



Le Lien SPORTS

Lettre trimestrielle d'informations sportives n°3 décembre 2012



Danse

A fond la Zumbaaa!!!!

Depuis un an le phénomène Zumba a déferlé sur Emerainville. Très vite ce sport a trouvé une foule d'admirateurs. S'appuyant sur des rythmes et des chorégraphies inspirés des danses latines (salsa, merengue, cumbia, reggaeton, kuduro ...) la Zumba est un mélange de fitness et de danse. Cette pratique attire principalement pour ne pas dire essentiellement des femmes. Grâce à la Zumba, elles peuvent désormais sculpter leur corps à leur rythme et surtout dans une ambiance festive. Aux quatre coins du monde le ton est donné. La sono à fond, des musiques entraînantes et un enchaînement de mouvements caractérisent

la Zumba. A Emerainville, Siriphone, la responsable de la section donne le tempo. Ce petit bout de femme au corps parfaitement sculpté impose à ses élèves un rythme endiablé. En haut en bas, à gauche à droite, en avant, en arrière, les corps n'en finissent pas de bouger, de se tordre. Près de deux heures durant, entrecoupées de courtes poses, les élèves de Siriphone se donnent à fond tout en gardant le sourire. Elles sont dans un état de transe qui leur permet de se surpasser et de brûler des calories tout en s'amusant. A Emerainville les *aficionados* de la Zumba peuvent s'entraîner chaque

semaine. Outre l'aspect ludique de la Zumba, celle-ci permet de travailler tous les muscles. Progressivement, les pratiquants gagnent aussi en souplesse (pilates, étirements), en force et en endurance. Le cœur à force de battre la chamade en alternant des morceaux très énergiques axés cardio et des moments plus lents pour récupérer, se tonifie. Résultat, on travaille son souffle et on apprend à respirer plus facilement. Si le côté physique est indéniable, la pratique de la Zumba permet aussi de travailler son mental. En s'alignant face à la «coach» en tra-



vaillant les exercices, les adeptes combattent leur stress quotidien. Impossible de penser à ses tracas quand on gesticule dans tous les sens porté par la musique, le rythme, les cris et les mouvements. Du coup le moral remonte en flèche.

n'osez pas? N'hésitez pas la Zumba vous tend les bras. Il suffit pour cela de vous rendre à l'Espace Saint-Exupéry et de vous inscrire pour les cours dispensés par Siriphone. Celle-ci vous donne rendez-vous le :
► Mardi-18/19h Salle Gavroche



Cela tient sans doute au pouvoir fantastique de la danse, expression corporelle et artistique par excellence, qui vident la tête et fait oublier les soucis. Vous rêvez d'essayer mais vous

(Malnoue)
► Mercredi-20h30/21h30 à Saint-Exupéry
► Vendredi-20h30/21h30 à l'Espace Guy Drut.
Une fois que vous aurez essayé vous

ne pourrez plus vous en passer. Vous aurez la Zumba chevillée au corps et qu'une seule envie : recommencer au plus vite. Pour les accrocs, des Zumba parties sont régulièrement organisées et permettent de se défouler en grand nombre. Une expérience, à vivre intensément et passionnément. Et vous ne serez pas seuls. Plus de 12 millions d'adeptes ont été recensés à travers le monde. Le succès fulgurant de la Zumba se décline sous diverses formes. C'est ainsi que l'on peut s'habiller Zumba, jouer sur sa console de jeu pour apprendre les premiers pas de la Zumba, regarder des DVD de Zumba des cours enseignés par Beto Perez (le créateur de cette discipline) dans les quatre coins du globe.

Les cours ont lieu le :
lundi de 21h à 22h à l'Espace Saint-Exupéry, le mardi de 18h à 19h salle Gavroche, le mercredi de 20h30 à 21h30 à l'Espace Saint-Exupéry, le vendredi de 20h30 à 21h30 à l'Espace Guy Drut.
Renseignements au 01 60 33 27 27.

Football

La relève arrive



Tir Une discipline discrète

Le tir sportif est indéniablement une discipline discrète. Le tir est pratiqué par des personnes faisant preuve d'un calme absolu et respectueux d'une réglementation stricte voire pointilleuse. Ne détient pas une arme le premier venu. Emerainville peut s'enorgueillir de compter parmi ses associations sportives l'ATSMV (Amis Tireurs Sportifs de Marne la Vallée). Un jeune club qui compte déjà des champions. En attendant d'avoir un créneau d'entraînement « 10 mètres » à l'Espace Guy Drut, 3 pis-

toliers de l'ATSMV se sont distingués à l'occasion des championnats départementaux qui ont eu lieu à Montereau. En sénior 3 et en précision, Michel a réalisé un score de 430 points en sénior 2 Lucien a effectué un score de 506 points. En Dame 2, Pascale a glané trois médailles d'or en pistolet précision (353 points), pistolet standard (246 points) et pistolet vitesse (9 points). D'ores et déjà ces tireurs se préparent pour les championnats Régionaux qui se dérouleront à Eaubonne et les championnats de France qui

auront lieu à Chateauroux début février.



Trop souvent l'image du football est ternie par des pratiquants qui n'ont pas vraiment les veines irriguées par l'amour du ballon rond. Bagarres, insultes... salissent un sport qui ne mérite certainement pas cela. Fort heureusement au sein des clubs et notamment celui d'Emerainville une section se distingue : celle des Baby foot. Bastien, Lucas, Thomas, Jules, Rayan, Aaron, Mylan et les autres tous âgés de 3 ou 4 ans, sont le sang neuf de cette discipline. Comme de très nombreux enfants de leur âge, ils rêvent d'appivoiser ce ballon qui ne cesse de se dérober à leurs pieds ainsi qu'aux exploits de leurs vedettes préférées. Tous les mercredis soir, ils se retrouvent pour apprendre le B.A. ba de cette discipline. Les dribbles sont hésitants, la démarche incertaine, le ballon n'en fait qu'à sa tête... Bref, les débuts sont difficiles

Le Football Club d'Emerainville a su, au fil des ans, se tailler une renommée positive dans le monde du football. Les résultats du week-end du 6&7 octobre sont là pour le prouver. La qualité de l'enseignement de ce sport, un encadrement compétent et dévoué, une école de football prometteuse... donnent au FCE tous les atouts pour briller sur les terrains. Malgré ceci, le président JC-Barbeau a dû se résigner à dissoudre les 2 équipes séniors du dimanche après-midi. En ce début de saison, le manque d'assiduité aux entraînements, une ambiance délicate dans les vestiaires, le manque de respect envers les éducateurs, la volonté de certains joueurs de ne pas payer leur licence, le manque de joueurs pour constituer 2 équipes ont contraint le club à se séparer de ses deux équipes du dimanche après-midi. Ces faits s'ajoutent

au comportement antisportif de joueurs et de certains supporters lors de la finale seniors de la Coupe 77 Nord entre Nanteuil et Emerainville fin juin. Le club a d'ailleurs dû s'acquitter d'un nombre important d'amendes en raison des incivilités et du comportement de ces prétendus sportifs. La coupe était pleine, il était temps d'agir. « Les joueurs sont les seuls responsables de cette décision » assure le président du FCE qui pense déjà à reconstruire. Ceci prendra effet la saison prochaine. L'équipe du dimanche après-midi renaîtra de ses cendres grâce aux jeunes joueurs qui ont été formés par le club et qui ont envie de jouer tout simplement au football pour la beauté du sport.

mais la joie de tirer dans les buts de toutes leurs forces, réunit ces enfants. Ces débuts sont peut-être laborieux mais à force de répéter leurs gammes, les automatismes vont se mettre en place. Ces enfants connaîtront toutes les « ficelles » du football mais bien plus encore, ils vont s'imprégner des véritables valeurs de ce sport. Le respect est un principe clef du football comme le fair-play, la protection des jeunes ou encore la solidarité. Comme le souligne l'U.E.F.A. « le football doit toujours être le premier et plus important élément à prendre en considération. Le football est un jeu avant d'être un produit, un sport avant d'être un marché, un spectacle avant d'être un business. » Nul



doute qu'à Emerainville ces « baby » franchiront un à un les échelons du football sans perdre de vue leurs idéaux et leur amour de taper dans un ballon pour le voir finir au fond des filets.

Emerainville est l'un des rares clubs de Seine-et-Marne à accueillir des enfants de 3-4 ans.

Selon Jean-Christophe Barbeau, le président du club émerainvillois « il existe une véritable demande à Emerainville. Des parents nous sollicitent dès la maternelle pour que leurs enfants soient accueillis ». Outre le fait que ces enfants pratiquent un sport, ils apprennent surtout à maîtriser les bases du football. Les résultats sont évidents dès qu'ils passent dans la catégorie supérieure, celle où théoriquement les enfants débutent le football. En effet, même les néophytes peuvent faire immédiatement la différence. Les anciens « baby » ont déjà acquis la manière de se déplacer sur le terrain, maîtrisent le ballon, les appuis, les tirs. Leur progression est, sans aucun doute plus rapide et les



acquis bien réels.

Tout ceci ne serait pas possible sans Annabelle Juif et Elisabeth Ribeiro qui entraînent chaque semaine ces bambins qui débordent de vitalité et de santé. Leur patience, leur autorité sont, sans doute, aussi une des raisons du succès des baby foot.

Football

Un portier nommé Adrien

Parmi les joueurs prometteurs, Emerainville compte dans ses rangs Adrien Barbeau qui évolue chez les moins de 15 ans comme gardien de but.

Adrien a été retenu dans la sélection finale des U15 du district 77 Nord qui est allée disputer les interdistricts U15 à Clairefontaine le jeudi 8 novembre. Après trois sélections et un stage de trois jours, il a su s'imposer comme étant l'un des deux meilleurs gardiens de cette sélection.

L'avenir semble radieux pour Adrien qui marche dans les traces de son père. Ce dernier a été, à une époque, à deux doigts de garder les cages des Girondins de Bordeaux chez les professionnels. Aujourd'hui Jean-Christophe Barbeau est non seulement le président du Football Club d'Emerainville mais il est aussi le portier de l'équipe jouant en Championnat du Dimanche Martin (CDM) et évoluant en Division d'Honneur Régionale (DHR). Il doit sûrement y avoir des gènes qui se transmettent de génération en génération.



Futnet

Du bronze pour Gil

Kévin GIL, membre de l'équipe de France Junior, a conquis la médaille de bronze lors des Championnats du Monde Junior de Futnet en battant nettement un joueur suisse (11-7 ; 11-7).



Succès historique, qui fait de Kévin GIL, le premier joueur du MES FUTNET sacré au niveau mondial. Quelle performance !!!

Kévin Gil, 17 ans, a su se débarrasser de ses adversaires Moldave, Ukrainien et surtout d'un très bon Hongrois dans sa poule, terminant 2^{ème} après une défaite face au Tchèque. En demi-finale, bien que poussé par toute une salle acquise à sa cause, il s'est incliné de peu face au Slovaque. Enfin dans le match pour la 3^{ème} place, le numéro 9 tricolore a livré l'une de ces prestations qui restent indélébiles dans nos mémoires : victoire 11-7 ; 11-7 face à un redoutable adversaire suisse dans une salle comble et une ambiance électrique. Cette médaille est le fruit du travail fourni avec le club d'Emerainville, et la promesse d'un bel avenir.

Au classement des Nations, la France termine 4^{ème}.