

CONTACTS



UNION SPORTIVE DE CRÉTEIL

L'U.S. CRÉTEIL UNE UNION D'ASSOCIATIONS

Plus de Démocratie, de Responsabilité, d'Autonomie et d'Entraide.

On parle de l'USC, pas des USC et pourtant, depuis le début de la décennie, le club omnisports s'est transformé en Union d'Associations, regroupant 29 clubs membres pour un total de 6500 adhérents autour d'une philosophie et d'un projet fortement exprimés.

« Redonner à la démocratie sa place dans les associations sportives suivant le principe de la loi de 1901 ». Les clubs omnisports, tout au moins dans les grandes cités, sont moins performants parce que trop centralisés, trop lourds et permettent au directivisme de se développer.

Notre club omnisports a donc entrepris de se transformer en Union d'Associations pour permettre la responsabilisation et l'autonomie aux niveaux administratif, financier et sportif. Les sections sont donc devenues des Associations autonomes regroupées autour de l'US Générale, association fédératrice.

Cette formule ne s'appuie sur aucun dispositif juridique particulier et c'est peut-être pourquoi elle suscite un engouement et une adhésion librement consentie.

C'est probablement la formule de l'avenir pour mieux préparer l'organisation et la gestion du sport des années 2000.

Camille LECOMTE

STAGE DE FONT ROMEU 2000

Du 5 au 12 février 2000, 46 participants dont 6 présentant un handicap moteur ou mental vont se rendre à Font-Romeu afin de participer à un stage d'oxygénation alliant la préparation physique générale, avec notamment du ski de fonds et du footing, et la pratique sportive de chaque association représentée (Athlétisme, Badminton, Gymnastique Rythmique, Lutte et Multisports).

C'est la troisième année que ce stage est organisé et c'est la première fois qu'y sont associées des personnes handicapées, ce qui est dans la continuité des actions entreprises par l'U.S.C. depuis deux ans dans le cadre du sport intégré.

NOUVELLES DE NOS TUTELLES

Le Conseil d'Administration de notre association a été amené à se prononcer à plusieurs reprises, au cours des dernières années, sur la mise sous tutelle de certaines de nos associations-membres. C'est ainsi que le Basket, le Cyclisme, l'Haltérophilie, le Tennis et tout dernièrement la Boxe française ont été placées sous la responsabilité directe de l'U.S.C..

En ce début de l'an 2000, nous avons toutes les raisons de nous réjouir de l'évolution de certaines d'entre elles qui, vraisemblablement, pourront au cours de cette année, être libérées de la tutelle.

Il en est ainsi du Cyclisme, qui, sous la Présidence de Tutelle de Roger BAUMANN a retrouvé une saine gestion et pour autant connaît des résultats particulièrement encourageants. Le Basket et le Tennis, sont également sur la bonne voie et ont réussi à former un bureau, parmi leurs adhérents respectifs, bureau pour le moment provisoire, mais qui pourra être l'ossature de celui qui gèrera « l'après-tutelle ».

Ces évolutions vont complètement dans le sens qui a présidé à la création de la procédure de tutelle qui consiste à prendre en main pendant une période de un ou deux ans les destinées d'une association, afin de mettre tout en œuvre pour préserver son existence et lui permettre de se développer harmonieusement.

La Boxe française, pour ce qui la concerne, après un début de saison tumultueux qui a entraîné la démission de l'ensemble des dirigeants et du cadre, recommence à connaître la sérénité et l'on peut penser que d'ici fin juin 2000, il sera possible à cette association de reprendre son autonomie sous l'œil toutefois vigilant du bureau exécutif de l'U.S.C..

Pour ce qui est de l'Haltérophilie, l'activité est actuellement suspendue. Pour se déterminer sur son avenir il faut attendre son évolution au plan national.

À suivre....

L'U.S.C. À L'HEURE DU WEB

Le WEB, tout le monde en parle, y compris l'US Créteil et c'est même, depuis quelques semaines, un sujet d'actualité.

Un site est aujourd'hui le moyen de communiquer en interne comme en externe.

Déjà, le Badminton et le Cyclisme ont créé leur site Internet ou ils présentent leur club, et donnent une multitude de renseignements sur leur vie ainsi que les principaux résultats obtenus.

Il est apparu nécessaire au bureau que l'US Créteil ait son site et donne la possibilité aux associations-membres qui ne disposent pas de spécialiste de, malgré tout, pouvoir communiquer par ce moyen moderne.

Il a donc été décidé de nous lancer dans cette mise en place et nous vous présentons au cours du premier trimestre 2000 les premières pages de notre site.

Simultanément, nous préparons une convention spécifique au Web, convention qui permettra aux associations en mesure de créer leur propre site, de garder leur autonomie, tout en respectant une charte applicable à l'ensemble des membres.

D'ores et déjà, nous vous conseillons de consulter le site de nos deux précurseurs: Cyclisme:

<http://club-internet.fr/perso/cocovelo/>
Badminton:

www.chez.com/uscbadminton





LUTTE

Malgré un effectif diminué, en raison notamment de blessures, les lutteurs de l'U.S.C. ont réussi à se qualifier pour la Finale du Championnat de France par Équipes DN2, qui s'est déroulée à Bagnolet, face au club local, le samedi 18 décembre 1999, devant un public chaleureux.

De nombreux supporters cristoliens avaient fait le déplacement afin d'encourager nos lutteurs. On a ainsi pu remarquer avec plaisir dans l'assistance, M. DUPRE (Président de l'US Créteil Cyclotourisme), Mlle MASSE et M. VALETUDIE (USC Athlétisme), Mlles CHOUET et ARNEFFAUD (USC Multisports), ainsi que M. Gernot ROHR, entraîneur de notre équipe de Football, mais aussi des anciens tels que Franck ABRIAL et Jean-Marc GOURDIN.

Malheureusement, les encouragements n'ont pas suffi

à nos lutteurs pour vaincre et le titre est finalement revenu à l'ASG Bagnolet sur le score de 9 à 5.

Rencontre de bonne qualité, au cours de laquelle on a noté les excellentes prestations de Benoît SCHULLER et Enrico VACCARO.

L'Équipe, sur l'ensemble du Championnat, était constituée par Saïd BOUADDI (54 kg), Garry BOUVET (58 kg), Sébastien CHAMBINAUD (63 kg), Djamel AINAOUI (63 kg), Benoît SCHULLER (69 kg), David TEIXEIRA (69 kg), Patrice MELICIANO (69 kg), Hafid DIB (76 kg), Philippe GRASLAND (76 kg), Enrico VACCARO (85 kg), Fabien CUNAULT (85 kg), Laurent CASTIGLIOLA (85 kg), Isaac M'PIA ENDJAM (97 kg) et Olivier WELZER (97 kg).

1ÈRE JOUR	16/10/99	HËNHEIM AC/US CRÉTEIL	8 à 6
2ÈME JOUR	23/10/99	VILLENAVE D'ORNON / US CRÉTEIL	7 à 7
3ÈME JOUR	30/10/99	US CRÉTEIL, EXEMPT (CP BESANÇON FOR-FAIT)	
4ÈME JOUR	13/11/99	US CRÉTEIL, EXEMPT (CP BESANÇON FOR-FAIT)	
5ÈME JOUR	20/11/99	US CRÉTEIL / VILLENAVE D'ORNON	7 à 6
6ÈME JOUR	27/11/99	US CRÉTEIL / HËNHEIM AC	8 à 6
1/2 FINALE	11/12/99	US CRÉTEIL / CHEVIGNY ST SAUVEUR	8 à 6
FINALE	18/12/99	ASG BAGNOLET / US CRÉTEIL	9 à 5

L'entraîneur était Sébastien CHAMBINAUD.

Mais malgré cette défaite, les lutteurs fidèles à leurs habitudes, ont fêté cette rencontre avec les Bagnoletais, tard dans la nuit...

Alain BERTHOLOM



Les lutteurs de l'U.S.C., à Bagnolet. Photographie de Laetitia DOUTRE

SÉMINAIRE DE RÉFLEXION

Le bureau exécutif a jugé utile d'organiser une journée au cours de laquelle, l'ordre du jour serait exclusivement consacré à des sujets de fond et où seraient exclus les points du quotidien qui font l'objet des réunions mensuelles traditionnelles. C'est donc entourés du Directeur administratif et des Directeurs techniques que nos élus ont abordé deux sujets au cours de la journée du samedi 23 octobre 1999. La première partie de la journée fut consacrée à réfléchir sur la communication interne et externe et la seconde partie permit de jeter les bases de la politique sportive de notre association pour les quatre années à venir: «Créteil-Athènes 2004»

Une fois faite la synthèse de cette journée, nos élus feront un rapport au Conseil d'administration pour validation.

«Contacts U.S.» organe de communication ne manquera pas de vous tenir informé de ces évolutions.

MÉDICAL

L'ALIMENTATION ET LA COMPÉTITION

La préparation du sportif est un domaine très important car elle conditionne son état de santé actuel et futur. L'alimentation est un des aspects fondamentaux car si le sportif oublie certaines règles élémentaires ou s'il opte pour une alimentation anarchique, les conséquences peuvent être catastrophiques.

Pendant l'entraînement il est conseillé d'avoir une alimentation équilibrée et diversifiée riche en vitamines, calcium, phosphore...

Avant la compétition, le repas pris trois heures avant, doit être riche en glucides (pâtes, riz, céréales) afin d'éviter «le coup de pompe». Il est nécessaire de boire beaucoup même sans avoir soif, la sensation de soif étant le premier signe de la déshydratation qui met en souffrance les muscles qui sont mal oxygénés.

Pendant la compétition, il est encore nécessaire de boire en petite quantité mais souvent. L'apport d'énergie doit se faire sous forme d'absorption de chocolat noir ou de barres de céréales.

Après la compétition, l'alimentation doit permettre d'éliminer les produits de l'effort et de la fatigue, de compenser les pertes en eau et en minéraux et de reconstituer le stock de glycogène. La boisson doit être un jus de fruits, riche en glucides et le repas doit être équilibré, sans graisse et plutôt riche en glucides afin de compenser les pertes.

Dans le contexte actuel de dopage, il est important de savoir que toutes les boissons ou produits miracles commercialisés n'apportent rien au sportif et peuvent même être cause de déséquilibre en apportant trop de sodium ou de sucres. Il est préférable de consommer des jus de fruits frais.

L'absorption de vitamine C avant, pendant ou après la compétition est à proscrire car si elle peut donner l'impression «d'un coup de fouet», elle est surtout responsable de «coups de pompes» catastrophiques.

L'apport de l'eau reste un élément essentiel pour éviter les tendinites. Au total l'important est de garder tout au long de l'année une alimentation équilibrée et une bonne hygiène de vie et, au moment des compétitions d'apporter à l'organisme le supplément d'eau et de sucres qui lui sont nécessaires pour l'effort.

Docteur Marie Claude ROMANO,
Médecin conseiller du directeur de l'enseignement scolaire, ministère de l'éducation nationale, de la recherche et de la technologie.



LES P'TITS BÉLIERS ENVAHISSENT LA TÉLÉ

Après une première apparition télévisuelle dans le public de l'émission « STADE 2 » du dimanche 12 décembre 1999, les P'tits Béliers ont pris goût aux studios de France 2. En effet, 25 enfants de l'école multisports ont passé une soirée exceptionnelle dimanche 19 décembre 1999 en participant à l'enregistrement de l'émission « **Les Trophées des Champions** », émission diffusée le 26 décembre 1999 à 18h10).



Nos P'tits Béliers



Nos entraîneurs « multisports » Nathalie, Alban et Sandrine autour de Christophe DOMINICI, finaliste de la Coupe du Monde de Rugby



née 2010!...

Sandrine ARNEFAUD

Cette émission a pour objectif de rendre hommage au sport et à ses acteurs en récompensant les champions français les plus emblématiques et les sportifs les plus charismatiques de l'année.

Et les P'tits Béliers dans tout cela?

Plus sportif que les sportifs, chaque enfant accompagnait un champion pour recevoir son trophée.

Le résultat est assez réussi: nos sportifs en herbe ont passé une bonne soirée présentée par Pierre SLED et Michel LEEB (ambiance garantie) et ont côtoyé leurs idoles telles que Stéphane DIAGANA, Yanna BELKACEM (athlétisme), Félia BALLANGER (cyclisme), Damien TOUYA (escrime), Larbi BENBOUDAUD (judo), Frank ESPOSITO, Roxana MARACINEANU, Stéphane PERRROT (natation), Patrice MARTIN (ski nautique), Fabrice SANTORO, Olivier DELAITRE (tennis), Loïc PEYRON (voile), les équipes de France de Handball et de Rugby....

Bref, un Noël avant l'heure et des souvenirs plein la tête... et qui sait, les P'tits Béliers recevront peut-être le trophée de l'an-

SPORT ET HANDICAP

Après un an de fonctionnement positif, nous attaquons la saison 99/2000 avec une motivation grandissante et espérons la partager avec chaque association membre.

La pratique sportive intégrée permet aux personnes valides et handicapées de se rencontrer et d'effacer les différences.

Alors quoi de neuf :

- en partenariat avec l'Éducation Nationale et la Ville de Créteil, l'U.S.C. va intervenir en milieu scolaire, accueillant des enfants handicapés afin de lier le projet éducatif et le milieu associatif.

- dans le cadre de notre préparation au B.E.E.S. Sport Adapté, nous avons rencontré M. MAHIEU, de l'A.F.A.I.M. de Choisy le Roi et entraîneur d'une équipe de basket adapté évoluant au niveau national. Leur palmarès leur a fait souhaiter pratiquer en championnat F.F.B.B. (Fédération française de basket-ball). Depuis septembre, cette équipe joue avec des joueurs de l'U.S.C. Basket.

- du matériel de tir à l'arc pour handicapé visuel a été acheté.

- nos entraîneurs accueillent un groupe de déficients intellectuels lourds pour pratiquer la voile sur la base de Choisy le Roi. Cet hiver, ils rénoveront un bateau.

Nathalie CHOUËT et Alban WATREMEZ

FOOTBALL

31/07/1999 CRÉTEIL NIORT 1 À 1	4/12/99 LE MANS CRÉTEIL 2 À 0
7/08/1999 GUINGAMP CRÉTEIL 0 À 2	11/12 CRÉTEIL LAVAL 2 À 0
13/08/1999 CRÉTEIL LE MANS 1 À 1	15/01/2000 CAEN CRÉTEIL
17/08/1999 LAVAL CRÉTEIL 1 À 0	26/01/2000 CRÉTEIL NÎMES
21/08/1999 CRÉTEIL CAEN 2 À 1	02/02/2000 CANNES CRÉTEIL
03/09/1999 CRÉTEIL CANNES 1 À 1	05/02/2000 CRÉTEIL NICE
07/09/1999 NICE CRÉTEIL 2 À 0	16/02/2000 VALENCE CRÉTEIL
11/09/1999 CRÉTEIL VALENCE 2 À 1	26/02/2000 CRÉTEIL AJACCIO
18/09/1999 AJACCIO CRÉTEIL 2 - 0	11/03/2000 LORIENT CRÉTEIL
25/09/1999 CRÉTEIL LORIENT 0 - 1	24/03/2000 CRÉTEIL CHÂTEAURoux
01/10/1999 CHÂTEAURoux CRÉTEIL 0 - 0	28/03/2000 GEUGNON CRÉTEIL
08/10/1999 CRÉTEIL GEUGNON 1 - 4	08/04/2000 CRÉTEIL LOUHANS CUISEAUX
16/10/1999 LOUHANS CUISEAUX CRÉTEIL 0 - 0	15/04/2000 SOCHAUX CRÉTEIL
23/10/1999 CRÉTEIL SOCHAUX 0 - 0	21/04/2000 CRÉTEIL TOULOUSE
30/10/1999 TOULOUSE CRÉTEIL	28/04/2000 LILLE CRÉTEIL
06/11/1999 CRÉTEIL LILLE 1 À 0	05/05/2000 CRÉTEIL WASQUEHAL
09/11/1999 WASQUEHAL CRÉTEIL 1 À 0	13/05/2000 AMIENS CRÉTEIL
12/11/1999 CRÉTEIL AMIENS 2 À 0	20/05/2000 NIORT CRÉTEIL
20/11/99 CRÉTEIL GUINGAMP 1 À 3	

HANDBALL

ALLER			RETOUR	
DATE	ADVERSAIRES	LIEU DES RENCONTRES	DATE	LIEU DES RENCONTRES
25/09/1999 20H30	IVRY CRÉTEIL 27 À 27	GYMNASSE DELAUNE IVRY	06/02/2000 17H00	PALAIS DES SPORTS CRÉTEIL
29/09/1999 20H30	US DUNKERQUE CRÉTEIL 24 À 21	SALLE DEWERT DUNKERQUE	13/02/2000 17H00	PALAIS DES SPORTS CRÉTEIL
10/10/1999 17H00	CRÉTEIL ACBB 20 À 19	PALAIS DES SPORTS CRÉTEIL	26/02/2000 20H30	EXTÉRIEUR
16/10/1999 20H30	CRÉTEIL ISTRES SPORTS	SALLE DES FÊTES ISTRES	05/03/2000 17H00	PALAIS DES SPORTS CRÉTEIL
19/10/1999 20H30	CRÉTEIL MONTPELLIER 15 À 22	PALAIS DES SPORTS CRÉTEIL	12/03/2000	EXTÉRIEUR
07/11/1999 17H00	CRÉTEIL VILLENEUVE D'ASQUES 23 À 20	PALAIS DES SPORTS CRÉTEIL	18/03/2000	EXTÉRIEUR
12/11/1999 20H30	PARIS ST GERMAIN CRÉTEIL 20 À 19	GYMNASSE PIERRE DE COUBERTIN	26/03/2000 17H00	PALAIS DES SPORTS CRÉTEIL
21/11/1999 17H00	CRÉTEIL PONTAULT COMBAULT 28 À 22	PALAIS DES SPORTS CRÉTEIL	08/04/2000	EXTÉRIEUR
27/11/1999 20H00	CHAMBÉRY CRÉTEIL 19 À 17	EXTÉRIEUR	16/04/2000 17H00	PALAIS DES SPORTS CRÉTEIL
05/12/1999	CRÉTEIL LIVRY-GARGAN 26 À 25	PALAIS DES SPORTS CRÉTEIL	19/04/2000	EXTÉRIEUR
10/12/1999 20H30	TOULOUSE CRÉTEIL 27 À 21	EXTÉRIEUR	30/04/2000 17H00	PALAIS DES SPORTS CRÉTEIL
19/12/1999 17H00	CRÉTEIL SELESTAT 26 À 22	PALAIS DES SPORTS CRÉTEIL	06/05/2000 20H00	EXTÉRIEUR
22/12/1999 20H30	BORDEAUX CRÉTEIL 26 À 23	EXTÉRIEUR	10/05/2000 20H00	PALAIS DES SPORTS CRÉTEIL

