



Comité départemental de badminton de l'Ain

## L'ACTU DU BAD DANS L'AIN

### L'Edito de Julien Burgos, Vice-Président du CODEP



La saison 2012-2013 n'est pas encore terminée que nous pouvons d'ores et déjà penser qu'elle sera positive pour le développement des clubs et du Comité. Cette saison est aussi celle de nouveaux records : plus de 30 équipes inscrites dans les différentes divisions d'interclubs, une affluence grandissante sur les tournois départementaux jeunes, 6 weekends de formation proposés aux encadrants.

De beaux évènements sont en

préparation : le club de Belley organisera le championnat régional jeunes les 1 et 2 juin, celui des 3 Rivières la finale du circuit départemental jeunes le 9 juin, mais aussi le club d'Oyonnax qui accueillera les cinquièmes championnats de l'Ain senior les 15 et 16 juin.

Cette saison encore, le Comité démontre que ses actions sont tournées vers les clubs, pour leur développement : en effet, il s'est adjoint les compétences de deux futurs professionnels du bad (Antoine Charbonnet et Sylvain Tatot) qui viennent renforcer le dispositif de formation des entraîneurs et jeunes joueurs.

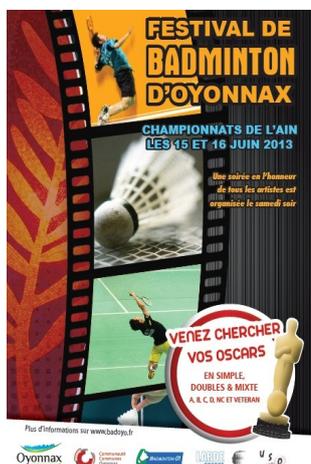
Tous ces points positifs nous ramènent à la problématique évoquée en début de saison : la professionnalisation des clubs et la mutualisation des moyens. Ainsi, nous avons proposé à tous les dirigeants de clubs de se concerter

pour connaître leurs besoins et voir comment ils pourraient créer un poste à plusieurs comme l'ont fait les clubs de Bourg en Bresse et Châtillon. Nous pensons que le Comité doit pousser les clubs à se diriger dans cette voie.

Enfin, parmi les actions de fond que nous menons depuis septembre 2012, il y a la communication du Comité. Pour communiquer plus et de façon plus structurée, nous allons très prochainement créer de nouveaux outils avec notamment un nouveau site Internet mis en ligne pour le début de la prochaine saison, qui diffusera toutes les informations sur les clubs, les évènements mais aussi une base de données accessible pour les entraîneurs.

Au nom du comité, je vous souhaite une excellente fin de saison et rendez-vous sur les terrains !

### CHAMPIONNAT DE L'AIN : En route pour Oyonnax !



Les 15 et 16 juin, Oyonnax accueille les championnats de l'Ain seniors et vétérans. Cette année, les organisateurs ont décidé de mêler deux univers : le badminton et le cinéma ! Des animations tout au long du weekend, un stand Badaboum et beaucoup d'autres surprises vous attendent les 15 et 16 juin !

Bien entendu, une soirée en l'honneur de tous sera organisée le samedi soir (repas complet à 16€)

Venez donc nombreux à Oyonnax pour tenter de remporter un Oscar dans votre catégorie !

**Laissez s'exprimer l'artiste qui est en vous !**

Plus d'informations dans votre club, sur le site du comité ou [www.badoyo.fr](http://www.badoyo.fr)

#### Dans ce numéro :

Interclubs 2

Jeunes 2

Interview 3

Formations 3

Agenda 4

Le coin de l'entraîneur 4

## INTERCLUBS : C'est Fini !

A l'issue de la dernière journée d'Interclubs (le 24 mars), le classement final est le suivant :

2012-13	D1	D2	D3	D4	Vétéran
1	Belley 1	Bellegarde	Oyonnax 2	St Genis 2	Les plasturgistes
2	Trévoux 1	ASPTT Bourg 1	Trévoux 2	Miribel	Les Chatillonnais
3	Bourg-Ceyzériat 3	Ambérieu 3	Belley 2	Bourg-ceyzériat 6	Les ventres jaunes
4	Oyonnax 1	St Genis 1	Bourg-ceyzériat 4	Belley 3	Les Genésiens
5	Prévessin 1	Châtillon	Bourg-ceyzériat 5	ASPTT Bourg 2	Belley's best team
6		Prévessin 2	Montmerle 2	Montmerle 3	Les bleus de Gex
7		Ambérieu 2	Montmerle 1		Bad in black
					Accrosbad



Les Interclubs en chiffres : 28 équipes, 14 journées, 8 lieux, 105 rencontres, 623 matchs et environ 150 joueurs. Merci à tous les participants pour leur bon état d'esprit et la bonne ambiance sur les terrains, aux organisateurs pour un accueil et une convivialité toujours appréciés.

FELICITATIONS à l'équipe de **BELLEY** (ci-contre) qui est Championne de l'Ain ! Elle jouera les barrages pour la montée en Régionale 3.

FELICITATIONS à l'équipe **d'OYONNAX** en Vétérans, division où le temps n'a pas de prise et n'entame en rien la motivation et le courage. Cette année encore, ce championnat a été très disputé, mais l'esprit sportif et convivial de cette compétition a toujours prévalu même lors de rencontres parfois très serrées, le titre s'est joué à la dernière journée. Le niveau se resserre et le championnat n'en sera que plus passionnant la saison prochaine.

Du côté des équipes de l'Ain engagées dans les championnats régionaux et nationaux :

- En Régionale 3 : l'équipe 1 d'Ambérieu se maintient en terminant 5ème de sa poule
- En Régionale 2 : l'équipe 2 de Bourg Ceyzériat termine dernière et jouera en R3 la saison prochaine
- En Nationale 3 : l'équipe 1 de Bourg Ceyzériat se maintient en terminant 3ème.

## JEUNES : Le dénouement approche

8 Tournois Départementaux jeunes (TDJ) ont été joués, il reste 2 étapes à Trévoux et Montmerle.

Le classement provisoire s'établit ainsi :



Le podium du TDJ de Miribel

CADETTES		
1	MARTIN Agathe	AB3R
2	CHARVENOZ Chloé	BCBC
3	MARTIN Lise	BCB
MINIMES FILLES		
1	BRETON Colleen	AB3R
2	BERUT Lucille	BCSV
3	DALOUBAIX Eline	FDVA
BENJAMINES		
1	MAUGE Salomé	BDCC
2	GUILBERT LY Anne Soline	BDCC
3	BAIL Mélody	SGB
POUSSINES		
1	LE Léane	FDVA
2	GUILBERT LY Ai Linh	BDCC
3	ROUAULT Linoa	BCSV
CADETS		
1	HYVERNAT Dylan	BDCC
2	LE BESCOND Anthony	BCSV
3	PICHARD Nicolas	BDCC
MINIMES GARCONS		
1	LOW Benjamin	SGB
2	LEYVRAZ Pierre	SGB
3	CHABANNE Antonin	FDVA
BENJAMINS		
1	LEGROS Rémi	BCB
2	BOLLIET Hector	BCB
3	BERARDAN Damien	ASPTT
POUSSINS		
1	ISSARTIAL Raphael	FDVA
2	ACOSTA Cyril	FDVA
3	CHABANNE Léo	FDVA

Deux compétitions régionales viendront clôturer cette saison :

Le Tournoi Régional Jeunes de l'Ain : 5ème étape du circuit régional jeunes organisée à Bellegarde/Valserine le 5 mai prochain ouvert aux 24 meilleurs jeunes poussins/benjamins/minimes et cadets de la région sur un tableau.

Le Championnat Régional Jeunes : organisé à Belley les 1er et 2 juin, il est ouvert à tous les poussins / benjamins / minimes / cadets et juniors de la région sur 3 tableaux.

## INTERVIEW : Les Gessiens en formation



Patricia Cédric Catherine

Catherine, Patricia et Cédric, licenciés au club de Gex ont suivi la formation d'Animateur Badminton cette saison. Nous en avons profiter pour faire plus ample connaissance :

### Comment êtes-vous arrivés au badminton ?

*Patricia* : je suis licenciée au club depuis 2 ans, j'ai découvert ce sport dans une structure privée où je louais un court avec mon mari, on y a pris goût, j'ai souhaité continuer dans un club près de chez moi à Gex.

*Cédric* : j'ai commencé le bad à la fin des années 80 avec un ami qui a monté le club de Cessy. Des blessures

m'ont tenu éloigné des terrains à plusieurs reprises mais depuis quelques années je rejoue régulièrement.

*Catherine* : je joue au club de Gex depuis 6 ans, j'ai découvert ce sport par hasard avec ma sœur. Nous avons fait un essai au club, cela nous a plu et nous avons continué.

### Pourquoi vous être inscrit à la formation d'Animateur ?

*Patricia* : je veux pouvoir aider le club en encadrant les jeunes. J'ai déjà un expérience avec les jeunes de l'école de ski ou j'aidais à l'encadrement lors des entrainements.

*Cédric* : pour ma part je préférerais encadrer les adultes et les aider à progresser. Mon travail d'animateur m'amène régulièrement à encadrer des jeunes sur des activités sportives.

*Catherine* : j'aime bien le contact avec le groupe, surtout les jeunes. J'ai aussi une expérience dans l'encadrement avec des groupes de ski.

### Recommanderiez-vous cette formation à nos lecteurs ?

*Patricia* : oui ! C'est une formation enrichissante et on apprend aussi beaucoup sur son jeu.

*Cédric* : bien sûr ! L'ambiance est bonne et on échange entre stagiaires pour savoir comment s'organisent les autres dans les clubs.

*Catherine* : c'est une formation complète puisqu'on y travaille l'animation et la technique. On réalise qu'encadrer un groupe n'est pas si compliqué et ne nécessite pas d'être une grande technicienne.

### Votre coup favori ?

*Cédric* : les coups en finesse au filet, surtout en double, ma discipline préférée !

*Catherine et Patricia* : notre coup préféré est celui qu'on aimerait maîtriser : le revers ! Mais il nous faudra encore quelques entrainements pour y arriver !

## FORMATIONS : Une saison bien chargée

Cette saison, le Comité a organisé 6 weekends de formation pour les encadrants de clubs :

Une formation d'Animateur, 1er degré d'encadrement fédéral, suivie par 9 stagiaires sur 4 jours.

Un weekend Module Technique, préalable à toute entrée en formation d'Initiateur, suivie par 13 animateurs (formés la saison passée).

Une formation d'Initiateurs jeunes, 2ème degré d'encadrement, étalée sur 2 weekends et suivie par 11 encadrants de clubs.

Une formation continue d'entraîneurs, organisée sur une journée, animée par le Cadre technique de la Ligue (sur la maniabilité et le double) qui a rassemblé une quinzaine d'entraîneurs actifs.



La saison prochaine devrait également faire la part belle à la formation des cadres qui est un enjeu majeur de cette olympiade pour le Comité.

<http://ain-badminton.jimdo.com>



Pour celles et ceux qui ne l'auraient pas encore vu : un super documentaire sur le badminton en Indonésie, produit par Intérieur Sport, une émission de Canal+. A ne pas manquer : <http://www.canalplus.fr/c-sport/pid2708-c-interieur-sport.html?vid=822873>

# AGENDA

5 mai : Tournoi Régional Jeunes  
Bellegarde/Valserine

19 mai : Tournoi Départemental Jeunes  
Trévoux

1/2 juin : Championnat Régional Jeunes  
Belley

8/9 juin : Tournoi Régional Séniors  
Prévessin

15/16 juin : Championnats de l'Ain Séniors  
Oyonnax

3 juin : Tournoi Départemental Jeunes  
Montmerle/ Saône

N°4 - Mai-Aout 2013

## Dernière minute :

**Pensez à faire établir votre certificat médical pour votre licence 2013/2014 à l'occasion d'une visite chez le médecin cet été**

**(il devra avoir moins de 3 mois en septembre).**

**Les modèles de certificats sont téléchargeables sur le site de la Ligue :**

**[www.badminton-ra.net](http://www.badminton-ra.net)**

## LE COIN DE L'ENTRAINEUR : Quelques conseils pour bien finir sa saison !

**Echauffement :** même si il fait plus chaud dans les gymnases, cette phase d'entrée en action reste indispensable pour éviter les blessures sur un organisme fatigué par 8 mois de bad.

**Hydratation :** plus il fait chaud, plus le corps cherche à se refroidir en évacuant de l'eau (la transpiration) qu'il faut donc remplacer très régulièrement. Buvez beaucoup d'eau.

**Étirements :** en fin de saison, on a tendance à oublier les bonnes résolutions du début (ou les bons conseils de son entraîneur) et les étirements passent souvent à la trappe. Ils vous permettront pourtant peut-être de terminer la saison sans dommage.

**Fatigue :** pensez à écouter votre corps, c'est souvent dans les périodes de fatigue que les bobos apparaissent : capacités physiques plus faibles + vigilance en baisse = risque de blessures.

**Compétition :** c'est peut être le moment de faire vos premiers pas en compétition : les championnats de l'Ain à Oyonnax sont faits pour vous. Ils vous permettront de faire des matchs adaptés à votre niveau (non-classés/vétérans) dans une ambiance conviviale.

**Juillet-août :** pour les compétiteurs acharnés, la pause estivale est importante psychologiquement et physiquement. Elle permet d'éviter la lassitude et de retrouver le goût du jeu à la rentrée et de mettre le corps au re-

pos (pour réparer les petits bobos). L'été peut aussi être l'occasion de faire un stage pour progresser, certains sont répertoriés sur le site de la FFBaD.

**Septembre :** pensez à reprendre progressivement, avec pourquoi pas quelques footings accompagnés d'un peu de renforcement musculaire (abdos, squats, pompes...), vos premiers volants sur le court seront moins douloureux.

Bon été à tous et rendez-vous en septembre sur les courts de Bad !

