LIGUE FFVoile Île-de-France

LA GAZETTE
DE LA LIGUE ILE DE FRANCE DE VOILE

N° 35 (Avril 2019)

Le mot du président

Sommaire :

Préambule
- Le mot du Président

Informations aux Clubs
- CNDS
- Questionnaire FFVoile
- Étude tarifaire dans les EFV

L'assemblée générale de la Ligue

Le sport santé

Les grandes épreuves à venir

La vie de la ligue
- Le CFFSN
- Nautisme en Île de France

La vie des clubs
- L'YCIF

La vie des séries
- Optimist

Les résultats de nos coureurs
- Laser

Vos liens avec la Ligue

L'assemblée générale 2018 de la ligue s'est tenue le 16 février en présence de Nicolas Hénard, Président de la fédération française de voile (voir l'article plus loin). Les rapports et les présentations peuvent être téléchargés sur le site de la ligue.

La création de l'agence nationale du sport va impacter directement et indirectement le fonctionnement de nos structures, clubs, CDV, Ligue. Pour la dernière fois, ce sont les Directions Départementales et régionales de la Jeunesse et des Sports qui distribueront les subventions venant de l'état (voir page suivant). Ce sera la FFVoile qui le fera à partir de 2020.
Pour ce faire et pour répondre aux nouveaux fonctionnements de la gouvernance du sport, la fédération française de voile doit présenter un plan de développement qu'elle souhaite partager avec les clubs et les CDV. Les CDV ont été consultés à l'occasion d'un colloque à Martigues en janvier, les clubs ont reçu un questionnaire (voir en page suivante). Pour le moment, les ligues ne se sont pas consultées.

On parle beaucoup du sport santé. Dans un article complet et très documenté, Benoît Cressent fait le point sur le sujet dans cette Gazette.

Pour finir, deux annonces. Après deux ans en sommeil, le Centre de Formation Francilien du Nautisme reprend ses activités et une nouvelle structure regroupant les quatre fédérations du nautisme est créée : Nautisme en Île de France.

Alain Laigle

La prochaine Gazette devrait être diffusée fin juin. Vous pouvez dès maintenant nous envoyer des articles (comidfvoile@idfvoile.com) La date limite de réception est fixée au 10 juin

FFVoile îledeFrance BRED BANQUE POPULAIRE Liberté • Égalité • Fraternité RÉPUBLIQUE FRANÇAISE PRÉFET DE LA RÉGION D'ILE-DE-FRANCE BANQUE POPULAIRE VAL DE FRANCE

INFORMATIONS AUX CLUBS

Il nous a été demandé de publier dans la Gazette des informations qui sont normalement envoyées aux Présidents de Clubs et qui ne sont pas transmises, soit par oubli, soit qu'elles ne sont pas parvenues à leur destinataire à cause d'une adresse erronée.

CNDS

L'Agence Nationale du Sport est officiellement crée depuis le 1er mars. C'est cette agence qui devra dispatcher dorénavant les crédits venant de l'état (ex CNDS).
2019 est une année de transition et pour un certain nombre de fédérations, dont la Voile, rien n'a changé dans les demandes CNDS et les dossiers, pour les clubs et pour les CDV, sont à déposer aux Directions Départementales.
À partir de 2020 ce sont les Fédérations qui devraient recevoir et gérer les crédits venant de l'état.
Les priorités de la campagne CNDS 2019 : https://lc.cx/mDp8

Questionnaire de la FFVoile

La nouvelle gouvernance du sport va impacter fortement la distribution des subventions dans les prochaines années. Pour répondre à ces nouveaux fonctionnements et pour être en ordre de marche pour interagir avec cette nouvelle organisation du sport en France, FFVoile souhaite présenter un plan de développement partagé avec les clubs. C'est pourquoi un questionnaire a été adressé à toutes les structures.
FFVoile indique que « ce questionnaire la été construit pour permettre aux clubs d'exprimer leur ressenti sur le développement de la pratique et présenter les grandes orientations de leur structure ».

Ce questionnaire a été transmis via la « Newsletter Club du 19 mars » et peut-être aussi directement aux clubs.
Lien vers la « Newsletter Club du 19 mars » : https://lc.cx/mDpX
Lien vers le questionnaire : https://fr.surveymonkey.com/r/DVXX6DM

Comme indiqué dans la présentation du questionnaire, ce document va servir à la rédaction d'un plan de développement de la Fédération Française de voile et in fine à la distribution des subventions venant de l'état.
Il est donc important que tous les clubs y répondent.

Étude tarifaire dans les EFVoile Résultats de l'enquête
Communiqué FFVoile

Les deux clubs franciliens contactés dans l'étude n'ont pas d'école de voile (A.L.)

À l'automne 2018, le Pôle Prospective et Développement Économique de la FFVoile a souhaité lancer une étude tarifaire sur les offres d'activités dans les structures affiliées labellisées EFVoile.
Ainsi 27 offres ont été observées dans un panel représentatif de 60 EFVoile du territoire. À l'origine de cette demande, notre volonté de mener des études pour mieux cerner l'organisation du secteur économique dans lequel s'insèrent les EFVoile. Mais également permettre aux EFVoile de maintenir/ défendre voire renforcer la place qu'elles occupent ou qu'elles aimeraient prendre au sein de leur secteur d'activité.

Le lien vers le résultat de l'enquête : http://espaces.ffvoile.fr/media/93014/-mbc-rapport-etude-tarif-efvoile.pdf

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE LA LIGUE

L'assemblée générale 2017 de la Ligue île-de-France de Voile s'est tenue le samedi 16 février 2019 à Nautique-Sèvre.
Elle a été matériellement organisée par le Comité Départemental des Hauts-de-Seine et il faut remercier sa présidente, Malika Adassen-Taleb pour la qualité de l'organisation.
Quarante-cinq représentants des clubs étaient présents ou avaient donné procuration.

L'assemblée générale s'est tenue en la présence de Monsieur Nicolas Hénard, Président de la fédération française de voile.
Au cours de son intervention, il nous a informé que la fédération française de voile travaille actuellement sur une réforme des titres afin qu'ils soient mieux adaptés aux différentes pratiques.
Il a rappelé qu'un des objectifs de la FFVoile est la réussite des jeux olympiques 2024, tant dans l'organisation que dans la conquête des médailles et que son souhait d'y voir une épreuve offshore semble se concrétiser.

Le compte rendu de l'assemblée générale ainsi que tous les rapports et toutes les présentations des commissions et des secteurs se peuvent être téléchargés depuis le site : http://idfvoile.com/ag2018.html.

Comme chaque année, les présentations ont été entrecoupées par l'élection au comité directeur, la remise des médailles et un repas convivial préparé par un traiteur dans une sale voisine de celle de l'Assemblée Générale.

Election du Comité de Direction

Trois places étaient à pourvoir au comité directeur de la Ligue, une n'était pas pourvue en début d'année et deux membres avaient démissionné. Deux candidats avaient fait acte de candidature : Alexandre Horgnie (C.V. Dennemont) et Loic Loppin (ASC BNP Paribas) Ils sont élus à l'unanimité.
Il faut regretter le manque de candidat pour venir travailler au comité de direction.

Remise de médailles

Traditionnellement, à chaque Assemblée Générale de la Ligue, des médailles sont remises à des licenciés franciliens, coureurs ou bénévoles, en reconnaissance de leurs actions au sein de la Ligue.
Cette année cinq médaillés avaient été proposés par les Commissions de la ligue et les CDV.
Médaille d'argent de FFVoile : Élisabeth Neidhart (YCIF)
Médaille de bronze de FFVoile : Paule-Marie Poulouin (USRO)
Médaille de bronze de la Ligue : Guy Bonin (Y.C. Athis Mons) et Christian Huber (CV Boucles de Seine)

Remise de la médaille à É. Neidhart par N. Hénard

Remise des trophées

Des trophées sont remis aux premiers clubs franciliens du championnat de France des clubs :
Dériveur : CVSQ, quatrième du championnat, représenté par Xavier de Cuverville
Quillard voile légère : C.V. Paris, deuxième du championnat, représenté par Marie-Thérèse Lannuzel-Jourdas
VRC : CVSQ, troisième du championnat, représenté par Xavier de Cuverville

Au cours de cette assemblée générale la charte régionale d'éthique et de déontologie du sport en Île de France a été signée par l'ensemble des représentants des clubs présents.

LE SPORT SANTÉ

Le « sport santé » recouvre la pratique d'activités physiques ou sportives qui contribuent au bien-être et à la santé du pratiquant. Ceci conformément à la définition de la santé par l'organisation mondiale de la santé (OMS) : physique, psychologique et sociale.

La pratique d'activités physiques ou sportives contribue au maintien de la santé chez le sujet sain dans le cadre de la prévention primaire. Elle contribue aussi chez les personnes vivant avec une maladie chronique non transmissible à améliorer l'état de santé. Mais permet aussi de prévenir l'aggravation et/ou la récidive de ces maladies chroniques (prévention tertiaire).

Prévention primaire

Prévention primaire

A partir de 6 ans, la pratique d'une activité nautique à voile peut être bénéfique : activité physique en extérieur, gestion de multiples paramètres (environnementaux, type de support, choix des activités) permettent d'envisager un ensemble d'acquisitions psychomotrices bénéfiques.

Il n'y a pas de limite d'âge à la pratique.

Dans le cadre d'une volonté de sensibilisation à la prévention solaire pour une pratique en pleine nature, compliquée par la réverbération des rayons solaires dans l'eau, un travail est réalisé à tous les niveaux pour inciter chaque pratiquant à être vigilant sur les dangers d'une exposition solaire trop prolongée, pour la peau et le métabolisme.

Une protection efficace doit s'appuyer sur les vêtements adaptés, la protection des yeux par lunettes et de la peau exposée par une crème solaire adaptée à l'environnement.

Afin de prévenir les blessures, même par microtraumatisme, les encadrants sont amenés à dispenser des conseils :

- De choix d'équipement de protection individuel et de vêtements et chaussures adaptés à la pratique (protection et chaleur);
- D'échauffement avant la pratique : mise en place d'une routine simple conformément aux préconisations de la fédération française de voile;
- D'hydratation régulière durant l'activité;
- D'information en cas de fatigue et/ou non maîtrise du support dans les conditions de pratique;
- De mise en place d'une routine de retour au calme après la pratique, si possible adaptée aux conditions (extérieur/intérieur) et d'entretien et rangement du matériel.

Prévention secondaire et tertiaire

Prévention secondaire et tertiaire (SPORT SUR ORDONNANCE)

A compter du 1er Mars 2017 les médecins sont habilités à prescrire aux patients souffrant d'une affection longue durée des activités physiques selon les modalités précisées au JO de la république le 31 décembre 2016.

Rappel de La loi N° 2016-41 du 26 janvier 2016 de modernisation de notre système de santé :

« Article 144 Le titre VII du livre Ier de la première partie du code de la santé publique est ainsi modifié : 1o Le chapitre unique devient le chapitre Ier et son intitulé est ainsi rédigé : « Fondation » ; 2o Il est ajouté un chapitre II ainsi rédigé : « CHAPITRE II « Prescription d'activité physique « Art. L. 1172-1. – Dans le cadre du parcours de soins des patients atteints d'une affection de longue durée, le médecin traitant peut prescrire une activité physique adaptée à la pathologie, aux capacités physiques et au risque médical du patient. « Les activités physiques adaptées sont dispensées dans des conditions prévues par décret. »

Rappel du décret

Le décret précisant les conditions de prescription et le parcours de soins des patients atteints d'une affection de longue durée est repris au JORF n°0304 du 31 décembre 2016 Texte n°48.

Le décret n° 2016-1990 du 30 décembre 2016 relatif aux conditions de dispensation de l'activité physique adaptée prescrite par le médecin traitant à des patients atteints d'une affection de longue durée.

Suite à un travail de fond mené, depuis septembre 2017, conjointement par la commission « sport santé » et le pôle « animation, vie des clubs et des territoires » du département DESE, nous vous

Suite

informons que la FFVoile a intégré officiellement le « Médicosport-santé » du CNOSF, Lundi 3 décembre.

Ce dictionnaire à visée médicale des disciplines sportives est consultable à l'adresse suivante : http://cnosf.franceolympique.com/cnosf/fichiers/File/Medical/Medicosport/medicosport-version-internet-v2.pdf

Parallèlement, le CNOSF a effectué un travail de digitalisation avec les éditions Vidal afin de mettre les fiches de chaque discipline en accès libre sur

https://www.vidal.fr Ce site évolutif, est consulté régulièrement par l'ensemble des médecins traitants.

Deux orientations stratégiques ont été choisies par la FFVoile dans l'écriture du Médicosport. Tout d'abord, au vu de la multitude de supports, de conditions de navigation ou de places dans un bateau, la FFVoile se positionne comme traitement sur l'ensemble des Affections de Longue Durée.

Ensuite, la FFVoile se positionne prioritairement sur les notions de bien être, et de (re) Sociabilisation.

Quel travail pour les clubs de voile ?

Quel travail pour les clubs de voile ?

1 – Etre répertorié

Pour dispenser une activité sport santé dans son club, il est nécessaire de s'inscrire sur le site Prescri'Forme.

L'Agence régionale de santé Ile-de-France et la Direction régionale de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale ont conjointement élaboré le Projet Régional Sport Santé Bien-Etre. Ce projet inclut la mise en œuvre du dispositif « Prescri'Forme : l'activité physique sur ordonnance en Ile-de-France ».

Le dispositif Prescri'Forme présente trois particularités franciliennes par rapport au cadre législatif :

- La possibilité de prescription est étendue aux médecins de toute spécialité, libéraux et hospitaliers ;
- Au-delà des ALD, le dispositif englobe l'obésité et l'hypertension artérielle ;
- Une plate-forme téléphonique départementale, au sein de chaque centre de référence-ressources agréé Prescri'Forme, vient en appui aux médecins notamment dans l'aide à la prescription de l'activité physique adaptée.

Parallèlement, des structures (clubs sportifs, associations), dispensant une offre d'activité physique adaptée sécurisée en termes de règles et de recommandations, ont été certifiées Prescri'Forme. Toutes ces structures, agrées, certifiées sont recensées sur le site www.lasanteparlesport.fr

2 – La formation des éducateurs

La FFVoile va mettre en place une formation « coach voile santé » qui devrait débuter au printemps 2019.

Cette formation, validée par le CNOSF, doit permettre de dispenser les contenus généralistes liés aux affections de longue durée, ainsi que leurs applications dans le champ de l'enseignement de la voile.

3 – Rechercher des financements

La mise en place de l'activité sport santé nécessite de créer des liens avec des nouveaux partenaires pour assurer son financement.
Une enquête menée en 2018 au sujet du sport sur ordonnance a montré que les principaux financeurs de l'activité sont :

- Le CNDS
- L'Agence Régionale de Santé
- La Commune

Par ailleurs, les mutuelles ont commencé à participer au financement de la pratique « sport sur ordonnance » pour leurs assurés.
Pour exemple : https://www.maif.fr/particuliers/sante-prevoyance/sport-sur-ordonnance.html

Suite

Benoît Cressent

DOMAINES D'INTERVENTION PREFERENTIELS DES DIFFERENTS METIERS				
Limitations / Métiers	Aucune limitation	Limitation minime	Limitation modérée	Limitation sévère
Masseurs Kinésithérapeutes	+/-	+	++	+++
Ergothérapeutes et psychomotriciens (dans leur champ de compétences respectif)	(si besoin déterminé)	(si besoin déterminé)	++	+++
Enseignants en APA	+/-	++	+++	++
Educateurs sportifs	+++	+++	+	non concernés
Titulaires d'un titre à finalité professionnelle ou d'un certificat de qualification professionnelle inscrit sur l'arrêté interministériel	+++	++	+[1]	non concernés
Titulaires d'un diplôme fédéral inscrit sur l'arrêté interministériel	+++	++	+[1]	non concernés

Domaines d'interventions des différents professionnels de la santé et du sport

[1] Concernés à la condition d'intervenir dans le cadre d'une équipe pluridisciplinaire

CHAMPIONNATS DE FRANCE ET ÉPREUVES MAJEURES À VENIR

Championnats minimes et espoirs

Championnat de France Minimes	6 au 12 juillet	Martigues
Championnat de France Espoirs Glisse	17 au 23 août	Brest
Chpt de France Espoirs Solitaire Equipage FlotteCo	24 au 30 août	Brest
Chpt de France Espoirs Kitefoil et Windfoil	24 au 30 août	
Championnat de France Jeunes Kiteboard Freestyle	24 au 30 août	
Championnat de France Jeunes Extreme Glisse	19 au 25 septembre	Carnac

Championnats des classes et pratiques

Championnat de France Star - Ducs de Nemours	3 au 5 mai	Annecy
Chpt de France Monotype Habitable - GPEN	25 mai au 1er juin	GPEN
Championnat de France des Croiseurs Légers	30 mai au 2 juin	Cazaux
Championnat de France Interséries	30 mai au 2 juin	Biscarrosse
Championnat de France IOM	30 mai au 2 juin	C V Angouleme
Chpt de France Handivalide Double - National Hansa	7 au 10 juin	C V Sevrier
Chpt de France 470 - 11eme Open de la Mirabelle	8 au 10 juin	Grand Est
Championnat de France Finn	3 au 6 juillet	Canet Perpignan
Championnat de France 5O5	5 au 7 juillet	Douarnenez
Chpt de France Handivalide Solitaire et Paravoile	25 au 30 août	Bordeaux
Championnat de France Sport Entreprise Habitable	5 au 9 septembre	Mèze

Autres grandes compétitions

Régate Nationale Coupe des vrais bateaux (505)	13 et 14 avril	Lac d'Orient
CIP OPTIMIST 2019 - Course en Flotte	13 au 18 avril	La Rochelle
National Nord M - Sélective au Mondial	13 et 14 avril	ASPPT Orléans
CIMA 420	17 au 21 avril	C V Marseillan
CIP Optimist 2019 - Course par équipe	19 au 21 avril	La Rochelle
Europa Cup 505	19 au 21 avril	Cannes
Viry 'S Cup	20 au 22 avril	Viry-Chatillon
National de Printemps (Hansa)	20 au 22 avril	Berck
Interligue Optimist Le Havre	11 et 12 mai	Le Havre
Championnat d'Europe Laser 4,7	18 au 25 mai	Hyères
Demi National 420	18 - 19 mai	
Championnat d'Europe Rs Feva Double	30 mai au 2 juin	Le Havre
Championnat de France IOM	30 mai au 2 juin	Angouleme
Championnat de France des Croiseurs Légers	30 mai au 2 juin	Lac de Cazaux
Championnat de France Interséries	30 mai au 2 juin	Biscarrosse
56ème Semaine de La Rochelle Dériveurs	7 au 10 juin	La Rochelle
National Maraudeur	8 au 10 juin	C N Bourgogne
National SNIPE	8 au 10 juin	Lac du Der
Championnat d'Europe Optimist	21 au 29 juin	Crozon-Morgat
Régate Nationale Cormoran	26 juin au 30 juin	St Quay-Portrieux
Internationaux Laser	11 au 14 juillet	Brest
Critérium National Fireball	12 au 14 juillet	Lac de Pareloup
National Muscadet	18 au 21 juillet	Granville
Open de France / Festiwind	28 juillet au 2 août	Loctudy
Coupe internationale d?été optimist	17 au 23 août	Plerin

L'Open de France est une compétition ouverte à tous les dériveurs, à tous les multicoques et à tous les quillards. Chacune de ces trois catégories court en temps compensé.

LA VIE DE LA LIGUE

NAUTISME EN ÎLE-DE-FRANCE

En Février 2018, une nouvelle association résolument plus ambitieuse est créée par les administrateurs du Centre de formation francilien des sports nautiques : Nautisme en Île-de-France. Elle vient en Janvier 2019 de s'implanter sur l'île de loisirs Vaires-Torcy, site des épreuves olympiques et paralympiques d'aviron et canoë-kayak de Paris 2024.

Nautisme en Île-de-France, c'est un chef de file d'une approche collective coordonnée pour développer, qualifier, promouvoir et partager une dynamique dans la filière nautique en Région Île-de-France.

Ses missions :

- Apporter une offre de formations, conseils et expertises adaptée aux acteurs de la filière ;
- Créer, favoriser, représenter et défendre l'emploi dans les métiers de la filière nautique ;
- Initier et piloter une qualification de l'offre sportive, loisirs, éducative et touristique ;
- Soutenir et contribuer à la gestion et l'exploitation d'équipements et infrastructures sportives.

Contact :
Nautisme en Île-de-France
3 route de Torcy 77360 Vaires sur Marne
Tél : 06.61.99.01.36
Mail : contact@sports-nautiques.fr
Plus d'infos sur le site internet : www.sports-nautiques.fr

LE CENTRE DE FORMATION FRANCILIEN DES SPORTS NAUTIQUES (CFFSN)

Le Centre de Formation Francilien des Sports Nautiques est une association à but non lucratif créée en 2004 avec le soutien du Conseil Régional et de la Direction Régionale de Jeunesse et Sports afin de répondre aux besoins de développement des activités nautiques en Île-de-France.

Cette structure de formation, unique dans le paysage sportif francilien est administrée par les ligues et comités régionaux des fédérations de canoë-kayak, de voile, de ski nautique et d'aviron.

Ses missions :

- Proposer des parcours individualisés de formations continues aux métiers des sports nautiques ;
- Organiser et planifier ces formations sous le rythme de l'alternance ;
- Proposer en accord avec les différents partenaires, les modalités de financement de ces formations ;
- Assurer le suivi et le soutien des stagiaires en formation.

Formations :

- Permis bateaux
- BPJEPS voile multi-supports jusqu'à 6 milles d'un abri.

Contact :
CFFSN
3 route de Torcy 77360 Vaires sur Marne
Tél : 06.61.99.01.36
Mail : formation@sports-nautiques.fr
Plus d'infos sur le site internet : www.sports-nautiques.fr

Télécharger le document :
https://lc.cx/mDfU

LA VIE DES CLUBS - YCIF

Championnat d'Ile de France des Monotypes 2.4mR (Quillard Olympique Handi)

Le 2.4mR est une série internationale depuis 1992. C'est le voilier des Jeux paralympiques depuis les jeux de Sydney, en 2000.

Il convient de rappeler que ce bateau est le quillard olympique des handis et que Damien Seguin est la vedette mondiale de la Classe avec deux titres olympiques en particulier.

Le Yacht-Club de l'Île de France, possède maintenant une flotte de dix Monotype 2.4mR, quatre en flotte collective appartenant au Club et six bateaux de propriétaires. C'est la plus grosse flotte d'Europe concentrée en un seul Club.

C'est donc tout naturellement que ce Championnat a été organisé pour la seconde fois à l'YCIF, sur le plan d'eau des jeux olympiques de 1924 à Meulan-les Mureaux, proche de Paris.

Quatorze bateaux sur le plan d'eau : une participation internationale, avec un bateau allemand, un hollandais, un Luxembourgeois et un belge venus compléter la flotte de l'YCIF se sont affrontés ces deux jours du week-end des 13 et 14 octobre 2018 dernier.

Arrivée et préparation des bateaux dès le vendredi pour être d'attaque le samedi : grand beau temps avec un vent du sud instable et tournoyant, assez classique sur ce plan d'eau.

La première manche est remportée par le local Loïc Eonnet, mais les manches suivantes furent très disputées, contraignant le Président du Comité de course à utiliser le pavillon noir : à ce jeu, la flotte se calma.

Au final de la première journée, la concurrente féminine hollandaise Wieta Junker prend la tête du Classement général provisoire.

Le dimanche, mêmes conditions météo, avec toujours un vent du sud instable et tournoyant. La bataille est acharnée, dans les petits airs, où il faut être à l'affût de la moindre risée, une seule erreur peut être fatale.

Au terme de beaux duels dans un esprit hautement sportif, le local Loïc Eonnet remporte finalement la Coupe au bénéfice du goal-average à 18 points devant l'Allemand Ulli Libor avec 18 points également suivi du belge Jean-Paul Alexander en troisième place.

Le soleil d'automne permit de très belles photos qui resteront de bons souvenirs et il est prévu devant le grand succès de cette deuxième édition, de se retrouver l'an prochain et d'inclure cette régate dans le circuit européen de la classe métrique des 2.4mR en 2019.

Michel La Claviere

LA VIE DES SÉRIES

OPTIMIST

Stage La Rochelle du 24 Février au 1er Mars 2019

Pendant les vacances de février, les Optimist franciliens ont participé à un stage à La Rochelle.
En plus du compte rendu de l'entraîneur de ligue, Vincent Aillaud, nous rapportons ceux de deux coureurs qui ont participé à ce stage.

Ce stage avait pour objectif d'étudier le plan d'eau de La Rochelle, afin de préparer la prochaine régate nationale (Coupe Internationale de Printemps) qui se déroulera du 14 au 19 Avril prochain.

Cette année ce stage a suscité un réel engouement auprès de nos jeunes sportifs, car pas moins de vingt-cinq coureurs franciliens étaient présents, issus des clubs de : l'US Créteil, CVSQ et Voiles de Seine.
Trois groupes étaient composés :
- 1 groupe pour les plus jeunes, entraîné par Gaultier de Tarade ;
- 1 groupe a fort potentiel encadré par Jordane Monin ;
- 1 groupe + expérimenté, entraîné par le responsable de la série Vincent Aillaud.

Les conditions météo, étaient faciles sur les quatre premiers jours, avec un vent ne dépassant pas les huit nœuds puis sur les deux derniers le vent est monté à 12-14 nœuds.
Nous avons pu naviguer au total près de vingt-deux heures pendant ces 6 jours.
Les coureurs étaient déterminés ou ils ont démontré beaucoup de motivation.
Sur le plan technique, les groupes ont pu travailler aussi bien à terre que sur l'eau sur : la conduite, les réglages, la mise en situation tactique, les départs et les règles de courses.

Vincent Aillaud Un grand merci aux parents accompagnateurs et aux Rochelais pour leur accueil.

La coupe Internationale de Printemps (CIP) sera courue à La Rochelle du 14 au 19 avril
Le lien sur Twitter pour suivre les Coureurs Optimist Franciliens :
https://twitter.com/TeamOptiIDF

Suite

Le stage, coté coureurs

Luca Kurbiel Le stage Optimist IDF a eu lieu à La Rochelle. Nous étions vingt-cinq coureurs divisés en trois groupes de niveaux différents à participer. Je fais partie du groupe de ligue IDF. Nous avons eu du beau temps pendant le stage mais peu de vent, donc le stage a été difficile car nous étions souvent en attente du vent.

Pendant le stage j'ai pratiqué les départs au lièvre, les départs surprises dans la minute et les speed tests. J'ai également participé au challenge IDF avec tous les coureurs où j'ai terminé septième. Je pense que j'aurais pu faire mieux le deuxième jour, mais j'ai fait un BFD et cela m'a déconcentré.

J'ai beaucoup aimé nos entraînements avec les Rochelais. Nous avons pratiqué de longues manches avec un bord de près très long, une descente au vent arrière et un petit bord de près jusqu'à l'arrivée. C'était encore mieux le jeudi lorsque nous avons eu plus de vent.

J'ai trouvé les exercices où nous n'avions pas le droit de virer très difficiles. C'était dur d'anticiper le passage de la bouée. Je dois mieux faire mes relances au près dans ce genre d'exercice.

Mon moment préféré a été lorsque j'étais devant pendant les manches du challenge et les manches d'entraînement. C'était le résultat de bons départs et donc de bons choix au niveau de la ligne de départ par rapport à la flotte et au vent.

Je me suis aussi bien amusé lorsque je suis monté sur la bouée cardinale lors d'une pause, mais j'ai eu du mal à me reconcentrer après donc je ne l'ai fait qu'une seule fois même lorsque les autres coureurs me demandaient de le refaire.

Gabriel Jarry Lors de la dernière manche du stage d'entraînement à La Rochelle, le vent était pas mal : petit temps en début de journée puis il est monté peu à peu. Je vous raconte cette manche car, je pense que c'était simplement ma meilleure manche de ce super stage parce que j'ai réussi à appliquer des choses que je venais d'apprendre. Le parcours était simple : remontée au vent jusqu'à la bouée au vent que l'on laissait à tribord puis un grand bord de vent arrière avec arrivée à la cale.
Au début de la procédure de départ, j'étais un peu stressé à l'idée de rater ma manche. Mais, je me suis repris un peu en entendant le signal des 2 minutes. J'avais décidé de prendre mon départ plutôt viseur car, d'après moi, ça passait à gauche, donc viseur. À une minute 30, je me suis positionné au milieu de ligne puis, à la minute, je commence à abattre pour arriver petit à petit au viseur. À 20 secondes du top départ, je suis arrêté à environ trois longueurs du viseur, quand je vois les forts arriver au viseur, ce qui me stresse encore. Ça m'impressionne, j'ai peur de ne pas être à la hauteur ou qu'ils me bloquent. Mais c'est moi qui réussis sur la ligne à bloquer Jasper, qui était au vent, comme Vincent nous l'a appris pendant le stage.

Suite

Après le départ, je vais bien entendu à gauche avec Keo, Bettina et Karl. Je me bagarre un moment avec Matéo, on fait une petite bataille de virements que je gagne en le déventant et je le laisse derrière. Je vois peu à peu que je suis très bien placé, environ dans les cinq premiers. Je me dis que c'est super et que je dois garder ma place pendant toute la manche. Je passe la bouée au vent cinquième mais je fais une faute, je touche la bouée et je dois tourner sur moi-même. Presque une aubaine ! Parce qu'on a travaillé les 360 et les 720 avec le coach pendant la semaine, pour savoir les faire le plus vite possible. Je répare quand même ma faute en bougonnant car ça me fait perdre deux places. Je commence à lofer un peu mais je me rends compte que c'est une erreur parce qu'il y en a à mon vent et ils me déventent. Donc, j'abats et je reprends de la vitesse. Après environ 15 minutes je commence à rattraper Perrine et Maïlis qui m'ont doublé pendant que je tournais. Je repasse devant Maïlis et passe la « perche » sous le vent cinquième, en faisant un empannage comme je viens de l'apprendre : se mettre en fausse panne et mettre peu d'angle de barre. Je me bagarre à fond pour que Maïlis et Jasper ne me doublent pas, en essayant de faire le plus de vitesse possible : en abattant, en relofant, en abattant, en relofant… Je finis donc la manche sixième car Maïlis a encore réussi à me doubler en me faisant lofer.

J'aurais pu faire encore mieux si je n'avais pas fait cette erreur à la bouée et si je m'étais tenu à l'écart de Maïlis pendant le dernier bord. Mais je suis quand même si content de ma manche que je tombe cinq fois en remontant mon bateau !

Après le stage, j'ai fait une régate à Pornic où le niveau était très haut, et que j'ai un peu raté parce que j'étais trop impressionné, je n'avais pas assez confiance en moi et j'étais fatigué. Mais j'ai accumulé encore plus d'expérience au cours de cette régate et j'ai compris mes erreurs. C'est-à-dire ne pas virer dans un dévent. Anticiper les passages de bouée lorsqu'il y a du courant. Ne pas être impressionné par les grosses lignes de départ. Éviter les flottes de bateaux tribord qui font perdre plein de places. Et manger plus pour avoir de l'énergie.

Pendant ce stage, j'ai vu que, quand j'étais très concentré et je contrôlais mon stress, j'étais capable de faire de très bonnes choses… J'ai compris que ce sont surtout mes épaules qui contrôlent mon bateau pendant le gros temps. J'ai appris aussi les différents types de vent qu'on peut avoir : synoptique, thermique, vent oscillant, convergent et divergent. Et les effets de site. Ça va me servir pour les Interligues et surtout la CIP, qui aura lieu là-bas.

Grâce à Vincent, j'ai amélioré mes empannages, mes 360/720, mes passages de bouée, ma position pendant le rappel, j'ai compris pourquoi mettre mon bateau à plat et certaines règles que je ne maîtrisais pas (exemple : la règle 13).
Vincent m'a demandé d'être plus tonique, de bien mettre mon bateau à plat, et de ne pas me laisser distraire par les autres. Je dois donc améliorer mon rappel, mes réglages et mon près dans le gros temps. Et aussi travailler ma confiance en moi, en faisant des exercices de relaxation et en me rappelant mes réussites.

LES RÉSULTATS DE NOS COUREURS

LASER

INTERLIGUE LASER - LE HAVRE - 23 ET 24 FEVRIER 2019

Tous les ingrédients pour rendre la régate « compliquée » tactiquement étaient réunis sur cette première Interligue de l'année, vent faible et oscillant, champ de pression réparti inégalement sur le rond avec des variations aléatoires et surtout très fort courant de marée dus aux forts coefficients…
L'équipe espoir IDF était bien présente en radial et représentée par : Pierre Laversin (CVSQ), Clément Onfroy (CN Enghien), Marc Bellon (CVSQ), Matthieu Morane (CVSQ) et Léandre Patier (CN Enghien).

En 4.7, également une bonne présence francilienne avec cinq jeunes coureurs, et en standard, deux anciens espoirs jouaient en partie leur qualification au CFSE : Paul Joly (CVSQ) et Alexandre Fourcade (US Créteil).
Sept courses ont pu être courues (bravo au comité de course) malgré ces conditions pas évidentes pour mouiller un parcours.
Vingt-sept Radial, onze Lasers 4.7 et quatorze standards étaient au départ.
Belle domination des espoirs Franciliens en Radial sur cette épreuve, malgré les mauvaises conditions météorologiques rencontrées cet Hiver, le travail effectué à tout de même payé. Restons humbles tout de même en sachant que l'équipe du Pôle espoir Havrais était eux à Brest !!!

Samedi 23 février

Belle performance du jour pour Pierre Laversin qui prend la tête du classement avec sept points, Marc Bellon est troisième, Matthieu Morane cinquième et Clément Onfroy sixième.
Pierre est très régulier et arrive à limiter sa prise de risque quand il le faut, Marc et Matthieu très réguliers également sur la journée, Clément qui termine bien ses deux premières courses (2 et 3) contre performe sur la troisième le faisant redescendre au général provisoire.

En 4.7 en l'absence de Romain Billy, la régate est un peu dominée par les Calaisiens, seul Simon Charles (VGA St Maur) arrive à tirer son épingle du jeu…
En standard, Paul et Alexandre sont respectivement deuxième et troisième au général provisoire.

Dimanche 24 Février

Conditions très compliquées avec les zones de pressions changeantes et la renverse du courant, il était vital de partir devant et de bien contrôler. Les différences de pression aléatoires à 50 mètres d'écart en latéral, ne permettaient guère la prise risque, il fallait être très réactif, affûté et opportuniste.

À ce jeu-là, Clément Onfroy réalise un parcours remarquable avec une belle régularité, vitesse, trajectoires presque parfaites et intelligence étaient au rendez-vous. En remportant deux courses sur les quatre courues de la journée, il s'adjuge la victoire finale au détriment de Pierre Laversin pénalisé par un OCS mais qui termine malgré tout troisième au général permettant à l'équipe de remporter deux podiums sur cette épreuve, c'était l'objectif.

Pour Marc, ce manque de régularité par rapport à la veille, perturbé par des conditions plus compliquées, Marc manque de réussite, même constat pour Matthieu mais le résultat reste positif Marc termine cinquième au général et Matthieu septième. Léandre qui courait sa première régate en Laser radial termine quatorzième. Bravo aux masters Frédéric Naizot (ABC Voile) et Sébastien Baudier (CVSQ) qui terminent deuxième et quatrième après un « dur combat ».
En 4.7, Simon Charles termine troisième.
En Standard, Paul Joly et Alexandre Fourcade terminent deuxième et troisieme.
En résumé, une belle progression de radial, l'objectif a été atteint sur cette épreuve.

Luc Pogonkine

Deux jours de stage ont suivi cette régate pour nos espoirs Radial.

Classements

LASER 4.7 - 11 inscrits

3	Charles Simon	V.G.A St Maur
4	Kurbiel Lena	CVSQ
5	Joetzjer Nikita	CVSQ
6	Rozenberg Kamila	CVSQ

LASER Standard - 14 inscrits

2	Fourcade Alexandre	U.S Créteil
3	Joly Paul	CVSQ
8	Gallo Pierre Jean	CVSQ
9	Mounier Claude	C.V.C.E.P. Saclay
11	Carnot Marin	CVSQ

LASER Radial - 27 inscrits

1	Onfroy Clement	S.N. Enghien
2	Naizot Frédéric	ABC Voile
3	Laversin Pierre	CVSQ
4	Baudier Sebastien	CVSQ
5	Bellon Marc	CVSQ
7	Morane Matthieu	CVSQ
13	Weiler Didier	C.N. Viry-Chatillon
14	Patier Leandre	S.N. Enghien
26	Caujolle Manon	CVSQ

Vos liens avec la Ligue

Nous vous rappelons que vous pouvez suivre les activités de la Ligue et trouver toutes les informations dont vous pourriez avoir besoin en nous rejoignant sur :

Le site technique de la Ligue http://asso.ffv.fr/ligue-idf/

Vous y trouverez toutes les informations techniques relatives aux différents secteurs (calendrier des épreuves, manifestations, département développement, formations, liens, commission arbitrage, commission sportive, classement des coureurs, commission féminine…).

Le nouveau site de la Ligue http://idfvoile.com

Ce nouveau site se veut être un lien pratique entre tous les coureurs de l'Ile-de-France : vous pourrez y trouver au fil du temps toutes les informations sur les activités voile en Ile-de-France : où naviguer, sur quels bateaux… Vous y trouverez également de nombreuses informations sur les différentes séries, où on peut les rejoindre. Un forum permet de vous inscrire à la bourse aux équipiers, petites annonces…

Twitter @idfvoile

Suivez la Ligue Île de France de voile sur Twitter : @idfvoile.
Les tweets apparaissent en temps réel sur notre site : idfvoile.com
N'hésitez pas à Tweeter toutes les nouvelles qui peuvent intéresser les voileux franciliens. Cela peut se faire directement depuis le site.

Facebook facebook.com/ligueidfvoile

- Vous souhaitez participer à la communication de la Ligue
- Vous avez un article pour la gazette
- Votre série n'est pas encore présentée sur le site idfvoile.com

N'hésitez pas, contactez nous : comidfvoile@idfvoile.com

LIGUE ILE-DE-FRANCE DE VOILE - 60 rue CASTAGNARY - 75015 PARIS
Tél. : 01 48 42 48 38 - E-mail : idfvoile@club-internet.fr - http://asso.ffv.fr/ligue-idf/

Responsable de la publication : Alain Laigle