis de table, foot5, tir, badminton, volley, tennis, et aussi course à pied ...

La plupart des activités est concentrée le jeudi et le vendredi, le samedi étant réservé aux finales.

De gros défauts de l'organisation italienne ont malheureusement terni un peu la vie des sportifs durant ces 2 jours : horaires non respectés, adresse de gymnase incorrecte, nombre de matchs faibles, fourniture d'eau insuffisante ... Heureusement certains tournois sont très bien organisés comme le badminton par exemple. Leur gymnase est ouvert dès la veille pour permettre une bonne préparation sportive et une organisation parfaite. Cela semble convenir aux badeurs de l'ASCM qui réalisent à Riccione un très beau parcours.

Au compteur général, le nombre de médailles n'avait jamais été atteint auparavant !

Un grand bravo aux médaillés.

OR

1 médaille en golf par équipe

ARGENT

3 médailles en natation

BRONZE

4 médailles en natation

Avec ou sans médaille autour du cou, chaque sportif connaît à un moment où un autre son petit moment de pur bonheur qui le fera revenir l'année suivante :-)) un match où on se surpasse,



une victoire arrachée à la dernière minute, une équipe solidaire, un public venu en soutien ... et c'est l'émotion sportive qui arrive et qui fait que l'on continue le sport quoi qu'il arrive !

Le samedi, il reste peu d'épreuves. Et donc l'après-midi, quelques courageux bravent les hautes températures pour aller parcourir 10 km sur le littoral, en plein soleil !! 1H de retard pour le démarrage mais on ne reviendra pas dessus. Notre meilleur coureur réussi à se placer 36^e en réalisant le parcours en 44'36''

Et voilà comment 3 jours passent à une vitesse folle. Un dernier restau, un dernier verre et les jeux se clôturent déjà. Ceux qui l'ignoraient découvrent que le foot en Italie est bien plus qu'une religion ... Peu importe, le discours de clôture a lieu avec 2 h de retard et pour récompenser cette



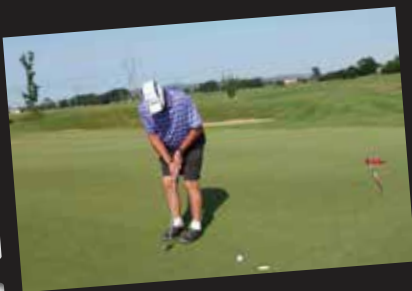
prit des jeux qui l'emporte après ces quelques jours magiques...

Un vrai grand point positif reste notre organisation qui a permis de vivre ce séjour sportif sereinement. Chaque jeu est l'occasion de s'améliorer, le sondage auprès des sportifs permettra de faire mieux encore dans le futur.

Les jeux se suivent et ne se ressemblent pas et ils valent le coup d'être vécu ! L'an prochain les jeux nationaux se dérouleront à la Martinique, les jeux mondiaux à Palma de Majorque et en 2017 les 21^e jeux européens auront lieu à Ghent (Gand) en Belgique. Qu'on se le dise...

Jacques Guerrini et
Emanuelle Renaud





AIKIDO



■ Après sa réouverture début 2014, la section Aïkido a poursuivi sa progression en intégrant de nouveaux arrivants à la reprise en septembre. Les effectifs de la section ont en effet doublé pour la saison 2014-2015 avec en moyenne 15 participants assidus à chaque entraînement.

Les nouveaux inscrits se sont vus récompensés de leurs efforts par l'attribution du 5^e Kyu (équivalent ceinture jaune) en fin de saison pour saluer leur progression technique.

Depuis fin 2014, les cours hebdomadaires du jeudi sont également complétés par un nouveau cours mensuel d'Armes. Désormais, un mardi par mois, les Aïkidokas se retrouvent pour pratiquer leur discipline avec des armes...en bois bien sûr !

Les mouvements de l'Aïkido proviennent en effet directement du maniement de 3 armes différentes :

- **Le Bokken** : Sabre en bois
- **Le Jo** : Bâton
- **Le Tanto** : Couteau

Ce nouveau créneau apporte une dimension complémentaire dans la compréhension des techniques jusqu'à présent enseignées.

Les entraînements sont mixtes et ouverts à toutes et à tous pour permettre l'apprentissage des techniques de bases pour les débutants et de techniques plus avancées pour les confirmés.

Les séances proposent un éventail de techniques permettant un entretien physique complet ou une pratique plus sportive selon les attentes de chacun.

Bruno Jouault



● RENSEIGNEMENTS :
Les personnes intéressées peuvent nous rejoindre à tout moment de la saison.

CONTACTS :

Bruno.jouault@e-i.com

Philippe.larcher@e-i.com



AVIRON CANOËS



■ Au sein du Rowing Club de Strasbourg, venez découvrir un sport d'extérieur, complet, à pratiquer seul ou à plusieurs. Toute l'année, la section propose les activités suivantes :

Organisation de séances d'initiation : pour tous niveaux et tous âges !

Multiples créneaux d'entraînements : entre 12h/14h, le soir, le week-end.

2 formules d'inscription possibles (inscription complète au club, ou inscription à tarif réduit limitée à 2 créneaux / semaine)

Participations à certaines régates régionales 'loisirs' (championnats d'Alsace)

L'accueil se fait au sein du Rowing Club, qui met également à disposition salles & appareils pour pratiquer en intérieur (ergomètres, fitness, musculation).

Olivier Baer



Pour varier les plaisirs, il est également possible de se faire une petite sortie en kayaks/canoës. Le soir après le boulot, entre 12/14h, ou même le week-end, la section dispose de matériel directement disponible sur le site du Wacken (derrière la cantine départ possible directement sur l'Aar).



BADMINTON

Badminton, vous avez dit badminton ?



■ La section en quelques chiffres c'est :

- 40 adhérents en loisir
- 20 adhérents en compétition
- 2 équipes en championnat corpo 67

Bilan de l'année 2014 / 2015

■ Championnat Corpo :

Depuis plus de 25 ans la section participe à ce championnat qui regroupe 42 entreprises réparties sur 5 divisions.

L'équipe 1 : présente en division 2, l'équipe a terminé 3^e/8.

L'équipe 2 : débutante en division 4 cette année, l'équipe termine 11^e/13, mais que de confiance pour mieux faire l'année qui arrive !

■ Jeux interentreprises :

Cette année ces jeux se déroulaient à Riccione en Italie. 3 équipes sont allées défendre les couleurs du Crédit Mutuel. 50 équipes venant de toute l'Europe (+ 1 équipe chinoise perdue au milieu).

- L'équipe 1 termine à une belle 6^e place, son meilleur classement.

Mention spéciale à Patrice Seng qui revient en restant invaincu : 16 victoires en 16 matchs, avec des victoires contre l'équipe nationale de Malte ou Véolia 1.

- L'équipe 2 termine vers la 23^e place

- L'équipe 3 termine vers la 40^e place

Nous avons profité de l'occasion pour partir quelques jours plus tôt afin de profiter de l'Italie, ses paysages, sa mer, ses pizzas et ses glaces.

Année à venir

Pour les habitués, pas de changements radicaux dans les habitudes :

■ **Pratique loisir** : tous les mercredis de 18h à 20h salle Karine à Hautepierre (en face de la piscine). Les maîtres mots pour ce créneau sont "détente" et "bon humour". Quel que soit votre niveau, vous êtes les bienvenus.

■ **Championnat corpo** : retour de nos deux équipes dans leurs divisions respectives : 2 et 4.

Mais si assez de gens sont motivés, il n'est jamais exclu de monter une 3^e équipe ! Elle n'attend que vous.

Il ne vous reste plus qu'à enfilez votre short, une paire de basket, une raquette et venir faire un tour à partir de début septembre.

Maxime Porté



BASKET

■ Saison 2014-2015 !

L'équipe féminine évolue en championnat civil départemental et a fini 8^e sur 12 équipes.

L'équipe masculine évolue championnat corpo, elle a fini 3^e/5 équipes en première phase et 3^e/4 en 2^e phase.

L'équipe féminine compte 9 membres et l'équipe masculine compte 12 membres.

Le comité de la section Basket fait peau neuve!

Véronique Gautrot et Magali Ortega passent le relais à Maria Benbrik et Julie Hennequin aux postes respectifs de présidente et correspondante. Merci à elles pour le fantastique travail accompli jusqu'ici !

De belles perspectives !

RECRUTEMENT

Les équipes féminines et masculines de Basket recrutent toujours et à tous les niveaux.

HORAIRESD'ENTRAÎNEMENTS ET MATCHS :

Les entraînements ont lieu au Gymnase Branly, rue Léon Boll à Strasbourg.

Équipe féminine :

Mardi 20h-22h

Les matchs à l'extérieur ont lieu le week-end selon un calendrier défini en début de saison et les matchs à domicile ont lieu aux horaires des entraînements.

Équipe masculine :

Jeudi 18h-20h

Tous les matchs ont lieu en semaine.

COMPÉTITION

Équipe féminine :

Championnat civil départemental

Équipe masculine :

Championnat corpo



COUPE DU CRÉDIT MUTUEL :

L'équipe féminine fera son grand come-back dans la compétition de la Coupe du Crédit Mutuel de Basket-Ball du Bas-Rhin.

EUROBASKET

Ce début de saison sera marqué par l'EuroBasket! Les compétitions sont gelées au niveau départemental et régional pendant l'EuroBasket pour mobiliser un maximum de personnes.

ALLEZ LA FRANCE ! #ENSEMBLE

Maria Benbrik



POUR PLUS D'INFORMATIONS
N'HÉSITEZ PAS À ME
CONTACTER :

● Maria Benbrik

Présidente de la section
Basket de l'ASCM
maria.benbrik@e-i.com
03 88 14 88 39



BOWLING



■ La section Bowling du Crédit Mutuel a intégré le Club de BOWLING "Les Canonniers" ou le Club EBCO afin de participer à la ligue Inter Club qui se déroule tous les mardis soirs à partir de 19 h30 au Bowling des Jardins de L'Orangerie à Strasbourg. C'est un tournoi entre 22 Équipes en lice.

La section compte 10 membres. Elle défend les couleurs du Crédit Mutuel lors de 3 compétitions corpo dans l'année :

- L'Excellence en Janvier
- La Promotion en Avril
- La Coupe de France en Octobre.

En 2014, la qualification en finale de la Coupe de France n'a pas été possible.

En 2015, même résultat pour la finale en Excellence.

Nous aurions pu participer à la finale de la Promotion à Toulouse en juin 2015, mais nous avons dû déclarer forfait pour équipe incomplète. La Promotion nous a permis d'être vice-champion d'Alsace.

Des séances d'entraînement sont proposées le samedi matin par quelques membres du Club "Les Canonniers".

● **Jean-Marie Verinaud**

Président

jeanmarie.verinaud@e-i.com

● **Rémy Heisser**

Vice Président

remy.heisser@gmail.com

DANSE DE BAL



■ La section Danses de Bal est une ancienne section ASCM réactivée en novembre 2008 et ouverte aux salariés CM-CIC et aux conjoints ou ami(e)s.

C'est une section purement loisir.

Une saison de cours de Danses s'articule autour de quatre thèmes :

- Tango, Paso Doble, Marche
- Rock'n'Roll
- Rumba, Salsa, Mambo, Cha Cha
- Valse, Valse lente, Java, Samba

La tenue est décontractée et l'ambiance également. Des informations sur la tenue de Bals populaires sont également communiquées.

Lundi à Wangen

En partenariat avec l'Association Générale de Familles de Wasselonne.
Cours à la Salle ACSL, 32 rue des Vignes à WANGEN 67520

Mardi à Mundolsheim

En partenariat avec l'Espace Vauban.
Cours à la salle de danse, 1 rue Vauban 67450 MUNDOLSHEIM, dans la Zone d'Activité "Les Maréchaux" près de Souffelweyersheim.

Jedi à Brumath

En partenariat avec le Foyer Club de Brumath
Cours à la Salle de la Maison des Œuvres 1^{er} étage Rue de l'Eglise à Brumath (en face de l'Eglise Catholique).

Vendredi à Ittenheim

En partenariat avec l'Ecole d'Expression Corporelle d'Ittenheim
Cours à la nouvelle salle de la Maison des Associations, Rue des Charms à Ittenheim (67117) prolongement de la rue des Erables, après le tennis.

N'hésitez pas à nous contacter :
Sonia au **03 88 14 73 46** ou
Thierry au **03 88 14 72 85**

- **Thierry Dadure**
Président
- **Sonia Kautzmann**
Vice Présidente
- **Didier Krebs**
Professeur de Danse

Horaires des cours :

Niveau "Débutants" de 19h30 à 20h45

Niveau "Moyens/Avancés" de 20h45 à 22h00



FOOTBALL



■ La section Football permet à tous ceux qui aiment ce sport de pratiquer quel que soit l'âge ou le niveau recherché. En effet, nous avons 4 possibilités différentes : 3 équipes en Compétition et du Foot Loisir.

Le Président de la section, Bernard Hoffmeyer, souligne le fair-play et l'excellent état d'esprit qui règnent dans chacune des équipes. Les 3^e mi-temps toujours très conviviales en témoignent.

En compétition, une belle équipe de foot à 7 entraînée par Sébastien Dieval qui joue dans le championnat FFSE. Elle a terminé à la 2^e place pour la 1^{re} phase puis à la 1^{re} place pour la 2^e phase.

Les Vétérans (+35 ans) jouent en Compétition dans le championnat de la Ligue avec des équipes civiles ce qui permet d'avoir de très belles rencontres. Leur coach, Laurent Delattre, est satisfait du comportement de son groupe tant aux entraînements de début de saison que

durant les matchs. Les Vétérans ont terminé à une belle 6^e place et ont atteint, pour la première fois, le 3^e tour de la coupe d'Alsace.

L'ambiance est surtout très bonne, les relations entre joueurs excellentes et les repas d'après matchs font l'objet d'une participation importante.

Les Super-Vétérans (+45 ans) jouent également en Compétition dans le championnat de la Ligue avec des équipes civiles et ont terminé à une très belle 4^e place. Le responsable de l'équipe, Jacky Vogel, insiste sur l'excellent état d'esprit régnant dans cette équipe, dans laquelle la convivialité et le plaisir de se retrouver priment sur le plan comptable.

Alors n'hésitez pas à venir nous rejoindre.

Laurent Delattre

PILATES



■ Pour la 2^e année consécutive, la section pilates rencontre un beau succès (+60 % d'inscriptions en à peine 1 an) et nous avons à la rentrée 2014 : 24 membres.

Le principe du pilates consiste à travailler ses muscles en profondeur tout en contrôlant sa posture et ses mouvements.

C'est une méthode de gym dite douce mais attendez-vous cependant à avoir des courbatures !

Pascale, notre prof habituelle, actuellement en congé maternité, sera remplacée dès la rentrée par Martha. Pascale reviendra avec sa bonne humeur début 2016 !

Ce qu'il faut savoir pour essayer :

Le pilates c'est le jeudi de 19h à 20h au stade Langevin, rue Lavoisier à Strasbourg Cronembourg.

Venez avec un tapis de sol, votre tenue de sport et une paire de chaussettes

Pour plus d'info, contactez

● **Cécile Sid**
cecile.sid@acm.fr



COURSE À PIED

Pourquoi cours-tu ?



Il faut surtout que cela reste un plaisir. Alors, faites-vous plaisir !

■ Venez donc poser la question à nos 98 membres et vous verrez que tous vous répondront : "Pour le plaisir !" Oui, nous courons tous pour le plaisir, même si chacun d'entre nous en a sa propre définition.

Le plaisir d'être libre ! La liberté de courir à son rythme, la liberté de choisir son chemin, le plaisir de courir le matin, le midi ou le soir, la possibilité d'adapter ses sorties en fonction de ses contraintes professionnelles et familiales... C'est simple, une bonne paire de chaussures suffit !

Le plaisir de découvrir de nouvelles contrées, d'évoluer dans de beaux paysages, d'entendre la nature bouger à chacune de vos foulées, de voir une ville s'éveiller, de découvrir un nouveau quartier. Tous les terrains se prêtent à la course à pied : ville, campagne, montagne, plage, forêt !

Le plaisir de l'effort et de la performance. À force de sorties, de persévérance, ce qui nous semblait difficile est devenu notre ordinaire. Pas d'essoufflement, pas de fatigue mais une satisfaction personnelle d'arriver à courir 30 minutes ou une heure, à courir 5 ou 10 kilomètres, à finir un semi-marathon ou un marathon... Il n'existe pas une performance ; chacun d'entre nous réalise sa performance et établit son record personnel !

Le plaisir de partager ces moments de joies individuelles avec d'autres runners, de se motiver, de se soutenir dans l'effort, de se féliciter, de se retrouver autour d'un verre après une sortie et



se dire : "Bravo ! C'était une belle sortie !"

Pour vous amener à ce plaisir, la section course à pied vous propose :

● **Des entraînements**

Ils sont organisés de manière informelle les lundis/mardis/jeudis/vendredis avec rendez-vous vers 11h50 - 12h devant le CIC Est. Rien de régulier, mais contact par mail le matin pour savoir "qui court ce midi" !

Les plus mordus prendront une licence à l'ASL Robertsau (Contact : Olivier Sanson - EIP) et seront coachés par Fernand Kolbeck : séance de fractionné court le mercredi midi ou soir (stade de l'AAR - derrière le Mac Donald de Schiltigheim) et séance



de fractionné long le samedi matin (stade du SUC).

● **De participer à des compétitions**

Sans contrainte aucune, tous les membres peuvent s'inscrire au fil de l'eau aux courses proposées par la section et bénéficier des inscriptions groupées. Seule contrainte : disposer d'un certificat médical en bonne et due forme.

Claude Wolf





Ajoutez votre nom à la liste des athlètes primés :

Chaque course est considérée comme une compétition par les coureurs ... Ils sont de ce fait à féliciter dans leur intégralité, quels que soient les résultats obtenus ! Notons néanmoins quelques bons résultats pour la saison 2014/2015 :

La section a obtenu la première place au challenge du nombre de participants à la Course des brasseurs à Schiltigheim.

L'équipe Crédit Mutuel, composée de 9 coureurs qui participe au Challenge Entreprises 10 Km, a gagné les Foulées Epfigeoises et le Onze d'Obernai. Après 4 courses, elle est quatrième sur 15 au classement général.

Trois équipes ont été alignées au Relais du Houblon à Haguenau. L'équipe féminine (*Virginie Hebbing - Elisabeth Da Silva - Séverine Jacquot*) et l'équipe mixte (*Isabelle Orth - Maëlle Albrecht - Emmanuel Motsch*) terminent troisième en catégorie Vétéran.

• **Isabelle Orth** a décroché le titre de Championne de France Crédit Mutuel de marathon en terminant le celui d'Annecy en 3h48.

• **Virginie Hebbing** termine 1^{re} vétérane à Morsbronn (10 km) et à Ingwiller (11 km), 2^e vétérane à Haguenau (9,7 km) et 3^e vétérane à Wissembourg (10 km).

• **Laurent Winkel** remporte le 10 km des Foulées Epfigeoises en 35'22 et décroche le titre de vice-champion de France Crédit Mutuel de semi-marathon en bouclant les 21,1 km en 1 h 16 à Annecy.

Bravo et félicitations à tous les membres. Nous avons participé à 141 courses et y avons parcouru près de 15000 km ! Point trop n'en faut ! Comme le répète à loisir Fernand Kolbeck, quintuple champion de France de marathon, vainqueur du marathon de Paris et sélectionné au marathon des Jeux Olympiques de Munich et de Montréal.



HANDBALL



■ Une nouvelle saison s'achève pour la section Handball du Crédit Mutuel. Sportivement, elle ne restera pas dans les annales puisqu'avec une treizième place sur quinze prétendants, l'équipe n'accroche même pas au ventre mou du championnat. Ventre mou qui, de plus, constitue rarement un objectif pour les joueurs et joueuses même si certain(e)s partent avec quelques longueurs d'avance dans ce domaine. Un meilleur goal-average général, de l'ordre d'une vingtaine de buts de plus sur les quatre cent cinquante marqués, aurait permis de pointer à la onzième place.

Quoi qu'il en soit, la hausse de niveau progressive et continue de la compétition déjà constatée les saisons précédentes se poursuit, avec certaines conséquences néfastes sur la vie du groupe. Sur certaines rencontres, il devient difficile d'assurer une cohésion entre les temps de jeu des débutants et des joueurs confirmés, et ce dans l'optique de pouvoir rivaliser avec nos adversaires. Même nos valeureuses joueuses se voient opposer un défi physique de plus en plus intense au fil des ans. Le questionnement sur l'attitude à adopter pour y répondre fût un serpent de mer tout au long de la saison, gageons que celle qui s'annonce puisse apporter quelques indications. Les anciens regrettent souvent la disparition de "l'esprit corpo" d'antan.



Du côté de l'effectif, deux arrivées enregistrées en cours d'année ont redonné une bouffée d'air aux joueurs fortement sollicités depuis le démarrage de la compétition, d'autant qu'en parallèle l'infirmier commençait à s'étoffer dangereusement. Ces mêmes joueurs vont compenser les quelques départs qui sont d'ores et déjà actés. Le mercato n'est toutefois pas bouclé car un renfort d'expérience est également pressenti pour venir consolider la section.

Rémy Wolf et Clément Munch



JUDO



• Christian Ciron

Responsable

Le club de référence est
le Judo Club de Strasbourg

<http://jcstras.free.fr>

23 rue Vauban

67000 Strasbourg Esplanade

■ Des entraînements bi-hebdomadaires le soir, du travail, de la sueur, des échanges, du partage, de la convivialité, du plaisir, de la satisfaction...

Revêtir un kimono, monter sur le tatami, laisser ses problèmes hors du dojo, tout le monde est pareil sauf pour la couleur de ceinture (mais beaucoup disent qu'elle n'est là que pour tenir le kimono...).

Les moins gradés reproduisent des techniques et demandent conseil aux plus gradés.

Les plus gradés expliquent ce qu'ils maîtrisent et se perfectionnent par ailleurs.

L'échange est là, ponctué de curiosité et teinté d'émerveillement, de recherche et de découverte, et se conclue avec la satisfaction d'un mouvement réussi.

Puis vient le moment de s'exprimer librement avec un partenaire, chercher à appliquer la théorie reçue, placer le bon geste.

On salue son partenaire, le randori commence.

Les mains se posent sur son partenaire, les sensations commencent à venir, et parfois les questions quand ça ne marche pas... "bizarre... ça semblait pourtant facile lors des démonstrations..." "Après plusieurs tentatives, voire quelques conseils, ça arrive enfin : Ippon !! La victoire !!! Le partenaire est bien projeté, ou balayé, sa chute est propre, nette, contrôlée, plat dos, et la satisfaction est là. Mais l'entraînement n'est pas terminé, il faut recommencer, perfectionner, et diversifier, pour qu'au final un minimum d'effort donne une grande efficacité.

Le randori se termine, on salue son partenaire, tant pour lui témoigner du respect que pour le remercier de sa participation.

Après que le kimono soit retiré, très souvent les soucis laissés initialement à l'entrée du dojo se sont volatilisés, l'instant magique d'une fatigue saine.

Des idées viennent sur un mouvement à appliquer, un geste à corriger,... vivement la prochaine séance !

ROLLER



■ La section roller a participé aux rando roller organisées par la ville de Strasbourg c'est pratique d'avoir la route pour rouler, elle va manger des glaces à Kehl et se promène dans Strasbourg.

MONTAGNE

VOS CONTACTS :

- **Emmanuel Plomb**
(ski de rando)
- **Alex Chauvy**
(rando, raquettes)
- **Denis Husser**
(via ferrata, alpinisme)
- **Gilles Andre**
(alpinisme, escalade, VTT)

■ Un peu de vocabulaire en pré-ambule, sous forme de diction :

En montagne, les grosses ne m'agrissent pas

Les grosses, ce sont nos pompes, nos grolles, nos croquenots, nos godasses, bref les ballerines si élégantes dont nous apprêtons nos petons pour arpenter de nos arpiens les pentes et les monts. Vous chaussez du 42 fillette ? Affublé de vos grosses, vous semblez passer au 48 péniche. Le montagnard les veut rigides comme une mère supérieure (on n'est pas dans Les Randonneurs, pas question de plier le pied pour pousser sur les orteils) et totalement imperméables pour ne pas laisser échapper une goutte du nectar dont il imprègne patiemment ses chaussettes. Il aime les affubler de petites

pointes appelées crampons pour se donner un genre punk discret, accessoirement très utiles pour combattre le yéti taekwondiste.

La grosse se compose d'une semelle épaisse, creusée de larges sillons patriotiques pour évacuer la boue impure ; d'une semelle intérieure thermoformée, c'est-à-dire déformée par l'action combinée du poids du montagnard, du jus de bactéries dans lequel il marine et de la chaleur produite par les frottements avant l'apparition des ampoules ; d'un chausson en gore-tex, mal nommé car c'est la partie la moins gore de la chaussure en général ; et d'une tige, c'est-à-dire la partie montant au-dessus de la cheville pour l'empêcher d'enfler lorsque le montagnard raconte ses exploits. La tige est en général masquée par une guêtre, élément vestimentaire démodé s'il en est, mais le montagnard aime garder une touche rustique sur ses vêtements techniques.

Malgré ces tares, le montagnard couve ses grosses comme une mère poule, car elles lui garantissent une retraite aisée lorsque le mauvais temps arrive.

Tout ceci vous donne envie ? La section montagne vous propose de chausser vos grosses en toutes saisons, de la rando à vaches (et non avachie) à l'alpinisme en passant par les raquettes et la via ferrata. Ceux qui se trouvent le pied trop léger en grosses chausseront la version plastifiée coquée additionnée de skis. A l'inverse, les grimpeurs la réduiront à sa couche épidermique pour escalader les roches naturelles ou artificielles.

LES RENDEZ-VOUS :

- **1 ou 2 fois par mois**, rando pédestre ou à raquettes, à la journée dans les Vosges ou en Forêt Noire, ou en week-end dans les Alpes.
- **Autour du 15 août**, rando de 4 ou 5 jours dans les Alpes.
- **De janvier à mai**, toutes les 2 ou 3 semaines, week-end de ski de rando. Les sorties de début de saison sont faciles, pour permettre aux débutants de s'essayer à l'activité. Les plus aguerris pourront s'engager dans un raid ski-weissbier de 7 jours en mars ou avril.
- **En juin et septembre**, 2 week-ends de via ferrata.
- **De juin à septembre**, 4 week-ends alpinisme dans les Alpes
- **En février ou mars**, un ou deux dimanches d'entraînement à l'alpinisme dans les Vosges, pour les débutants ou pour réviser les techniques
- **Tous les vendredis soir** sauf pendant les vacances d'été, séance d'escalade au gymnase Jacqueline de 19h jusqu'à plus soif.
- **De mai à septembre**, des sorties escalade le soir après le turbin sur les falaises autour de Strasbourg.
- **Entre mai et octobre**, 2 week-ends d'escalade dans des contrées plus lointaines.
- **Le 11 novembre**, sortie Saint-Martin : une (toute petite) rando, un gros feu et beaucoup de crêpes dessus !
- **Le dernier samedi de novembre**, une rando qui se finit la nuit et se prolonge par un repas de clôture de l'année.



NOUVEAUTÉ
2015/2016 :
s'il y a des amateurs,
nous organisons
quelques sorties VTT
nous contacter !

NATATION

OBJECTIF 2016

Les premiers jeux Mondiaux à Majorque !

Contactez-nous pour faire un essai !

Michaël Grammont

michael.grammont@e-i.com

Jérémie Reist

jeremie.reist@acm.fr

■ Pour la section Natation la saison écoulée a été marquée par une belle régularité dans la pratique des entraînements, mais surtout par l'organisation de notre premier stage de perfectionnement pour les uns, et de préparation aux championnats pour les autres.



Ce stage s'est déroulé en Allemagne, dans la charmante petite ville de Freudstadt, du 8 au 10 mai. Je crois partager le sentiment de chacun en disant que ce fut "un grand moment" !



Logés à 300 m d'un beau complexe aquatique, nous avons parcouru 11 000m en 4 séances, avec le confort d'une ligne d'eau réservée. Ce fut aussi l'occasion de pratiquer footing, pompes, tractions... resto et différentes sortes de bières.



A n'en pas douter, un noyau dur s'est créé à l'occasion de ce stage, que nous reconduirons sans doute cette saison.



Forts de notre préparation, 2nageurs et 1 nageuse se sont lancés dans le bain des championnats européens de sport d'entreprise, à Riccione - Italie.



La concurrence fut rude ! Mais nos efforts, l'esprit combatif et l'envie de se dépasser ont porté leurs fruits ! Nous sommes parvenus à arracher quelques belles médailles !

Et au-delà de ça, nous sommes heureux et fiers d'avoir participé à cette grande fête du sport, aux côtés de joyeux camarades, toutes sections confondues.



L'année 2016 s'annonce d'ores et déjà comme bien remplie. Nous allons proposer, grâce à la participation de l'une de nos membres et à la prochaine réouverture de la piscine de Schiltigheim, des cours (gratuits), plus personnalisés sur la technique. Les places seront limitées, contrairement à sa bonne volonté et sa bonne humeur ! Merci Christelle !

Pour le reste, les rendez-vous restent inchangés ! Une fois inscrit, vous avez accès au planning des entraînements sur le portail ASCM et il vous suffit de vous manifester pour le covoiturage et l'entraînement. Jérémie et moi-même serons ravis de vous accueillir.

Michael Grammont



RUGBY

Challenge
interentreprises
de touch rugby :
annulé

■ la section s'est renforcée, nous comptons pratiquement à chaque entraînement 14 personnes présentes (hommes et femmes).

Lieu d'entraînement :

au stade de rives de l'Aar le jeudi entre 12h-13h.

Le créneau horaire changera pour la prochaine saison, probablement le lundi aux mêmes heures.

L'année a été marquée par le calendrier de l'équipe : réalisé en

septembre et vendu en fin année 2014 principalement au siège :-).

Les bénéfices nous ont permis d'offrir des ballons de rugby à des intervenants pour des actions en écoles.

Nous ne prévoyons pas un calendrier chaque année mais qui sait...

Tournoi de touch le samedi matin 20 juin.

Notre équipe Crédit Mutuel mixte : 3 filles, 5 garçons, la moitié de débutants.

La règle du tournoi : 3 filles en permanence

sur le terrain pour ne pas avoir de points de pénalité...

Nous obtenons la 3^e place du tournoi après des prolongations épiques à 5 puis à 4 joueurs sur le terrain !

Nos filles ont tenu 5 matchs, plus de 1 h 20 de jeu sans être remplacées !!!

**Bravo à elles !
Bravo à tous !**

Ronan Français



SKI

Avis aux skieurs potentiels !



■ Que vous fassiez partie de ceux qui attendent avec impatience les 1^{er} flocons pour pouvoir dévaler les pistes, ou de ceux qui apprécient tout simplement les breaks à l'air pur, n'oubliez pas que la section Ski existe toujours !

Bien qu'il soit difficile de parler de neige en été, notez-vous ce dicton inventé pour l'occasion par Virginie "C'est sur les plages que les séjours à la neige s'envisagent !"

Magda Ganeman Valot



● POUR PLUS DE RENSEIGNEMENTS, N'HÉSITEZ PAS À ÉCRIRE À LA BAL DE LA SECTION : ASCSKI@E-I.COM

NOUS PROPOSONS CHAQUE ANNÉE DEUX SORTIES, SOIT POUR 2016 :

- Le week-end prolongé en Autriche **du 9 au 12 janvier**,
- Une semaine sportive et familiale aux 2 Alpes, **du 2 au 9 avril**.

SQUASH

Le championnat corpo de France.

■ L'équipe masculine (tête de série n° 13 composée de Jacques Hervé, Socié Anthony, Haessler François, et Hutin Christian) termine 11° de la compétition sur 27 équipes engagées. Toutes les ren-



contres furent très accrochées, un peu de regret sur le match du 2^e tour qui se joue sur pas grand-chose.

L'équipe féminine (tête de série n° 9 composée de Brigitte Herbster, Marielle Fontaine, Sophie Shoepf et Aleksandra Nowak) termine 8° de la compétition sur 9 équipes engagées. Le tirage en première poule n'aurait pas pu être plus dur ! l'équipe tombe

dans la poule des têtes de série n°1 et des futurs vainqueurs du championnat. En deuxième poules les matchs se jouent aux couteaux ! et le classement final s'est joué au Set Average. A noter que notre équipe était la seule ne comportant aucune joueuse classée, sur le terrain cela ne s'est pas vu !

Brigitte Herbster

LES ÉVÉNEMENTS DE LA SAISON 2014/2015 :

- **Le championnat corpo régional par équipe** : L'équipe 1 termine 2° de la 1^{re} division et est de ce fait sélectionnée pour les championnats de France. Les équipes 2 et 3 terminent respectivement 2^e et 5^e de la division 2.
- **Le championnat corpo régional individuel féminin** : 2 joueuses de l'ASCM sur le podium : Aleksandra et Brigitte.



TAEKWONDO

Première Médaille pour la Section Taekwondo

INFOS SUR :

www.phoenix-taekwondo.fr

Contactez en interne

• **Romain Spielmann**
responsable de la section.

■ Bravo à Christophe de l'ASCM qui décroche la médaille de bronze de la section taekwondo à la coupe d'Alsace de self-défense ! Présentation par binôme de techniques de self-défense sur différentes attaques à tour de rôle. Plus de 20 binômes inscrits dans sa catégorie (Ceintures Bleues et Rouges). Bravo également à son partenaire Thibault. A noter que le binôme qui a obtenu l'or provient du club Phoenix Taekwondo où ont lieu les cours de l'ASCM.

En tant que membre de la section Taekwondo de l'ASCM, vous et votre conjoint(e) pouvez accéder à l'ensemble des cours de l'association Phoenix Taekwondo à tarif réduit. Cours à l'ASPTT : 6 chemin long à Strasbourg.

- Section Taekwondo Loisirs
- Section Performance (Section Combat et Section Technique)
- Section Hapkido (clefs articulaires, projection, ...)
- Section Body-Taekwondo (Fitness en Musique)
- Section Self-défense (ouvert à tous dès 16 ans)
- Section Gym Douce Coréen à Wolfisheim (association partenaire : Dojang)

Mais aussi aux différents espaces du complexe :

- Espace Buvette
- Espace Salle de Musculation et Sauna 7j/7 en supplément.



TENNIS

Nationale 1, nous voilà !

■ Après l'épopée de 2013 et l'accession à l'échelon national, les hommes de la section tennis ont réussi l'impensable pari de monter en première division. Il faudra un nouveau miracle cet automne pour que l'équipe se maintienne dans l'élite du tennis entreprise.

Prendre les matchs les uns après les autres, ne pas se disperser en pensant aux échéances ultérieures. La formule, ressassée chaque week-end aux micros des chaînes de sport, résume assez bien l'état d'esprit qui a animé les tennismen de l'ASCM l'an passé.

Lorsqu'ils ont découvert la composition des quatre poules de nationale 2, nos cinq mousquetaires (*) se sont dit que le maintien était dans

leurs cordes. A condition de bien négocier les face-à-face avec les deux équipes les moins fortes sur le papier: les enseignants de Verdun et Alcatel. La première place du groupe offrant le ticket pour la première division ne semblait pas pouvoir échapper à Décathlon et à son impressionnante armada de secondes séries.

Le déplacement inaugural à Verdun, contre une équipe rodée à la nationale 2 et sur des terrains assez inhospitaliers, avait toutes les allures du piège. Mais nos gars parvenaient à ramener une solide victoire en Alsace (4-1).

Quinze jours plus tard, ils recevaient l'épouvantail de la poule sur les terres battues du TC Rosheim.



Antoine Martin (3/6),
 Antoine Bonin (4/6),
 Sylvain Schneider (15/1),
 Marc Magnani (15/1, capitaine),
 Grégoire Estrade (15/2).
**PRÉSENTS, QUEL MOMENT
 DE BONHEUR !**



Fatigués par le trajet depuis Ville-neuve-d'Ascq et pas à l'aise sur la surface ocre, les Décathloniens mor-daient la poussière dans les quatre simples. Ils laissaient le double et repartaient vers le nord illico, sans même prendre leur douche. Dépités.

Après ce succès inattendu contre les favoris du groupe — qui n'avaient certes pas aligné tous leurs meilleurs joueurs — le Crédit Mutuel avait quasiment assuré son maintien. La rencontre suivante, disputée sur les terres vertes du TC Reichstett, allait changer les perspectives. En s'imposant à nouveau 5-0 contre les Franciliens d'Alcatel, Marc, Sylvain, Greg et les deux Antoine pouvaient désormais nourrir des ambitions de montée. Et s'accrocher à cette première place dont ils n'auraient pas même osé rêver un mois plus tôt.

Restait à finir le travail à Orléans. Malgré une entame compliquée, nos joueurs allaient encore une fois réussir à inverser la tendance dans une salle au revêtement ultrarapide. Victoire 4-1.

La défaite à Toulouse face à Astrium en demi-finale (1-3) empêchait la bande à Marco d'aller jouer

le titre de champion de France de deuxième division à Besançon. La déception du moment laissait rapidement la place à une fierté plus grande: celle d'avoir envoyé le Crédit Mut' dans le gratin du tennis corpo. La soirée à Toulouse devait rester mémorable.

Marc Magnani

● Mission impossible

A compter du 12 septembre, notre équipe va se frotter à des ogres comme l'US Métro ou de la ligue des Flandres. Pour se maintenir, il faudra ne pas finir à la cinquième ou à la sixième place de la poule. La tâche s'annonce ardue. Mais nos gars, qui ont reçu le renfort de Nicolas Rasamoelina (5/6) et Stéphane Jaeck (15/1), sont gonflés à bloc!

L'équipe 1 féminine demeure en championnat de France et jouera le maintien à l'automne en 2^e division.

TENNIS DE TABLE

Venez pratiquer le Tennis de Table !

INFOS PRATIQUES

L'entraînement a lieu le lundi soir de 18h30 à 22h, salle Jeanne d'Arc (ou Hall AGR), 4 Quai Ernest Bevin à Strasbourg (près du Parlement Européen).

N'hésitez pas à venir voir un lundi soir à partir de début septembre !

■ Du débutant ou joueur de compétition confirmé, La section accueille tous les joueurs.

Les effectifs à juin 2015 :

- 15 adhérents en compétition
- 6 adhérents en loisir
- 3 équipes en championnat corpo 67

BILAN DE L'ANNÉE 2014/2015

Championnat Corpo du Bas-Rhin :

Ce championnat regroupe 16 entreprises réparties sur 3 divisions.

L'ÉQUIPE 1 : présente en division 1, l'équipe a terminé 4e sur 5.

L'ÉQUIPE 2 : présente en division 2, l'équipe termine en tête et monte par conséquent en division 1. Derby en perspective contre l'équipe 1 !

L'ÉQUIPE 3 : présente en division 3, l'équipe a terminé 3e sur 5.

JEUX INTERENTREPRISES :

Ces jeux européens se déroulaient cette année à Riccione en Italie. 3 équipes sont allées défendre les couleurs du Crédit Mutuel en catégorie Open.

Le niveau général des participants a été impressionnant, et nos valeureux pongistes ont terminé avec un classement entre la 18^e et la 34^e place (classement définitif non connu).

Michel Frank



VOLLEY

BELLES DE MATCH, BANCATAK, TAKATAPE, JOUVAMIX, FRAPPOFIL

■ BELLES DE MATCH, BANCATAK, TAKATAPE, JOUVAMIX, FRAPPOFIL ont "volleyé" pour cette saison qui signe les 20 ans de la section car c'est en 1995 que nous avons relancé la présence du volley à l'ASCM !

Nous parlerons l'an prochain de la fête des 20 ans prévue le 5 septembre 2015 au Baggersé à Strasbourg avec la présence de 100 membres, conjoints et enfants. En revanche, voici passée sous vos yeux une belle saison 2015 !

Nous sommes organisateurs du championnat Sports Entreprise depuis 2007 mais nous y participons aussi : Les Bancatak sont 2^e de la D1 du championnat sport entreprise et surtout remportés la coupe SPORT ENTREPRISE 2015.

LES TAKATAPÉ ONT GAGNÉ

Le titre de "CHAMPION de D2 et vice-champion d'Alsace" souligne une excellente saison sportive pour cette belle équipe ! (voir l'article ci-après).



□ BANCATAK 1 ET BANCATAK 2.





La finale des Takatapé

■ Jouer une finale, ça n'arrive pas tous les jours et à vrai dire, ça ne nous était encore jamais arrivé. Celle que nous allons jouer ce soir, la finale des champions Corpo d'Alsace, en a d'autant plus de saveur. Elle est la récompense d'une bonne saison pour les Takatapé mais pas seulement. Elle est aussi l'aboutissement de plusieurs années de championnat de volley où nous l'avons visée, parfois approchée, sans jamais parvenir à l'atteindre. Mais sans jamais renoncer.

Il est 20 heures, nous sommes à Jean Müller, gymnase de l'élite du volley Strasbourgeois, que nous avons rejoint il y a plus d'une heure déjà, côté joueurs, bien plus pour les organisateurs. C'est aussi ça la finale des championnats corpo d'Alsace, la récompense d'un travail bénévole continu pour gérer les équipes, les calendriers, la logistique... tout cela dans un esprit de construction et de bonne entente. C'est le sens du discours d'accueil de Carole et Jacques juste avant le début des matchs. En remerciant tous les acteurs de l'animation corpo volley de la région.

Il est 20 heures. Nous nous sommes échauffés sérieusement, en gardant juste ce qu'il faut de décontraction pour ne pas être crispés devant l'enjeu, celui d'affronter notre homologue haut-rhinois, lui aussi champion de D2. Coup de sifflet. Le match peut commencer. Sur le terrain d'à côté, les Belles de matchs démarrent



aussi contre les championnes haut-rhinoises. Nous avons quelques supporters dans les tribunes – famille ou amis – venus pour l'occasion. C'est inhabituel et rend plus magique ce moment.

Le ton est donné dès les premières balles, les échanges sont serrés. Notre adversaire est fort, avec de la puissance et de la technique. Nous lui répondons par un bon collectif et le contrôle du filet. Ça se tient à 1 ou 2 points. A 18-17, nous avons une faiblesse en réception qui nous coûte quelques points et le set. Dans l'autre partie, les Belles sont aussi menées.

On entame le 2^e set. Nos adversaires ont réussi à hausser d'un cran leur niveau de jeu. Pas nous. Ils servent plus fort, attaquent mieux et prennent l'ascendant au filet. Nous résistons mais en subissant. L'écart se creuse peu à peu. Nous sommes toujours là au mental mais les cryogénéurs sont plus physiques et mènent la danse. Nous lâchons le 2^e set. A côté, les filles résistent mais les 68 dominent.

Nous repartons sur le même rythme le 3^e set, du même acabit que le 2^e. Malgré quelques sursauts de bravoures et de belles séquences parfois, notre finale s'achève.

Sans amertume, nos adversaires étaient plus forts et méritent leur victoire. Nous avons à tirer les enseignements de cette défaite pour corriger nos faiblesses et être plus forts l'an prochain. Nous reviendrons motivés. En attendant nous allons soutenir nos Belles qui sont revenues dans la partie.

Très accrocheuses, elles livrent un très beau match qu'on a envie de voir durer. Face à des adversaires qu'elles connaissent pour les avoir jouées souvent en finale, elles se battent et remontent 1 set, font douter leurs opposantes. Nous sommes passés de joueurs à supporters et nous y croyons jusqu'au bout avec elles. Mais hélas le rêve s'achève également pour elles.

La soirée sportive s'achève par la remise des récompenses aux équipes, les discours plein d'humour des organisateurs des 2 régions. Les applaudissements de tous pour cette soirée réussie et un verre en commun. Rendez-vous l'an prochain, nous l'espérons.

Olivier Vossan

Les **Jouvamix** terminent à une belle 2^e place de la D2 marquant également une belle saison qui marquera sans doute des changements avec le départ du Coach Julien qui accompagne les Jouvamix depuis 5 ans ! "Volleyeux" bien Julien !

Les **Frappofil** n'ont pas réussi à maintenir leur place en D2 en terminant dernier mais ils ont maintenu un excellent esprit volley !

Les **Belles de match** ont joué pour la première année en D3 avec des règles aménagées et c'est un succès. La saison a été riche avec une 4^e place superbe !

Et une nouvelle finale régionale perdue pour la 5^e fois malgré un beau match de nos **Belles de match**.

En plus du championnat et de la coupe, nous avons organisé notre 17^e tournoi loisir et notre 1^{er} tournoi féminin avec un vif succès



□ JOUVAMIX



□ FRAPPOFIL



□ BELLES DE MATCH



□ 1^{ER} TOURNOI FÉMININ ASCM (30)

Et aussi des moments d'échanges entre nos équipes avec 2 tournois internes en décembre et en juin !

Et une 1^{re} place à Herlisheim, tournoi loisir 6*6 :



TOURNOI HERLISHEIM

Toujours compétiteurs, nous avons participé aux jeux Européens du Sport D'entreprise à Riccione organisés par l'E.C.S.G. avec une participation importante pour nos 20 ans puisque nous y étions avec 4 équipes et 21 volleyeurs et 10 volleyeurs pour 2 équipes masculines, 1 équipe féminine et 1 équipe mixte : Les HOPLA MIX : 11^e, les BANCATAK 6^e, LES BELLES DE MATCH 7^e et les TAKATAPE

Pour fêter nos 20 ans de belles façons, nous avons :

- du championnat sport entreprise avec l'ambition de le remporter : **Check pour la D2**
- de la coupe sport entreprise avec l'objectif de la tenir dans nos mains : **Check**
- de 3 tournois : sport entreprise, loisir en novembre et féminin en mai : **quasi Check**
- d'une équipe féminine inscrite en division 3 avec des ambitions : **Check**
- d'une volonté d'une belle participation pour les jeux Européens de Riccione en Italie en nombre ! : **Check**
- de nos tournois internes de Noël et fin de saison : **Check**

Un groupe soudé et ouvert pour vous accueillir, vous aider à progresser dans la pratique de ce merveilleux sport d'équipe dont nous partageons la passion tous les lundis et jeudis !



TOURNOI DE NOËL



TOURNOI DE JUIN



ECSG RICCIONE JAC BANCATAK



ECSG RICCIONE JAC HOPLA MIX



ECSG RICCIONE JAC BELLES



ECSG RICCIONE TAKATAPE



La soirée sportive s'achève par la remise des récompenses aux équipes, les discours plein d'humour des organisateurs des 2 régions. Les applaudissements de tous pour cette soirée réussie et un verre en commun. Rendez-vous l'an prochain, nous l'espérons.

Jacques Guerrini

Bancatak vs Lilly pour la finale de la coupe



■ **Quel coucher ! Quel réveil !**
J'ai rêvé cette nuit... ha non, nous l'avons fait !

Tout y était hier soir : les sourires, l'envie, un public immense, les bières au frais, les lignes tracées (merci Ady), les photographes prêts (merci Val et Jean-Claude), la marque attentive (merci Manuel) et enfin une équipe de Lilly (prévue sans passeur et avec un effectif réduit) au grand complet (auraient-ils peur de notre team... humm ?).

Le 1^{er} set démarre avec une forte pression au service et une difficulté à trouver des solutions pour garder les ballons ou mettre le point ! Souvent nous évitons le combat en attaquant ou en servant dehors !

Même si la tension est palpable avec la peur de nous voir repartir la queue entre les jambes comme lors de notre match retour de championnat, chacun est combatif mais pas encore ensemble ! nous perdons 4-12 puis 8-16.

José appuie le coaching afin de me donner un coup de voix ;-)... nous devons bouger et ensemble !

D'un coup, un Flo se déverse sur nous avec une entrée immense de joie, de bonne humeur, de sérénité et de confiance ! Cela se traduit par une magnifique série de services qui permet de reprendre confiance. Nous arrivons à 21-24 puis nous égalisons à 24 partout nous prenons 2 balles de set mais la conclusion nous échappe à 26-28 ! Quel set !

Maintenant, nous savons quel est le chemin à suivre en y ajoutant l'importance d'attaque et de servir dans le terrain, nous savons que le set était à notre portée !



Le 2^e set démarre serré type "ristretto"... avec 8-5, le premier temps mort est à notre avantage mais les balles sont longues et la conclusion est favorable à Lilly qui reprend l'avantage pour conclure à 25-21 après une série de service du n°8 !

Le mental descend car nous ne trouvons pas la faille malgré un collectif présent !

A nous de garder confiance ! Tant qu'il y a un point, il y a de l'espoir !



Avant le 3^e set, nous rappelons quelques consignes, nous devons servir sur le 8 et placer... Laissons les faire les fautes, nous avons des atouts au contre et en défense pour nous permettre de répondre par des attaques percutantes ensuite !

Nous repartons et cette fois nous tenons l'avantage durant tout le set !

Les services sont placés et parfois même puissants ! Nous arrivons à ébranler leur réception ! Sébastien n'a plus le choix dans ses passes d'attaque et notre contre conclu souvent !

Quand la balle passe, la défense est présente pour permettre d'enchaîner une attaque percutante relayée par la passe plus sereine !

Nous gagnons le set 25-17 en voyant en face la marque de la fatigue et du doute sur les visages de Lilly ! Nous les connaissons, ils ne nous laisseront pas gagner et iront puiser dans les réserves cachées.

Le 4^e set ressemble au 3^e avec la même application et des 3m percutantes de Julien, des courtes efficaces de Flo ou Lolo, des attaques arrières plombés de DOM et des 4 inspirés d'Ady, nous avons la maîtrise offensive du jeu !

La défense tient bien sous la conduite de Nat parfaite malgré les attaques très puissantes de Thomas ou Laurent !

Nous nous permettons même de bloquer le central jusque-là intouchable !

Si Lilly ne lâche rien avec une belle série de services de Thomas, nous stoppons l'hémorragie pour conclure à 25-17 à nouveau !



Nous entrons dans le 5^e set en sachant que tout est à faire pour atteindre le Saint Graal de la coupe !

Nous sommes concentrés et déterminés et surtout ensemble !

Les premiers points sont durs car la pression de Lilly est forte mais nous résistons pour atteindre 8-7 après avoir été menés 5-7.

Le changement de côté est fait rapidement et chaque point se gagne chèrement.

Nous entendons, déjà depuis la fin du 1^{er} set et notre remontée magique, nos supporters et supportrices nous encouragent comme jamais !

A ce moment du match leurs voix nous poussent vers le haut et nous portent pour défendre l'indéfendable !

Dom marque des services qui montrent que la chance est avec nous... elle sourit aux audacieux !

Nous sommes à 11-10. Lilly remonté à 11-12. Nous reprenons la main à 12-12. Ils reprennent le point avec 12-13. C'est le tournant !

Une réception , passe , attaque... 13-13. Un service ... et un contre

pour 14-13. Un service... Lilly a l'offensive mais nous défendons, la relance permet de servir Julien en plein vol ! La balle est défendue pour un retour direct... toute l'équipe crie à DOM "OUTTTT" !

C'est la VICTOIRE ! tant attendue ! Notre 2^e coupe remportée depuis la création de celle-ci en 2009 (?).

Nous savons ce que nous avons fait pour la gagner et nous savourons tous ensemble par la roue de la victoire avec une pensée pour les absents en criant à tue-tête "PYJAMA" "PYJAMA" !

En allant saluer nos adversaires vaillants, nous remercions nos supporters les plus proches du terrain car ils ont été le 13^e joueur de cette équipe ce soir !

Encore un grand merci pour ce soutien chaleureux des :

JOUVAMIX, venus nous encourager après leur victoire contre TEAM JUSTICE.

TAKATAPES, venus nous encourager après leur entraînement du terrain d'à côté.

BELLES DE MATCH venus nous soutenir.



Familles et amis du volley, Sacha, Pascal et son fils.

Bancatak absents, avant et après, Pat et Eric.

Je passerai sous silence la douche d'avant la 3^e mi-temps !

La conclusion a été donnée par Jean-Claude Dietrich, président d'honneur de l'ASCM, membre du bureau du CDSE67 et de la FFSE, venu nous soutenir, nous photographier et nous remettre le trophée de la coupe en l'absence de Carole Bretteville, Co organisatrice de championnat et de la coupe Sport Entreprise FFSE 67 avec l'ASCM, membre du bureau du CDSE67 et de la FFSE, et Thierry Courdent, président du CDSE67 et membre du bureau de la FFSE !

Nous avons remercié et applaudi Laurent Mattern pour l'organisation inspirée et dynamique de cette coupe 2014-2015 !

Nous avons ensuite partagé le verre de l'amitié sportive offert par le CDSE67... jusqu'à finir sur le trottoir tant il était difficile d'aller dormir !

Nota Bene : PYJAMA, crie Italien pour manifester sa joie signifiant : "tu l'as vu celle-là... tu peux aller te rhabiller et mettre ton PYJAMA !" (private Joke des ECSG Riccione).

Jacques Guerrini



BANCASS VOLLEY - Hebdo semaine 36

et aussi des naissances !



ARIANE



LARA



ARTHUR

LEONIE



1 gars 4 filles
1 JOUVAMIX, 3 BANCATAK,
1 BANCATAK/BELLE DE MATCH



CLEA

Le calendrier corpo : <http://dies7.volley.fr> - A lire sur le Blog : www.banassi-brasbourg.fr

BANCASS VOLLEY - Hebdo semaine 36

Les BANCABEACH, 10^{ème} du mixte



Les BANCAMERTZ, 7^{ème} du mixte



Et aussi du BEACH

Les BANCAMOJITAS
2^{ème} du féminin



Amicale Sportive
Crédit Mutuel

BANCASS VOLLEY - Hebdo semaine 36

5 juillet **Merçi à Val** La GO du GREEN

17 août 03 août 16 juillet 30 juillet 20 juillet 24 août

Le green Volley de l'été...
Le calendrier corpo : <http://dies7.volley.fr> - A lire sur le Blog : www.banassi-brasbourg.fr

Le Volley de l'été : GREEN et BEACH

Une belle saison de Green pilotée par Valentine !
Nous avons conclus avec la remise de 2 médailles à Baptiste et à Gwen pour leur 100 % Green !

Sport	L	M	M	J	V	S	D	Lieu	Horaire
AEROBIC	X							salle Oberhausbergen	18h-19h
AIKIDO		X		X				Salle en dessous de la salle de fête de Schiltigheim	M : 20h-21h30 J : 12h-13h15
AVIRON		X			X	X	X	plaine des bouchers	Sem. 12h-13h30 WE 9h30-12h
BADMINTON			X					Maille Karine à HautePierre	18h-20h
BASKET BALL		XF		X M				Masculin - Gymnase Branly Féminin - Gymnase Branly	J : 18h-20h M : 20h-22h
BOWLING	X	X		X				bowling de l'Orangerie	19h30-22h30
CARDIOBOXE	X		X		X			Club PANZA à Neudorf	12h30 - 13h30 19h - 20h30 19h30 - 21h30
COURSE A PIED	X	X	X	X	X	X	X	Partout	site "course-si.cm-cic.fr"
DANSE DE BAL				X	X			Brumath ou Ittenheim	19h30-22h30
EQUITATION	X	X	X	X	X	X	X	Club Hippique d'Eckwersheim	
ESCRIME	X		X					Stade de la Meinau Centre Sportif Universitaire Gymnase Eleonore	19h30-21h30 19h - 21h 19h - 22h
FITNESS	X	X	X	X	X	X	X	Club du Parc	horaires du CDP
FUTSAL			X					Mercredi : HALL AGR	18h30- 20h
FOOTBALL	X		X		X	X		Compet : Terrain de Lingolsheim Loisir : Stde de l'ARR	19h30-22h30 12h-14h
GOLF	X	X	X	X	X	X	X	La Wantzenau	horaires du Golf
GYMNASTIQUE			X					Lycée kléber	18h15 - 20h15
HANDBALL								En recherche de salle	20h - 22h
JUDO		X		X	X			Strasbourg, rue Vauban	19h - 20h30
KENDO	X			X				Collège Notre-Dame de Sion	L 19h30 - 21h30 Jeudi 20h - 22h
MONTAGNE					X	X	X	Escalade : Gymnase Jacqueline Autre activités : montagne	Escalade : 19h-22h Autre : week-end (1 à 7 jours)
NATATION	X	X	X	X	X	X	X	Piscine du Wacken / Schiltigheim	Selon créneaux proposés
PILATES				X				Gymnase Langevin	19h-20h
ROLLER	X	X	X	X	X	X	X	Extérieur	selon les besoins
RUGBY / TOUCH'	X						X	Stade de l'Aar	12h - 13h30
SKI								sortie ponctuelle	2 sorties annuelles proposées
SQUASH	X							ASL Robertsau	19h15-20h45
TAEKWONDO	X	X	X	X				Centre Sportifs Ouest Centre Sportif Wolfisheim	L 14h-15h 19h30-21h M : 20h-21h30 Me : 19:30-21h J : 19h-20h 20h-21h
TENNIS	X	X	X	X	X	X	X	TC ASPTT ou TCS ou autres clubs	selon réservation
TENNIS DE TABLE	X							Hall AGR Stras Strasbourg	18h30-21h30
TIR				X				Stand de tir de l'Amitié à Lingolsheim	19h-22h
VOLLEY	X			X				Gymnase Branly et Langevin	18h-20h / 20h-22h
YOGA	X	X	X	X				Orangerie, Schiltigheim, Neudorf, Conseil XV, Robertsau	L : 20h-21h30 M : 12h15-13h30 18h15-19h15 19h45-21h15 Me : 18h30-19h30 20h-21h30 J : 12h15-13h30 18h15-19h15
ZUMBA					X			Salle du CIC	13h-13h45



Président



Jacques GUERRINI

Vice Présidente Développement des sports



Marie-Hélène LAURENT

Secrétaire Trésorier



Emanuelle RENAUD



Frédéric BIER

Développement site ASCM



Cédric MICHEL



Adrien SCHREINER

Développement des sports Gazette



Delphine KELLER CROVISIER



Michael GRAMMONT

Communication



Clotilde de Lourtioux



Valentine RHEIMS

Equipement Assemblée Générale



Jennifer DEVILLAIRS



Martine GUNTHER



AEROBIC

Josiane KLEINBECK



FOOTBALL

Bernard HOFFMEYER



ROLLER

Guillaume WOLF



AIKIDO

Bruno JOUAULT



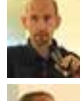
FUTSAL

Nicolas NENNINGER



RUGBY

Ronan Français



AVIRON

Olivier BAER



GOLF

Denis GEBHARDT



SKI

Magda GANEMAN VALOT



BADMINTON

Christophe CLERGET



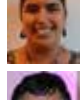
GYMNASTIQUE

Julien HELBOURG



SQUASH

Brigitte HERBSTER



BASKET BALL

Maria BENBRIK



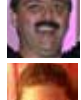
HANDBALL

Clément MUNCH



TAEKWONDO

Romain SPIELMANN



BOWLING

Jean-Marie VERINAUD



JUDO

Christian CIRON



TENNIS

Marc MAGNANI



CARDIO BOXE

Muriel KADER



KENDO

Olivier COUVREUR



TENNIS DE TABLE

Michel FRANK



COURSE A PIED

Claude WOLF



MONTAGNE

Gilles ANDRE



TIR

Isabelle ROCHE



DANSE DE BAL

Thierry DADURE



MOTO

Claude SAUER



VOLLEY

Jacques GUERRINI



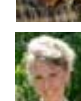
EQUITATION

Annie RIFF



NATATION

Michael GRAMMONT



YOGA

Albert WELSCH



ESCRIME

Julien FAU



OMNISPORT FFSE

Marie-Hélène LAURENT



ZUMBA

Delphine KELLER CROVISIER



FITNESS

Magda GANEMAN VALOT



PILATES

Cécile SID