



Le Lien SPORTS

Lettre trimestrielle d'informations sportives n°4 mars 2013



Aïkido

L'art de se défendre

Élégant, esthétique, l'aïkido est un art martial atypique. La philosophie de ce sport ne prône pas la violence et ne cherche pas à nuire à l'intégrité physique de l'adversaire. L'Aïkido est un art martial en forme de self-défense avec des techniques tellement

particulières qu'elles permettent de préserver l'adversaire. C'est le principe de non-violence qui prédomine. Obtenir le désarmement volontaire de l'agresseur est à la fois l'objectif et la méthode de l'Aïkido. La force brutale, agressive délivrée par des combattants gorgés de tes-

totérone et de muscles déchirant les t-shirt, n'est pas de mise. Ce serait même le contraire, les aikidokas n'ont pas spécialement le physique de Rambo. Ce sport est, d'ailleurs très apprécié des jeunes femmes. En effet, en maîtrisant cet art, elles peuvent se défendre et mettre hors



Les aikidokas peuvent se défendre aussi bien debout qu'assis

d'état de nuire un adversaire plus musclé, plus lourd qu'elles.

Comment ?

L'aïkïdoka apprend à utiliser la force et l'énergie de son assaillant en la retournant contre ce dernier. Il s'agit de décourager son adversaire et non de le détruire. En clair, à force de voler dans tous les sens, l'agresseur s'épuise et ne demande pas son reste.

Mi-novembre, il était possible d'assister à un stage d'Aïkido organisé par le club Émerainvillois.

Près d'une centaine d'aïkïdokas venus de toute la France mais aussi



Démonstration par Maître Alain Peyrache

des pays limitrophes, ont participé à ce stage animé par Alain Peyrache, Maître 7^{ème} Dan.

Ce dernier a dispensé aux stagiaires son savoir et leur a fait répéter des techniques qui leur permettraient, le cas échéant de démorceler rapidement un agresseur et de le mettre en fuite sans l'avoir blessé sauf dans son orgueil.

Nullement réservé à une élite, l'aïkido peut être pratiqué par tous et à tous les âges.

L'association «Dojo Émerainvillois» créé en 2005 compte 30 licenciés selon son président M. Eric Per-

son. Les enfants, dès l'âge de 7 ans, peuvent depuis la rentrée apprendre à maîtriser les techniques.

Mais si vous rêver de coupes et d'honneurs, vous vous trompez de sport. En effet, il n'existe pas de compétition dans l'aïkido. Ceux qui revêtent l'hakama (sorte de jupe-culotte noire) ne rêvent pas de monter sur un podium mais seulement de gagner en sérénité.



A ce sport les femmes sont très fortes

Handball

Création d'une section

La Municipalité, en partenariat avec l'Association Sportive d'Emerainville (ASE), et l'appui du Comité Départementale de la Fédération Française de handball, envisage la création d'une section de handball sur la commune dès la rentrée prochaine. Cette section s'adresserait en priorité aux plus jeunes et viendrait ainsi étoffer l'offre municipale en matière de sports collectifs.

Si votre enfant (fille ou garçon) a entre 8 et 14 ans, et que cette initiative vous intéresse, merci de bien vouloir vous faire connaître auprès

de l'Espace St Exupéry (01 60 33 27 27 ou st-ex@mairie-emerainville.fr)



Futnet

Un sport à part entière

Impressionnant, acrobatique, ludique aussi, le Futnet, surnommé il n'y a pas si longtemps que cela

Tennis-ballon, est un sport à part entière. Ceux qui auraient tendance à le prendre pour un divertissement réservé à la plage, devraient chausser les baskets et enfiler le short le temps d'un set pour en comprendre toute la difficulté et l'énergie qu'il requiert pour dompter le ballon et l'envoyer de l'autre côté du filet. Leur opinion sur ce sport aura vite changé.

Mélange de football, de tennis et de volley, le futnet est loin d'être méconnu en France. C'est, en effet,

une technique d'échauffement bien connue des footballeurs de tous niveaux.

Mais le futnet ne se résume pas à ce simple exercice. C'est un véritable sport qui demande de l'agilité, de la souplesse, de la technique, une bonne condition physique et un sens tactique certain.

A ce petit jeu, les Émerainvillois sont particulièrement bons.

En effet, nombre des pratiquants du MES Futnet évoluent en équipe de France et collectionnent titres et médailles. Autant dire qu'apprendre à leurs côtés est un atout non négligeable car ils vous pousseront à aller au-delà de vos limites et à atteindre l'excellence.

Tous ceux qui se sont rendus à la compétition qui s'est déroulée le 23 février au gymnase Jacques Anquetil ont pu le constater. De nombreuses équipes ont participé à un tournoi ouvert permettant de se qualifier pour la finale nationale qui se déroulera le 4 mai à Franconville. Après une après-midi de rencontres les Émerainvillois ont, une nouvelle fois, démontré leurs qualités mais surtout leur supériorité. Les trois premières places ont été rempor-



Des reprises acrobatiques

tées par nos joueurs qui tâcheront lors de la finale de monter une fois de plus sur le podium.

On peut pratiquer le futnet à tout âge. Venez nombreux essayer ce sport au gymnase Guy Drut le samedi à 10h

Renseignements : Vincent Voisinot au 06 69 02 24 32

Un ballon spécifique

Les joueurs utilisent des ballons spécifiques fabriqués en République tchèque par la marque Gala. Il s'agit d'un ballon de football de type n° 5 en cuir (pression inférieure à la normale). Plus léger et plus élastique qu'un ballon de foot classique, il est utilisé pour toutes les compétitions nationales et internationales.

Prochaine parution du Lien Sports au mois de juin



Les participants du 23 février

Du sang et des larmes

Le ME Boxing club d'Émerainville prépare depuis plusieurs semaines un grand gala de boxe.

La présidente du club, Mme Elodie Tomas et M. Malek Ikhénache, entraîneur, voient grand pour leur première manifestation. Ils désirent redonner pleinement à ce sport le titre de «noble art». Une discipline qui était par le passé pratiquée par une certaine élite. Ce qui est encore le cas Outre-Atlantique.

Ces «gentlemen» se battaient dans le sens noble du terme, respectaient leurs adversaires ainsi que les règles. Si aujourd'hui la boxe a une mauvaise image à travers le public c'est sans doute, parce qu'il n'y a plus de champions pour faire rêver les foules et pas assez d'images de combats à la télévision...

Prévue pour la fin du mois de mai, cette rencontre devait permettre à nombre de boxeurs Émerainvillois

de rencontrer des combattants venus des États-Unis. Les boxeurs du Bronx (de New-York) se préparaient de longue date à cette compétition. Les «Ricains» voulaient rencontrer les «Frenchies» sur leur territoire. L'histoire de la boxe est jalonnée de rencontres entre Américains et Français. Des rendez-vous qui ont marqué les grandes heures de ce sport.

Le gala d'Émerainville devait renouer avec ce lien qui nous unit avec les États-Unis. Les Cerdan, Rocky Marciano, Mohamed Ali, Joe Frazier, Jean-Claude Boutier, Mike Tyson... ont fait l'histoire de ce sport. Malheureusement un coup du destin est venu briser les rêves des dirigeants du ME Boxing club et des boxeurs. Nos amis américains qui se cotisaient pour traverser l'Atlantique ont été victimes d'un vol. Résultat, ils n'ont plus les moyens de venir. Émerainville, vainqueur

par abandon. C'est bien triste mais ni Elodie Tomas ni Malek Ikhénache ne veulent renoncer au gala prévu. Celui-ci devrait opposer des boxeurs venus des clubs de la région parisienne à ceux d'Émerainville.

D'ores et déjà, les boxeurs Émerainvillois sont prêts pour ce grand rendez-vous qui se déroulera à l'Espace Guy Drut. De la sueur, du sang et des larmes attendent le public. L'accueil des Américains n'est, sans doute, que partie remise.



Tir

Le dimanche 24 février les tireurs de l'ATSMV sse sont retrouvés au gymnase Guy Drut pour notre entraînement dominical.

Ce jour-là, ils étaient un peu plus nombreux que d'habitude puisque les «anciens» ont eu le plaisir d'accueillir deux nouveaux adhérents (deux Fabrice !) qui se sont vite intégrés au sein du club. Après avoir assimilé rapidement les règles de sécurité sous l'œil bienveillant mais toujours vigilant de nos responsables de tir, ils ont pu faire leurs premiers «cartons».

Football

Le football club d'Émerainville accueillera cette année encore, début avril, des équipes britanniques.

L'équipe U14 du FCE rencontrera la Palmer Catholic Academy le 8 avril, à partir de 18H30.

Les moins de 15 ans affronteront, quant à eux, l'équipe de Tavistock College le jeudi 11 avril.

Cyclotourisme

Randonnée du Merlan

La traditionnelle randonnée du Merlan aura lieu le dimanche 31 mars. Départ entre 7h et 9h pour une randonnée de 50 et 89 km en Seine et Marne pour cyclos confirmés. Rendez-vous devant l'Espace Saint-Exupéry.

Fête du vélo

Le 2 Juin le vélo sera à l'honneur. A l'occasion de la Fête du vélo une randonnée sera organisée par le Cyclo club Emerainville/Malnoue et la municipalité - Départ de Saint Exupéry à 08h00 pour cyclo confirmé pour une randonnée de 50 km ou 80 km et entre 9h et 10h pour cyclo débutant pour une balade à travers le Val-Maubué.