

LA GAZETTE

SAISON 2023-2024

Sportive



ALLIANCE SPORTIVE
Crédit Mutuel

N°67

2023
2024EDIT 

2024 marque un tournant pour l'ASCM et le sport en entreprise avec les PLAYADES 1ère édition. Les articles de cette gazette relateront largement cet extraordinaire événement dont le succès a dépassé tous nos rêves ! Savourez le mélange de compétition et de convivialité vécus par environ 1400 salariés sportifs et 160 salariés bénévoles.

L'émotion portée par l'olympisme de cette année est palpable à travers les pages de nos multiples événements de l'année venus compléter ce très bel élan sportif. Vous passerez des baskets avec le semi-marathon du vignoble d'Alsace, au vélo pour la cyclotourisme 2024 et, à toutes les disciplines des jeux mondiaux sport entreprise de CATANE ou de la 1ère édition des company CUP à Strasbourg...

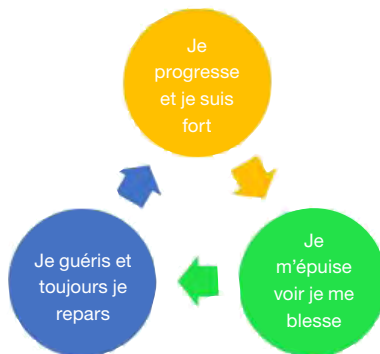
« Bougez » a chanté Mika cette année en même temps que le Crédit Mutuel Alliance Fédérale lançait son plan stratégique en appuyant fortement son engagement pour le sport grande cause nationale 2024. Et bien, qu'à cela ne tienne. Nous avons



bougé plus de 30 mn par jour grâce à nos sections loisirs et compétitions. Cet encouragement est la preuve que notre chemin est le bon depuis plus de 50 ans au sein de notre association !

Le sport développeur des relations humaines, des relations avec soi-même. C'est un duplicateur d'énergie saine et positive. Un stimulateur de dépassement de soi où se tromper est l'essence permettant le progrès jusqu'à la victoire ! C'est aussi une aide pour mieux se connaître et se soigner lorsque les épreuves difficiles sont là.

Venez découvrir, après votre lecture, nos activités pour entrer dans le cercle vertueux du sportif engagé. Si vous voulez être bénévole, c'est possible ! Comment ? en nous donnant un coup de main quand le besoin est là !

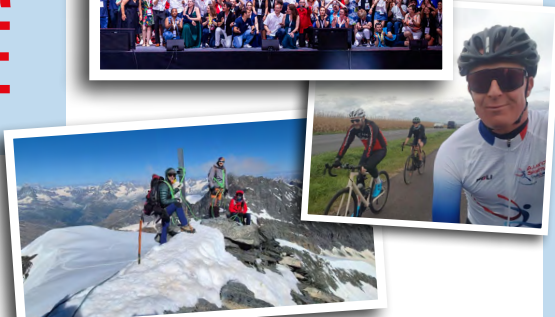


Merci à Ema et Cath pour leur engagement respectif de 12 ans et 4 ans au sein du bureau de l'ASCM, j'ai été ému lors de l'AG de me rappeler tout ce beau chemin parcouru ensemble. Vous pouvez retrouver ces informations dans la publication du PV de l'AG de cette année.

Bravo à Virginie qui en meneuse de cette revue a su faire transpirer à l'écrit les gouttes de sueurs de nos sportifs plus prompt à se bouger qu'à s'épancher ! Merci à vous les écrivains en herbe !

Sportez-vous bien !

Jac



ÉVÉNEMENTS

- P4 **LES PLAYADES**
- P7 **JEUX MONDIAUX DU SPORT D'ENTREPRISE**
- P11 **LES LAURIERS DU SPORT 2024**
- P12 **AU BOULOT À VÉLO**
- P14 **LE SEMI MARATHON FESTIF DU WACKEN CIRCUS**
- P16 **L'ALSACIENNE CYCLO 2024**
- P19 **LA STRASBOURGEOISE**
- P20 **COMPANY CUP 2024**

SECTIONS

- | | |
|--------------------------|---------------------------|
| P22 AÏKIDO | P40 NATATION |
| P24 BADMINTON | P42 PADEL |
| P25 COURSE À PIED | P44 PÉTANQUE |
| P29 CYCLO | P46 RANDONNÉE |
| P32 ECHECS | P47 RUGBY À 5 |
| P33 ESCALADE | P49 SALLE DE SPORT |
| P34 FOOT À 7 | P50 SQUASH |
| P36 GOLF | P51 TIR SPORTIF |
| P37 MONTAGNE | P52 VOLLEY |

Evénement LES PLAYADES

SAISON 2023-2024



Nous avons rêvé il y a bien longtemps d'organiser un événement type « jeux FFSE » à Strasbourg, chez nous, avec l'ASCM. Et bien voilà, c'est un rêve réalisé, une case cochée, une fierté pour tous ceux qui ont contribué à rendre cet événement possible, un souvenir extraordinaire pour tous ceux qui ont eu la chance de le vivre.

Quelques chiffres :

- 1386 sportifs participants
- 160 bénévoles dont 40 PLAYHOPS
- 3 jours dont 2,5 de sport et 4 soirées animées
- 38 délégations et autant de référents et référents-binômes
- 22 disciplines
- 12 sites sportifs « en dur » et 3 disciplines hors sites
- 865 médailles
- 11 200 repas servis dont 2500 non carnés

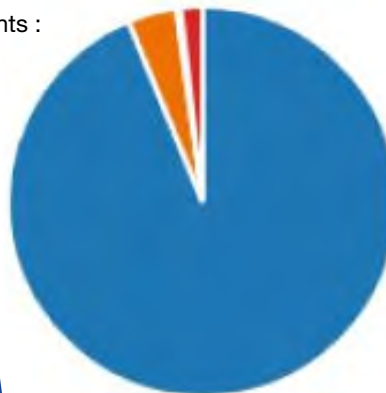
Un sondage a été réalisé auprès des participants dont voici la synthèse (932 réponses) :

Points forts de l'événement :

(sondage réalisé auprès des participants)

- Organisation
- Ambiance en général
- Accueil des bénévoles
- Esprit sportif

Sondage participants :



Très satisfait	874
Assez satisfait	38
Plutôt insatisfait	3
Très insatisfait	17

105 répondants (26%) répondu **MERCI** pour cette question.

Parfait bénévoles
ENCORE
TOUT
sport
événement
prochaine édition
évenement
Bravo
jour eau
MERCI
Tout
gar

Evénement LES PLAYADES

SAISON 2023-2024

IMPACTS DES PLAYADES :

- Relance d'une dynamique sportive en régions : l'ASCM a été sollicitée par différentes sections sportives pour constituer des antennes locales.
- Relance du bénévolat : des collaborateurs ont exprimé leur envie de s'engager dans des actions bénévoles à l'ASCM soit de manière pérenne soit occasionnelle. Les personnes qui souhaitent être bénévoles sur les événements ASCM peuvent désormais s'inscrire sur le site ASCM, ils seront ainsi sollicités sur La Strasbourgeoise, des courses ou tout événement organisé.

BILAN :

- Pour les Playhops, les 40 bénévoles qui ont travaillé pendant 2 ans sur ce projet, c'était une aventure humaine inoubliable ! Il y a eu des moments de doute, des difficultés, 2 ans c'est très long ! Du 8 au 12 mai, toutes les péripéties qui sont arrivées ont été gérées par les uns et les autres, une à une, et il y en a eu des tonnes !!! Aidés de tous les bénévoles préparés pour ces 4 jours, la mécanique a fonctionné, la solidarité a permis de franchir tous les obstacles qui se présentaient.

- Chose rare donc à souligner, le budget prévisionnel établi par tous les Playhops au sein de chaque pôle a été respecté !!

- Et enfin, pour finir, l'empreinte écologique des Playades ! En cette ère où les consciences écologiques sont éveillées ou s'éveillent, il était important de prendre en compte l'impact d'un tel événement. Comment ? en pensant pour chaque tâche à éviter ou réduire les impacts. Cette contrainte choisie et assumée a permis de découvrir de nombreuses solutions alternatives que ce soit pour les équipements, les transports et même la restauration.

Les Playades est un événement qui a obtenu le label E.M.A (Eco Manifestation Alsace) niveau 2. Il y a 3 niveaux, une centaine de critères sont à remplir, avoir le niveau 2 sur la 1ère édition est déjà très bien !



Evènement LES PLAYADES

SAISON 2023-2024



MON BILAN PERSO :

Comme tous les bénévoles, j'étais bien bien fatiguée après un tel événement. Mais quelle fierté d'avoir organisé et vécu un tel événement ! Ça en valait la peine, c'est certain. Dire « J'étais aux Playades », c'est se sentir appartenir à une immense communauté constituée de sportifs et de bénévoles ! Tous des collègues.

Cet événement n'aurait pas pu voir le jour sans un investissement énorme des bénévoles notamment les Playhops, je les remercie pour leur patience, leur persévérance et leur soutien infailible jusqu'au bout de ce rêve. Un MERCI spécial à Gilles qui a eu besoin de plus patience que n'importe quel Playhop pour me supporter en continu pendant 2 ans et à Jacques, mon binôme de longue date, qui a toujours répondu présent quand j'avais besoin de renfort.

Cet événement n'aurait pas pu se faire sans le soutien de Daniel Baal, Eric Petitgand, Claude Koestner et Laurent Metral. Ils nous ont apporté un soutien financier bien sûr mais surtout ils nous ont fait confiance et ils nous ont soutenu quand c'était nécessaire sur des points stratégiques.

MERCI.

CONTACTS

PILOTES DE CET ÉVÉNEMENT	Emanuelle RENAUD, Gilles ANDRE, Valentine LAB, Jacques GUERRINI
RÉDACTRICE DE L'ARTICLE	Emanuelle RENAUD

Evènement

JEUX MONDIAUX DU SPORT ENTREPRISE

Du 19 au 23 Juin 2024

58 sportifs de L'ASCM se sont envolés pour la ville de Catane située sur l'île de la Sicile afin de participer aux jeux mondiaux du sport entreprise qui se sont déroulés du 19 au 23 juin.



8 DISCIPLINES SPORTIVES SERONT REPRÉSENTÉES :

Volley, Tennis de table, Pétanque, Natation, Football à 7, Athlétisme, Course d'orientation, Padel.

VOICI LES RÉSULTATS :

FOOTBALL À 7

éliminé en phase de poule, l'équipe gagne son match de consolante pour finir 17ème sur 24 équipes engagées.



Evènement

JEUX MONDIAUX DU SPORT ENTREPRISE

Du 19 au 23 Juin 2024

PADEL

2 équipes étaient engagées sur le padel.

- La paire masculine termine 8ème.
- La paire mixte décroche la médaille d'argent.



PÉTANQUE

Belles performances pour nos sportifs engagés sur les épreuves en doublette et tripléte. Les équipes finissent respectivement 17ème, 38 ème, 50 ème et 51 ème sur 86 équipes engagées en doublette. En tripléte les équipes finissent 25ème, 32ème et 36ème sur 52 équipes engagée.



VOLLEY BALL

Belles prestations des équipes engagées. L'équipe mixte termine 7ème en ayant gagné 2 matchs sur 3 disputés. L'équipe masculine se qualifie pour les demies-finales mais ne parvient pas à convertir cette belle prestation en médaille. Elle termine à une belle 4ème place.



Evènement

JEUX MONDIAUX DU SPORT ENTREPRISE

Du 19 au 23 Juin 2024

NATATION

Nos nageurs ont enchaîné des prestations de niveau mondial pour décrocher pas moins de 3 médailles d'or, 6 d'argent et 2 de bronze dans les épreuves individuelles.

Ils finissent également 5ème du relais par équipe.



COURSE D'ORIENTATION

Pas de médaille pour notre athlète engagé sur l'épreuve de course d'orientation, mais de très beaux parcours qui lui ont permis d'arpenter les flancs de l'Etna et de déambuler dans les ruelles de Syracuse.



Evènement

JEUX MONDIAUX DU SPORT ENTREPRISE

Du 19 au 23 Juin 2024

ATHLÉTISME

Notre speedy Gonzales a une nouvelle fois fait parler sa vitesse pour gagner 5 médailles sur 6 épreuves disputées :

- Or sur saut en longueur
- Argent sur 400m, 800m et saut en hauteur
- Bronze sur 200m



Bravo à nos athlètes qui ont tout donné pendant 2 jours intenses de compétition.
Bonne convalescence à nos blessés.
Merci à nos GO Florian et Michael pour l'organisation

TENNIS DE TABLE

Moins de réussite pour nos pongistes qui tombent contre de grosses équipes en phase de poule.

Résultat final :

- Équipe masculine 9ème
- Équipe masculine +40 10ème
- Équipe mixte 10ème



CONTACTS

RESPONSABLES DE
L'ÉVÉNEMENT

Florian LANDWERLIN
& Michael GERWILL

RÉDACTEUR DE L'ARTICLE

Cédric MICHEL

LES LAURIERS DU SPORT 2024

En octobre 2023 l'ASCM a été 1er pour la saison 2022/2023.
Nous comptons bien le rester.
Après l'épreuve de Cornhole de ce mois de septembre, nous sommes
2èmes, très-très proches du 1er qu'est l'Eurométropole de Strasbourg.

Le démarrage de la saison 2023/2024 a été flamboyant avec le Tir
où nous avons gagné.
Sur les autres activités telles que le Tennis de Table, le Bolaball
et le Disc Golf, nous avons réussi à être sur le podium.

Pendant les autres épreuves, peut-être n'avons-nous pas été parmi
les premiers, mais nous sommes toujours de bonne humeur et animés
d'une ferveur sportive qui nous emportera bien loin.

Participez ou soutenez-nous et restez informés en consultant les pages
dédiées dans le blog de l'ASCM : Les Lauriers – ASCM (ascreditmutuel.fr)



CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION

Stéphane MURER

ADJOINTE DU RESPONSABLE

Linda MELOUNOU

RÉDACTRICE DE L'ARTICLE

Linda MELOUNOU

Evènement AU BOULOT A VELO 2024

15 ans de Challenge

En 2015, Caroline LEVY avait pris en charge ce Challenge au sein de l'Amicale Sportive - à moins qu'il ne s'agissait déjà de l'ASCMCIC ? C'était alors une gestion via EXCEL, pour seulement 16 vélotafeurs, pour une semaine de Challenge. La communication était du bouche-à-oreille, et le vélo n'était pas si populaire.

Après un appel à l'aide auprès de l'AS, Clotilde (Sourinoir) s'est proposée pour développer la communication (mail, blog)... Quel bénévole sait dans quoi il s'engage lorsqu'il commence ?

Et Caroline partit vers de nouvelles contrées... :(

Le challenge s'est ensuite développé d'année en année, avec l'aide de la RH Groupe (d'abord avec Nathalie NOEL, et depuis avec Laurent ALLAIRE et Damien EHLING) qui a pris en main la communication via PIXIS...

Depuis 2 ans, Cath a apporté un nouveau peps, pris en charge la distribution des fameuses plaquettes (nous en sommes tous friands !), le duo Cath et Sourinoir est formé.

Notre groupe a investi pour promouvoir le vélo et mis en avant le Challenge, en passant à la vitesse supérieure :

- Comm' : PIXIS, bannières, banderoles, vitrophanies, kakémono...
- Un nouveau (et I-M-M-E-N-S-E) parking Vélo au Wacken 1, sans oublier celui du Wacken 2
- Un atelier permanent de réparations avec MarcoVélo
- Des vestiaires avec douches ! Accessibles à tous les vélotafeurs
- Des prêts à 0% pour des vélos électriques
- Un projet de Qualité de Vie au Travail (QVT) mettant en avant l'utilisation du vélo.



Au fil des années Cadr67, dirigé par Fabien MASSON, a su apporter des nouveautés pour dynamiser ce Challenge :

- Une App se perfectionnant d'année en année (bien pratique, même si encore perfectible)
- Une semaine, 2 semaines et maintenant un mois pour concourir
- Une chasse aux balises
- Une soirée de la dernière chance
- Une soirée de clôture pour la remise des médailles et trophées.

Evènement AU BOULOT A VELO 2024

15 ans de Challenge

À l'occasion de l'anniversaire des 15 ans, en juin 2024, encore des nouveauautés :

- chasse aux 50 balises désormais limitée à 4 balises/personnes/jour... (Qu'à cela ne tienne, nos chasseurs se sont multipliés pour toujours finir en moins de 48 heures)
- Un pique-nique (sous la pluie) au Parc du Heyritz
- Une fête de la musique au Phare de la Citadelle
- Une soirée de la dernière chance pour une unique équipe, dans de nouveaux quartiers (Neudorf, Deux-Rives), avec un top départ donné par la résolution d'un rébus (cela change de la réparation d'une chambre à air)

Cet anniversaire tombait au même moment que l'inauguration du nouveau silo au Wacken 1. Cela a donné l'occasion à Laurent d'inventer un nouveau mot : la véloTafTeuf !
La RH a invité tous les VéloTaffeurs et CADR67 lors d'un moment convivial à mi-parcours du Challenge.

Et pour la seconde année consécutive, nous sommes fiers d'être montés (à distance pour Cath&Sourinoir : malade et vacancière) sur la 1ère marche du Podium, loin devant Arte et Lilly !

Cela nous laisse tout plein de perspectives pour continuer sur cette lancée : jamais 2 sans 3, n'est-ce pas ? Oh ! Une nouveauté pour 2025 : soirée de la première chance organisée le jeudi 17 octobre 2024.



Cath & Sourinoir
Vous encourageant à utiliser le vélo toute l'année,
(soyez tout de même prudent !)



**Bravo à tous les
participants pour
toutes ces années**

CONTACTS

RESPONSABLES DE
L'ÉVÉNEMENT ET
RÉDACTRICES DE L'ARTICLES

Catherine GOGNIES CLAISSE
& Clotilde DE LOURTIOUX

Evènement

LE SEMI MARATHON FESTIF DU WACKEN CIRCUS

C'est quoi ce cirque ?

TOP AMBIANCE TOUT LE LONG DU PARCOURS :

- les clowns étaient rigolos
- les animaux (éléphants, singes, otarie, léopard, ours) étaient délirants
- les mimes étaient magnifiques
- les jongleuses étaient concentrées
- l'acrobate était souple
- les petits chinois étaient tout sourires
- « Madame Loyal » était rigolote
- le magicien était magique
- le vendeur de friandises n'était pas si gourmand et était partageur
- les « Messieurs Muscles » étaient impressionnants.
- la dompteuse de lion était sexy
- le lion était indomptable

**Cerise sur
le chapiteau :**

la météo était parfaite.
Un moment sportif très
convivial.

D'ailleurs, rendez-vous
est déjà pris pour l'an
prochain !



Evènement

LE SEMI MARATHON FESTIF DU WACKEN CIRCUS

C'est quoi ce cirque ?



CONTACT

RESPONSABLE DE
L'ÉVÉNEMENT ET RÉDACTRICE
DE L'ARTICLE

Virginie **SODIER**

L'ALSACIENNE CYCLO 2024

KRUTH, 30 juin 2024

La section cyclo de l'ASCM, qui s'était scindée en plusieurs groupes en 2023 pour porter haut les couleurs du groupe sur trois cyclo-sportives (la LAPIERRE GF MONT VENTOUX, la MAR-MOTTE GRANFONDO et la JPP NEUF DE CŒUR),

a décidé cette année de se rassembler pour envoyer un maximum de participants sur les routes des Hautes-Vosges à l'occasion de l'ALSACIENNE CYCLO, au départ de KRUTH le 30 juin.

Premier défi avant même de commencer l'entraînement : loger la troupe ! A ce jeu-là, c'est Marius qui tire le premier en réservant le chalet du CSE d'El, situé à KRUTH, à quelques kilomètres seulement de la ligne de départ. Celui-ci ne peut accueillir que douze personnes, et avec les guests qui se joignent à nous, il faut faire dormir dix-neuf personnes... Les capacités d'accueil touristique dans la vallée de KRUTH n'étant pas illimitées, nous devons nous rabattre sur une maison plutôt rustique située à VENTRON, pas très loin de là mais de l'autre côté du col d'ODEREN...

Le deuxième challenge consiste à nourrir tout ce petit monde. Je me permets de solliciter notre fin cuisinier/cyclo Laurent U pour l'organisation de la traditionnelle pasta-party, étape obligée avant une journée d'efforts intenses. Laurent accepte avec gentillesse cette mission, et voilà l'organisation quasiment bouclée.

En général c'est à ce moment que l'aventure devient intéressante, quand tout le monde se lève et se prépare pour partir au combat. Il s'agit d'un combat contre soi-même, que le cycliste courageux gagne la plupart du temps à la force de son mental et de ses guiboles. Mais en ce 30 juin 2024 au réveil, on comprend en regardant par la fenêtre que le combat sera autrement plus difficile que d'habitude... Impossible de distinguer le haut des sapins tant les nuages sont bas, la pluie tombe en continu et le vent souffle en rafales. Dans ces conditions il est inutile d'imaginer prendre du plaisir en pratiquant notre passion : on grimpera les cols trempés jusqu'à l'os, on les descendra les doigts crispés sur les freins et les corps grelotants, dans la crainte permanente d'une glissade ou d'une chute... pour ces raisons, et parce que notre volonté première en faisant du vélo est de se faire plaisir en limitant les risques, nous décidons à notre plus grand regret de ne pas rejoindre nos amis à KRUTH et de ne pas prendre le départ de la course.

Avant d'interrompre mon récit à contre cœur puisque je n'ai rien de plus à raconter, je me permets de citer ici et de féliciter les cinq cyclistes courageux (et sans leur faire injure, un peu maso !) qui ont décidé d'aller défier les éléments et de participer malgré tout à cette belle cyclo-sportive :

Pascal SCHWINTÉ - Simon GROSDÉMANGE - Damien TOGNAZZI - Jean-Marc SCHOEN - Xavier GULLY



Evènement L'ALSACIENNE CYCLO 2024

KRUTH, 30 juin 2024

Damien - finir du 71km



Malgré des annonces météo peu engageantes, nous faisons route samedi vers Kruth afin de récupérer nos dossards (si possible avant 16h). Heureusement, Pascal déjà sur place retire nos dossards en même temps que le sien.

Ce qui nous laisse le temps de nous installer dans le chalet, spacieux et bien aménagé.

Quand je dis bien aménagé, je veux bien sûr

parler de la télé qui permettra de suivre l'arrivée d'étape du tour de France avec la victoire de Romain Bardet !

Les arrivées de chacun des cyclos s'enchainent et tous prennent possession des lieux.

On attend avec impatience, le chef Laurent qui s'est très gentiment chargé de faire les courses et préparer le repas du soir.

Par l'odeur alléchés, les occupants du 2e chalet au Ventron nous rejoignent pour partager ces superbes spaghettis bolognaises préparés de main de maître par Laurent !

Pendant le repas, les commentaires sur la météo s'enchainent. Peu à peu, l'incertitude sur la journée du lendemain semble gagner du terrain dans les esprits.

Après le repas, place au foot avec l'Euro 2024 Allemagne/Danemark. Match suspendu à cause de pluies torrentielles : un présage ? certainement...

Après une nuit orageuse, c'est le ciel chargé de nuages gris et de pluie qui nous accueille au réveil.

les conditions du dimanche ne s'annoncent vraiment pas favorables : pluie, rafales de vent et températures en chute libre !

Les cyclos hésitent, ne sachant plus à quels saints se vouer pour espérer avoir de bonnes conditions météo. La nouvelle tombe comme un couperet : les occupants du chalet VENTRON jettent l'éponge !

Une décision prudente et pleine de sagesse au vu des circonstances météo dantesques.

Malgré tout, le doute s'immisce dans l'esprit de quelques irréductibles :



Simon, Pascal, Jean-Marc, Xavier et Damien choisissent toute que toute de braver les éléments.

On s'habille, on se prépare avec une certaine appréhension : le ciel est bas, noir et il pleut sans discontinuer. C'est d'ailleurs sous une pluie battante que l'on rejoint le départ au lac de KRUTH.

8 km environ qui nous auront mis de suite dans les conditions de la journée : c'est trempé que nous prenons position dans le sas de départ.

Ca y est, les 5 irréductibles prennent le départ sous les encouragements des bénévoles présents qui tentent de réchauffer les participants par leurs applaudissements.

Ça sera d'ailleurs une constante tout au long du parcours : des bénévoles très sympas pour une organisation au top !

Ça démarre sur route mouillée et du plat. Pas pour longtemps puisque la 1e montée arrive dès le 3e km ! Une « petite » ascension de 6,5km / 360D+ comme mise en jambe. S'en suit une longue descente vers BUSSANG et SAINT AMARIN avant d'attaquer le plat de résistance : la montée du col du HAAG avec 12km / 810D+. La montée se fait via une piste cyclable très agréable à l'abri des véhicules. Ce qui ne la rend pas plus facile pour autant. Au prix de pas mal d'efforts, on arrive au col du HAAG pour emprunter la route des crêtes jusqu'au Markstein. Et là, les conditions météo nous rattrapent : pluie battante, vents forts et températures glaciales !

Certains ont rapporté avoir vu des chasses neiges en action au Markstein !

Manque de lucidité après la montée ou visibilité réduite à cause des nuages bas épais, toujours est-il que la météo ne s'arrange pas du tout au contraire. Les plus courageux (Pascal et Simon) choisissent de continuer vaille que vaille sur le 100km. Pour ma part, le froid à raison de mes ambitions : je choisis de basculer sur le 71km, comme Jean-Marc et Xavier. C'est transi de froid en claquant des dents que je descends vers le lac de KRUTH. Sans encombre, je rejoins la ligne d'arrivée content malgré tout d'avoir participé malgré les conditions météo vraiment difficiles.

Retour au chalet en grelottant toujours sous une pluie battante qui nous aura accompagné toute la journée.

Fort heureusement, une douche chaude me requinquera et me permettra de ne garder que les bons souvenirs de cette épreuve épique.

Merci à Marius, Matthieu, Laurent et tous les autres pour l'organisation impeccable de ce weekend.



Evènement L'ALSACIENNE CYCLO 2024

KRUTH, 30 juin 2024



Simon - finisher du 100km

Un grand moment de plaisir !

Depuis la préparation de la course avec les entrainements hebdomadaires jusqu'à la ligne d'arrivée tout a été fait dans la bonne humeur et avec le soutien de la section. N'ayant pas de voiture, j'ai pu compter sur l'aide de Damien pour faire le voyage. Une fois installé au chalet nous avons pu apprécier tout le savoir-faire des frères Ulrich pour créer, organiser et animer le repas du samedi soir.

Le jour J, c'est sous les nuages que nous sommes sortis pour rejoindre la ligne de départ. L'humidité nous fait mettre les vêtements de pluie et nous savions déjà que nous n'allions pas les quitter de sitôt.

Après quelques minutes d'attente dans le sas de départ, le coup d'envoi est donné. Ce sont environ 1200 cyclistes qui s'élancent sur les routes mouillées du massif des Vosges.

Compte tenu du nombre de participants nous ne pouvons espérer faire la route ensemble c'est pourquoi nous nous sommes très vite perdus de vue.

Assez rapidement nous rejoignons le véritable point de départ de la cyclo au pied du col d'ODEREN. La route commence à se dresser devant nous et la chaine remonte un peu vers le haut de la cassette. C'est le début d'un enchaînement régulier de cols qui nous mène au point le plus haut du parcours, le Markstein.

A ce moment de la course nous avions rejoint les nuages et c'est le lieu où se séparent les différents parcours.

Devant moi une dizaine de coureurs : deux prennent la direction des parcours longs (147km et 170km) et tous les autres tournent à gauche vers le circuit de 71km.

A ce moment, je suis le seul de ce groupe à prendre tout droit sur la route des crêtes pour finir une boucle de 100km dans les nuages.

En essayant de rouler avec les quelques cyclistes qui me rejoignent ou que je rejoins, je m'arrête au dernier ravitaillement de la course.

Après ce point de passage, la route redescend vers la vallée pour rejoindre l'arrivée en passant par la dernière difficulté de la journée, le col du BRAMONT.

Dans ces derniers kilomètres d'ascension les nuages ont finalement laissé la place à une pluie fine.

Sans encombre, je termine ma boucle en 4h13, content d'avoir pris le départ et impatient de retrouver les collègues.

Malgré la météo, c'était un plaisir de participer à une course bien organisée et avec des collègues qui ont su tout organiser pour optimiser notre voyage jusqu'à la restauration. A refaire avec un peu plus de soleil.



CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION

Jean-Georges DONIUS

ADJOINT DU RESPONSABLE

Matthieu FARGETTON

RÉDACTEUR DE L'ARTICLE

Damien TOGNAZZI

Cette année encore, le Crédit Mutuel Alliance Fédérale a participé à la Strasbourgeoise avec 297 inscrits sur 12 000 participants, ce qui nous a valu de monter sur la première marche du podium, pour le challenge « nombre de participants par entreprise ».

L'ASCM s'est occupée de gérer les inscriptions, distribuer les dossards et faire en sorte de former un groupe solidaire pour soutenir la lutte contre le cancer du sein.

Merci à la RH qui nous a offert le T-Shirt Octobre Rose ainsi que les 2 sacs à dos/flammes qui ont largement facilités notre regroupement.

Merci à toute l'équipe organisatrice, Mounia, Rémy, Lionel, Caroline, Angélique, Hélène, Anne, Céline, également à Laurent pour sa participation et le reportage photo.

Cette année nous avons dans notre groupe au moins 2 personnes qui actuellement luttent contre ce cancer, bravo pour leur participation, nous les soutenons dans leur combat.



CONTACTS

RESPONSABLES DE
L'ÉVÈNEMENT

Mounia NATI (avec l'aide de Rémy,
Lionel, Caroline, Angélique,
Hélène, Anne, Céline et Laurent)

RÉDACTRICE DE L'ARTICLE

Catherine GOGNIES CLAISSE

Évènement **COMPANY CUP 2024**

La Company Cup est un challenge multisports interentreprises organisé par le groupe EBRA. La première édition de cet évènement à Strasbourg a eu lieu le samedi 22 septembre sur le site du Baggersee. Environ 400 participants se sont affrontés dans diverses épreuves comme le Dragon Boat, le foot à 7, le Mölkky, le Volley-Ball, le tennis beach, le biathlon en relai, etc.

Nous étions une cinquantaine de sportifs à représenter les couleurs du Crédit Mutuel Alliance Fédérale par une journée qui sentait bon l'automne et qui a démarré dans la brume.



De bons résultats au classement pour notre délégation :

- Biathlon : 3ème
- Dragon boat : 4ème
- Foot à 7 : 1er et 3ème
- Mölkky : 13ème et 20ème
- Tennis : 4,5 et 7ème
- Volley : 1er

↖ Ah cette demi-seconde qui nous sépare du podium...

Evènement COMPANY CUP 2024

Rapidement le soleil a fait son apparition pour venir réchauffer les sportifs. Les courses des Dragon Boat ont ponctué les épreuves des autres sports. L'occasion de voir nos rameurs amateurs se coordonner au son du tambour. Les tournois se sont poursuivis toute la journée tout juste interrompus par une pause déjeuner bien méritée.

En fin d'après-midi s'est déroulée la remise des prix ainsi que le discours des officiels représentés par les présidents d'EBRA et des DNA.

Et pour terminer cette belle journée, un dîner suivi d'une soirée festive a été proposée par l'équipe de la Company Cup.

La Company Cup est également organisée dans d'autres villes de juin à septembre : Morges, Nancy, Annecy et Dijon. Et pour Strasbourg c'est à nouveau au Baggersee, le 14 juin prochain, que ce déroulera l'édition 2025 de ce challenge.



CONTACTS

RESPONSABLE DE L'ÉVÈNEMENT

Mounia NATI

ADJOINT DU RESPONSABLE

José SPENGLER

RÉDACTEUR DE L'ARTICLE

José SPENGLER

PRINCIPAUX ÉVÈNEMENTS

En juin dernier, quelques membres de la section ont participé à un stage d'aïkido à Karlsruhe en présence d'un aikidoka 8ème dan. Ils ont également pris part à des stages au club CAMDG à Griesheim-sur-Souffel, encadrés par des experts de renom : Marc Bachraty, 6ème dan, et Philippe Gouttard, 8ème dan. Ces opportunités ont permis aux membres d'enrichir leur pratique auprès de maîtres expérimentés.



EVOLUTIONS DE LA SECTION (organisation, fréquentation...)

La section entre dans sa onzième année d'existence et compte plus de 20 inscrits. Un bon noyau d'habitues participe chaque jeudi à midi (à 5 mn du Wacken) aux cours d'Aïkido. Certains poursuivent aussi les mardis et vendredis à 20h au club CAMDG et s'intègrent dans un autre groupe d'aïkidokas. L'ambiance y est toujours bienveillante et accueillante. Les cours sont ouverts à tous, quel que soit le niveau des participants.

AIKIDO

SAISON 2023-2024

RÉSULTATS

Cette année, plusieurs passages de grades en interne ont eu lieu au sein de la section. Un nouvel aikidoka a obtenu le 2ème kyu, lui donnant ainsi le droit de porter la hakama. Un événement marquant a été l'obtention du brevet fédéral d'aïkido par un membre de la section, qui peut désormais enseigner cette discipline.

SORTIES LUDIQUES

Plusieurs sorties ont été organisées cette année. En plus des sorties au restaurant pendant les vacances scolaires, lorsque les cours d'aïkido sont suspendus, la section a également fait une sortie en canoë à Strasbourg juste avant la reprise des activités.

PROJETS ET PERSPECTIVES

Le bon groupe, constitué d'un solide noyau, continue à progresser au sein de la section. Pour certains, la saison à venir sera encore plus studieuse avec la préparation de grades en interne à la section. En parallèle, d'autres se préparent à des examens nationaux pour le 1er et 2ème dan.



CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION

Philippe LARCHER

ADJOINTE DU RESPONSABLE

Christine SCHMITT RISS

RÉDACTEUR DE L'ARTICLE

Philippe LARCHER

SOMMAIRE

BADMINTON

SAISON 2023-2024

**UNE FRÉQUENTATION EN HAUSSE CETTE ANNÉE
ENCORE, ON ESPÈRE QUE CETTE TENDANCE VA PERDURER !**

SOMMAIRE

En ce qui concerne les résultats de corpo de l'an passé, l'équipe 1 a fini 3ème, l'équipe 3 est arrivée 4ème et l'équipe 2 en 6ème place sur 20 équipes au total.

Mais au-delà de la corpo nous avons eu la chance d'avoir les Playades avec de belles rencontres, aussi bien au niveau social que sportif et les Défis de la monétique pour nous permettre de découvrir ou redécouvrir le Badminton !

On espère que ces deux évènements en plus des Jeux Olympiques ont motivés les gens à venir nous rejoindre pour taper le volant et peut-être nous aider à accrocher une première place cette année !



CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION

Dorian LAURENT

ADJOINT DU RESPONSABLE

Nicolas MEYER

RÉDACTEUR DE L'ARTICLE

Nicolas MEYER

COURSE À PIED 2024

**UNE SECTION QUI EST EN CROISSANCE CONSTANTE, AVEC POUR
LA PREMIÈRE ANNÉE UNE ATTEINTE DE LA BARRE DES 100 INSCRITS !**

SOMMAIRE

Une section ouverte et accessible à tous,
où chacun est libre de se fixer ses propres objectifs :

- + de km
- Aller + vite
- + de Dénivelé
- Venir + souvent aux coaching
- Boire – de bières ?
- Etre encore + blagueur ?

**Chacun y trouve son compte !
et repart avec le smile !**

La section continue chaque année
à organiser les traditionnels évènements :

- Caritatifs avec : Le Défi Alsace contre la Faim

Le 8ème Défi Alsace contre la Faim s'est déroulé le 5 juillet
avec plus de 300 collaborateurs du groupe Crédit Mutuel Alliance Fédéral.
Bravo à vous pour ce défi qui va permettre de soutenir et financer
les actions humanitaires d'Action Contre la Faim.

- Les Immanquables de Strasbourg : L'équipée de la rose
C'est une course d'équipe avec 6 étapes se déroulant sur
une après-midi et soirée.

Pour varier la pratique, il y a une étape en Bike & Run (1 VTT pour 2)
et de belles étapes running plus ou moins vallonnées.

Grand Bravo à Julie, Arnaud et Arthur



**ACTION CONTRE
LA FAIM**



COURSE À PIED 2024

L'EKIDEN

Un marathon en relais qui, une fois très rare, s'est déroulé sous un beau soleil

LES COURSES DE STRASBOURG

Notre section a réussi pour la troisième année consécutive à remporter le 1er prix du challenge du nombre avec 151 coureuses et coureurs.

La course de sélection pour le Challenge Athlé à Charléty avec l'aide de l'ASL Robertsau :
Où cette année, 5 personnes de la section se sont qualifiées pour l'évènement !

Puis, on retrouve toujours notre petit esprit de compétition dans les challenges inter-entreprise :

- Le challenge Run'Entreprise avec 3 équipes
- Le challenge Trail'Entreprise avec 3 équipes

Qui font toutes les 6, partie du haut du classement !

Bravo à l'ensemble de nos équipes qui encore une fois représente fièrement le Crédit Mutuel dans la discipline !



TRAIL



COURSE À PIED 2024

Au-delà des événements incontournables de notre section, nous étions présents aux Playades pour organiser l'athlétisme. L'athlétisme est l'art de dépasser la performance des adversaires en vitesse, en endurance, en distance.

Vous l'avez fait avec un bel état d'esprit quel que soit votre délégation vous avez encouragé, boosté tous les athlètes présents. Vous avez été tous Ensemble, Performant et Solidaire.

Merci à tous les bénévoles pour cette organisation de pro !!!

Qu'est-ce qu'on prévoit pour 2025 ?

- Encore plus d'inscrits ?
- Encore plus de RP (records perso) pour chacun !
- Mais aussi : Un nouvel événement 2025 qui pourrait autant plaire à nos trailers fanatiques de montées et de descentes qu'à nos coureurs de route qui adorent le plat et la vitesse. Un événement qui voit plus grand, qui voit sport mais qui voit également rencontre avec la section course à pieds de Lyon !

Continuez à pratiquer une activité physique et sportive au quotidien.



LES PLAYADES

CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION

Frédéric NGUYEN

ADJOINT DU RESPONSABLE

Jonathan ANDRE

RÉDACTRICE DE L'ARTICLE

Julie REITER

REMISE DES PRIX RUN&TRAIL ENTREPRISE 2023

SAISON 2023-2024

Ce 26 janvier 2024 a eu lieu la remise des prix des challenges Run&Trail Entreprise et des lauriers du sport dans les locaux de la CTS.

Une belle organisation qui a été orchestrée par tous les membres du comité du Bas-Rhin du Sport Entreprise.

Merci Thierry Courdent président du CDSE67 de m'avoir intégré dans cette belle équipe pour la préparation des festivités.

Merci à la CTS pour ce buffet original dans un tram.

La course à pied est un excellent moyen de créer des liens entre collègues. En courant ensemble, nous renforçons non seulement notre condition physique, mais aussi notre esprit d'équipe.

Participer à des courses collectives ou organiser des challenges au sein de l'entreprise favorise la camaraderie. Ces moments partagés, loin des bureaux, nous permettent de mieux nous connaître, de renforcer la confiance mutuelle et de créer une culture d'entreprise positive.

Résultats :

Trail'entreprise

- 1 ASCM – Les Trail'Aar
- 2 ASCM – Les Alliances2Trail
- 3 Soco'Trail 1

Run'entreprise

- ASCM – Les In'Aar Étables
- ASCM – Les VMalliances
- Mars PF

Bravo à toutes et à tous d'avoir contribué à cette réussite.

Merci à la team ASCM et notre DGA Claude Koestner pour vos Smiles



CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION

Frédéric NGUYEN

ADJOINT DU RESPONSABLE

Jonathan ANDRE

RÉDACTEUR DE L'ARTICLE

Frédéric NGUYEN

Fidèle à ses habitudes, la section cyclo de l'ASCM a continué d'organiser des sorties dès le début de l'année 2024. Le rituel du mardi midi est bien ancré : dès que la météo le permet, un mail et/ou un message whatsapp (nouveau 2024) permet de former un petit peloton qui démarre fièrement du Wacken et se renforce à la sortie de l'Espace Européen, pour des sorties rythmées sur les routes du Kochersberg. En fonction du niveau et des envies de chacun, deux parcours sont toujours possibles, le but étant de rassembler un maximum de participants pour rouler dans la bonne humeur.

Visiblement le concept de « la sortie de midi » fonctionne toujours bien, puisque plusieurs nouvelles recrues viennent rajeunir et renforcer le peloton.

La météo très compliquée du printemps nous oblige à renoncer plusieurs fois et perturbe l'organisation des sorties longues et vallonnées du week-end, mais nous profitons d'une belle éclaircie début mai à l'occasion des Playades. Une soixantaine de participants venus de toute la France et même du Luxembourg viennent découvrir les belles routes Alsaciennes, encadrés par une dizaine de membres de la section. L'organisation de l'événement, les parcours, l'ambiance sont très appréciés de tous et font de ces deux journées de vélo un temps fort de la saison 2024.



CYCLO

SAISON 2023-2024

Malheureusement on ne peut pas en dire autant de la cyclosportive annuelle choisie par la section. La motivation était pourtant là puisqu'une quinzaine de membres avaient répondu présent pour L'Alsacienne Cyclo au départ de Kruth, mais la météo catastrophique du 30 juin a contraint les deux tiers du groupe à renoncer. J'en profite pour saluer le courage et la ténacité des cinq participants qui ont osé prendre le départ et surtout terminer l'épreuve sous une pluie battante.

Comme chaque année, l'activité de la section est moins intense au courant de l'été (difficile de s'organiser en raison des vacances des uns et des autres), mais nous essayons toutefois de maintenir les sorties du mardi midi. Et celles-ci ont encore un bel avenir devant elles, puisqu'une dizaine de participants se réunissent pour la sortie de rentrée organisée début septembre. Une belle fin de saison en perspective ! Nous continuerons en 2025 à proposer deux parcours lors des sorties de midi, des sorties longues le week-end, et la cyclo-sportive qui sera choisie comme sortie annuelle de la section proposera elle aussi plusieurs parcours, afin que chacun puisse se faire plaisir quel que soit son rythme et son niveau de pratique. La section cyclo est ouverte à toutes et à tous les fans de vélo, alors contactez-nous et venez élargir le peloton de l'ASCM !



ON SE MET À
L'ABRIS, IL PLEUT
ET IL FAIT FROID !



LES JOLIES
BÉNÉVOLES DE
LA SECTION CYCLO !



LA TEAM CYCLO LORS DE LA
RECONNAISSANCE DU PAR-
COURS POUR LES PLAYADES

SOMMAIRE

CYCLO

SAISON 2023-2024



**GROUPE MENÉ PAR
JEAN GEORGES : À
FOND LA FORME !**



**LES RESPONSABLES DES
GROUPE AVEC LEURS
BELLES TENUES ASCM !**



**BRIEFING AVANT
LE DÉPART PAR LE
MAÏSTRO PHILIPPE**



**GROUPE
AU DÉPART**

CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION	Jean-Georges DONIUS
ADJOINT DU RESPONSABLE	Matthieu FARGETTON
ORGANISATEUR DES SORTIES	Philippe SOUDIER
RÉDACTEUR DE L'ARTICLE	Matthieu FARGETTON

Les sessions en présentiel se déroulent entre midi et deux au Wacken et Wacken 2. Inscription et un certificat médical sont obligatoire après une ou deux séances d'essais.

Des sessions privée d'études en soirée sont également proposées sur Lichess.org pour les membres, en fonction des demandes (ouverture, finale, etc.)

QUELQUES CHIFFRES :

- 12 membres en 2023/2024,
 - 19 participants aux Playades (deux tournois de 10 et 9 personnes),
 - 65 sympathisants sur Lichess.org.
- Team Alliance Sportive Crédit Mutuel

Rejoignez la team ASCM sur Lichess.org ou parlez-en à vos amis pour la saison 2024/2025. Nous sommes déjà 65 avec plus de 100 000 parties à notre actif ! La participation est entièrement gratuite. Vous pouvez également rejoindre les mardis soir la FOL (French Online League), qui compte plus de 200 joueurs de tous niveaux.

Toutes les informations à jour sont disponibles sur le site ASCM, dans la rubrique « Sport de combat entre l'aïkido et l'escrime »



CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION

Claude WAECKEL

ADJOINT DU RESPONSABLE

Danny BORDENAVE

RÉDACTEUR DE L'ARTICLE

Claude WAECKEL

ESCALADE

SAISON 2023-2024



L'escalade a sa section dédiée depuis la saison dernière (2022-2023). Une vingtaine de membres l'ont déjà rejointe, autour des différentes activités proposées mais aussi des moments de convivialités partagés. N'hésitez pas à vous joindre à nous et venir découvrir cette pratique accessible à tous, du grimpeur débutant au confirmé.

SOMMAIRE



ESCALADE EN SALLE

Tous les vendredis soir au gymnase Jacqueline, nous disposons d'un créneau de 18h à 22h en pratique libre pour les grimpeurs autonomes.

C'est également là que les débutants peuvent venir essayer l'escalade (la section peut leur prêter le matériel nécessaire si besoin), et s'initier aux différentes techniques nécessaires pour grimper en sécurité.

GRIMPER EN FALAISE

A la belle saison (mai à septembre), en semaine après le travail et parfois le week-end, selon la météo et les disponibilités de chacun, nous nous retrouvons pour grimper en extérieur sur les falaises les plus proches de Strasbourg (Marlenheim, Klingenthal, etc...).

CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION

Luc WOLF

ADJOINTE DU RESPONSABLE

Nora MARTIN

RÉDACTEUR DE L'ARTICLE

Luc WOLF

FOOT À 7

SAISON 2023-2024

La section Football allie passion, convivialité et esprit d'équipe. Que vous soyez un amateur de foot loisir ou un compétiteur dans l'âme, notre section a de quoi vous séduire !

FOOT LOISIRS : LUNDI ET JEUDI AU WACKEN

Envie de vous dégourdir les jambes et de passer un bon moment entre collègues ?

Rejoignez-nous les lundis et jeudis pendant la pause déjeuner pour des matchs de foot loisirs en extérieur au Wacken.

C'est l'occasion idéale de se détendre, de faire de l'exercice et de renforcer les liens avec vos collègues dans une ambiance décontractée et amicale.



Equipe loisir en championnat FFSE



Equipe loisir les lundis et jeudis midi à la menora

FOOT À 7

SAISON 2023-2024



Equipe compétition au jeu FFSE de Sicile



Equipe soirée au Playade 2024

Pour les plus compétitifs d'entre vous, notre section compétition Foot à 7 est faite pour vous !

Nous avons deux équipes inscrites pour la deuxième année consécutive, prêtes à défendre les couleurs du Crédit Mutuel sur les terrains de football. Que vous soyez un joueur expérimenté ou que vous souhaitiez simplement relever un nouveau défi, nous vous accueillons à bras ouverts.

POURQUOI REJOINDRE LA SECTION FOOTBALL ?

- **Bien-être et Santé** : Le football est un excellent moyen de rester en forme et de se déstresser après une matinée de travail.
- **Esprit d'Équipe** : Renforcez vos relations professionnelles en partageant des moments de sport et de camaraderie.
- **Accessibilité** : Que vous soyez débutant ou confirmé, il y a une place pour vous dans notre section.
- **Plaisir et Convivialité** : Profitez d'une ambiance chaleureuse et amicale, où le plaisir de jouer passe avant tout, comme l'atteste nos photos de fin de soirée des magnifiques Playades 2024.

CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION	Marien RITZENTHALER
ADJOINT DU RESPONSABLE	Nicolas BOHN
ADJOINT FOOT LOISIR	Johann FADALTI
RÉDACTEUR DE L'ARTICLE	Nicolas BOHN

SAISON 2023-2024

11 nouveaux joueurs aussi passionnés que nous ont rejoint notre section et nous en sommes ravis.

Nos sorties organisées dans les golfs de la région rencontrent un franc succès, ainsi que les cours de perfectionnement pour les titulaires de la carte verte et nos soirées conviviales.

Côté compétition, nous nous sommes qualifiés pour la sélection nationale des rencontres Corpo Entreprises qui s'est jouée sur 2 jours à Epinal. Nous avons défendu avec panache nos couleurs, mais malgré une belle remontada, nos adversaires ont été les plus forts.

Nous sommes gonflés à bloc pour l'an prochain et toujours à la recherche de bons joueurs prêts à défendre les couleurs du Crédit Mutuel lors des rencontres Corpo Entreprises.

**N'HÉSITEZ PAS À NOUS REJOINDRE !
PASSION ET CONVIVIALITÉ GARANTIES !**



CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION

Marie Perrot STUDER

ADJOINT DU RESPONSABLE

Grégory BRAME

RÉDACTRICE DE L'ARTICLE

Marie Perrot STUDER

MONTAGNE

SAISON 2023-2024



Cette année, la section montagne retrouve son format « historique » avec 3 activités principales (alpinisme, via ferrata, ski de randonnée).

Le programme de cette année comportait 10 sorties : ski de randonnée (5), alpinisme (3) et Via Ferrata (2).

VIA FERRATA EN SILVRETTA, AUTRICHE	2j du 09/09/2023 au 10/09/2023
SKI DE RANDONNÉE EN AUTRICHE	2J DU 13/01/2024 AU 14/01/2024
SKI DE RANDONNÉE À CHAMONIX	2j du 03/02/2024 au 04/02/2024
SKI DE RANDONNÉE EN SUISSE	2j du 17/02/2024 au 18/02/2024
SKI DE RANDONNÉE EN MAURIENNE	7j du 16/03/2024 au 22/03/2024
SKI DE RANDONNÉE DÔMES DE MIAGE	2j du 13/04/2024 au 14/04/2024
ALPINISME GRAND PARADIS	2j du 08/06/2024 au 09/06/2024
VIA FERRATA EN SUISSE	2j du 22/06/2024 au 23/06/2024
ALPINISME MÖNCH ET JUNGFRAU	2j du 06/07/2024 au 07/07/2024
ALPINISME À SAAS FEE (SUISSE)	3j du 19/07/2024 au 21/07/2024

Vous aimez randonner, marcher en pleine nature, l'air pur et le silence. Il y a pourtant des hauteurs qui vous tracassent, celles qui ont des lignes plus escarpées mais celles-ci vous paraissent inaccessibles.

Vous lever à 4 heures du matin et découvrir le ciel tout étoilé sur le seuil du refuge, progresser avec des compagnons de cordée, planter vos piolets, vos crampons dans les pentes de neige pour atteindre un sommet, vous en rêvez.

Voici 5 bonnes raisons de vous lancer pour débiter l'alpinisme...

MONTAGNE

SAISON 2023-2024

1 SE DÉPASSER

Loin des sentiers de fonds de vallée, l'alpinisme en appelle à vos capacités mentales et physiques pour progresser sur des terrains complexes et exigeants. L'alpinisme commence souvent là où

la végétation se fait rare. Quand vous entrez dans les territoires des glaciers et de la roche, vous savez que vous êtes en haute-montagne. On considère qu'une course relève de l'alpinisme quand le terrain nécessite l'utilisation de matériel technique spécifique.

Se lever en pleine nuit, lutter contre le froid et la fatigue, sans parler des moments où l'on peut avoir faim et soif, évoluer à des altitudes où il devient crucial de faire preuve de concentration, c'est un peu l'aventure. Faire attention à vous mais aussi penser à votre compagnon de cordée qui vous assure pendant la course.

La spécificité de l'alpinisme en termes d'efforts physiques est la durée de l'effort, une certaine intensité lors des passages techniques et une capacité à effectuer ces efforts dans un milieu hostile. Quand les muscles ne veulent plus, quand chaque pas vous coûte, quand le sommet vous semble inatteignable, c'est à ce moment-là que le mental prend le dessus. Quand par la volonté vous parvenez à dépasser vos limites, c'est là qu'une joie indescriptible vous envahit. Débuter l'alpinisme, c'est faire avant tout l'école du dépassement de soi.



2 FAIRE PREUVE D'HUMILITÉ

Même peu aguerris, il y a toujours des petits fanfarons pour dire que "ce sommet à 4000, c'est facile".

Eh bien non. En haute montagne, même si le cheminement est simple et semble sûr, rien n'est acquis. Là-haut, vous n'êtes rien. Rien qu'un minuscule humain dans l'immensité d'un massif montagneux qui se dresse devant vous.

Comme la mer, la montagne est colossale, changeante, violente et souveraine et elle vous apprendra l'humilité par sa force. La montagne vous regarde, vous la fourmi, et compte bien vous rappeler votre condition de mortel.

Parce que la météo devient mauvaise, parce que l'itinéraire est trop difficile ou trop dangereux, parce que quelqu'un est fatigué ou malade, il faut savoir renoncer au sommet plutôt que de risquer sa vie et celle de ses compagnons. L'alpinisme enseigne cela aussi.

3 DÉCOUVRIR UN MILIEU NATUREL HORS DU COMMUN

La taille des montagnes, ces interminables pentes qui pourtant semblaient débon-

naires lorsqu'elles étaient vues de la vallée. L'étendue des glaciers, eux aussi, bien souvent, interminables où nous sommes en proie aux dangers divers...

Là-haut, pas ou peu de vie, pas de végétation, quelques oiseaux viennent parfois au rendez-vous d'un casse-croûte. Tout est minéral, tout est eau, glace ou neige, laissant paraître tous ces éléments comme immobiles alors qu'ils sont pourtant, même lentement, bien en mouvement. Et le plus saisissant est le silence. Presque à toucher le ciel, surtout au-dessus d'une mer de nuages, les blancs et les bleus de la neige et la glace s'associeront magnifiquement avec les pourpres d'un levé de soleil ou encore les ocres et les gris des rochers. Il faut savoir renoncer au sommet plutôt que de risquer sa vie et celle de ses compagnons. L'alpinisme enseigne cela aussi.

MONTAGNE

SAISON 2023-2024

4

L'AVENTURE HUMAINE

Toutes ces émotions ne seraient rien sans le partage avec les compagnons d'aventure. La haute montagne est un milieu qui met « tout le monde d'accord ». Là-haut, pas de place à l'individualisme, nous sommes tous dépendants les uns des autres. Chacun étant le maillon d'une chaîne, qu'on appelle « cordée », indispensable à la sécurité et à la réalisation du projet. L'empathie, l'entraide, la solidarité, les encouragements... autant de qualités qui sont généralement développées et de mise dans un groupe d'alpinistes. Merveilleuse école d'apprentissage du (sur)vivre ensemble, les adversités de l'alpinisme façonnent nos fonctionnements avec les autres. Le vécu là-haut avec les membres d'un groupe, parfois pendant plusieurs jours laisse une empreinte indélébile. Et là où, parfois, l'aventure commence entre personnes qui se connaissent peu, elle se termine à coup sûr entre amis. Lorsque des compagnons de cordée se croisent, les yeux s'illuminent, les sourires apparaissent, les anecdotes fusent. Sans aucun doute, l'alpinisme, c'est une aventure humaine.



5

ACCOMPAGNER VOS PREMIERS PAS

Pour des sorties sur des week-end, un raid de plusieurs jours ou encore pour découvrir des disciplines comme le ski de randonnée ou la via ferrata, la section montagne de l'ASCM vous propose de vous accompagner. Vous vous dites : « Pas question d'acquérir tout le matériel pour une découverte ! » Qu'à cela ne tienne, la section propose du matériel en location, donc plus d'excuses. Pour débiter, nous proposons surtout de l'alpinisme en neige qui s'apparente plus à de la randonnée glacière. Le programme de la section propose des courses faciles qui s'adaptent au niveau technique du plus grand nombre. Mais au long de la saison, des objectifs plus techniques et rocheux peuvent aussi être proposés. Et vous apprendrez les choses essentielles : les notions d'encordement, le chaussage des crampons, le maniement du piolet, les conditions de neige, les manipulations de corde, les rudiments de l'escalade, la descente en rappel, le sauvetage en crevasse, la prudence à chaque instant, et bien plus.



CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION	Denis HUSSER
ADJOINT DU RESPONSABLE	Philippe WEISSKOPF
RÉDACTEUR DE L'ARTICLE	Denis HUSSER

NATATION

SAISON 2023-2024

**LA SECTION BATS SON PLEIN CETTE ANNÉE
ENCORE, LES LIGNES SONT REMPLIES DANS
LE BASSIN DE LA ROBERTSAU.**

SOMMAIRE

PRINCIPAUX ÈVÈNEMENTS

2 stages ont été à l'honneur cette année :

- Un stage d'hiver à Freudenstadt dans les hauteurs de la Forêt Noire ! Stage orienté préparations pour les Playades.
- Un stage d'été à la piscine de Villé pour une préparation aux jeux mondiaux de Catane.

Les Playades c'était :

- Des préparatifs de dingue
 - Une ambiance de folie
 - Un évènement pro organisé par des bénévoles (un grand merci à tous les bénévoles de l'évènement et plus particulièrement à ceux de la natation)
 - Mais aussi : Une concentration à toute épreuve
- Les Playades n'étaient pas un évènement spécifique pour l'ASCM.

Concernant les jeux mondiaux :

3 médailles d'or, 2 médailles d'argent et 6 médailles de bronze !

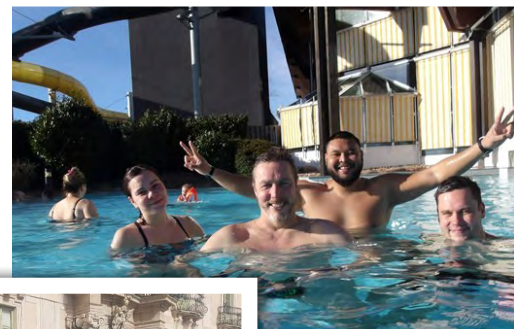
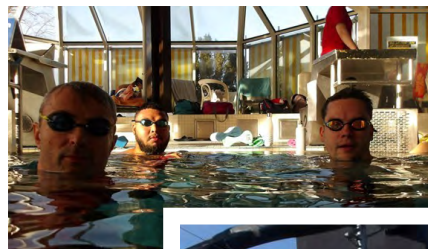
SORTIES LUDIQUES

Pour travailler la puissance des bras, une sortie Bowling a été organisée pour conclure la saison (suivi d'un restau)

PROJETS ET PERSPECTIVES

Le projet de cette nouvelle saison est la participation aux jeux européens de Majorque.

Nous sommes également en discussion avec un club pour avoir un 2ème créneau et pouvoir également participer aux championnats de la fédération française de natation.



**JEUX MONDIAUX
INTERENTREPRISES
À CATANE EN SICILE**

NATATION

SAISON 2023-2024



CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION	Jérémie REIST
ADJOINT DU RESPONSABLE	Christophe NOËL
RÉDACTEUR DE L'ARTICLE	Jérémie REIST

SAISON 2023-2024

La section padel de l'Association Sportive du Crédit Mutuel a connu une année encore plus remarquable que la précédente. L'enthousiasme pour ce sport ne cesse de croître, avec plus de 60 membres ayant rejoint nos rangs cette saison. Et cette dynamique est loin de s'essouffler ! Des Sessions Hebdomadaires au 4Padel... et Bien Plus Encore Chaque mardi soir, de 19h30 à 21h, nos membres se retrouvent au 4Padel à Eckbolsheim pour des séances de matchs conviviales et animées. Face à une demande en constante augmentation, nous avons élargi notre offre en passant de 3 à 5 terrains à partir de la fin 2023. Cette évolution ne s'arrête pas là : pour répondre encore mieux aux attentes de nos membres, nous avons noué un partenariat avec Padel&Foot à Bischheim, permettant la réservation d'un terrain supplémentaire tous les vendredis. Ces sessions sont bien plus qu'une simple occasion de jouer. Elles offrent à nos membres la possibilité de peaufiner leurs compétences, de rencontrer de nouveaux adversaires, et de partager leur passion pour le padel dans une atmosphère chaleureuse et amicale. Mais ce n'est que le début !

COMPÉTITION ET CONVIVIALITÉ : UN DUO GAGNANT

Pour la deuxième année consécutive, notre section padel a brillamment participé au championnat départemental de padel, organisé en collaboration avec le Comité Départemental des Sports en Entreprise du Bas-Rhin (CDSE67). Nous sommes particulièrement fiers de notre équipe 1, qui a décroché une superbe seconde place, prouvant l'engagement et les talents de nos joueurs. Cette performance exceptionnelle reflète non seulement le dévouement de nos membres, mais aussi l'excellence de leur jeu. Il est également essentiel de saluer les efforts et la détermination des équipes 2 et 3, qui, malgré des défis, ont fait preuve d'une persévérance admirable. Nous avons d'ores et déjà l'espoir de constituer au moins trois équipes pour la saison prochaine, signe de notre progression continue.



PADEL

SAISON 2023-2024



VERS UN AVENIR PROMETTEUR

L'année qui s'annonce promet d'être tout aussi passionnante pour la section padel.

En plus des sessions régulières du mardi au 4Padel, nous envisageons d'ajouter une autre session hebdomadaire pour augmenter notre capacité à jouer ensemble. De plus, un partenariat avec un moniteur de padel est actuellement en discussion. L'objectif est double : initier les nouveaux venus à ce sport fascinant et aider les joueurs plus expérimentés à perfectionner leur jeu.

Que vous soyez un joueur aguerri ou un débutant curieux, la section padel de l'ASCM vous ouvre ses portes. Rejoignez-nous pour une année pleine de jeu, d'amitié et de succès sur les courts de padel !



CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION	Laurent MOISSONNIER
ADJOINT DU RESPONSABLE	Michael GERWILL
RÉDACTEUR DE L'ARTICLE	Michael GERWILL

PÉTANQUE

SAISON 2023-2024

ORGANISATION DE LA SECTION

La Section Pétanque se réunit pour s'entraîner au boulodrome Robertsau-Contades à 5-10 minutes à pied des sites principaux du Wacken et Wacken 2. Nos jours officiels d'entraînement sont les jeudis et vendredis mais en période estivale un simple appel par WhatsApp de la section suffit pour réunir les joueurs au boulodrome après la journée de travail ou en week-end. En 2023-2024 notre section comptait 20 inscrits.

En saison 2023-2024 la section a participé aux Playades à Strasbourg, aux Jeux Mondiaux du Sport d'Entreprise à Catane, aux Lauriers du Sport, elle a organisé le tournoi de pétanque aux Défis de la monétique de l'EID. En plus, on y rajoute la participation de membres aux tournois amicaux aux clubs de Strasbourg et ses environs. La saison 2023-2024 a été clôturée par un tournoi et BBQ au sein de la section au club de Robertsau-Contades.

PLAYADES

2 jours et demi de folie sur les terrains du club CBS, 106 participants, grand succès niveau sportif ainsi que festif.

DÉFIS DE LA MONÉTIQUE DE L'EID

Comme chaque année notre section a organisé le tournoi de pétanque dans le cadre des Défis de la monétique de l'EID. La compétition a eu lieu en juin au club de la section. 87 personnes ont participé à cette épreuve : 29 triplettes ont été réparties entre 7 pools de 4 ou 5 triplettes.



PÉTANQUE

SAISON 2023-2024

JEUX MONDIAUX DU SPORT D'ENTREPRISE À CATANE

Mi-juin notre section a participé aux Jeux Mondiaux du Sport d'Entreprise à Catane. 8 personnes y ont participé avec meilleurs résultats en doublettes – 17ème place de 86 doublettes et en triplettes – 21ème place de 51 triplettes. Durant ces deux jours de chaleur extraordinaire, l'équipe a montré une bonne humeur et une ténacité sportive.



LAURIERS DU SPORT

Dans une atmosphère conviviale, ce jeu ouvert à tous les niveaux et à tous les âges, 55 doublettes se sont affrontées lors de ce tournoi de pétanque. La doublette CM1 de Sébastien et Marc a montré une meilleure performance et terminé en 4ème place. On a tous passé un bon moment de compétition en alternant les émotions d'échec et de victoire.



TOURNOIS DE LA SECTION DE LA FIN DE SAISON 2023-2024

La section s'est réunie début de septembre au club Robertsau-Contades. La section de tennis de table était notre invitée (Christian Schneider). Le nouvel format du tournoi « mêlé » a été testé et approuvé. Le tournoi a duré 6 heures, chacun a joué avec un nouveau partenaire tiré au sort à chaque partie.



VAINQUEURS DU TOURNOI :

- 1- Amadou Bailo Bah
- 2- Marc Acker
- 3- Aicha Barour

PROJETS ET PERSPECTIVES

Notre section prévoit d'organiser le tournoi du Défit de la monétique de l'EID en juin 2025 ainsi que de participer aux jeux européens du sport d'entreprise à Majorque.

CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION	Philippe LANG
ADJOINTE DU RESPONSABLE	Véra BEILLET
RÉDACTRICE DE L'ARTICLE	Véra BEILLET

RANDONNÉE

SAISON 2023-2024

SOMMAIRE

La section randonnée, c'est une cinquantaine de personnes qui se retrouvent le dimanche pour randonner dans les Vosges ou la Forêt Noire, ou quelques fois dans l'année pour un séjour plus long dans les Alpes ou d'autres massifs montagneux. Le programme compte en général entre 15 et 20 sorties chaque année, a plupart organisées et encadrées d'un pied de maître par Alex ! Chaque jour de rando, c'est entre 15 et 25km et entre 600 et 1200m de dénivelé (positif et négatif !) en général. Mais on s'adapte au public de 7 à 77 ans (voire plus) !



Cette année, nous avons pu nous ouvrir à de nouvelles pratiques, comme la randonnée en chaussures sans semelles, le test de déos en conditions réelles ou l'expulsion d'Allemands tout nus hors d'un sauna à coups de décibels. La location de minibus CITIZ nous a fait redécouvrir l'ambiance des joyeuses colonies de vacances, nous avons aéré nos raquettes à neige des jours sans neige, nous avons fait le plein de fromage en Autriche. Des ampoules ont brillé, nous avons fait quelques révisions de premiers secours, des genoux ont grincé, des carcasses raidies ont été douloureuses au retour sur Strasbourg. Et surtout nous avons respiré un peu d'air pur et nous sommes remplis les yeux des si beaux paysages qu'on trouve pas loin de chez nous, qu'ils soient sylvestres, minéraux, ruraux, neigeux, floraux ou villageois.

2025 verra on l'espère une réduction de notre bilan carbone par plus de covoiturage et de trajets en train. Ce sera aussi la fin de la mission d'Alex en tant que responsable binôme, la place sera à pourvoir ! Mais on espère bien qu'Alex continuera à enrichir la section de ses inépuisables idées de rando et de sa connaissance millimétrée de nos massifs, et nous continuerons avec grand plaisir et discipline à suivre ses pas de guide !



CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION	Gilles ANDRE
ADJOINT DU RESPONSABLE	Alex CHAUVY
RÉDACTEUR DE L'ARTICLE	Gilles ANDRE

La saison 2023-2024 aura été exceptionnelle pour la section rugby à 5 de l'ASCM. Couronnée par une finale Grand Est organisée le dimanche 2 juin et suivie d'une belle performance à la finale nationale de Lectoure, cette saison restera dans les annales de la section.

UN RÔLE MOTEUR DANS LE DÉVELOPPEMENT DU RUGBY À 5 EN ALSACE

La section rugby à 5 de l'ASCM joue un rôle essentiel dans le développement de cette discipline en Alsace et dans le Grand Est. En organisant régulièrement des tournois, en participant activement à la vie de la Ligue Régionale de Grand Est Rugby (LRGER) et en accueillant la finale Grand Est, le club contribue à dynamiser la pratique de ce sport dans la région.

UNE FINALE GRAND EST RÉUSSIE

Le dimanche 2 juin, nous avons accueilli la finale Grand Est sur ses terrains. Cet événement, qui a rassemblé 22 équipes et plus de 200 participants, a été une véritable réussite. Les catégories Open Masculin, Open Féminin, Mixte et +35 ans se sont affrontées dans une ambiance festive. Nous tenons à remercier chaleureusement les plus de 10 bénévoles qui ont rendu cet événement possible. En clôturant ainsi la saison régionale en beauté, nous avons démontré notre capacité à organiser des événements sportifs de grande envergure.

UNE FINALE NATIONALE RICHE EN ENSEIGNEMENTS

Forte de cette expérience, notre équipe s'est rendue à Lectoure pour disputer la finale nationale. Accompagnés du référent rugby à 5 de la LRGER, qui a d'ailleurs joué sous nos couleurs, nous avons affronté les meilleures équipes de France dans la catégorie «Entreprise».

Malgré une finale perdue de peu face aux pompiers de Toulouse (4-1), cette expérience a été très enrichissante pour tous les joueurs. Elle a permis de mesurer le niveau de l'équipe et de mettre en avant les progrès réalisés.



RUGBY À 5

SAISON 2023-2024

UNE SECTION FORMATRICE, TOURNÉE VERS L'AVENIR ET L'EXTÉRIEUR

Au-delà des résultats sportifs, la section met l'accent sur la formation de ses joueurs et le partage de notre discipline. En proposant des entraînements variés et en encourageant la pratique de l'arbitrage, le club permet à chacun de progresser et de développer ses compétences. L'implication de plusieurs joueurs expérimentés, qui prennent en charge une partie de l'entraînement, est un atout supplémentaire pour le développement de l'équipe.

UN ESPRIT D'ÉQUIPE ET DE CONVIVIALITÉ

La section rugby à 5, c'est avant tout un groupe agréable où règnent l'esprit d'équipe et la convivialité. La section est ouverte à tous, quel que soit le niveau ou l'âge, et encourage la mixité.

L'AVENIR S'ANNONCE PROMETTEUR

Fort de ses succès et de son dynamisme, la section est tournée vers l'avenir et souhaite continuer à se développer, à former de nouveaux joueurs et à organiser des événements qui contribueront à faire rayonner le rugby à 5 en Alsace.

**POUR REJOINDRE LA SECTION RUGBY À 5,
C'EST SIMPLE : IL SUFFIT DE VENIR NOUS
RENCONTRER LORS D'UN ENTRAÎNEMENT !**



CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION	Ivan MATHIEU
ADJOINT DU RESPONSABLE	Guillaume GAGNIARD
RÉDACTEURS DE L'ARTICLE	Ivan MATHIEU et Guillaume GAGNIARD (assistés par Gemini)

SALLE DE SPORT AU WACKEN

SAISON 2023-2024

Après un redémarrage progressif depuis septembre 2021, la salle de sport fait maintenant carton plein.

En résumé reprenez ceci !

Pendant la saison 2023/2024, nous étions 386 adhérents et plus de 1200 créneaux d'activités ont été proposés.

Gageons que pendant la saison 2024/2025 nous serons encore plus nombreux, avec nos 38 cours hebdomadaires, soyez-en sûrs : vous trouverez une activité qui vous conviendra.

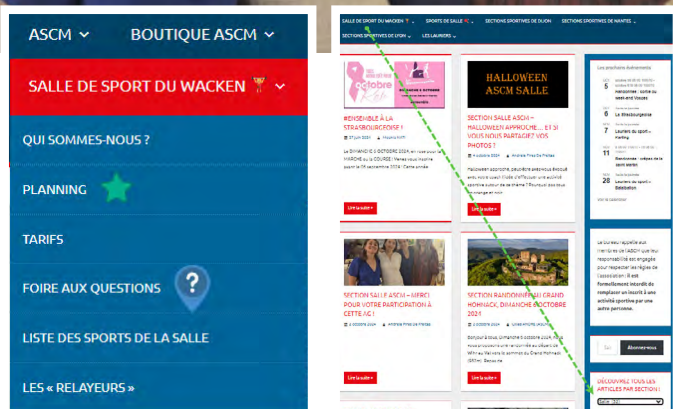
Pêle-mêle on peut citer le spinning, la Zumba, le yoga, le stretch, le renforcement musculaire ...

Vous trouverez toutes les informations sur le planning et les activités proposées sur le site de l'ASCM dans l'onglet Salle : n'hésitez pas aussi à consulter la FAQ riche en réponses !

Enfin toujours sur le site, consultez régulièrement les articles de la salle.

Les coaches et la team de la salle seront heureux de vous y voir pour transpirer, respirer, récupérer, souffler, rire, rencontrer, rougir d'effort, progresser et tout simplement être fier/fière de soi !

La team de la salle : Andreia, Elodie, Nedjma et Linda



CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION	Nedjma BENELHADJ
ADJOINTE DU RESPONSABLE	Linda MELOUNOU
RÉDACTRICE DE L'ARTICLE	Linda MELOUNOU

LUDIQUE

C'est avec un plaisir qui ne faillit jamais que les membres de la section se retrouvent une fois par semaine le Lundi soir pour ce que l'on appelle un entraînement. Ce moment de partage est toujours placé sous le signe de la bonne humeur et de la convivialité. Les anciens sont toujours à l'ouvrage pour aider les débutants et donner des conseils pour progresser. Parfois la soirée se termine autour d'un verre pour, d'après certains, aider à la récupération...

Que vous soyez un joueur occasionnel ou un débutant curieux, il est parfois difficile de trouver un/une partenaire de jeu, la section Squash est donc là pour vous. N'hésitez pas à prendre contact avec nous, nous vous attendons !

Les plaisirs du Championnat Entreprise
Les plus motivés d'entre nous participent depuis l'existence de ce sport en Alsace au championnat Corporatif Entreprise. Malgré une baisse continue du nombre d'équipes, la section, avec ces 2 équipes, continue d'être un, si ce n'est LE pilier de cette compétition. Les rencontres se déroulent toujours dans la bonne humeur et la saison passée n'a pas dérogé à cette règle. Des résultats d'ensemble encourageants si on prend en compte pas mal d'absence au fil de la saison. L'important c'est de participer !

PLAYADES... À JAMAIS DANS NOS MÉMOIRES

Heureux nous étions à pouvoir participer à cet événement qui restera dans les mémoires. L'assez faible nombre de participants pour le Squash n'a pas entamé notre volonté d'organiser au mieux cette compétition qui a comblé les amateurs de ce sport venus de toute la France et d'Allemagne. Côté sportif, les locaux ont défendu nos couleurs avec brio en gagnant le classement par équipe. La logique sportive a été respectée dans le respect et la bonne humeur. Ce fut aussi une occasion de revoir d'anciens joueurs de l'amicale qui n'aurait pour rien au monde manqué cet événement. Encore merci à aux organisateurs des Playades !



CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION	Brigitte HERBSTER
ADJOINT DU RESPONSABLE	Christian HUTIN
RÉDACTEUR DE L'ARTICLE	Christian HUTIN

TIR SPORTIF

SAISON 2023-2024

La saison 2023/2024 a débuté fort pour le Tir sportif. C'est une équipe soudée, toujours partante pour de nouveaux challenges, répondant présente lors des manifestations et déplacements pour les différents championnats.

SOMMAIRE

La saison a démarré sur les chapeaux de roues : pas de repos pendant les vacances estivales, l'entraînement continue pour être en forme pour la nouvelle saison. La première compétition est le Championnat de France de la FSCF le 14 et 15 septembre 2023. Plusieurs disciplines entre le 10 M en carabine et pistolet, 25 M au pistolet, 50 M en pistolet et carabine et sans oublier les 4 disciplines en Armes Anciennes. Les premiers podiums annoncent une belle saison : 2 x l'or pour Guy Vailly en Armes Anciennes (Mariette et Kuchenreuter), de l'argent pour Lydie FISCHER en pistolet 10 m posé, du bronze pour Marie Odile WALTZ en carabine posé 50 m, et encore l'argent pour le Pistolet 25m, le bronze pour le Pistolet 10 m par équipe (VAILLY Guy, Jean Michel et Grigore Marius)

Cette saison encore, les podiums se sont enchaînés pour nos tireurs tant en FSCF, FF TIR avec le critérium des cigognes, et la FSGT. Je ne vais pas nommer individuellement tous les podiums.

Nous continuons les soirées découvertes, avec une équipe d'encadrants renforcée. Vous pouvez vous inscrire par mail : ascmtir@creditmutuel.fr Marius et moi se ferons un plaisir de vous faire découvrir cette discipline, en commençant par une initiation et toutes informations utiles..... Laissez-vous tenter !

Bien sûr, Marius et moi-même avons répondu un grand OUI pour participer aux Playades du Crédit Mutuel. Je tiens à remercier l'équipe qui nous a suivi dans cette aventure, tant pour l'organisation et l'encadrement pendant ces 4 jours sur le Stand de tir des Cheminots.

Nous vous donnons rendez-vous pour de nouvelles aventures, de l'émotion lors de compétition, le plaisir de participer et de se retrouver chaque semaine.

Je vous dis à très bientôt



CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION	Marie Odile WALTZ
ADJOINT DU RESPONSABLE	Marius GRIGORE
R2DACTRICE DE L'ARTICLE	Marie Odile WALTZ

VOLLEY STRASBOURG

SAISON 2023-2024

Nous étions 70 membres à la section Volley de Strasbourg lors de la saison 2023-2024, répartis dans notre groupe du loisir et nos 4 équipes compétitions : les Rebelles, les Bra'Cœurs, les Takatapé et les Bancatak.

Les résultats pour cette saison :

- Championnat départemental (7 équipes par division) :
 - 1ère et 5ème places en division 1
 - 4ème et 7ème places en division 2
- Finaliste du championnat régional
- Vainqueur de la coupe départementale
- Jeux Mondiaux de Catane :
 - 4ème place sur 13 en masculin
 - 7ème place sur 12 en mixte

Nous avons malheureusement encore échoué à remporter la finale régionale contre nos redoutables concurrents du Haut-Rhin. Malgré une finale accrochée l'adversaire était plus fort que nous, il faut le reconnaître. A nous de relever la tête et si nous sommes qualifiés, la finale se jouera cette fois chez nous.

LUNDI DE 18H00 À 20H00	Bra'Cœurs (D2)	Branly
LUNDI DE 20H00 À 22H30	Bancatak (D1)	Langevin
LUNDI DE 20H00 À 22H30	Takatapé (D1)	Langevin
JEUDI DE 18H00 À 22H00	Séance loisir	Langevin
JEUDI DE 22H00 À 22H30	Moneyeurs (D2)	Langevin

Les Rebelles ont choisi d'arrêter l'aventure et nous avons une nouvelle équipe mixte qui a vu le jour : les Moneyeurs.
Nous souhaitons bon volley à nos joueuses et gardez ce sourire dans vos nouvelles équipes !

LES REBELLES AVEC
LEUR COACH



NOTS 2 ÉQUIPES
À CATANE



VOLLEY STRASBOURG

SAISON 2023-2024

Deux équipes nous ont représenté au Jeux Mondiaux de Catane en juin dernier. L'occasion pour les participants de découvrir une partie de la Sicile et de concourir dans une compétition au niveau toujours élevé.

La section volley accueille des joueuses et des joueurs de tout niveau et qui souhaitent faire de la compétition ou juste taper dans la balle en loisir.

Nous participons à des tournois animés par d'autres clubs de la région et nous organisons le notre ainsi que plusieurs événements internes par exemple pour les fêtes de fin d'année.

Après la saison en salle, nous continuons de jouer au volley mais sur herbe cette fois.

Une à deux fois par semaine selon la météo, nous nous retrouvons au parc de l'Aar où nous installons nos terrains pour profiter d'un volley en plein air.



**GREEN VOLLEY
AU PARC DE L'AAR**

**TOURNOI
DE NOËL**



Si vous voulez pratiquer le volley, apprendre à jouer ou améliorer votre niveau, le tout dans un groupe dynamique, rejoignez la section volley !

Vous retrouverez toutes les informations sur la section sur le site web de l'ASCM : <https://ascreditmutuel.fr/volley-strasbourg/>

CONTACTS

RESPONSABLE DE LA SECTION	José SPENGLER
ADJOINTE DU RESPONSABLE	Séverine THOMIERES
RÉDACTEUR DE L'ARTICLE	José SPENGLER

CLAP DE FIN DE LA
SAISON 2023-2024 !



« Un esprit sain,
dans un corps sain,
sur une planète dont
on prend soin,
sinon ça rime à rien ! »



Cette saison, du fait des Playades, restera dans les mémoires comme une saison particulière, même extraordinaire ! Que ce soit pour les participants, les bénévoles ou les organisateurs, c'est sûr, il y aura un avant et un après LES PLAYADES ! Que ceux qui se disent « mince j'ai raté ça » se rassurent il y a mille et une façons de vivre le sport au sein de l'ASCN, et cela quelle que soit la saison.

L'esprit collectif qui habite les membres du bureau et du comité permet d'offrir aux salariés l'occasion de s'exprimer sur toute sorte de terrain de sport extérieur ou intérieur, seul ou en équipe, avec bonne humeur, toujours !!

Et maintenant, il est même possible d'exprimer son esprit solidaire en étant bénévole pour l'ASCN.

La prochaine saison sera haute en couleur, le programme des événements est déjà bien rempli.

Alors ... venez, exprimez-vous !!

Sportivement,

Emanuelle

ancienne membre du bureau,
toujours bénévole ASCN





POUR UNE NOUVELLE SAISON À VENIR ;-)

BIENVENUE DANS VOTRE ASSOCIATION ASCM

Venez pratiquer une ou plusieurs activités physiques pour:

- Votre bien-être • Votre santé • Partager des moments conviviaux • Rencontrer des collègues de tous horizons • Garder la forme • Vous défouler • Pratiquer des activités adaptées à votre niveau encadrées par des animateurs qualifiés • Participer à des manifestations régionales, nationales voire internationales • Et surtout venez prendre du plaisir! •

VOS CONTACTS

- Un site internet: ascreditmutuel.fr
- Page facebook: [facebook.com/ascmstrasbourg](https://www.facebook.com/ascmstrasbourg)
- Page instagram: <https://www.instagram.com/alliancesportivecreditmutuel/>
- Un mail: ascm@creditmutuel.fr
- Un outil pour les inscriptions: tapez le mnémonique SPORT dans le mode express de l'intranet