

Le bulletin du sport associatif du 16^{ème} arrondissement de Paris - www.oms16paris.asso.fr

Activités de l'OMS du 16ème

- P02 Arollo Paris 16
- P03 20^{ème} Forum des Sports du 16^{ème}
- P05 Famillathlon 2010
- P06 Journée des Associations 2010
- P07 5^{ème} Cross de la Croix-Rouge du 16^{ème}
- P08 11^{ème} Open de tennis de l'OMS 16^{ème}
- P09 Téléthon 2010 dans le 16^{ème}
- P11 Village de Noël Européen au Trocadéro

Activités de vos Associations

- P12 Association Française d'Arts Chinois
- P13 Association Jean-Baptiste Say
- P14 Paris Lutte Olympique
- P15 Les Glénans
- P16 Shotokan Karaté Club Paris 16

Info 16 Sport

Coordination :

Christophe Girbe - Priscilla Pierre

OMS du 16^{ème} arrondissement de Paris

Mairie du XVI^{ème}
71 avenue Henri Martin -75116 Paris
Tél. : 06 63 67 08 54

Avec le soutien de la Direction Régionale de la Jeunesse et des Sports, la Direction de la Jeunesse et des Sports de la Ville de Paris, la Mairie du XVI^{ème}, le Comité des OMS de Paris et nos partenaires :



La Madeleine



Madame, Monsieur
Chers amis,

En feuilletant les pages de ce 15^{ème} numéro d'Info 16 Sport, vous découvrirez le compte-rendu des manifestations sportives de l'OMS et de ses partenaires depuis juillet dernier.

Vous pourrez également prendre connaissance de l'actualité de certaines de nos associations adhérentes, qui par le dynamisme de leurs dirigeants et leurs bénévoles, mettent en valeur le sport amateur dans notre arrondissement.

D'ailleurs, jamais il ne sera suffisamment rendu hommage au dévouement et à la générosité de ces bénévoles qui demeurent des acteurs majeurs du développement du sport associatif à Paris et particulièrement dans notre arrondissement.

Cet engagement collectif permanent et le respect qui, à juste titre lui est du, justifie à lui seul la nécessaire prise en compte par les autorités des moyens logistiques convenables à mettre à disposition des associations parisiennes et leurs adhérents.

Mais cette année 2010 s'achève pour le sport associatif et scolaire dans notre arrondissement sur une frustration : la mort d'un site omnisport historique. Durant des décennies, ce dernier a permis, tant aux sportifs professionnels qu'amateurs, d'exercer leur sport et se côtoyer régulièrement.

Cette décision de le faire disparaître a eu pour effet d'engendrer de très nombreuses difficultés pour permettre aux associations de l'arrondissement de poursuivre leurs activités alors que les sites de remplacement, plus ou moins promis, ne sont pas opérationnels.

Cette situation délicate pourrait, malheureusement dans le temps, décourager la bonne volonté de certains clubs fragilisés par cette situation et les inciter à cesser leurs activités, au détriment du public.

Alors au cours de l'année 2011 qui s'annonce, le monde associatif sportif devra rester vigilant et continuer de faire entendre sa voix pour permettre à la raison de l'emporter, afin qu'un juste équilibre des domaines sportifs puisse être accordé, notamment dans le 16^{ème} arrondissement.

A l'approche des fêtes de fin d'année, les membres du Comité Directeur de l'OMS 16 se joignent à moi pour vous souhaiter à toutes et à tous une excellente année 2011, ainsi qu'à celles et ceux qui vous sont chers.

Christophe Girbe

Président de l'OMS du 16^{ème}

Un événement roller dans le 16^e

Le stade de la Muette accueillait cet été les stages « Touroller » qui furent un franc succès, conjointement organisés par le PUC roller et votre association AROLLO Paris 16, avec le concours de la Mairie du 16^{ème} arrondissement et de l'OMS. Ces stages totalement gratuits, ont attiré un nombre grandissant de patineurs. Tous les dimanches de cet été, nombreux ont été ceux : débutants, pratiquants ou compétiteurs, qui sont venus profiter des cours d'initiation ou de perfectionnement prodigués par les entraîneurs diplômés des deux associations. De nombreuses disciplines y étaient représentées : randonnée, hockey, slalom, vitesse...



Une première à Paris !

Dans ce cadre, le dimanche 18 juillet régnait une ambiance chaleureuse. Pour la première fois à Paris, dans un contexte sympathique, était organisé au stade de la Muette un tournoi de vitesse sur piste. Du côté des compétiteurs et des spectateurs, l'atmosphère était enthousiaste, un parfum de compétition cordiale régnait sur la piste : roues neuves, roulements bien huilés, regards acérés derrière les indispensables lunettes de soleil...



Dés midi, sous une météo clémente, les filles faisaient les premiers tours de roues pour un chrono individuel sur une distance de 200m : **Frédérique Moy** l'emporte. Chez les hommes, **Yann Dujarrier** parvenait à descendre sous les 20 secondes !

Puis place au très attendu 1.000m, 5 tours à 5 patineurs de front. Une course où il faut, non seulement faire parler sa pointe de vitesse, mais aussi être maître dans l'art du placement.

Enfin l'occasion fut donnée aux fondeurs de s'exprimer. Tous en piste, garçons et filles, pour un 10.000m à élimination.

Il était particulièrement plaisant pour les patineurs, comme pour le public, de voir évoluer un peloton de près de 30 patineurs sur la piste.



Un public nombreux puisque c'est durant cette épreuve de fond que la randonnée "Rollers & Coquillages" nous a rejointe sur le stade de la Muette. **Plus de 3000 spectateurs** ont donc pu jouir d'un magnifique final avant d'envahir la piste désireux de goûter, eux aussi, au bitume.

Une conclusion haute en couleurs grâce aux personnalités présentes

Yves Hervouet Des Forges (Adjoint au Maire du 16^e arrondissement chargé de la jeunesse et des sports), **Christophe Girbe** (Président de l'Office du Mouvement Sportif du 16^e), **Christine Bernard** et **Alain Esnault** (Présidente et directeur du CDRS75) **Jean-Christophe Blanc** (Responsable technique AROLLO), **Philippe Moulié** (Président de Roller et Coquillage) ont remis les récompenses aux vainqueurs du jour.



Yves Hervouet des Forges a conclu, micro en main, en affirmant sa volonté de développer encore plus le roller au sein de l'arrondissement et de perpétuer le travail déjà accompli cette saison afin de :

- *réhabiliter le bowl de La Muette et conserver la piste du stade de La Muette pour en faire le pôle roller de l'ouest parisien,*
- *conserver la polyvalence omnisports du stade de La Muette pour contenter tous les citoyens du 16^e, notamment pour l'accès des plus jeunes et des scolaires.*

AROLLO et le PUC roller tiennent, tout particulièrement, à remercier, tous les participants à cette compétition, et avant tout, la Mairie du 16^e arrondissement, l'OMS du 16^e, le CDRS75 et Roller & Coquillage pour leur aide et leur soutien à l'organisation de cette journée de compétition et du stage estival.

Venez nous rencontrer, seuls ou en famille pour acquérir de bonnes bases roller, et pratiquer les nombreuses activités qui en font une discipline sportive riche.

Jean-Christophe Blanc – BEES
Responsable technique AROLLO

Co-auteur, **Stéphane Kerbrat** - PUC roller

20^{ème} anniversaire du Forum des Sports du 16^{ème}



Destiné en priorité aux familles et aux jeunes de notre arrondissement, l'édition 2010 du Forum des Sports du 16^{ème} s'est déroulée **le samedi 11 septembre** de 10h00 à 18h00.

Ce dernier a connu une belle affluence, du fait notamment du nombre important de visiteurs, mais aussi par la quantité et la qualité des associations représentées.

Après deux éditions, 2008 et 2009, réalisées sur le site omnisports du stade Jean Bouin, le Forum des Sports du 16^{ème} réintérait cette année la Mairie de notre arrondissement pour y fêter son 20^{ème} anniversaire.



Tout au long de cette journée, les visiteurs se succédèrent auprès des 56 stands installés dans les salons de la Mairie. De nombreuses démonstrations y ont été présentées par les associations et leurs bénévoles, mettant ainsi en valeur les activités du sport associatif et scolaire : taekwondo, gymnastique, pétanque, lutte féminine, danse orientale, capoeira, kung-fu,...

La Mairie du 16^{ème} et l'Office du Mouvement Sportif ont œuvré ensemble pour faire de cette journée l'événement sportif du début de cette saison 2010 – 2011, dans notre arrondissement.



Claude Goasguen – Député Maire du 16^{ème} - a officiellement ouvert ce Forum des Sports 2010 en présence de **Bernard Debré** – Député de Paris et des Elus du 16^{ème} arrondissement, dont **Danièle Giuzzi** – Premier Adjoint au Maire, **Yves Hervouet des Forges** – Adjoint au Maire chargé de la Jeunesse et des Sports et **Dominique Rousseau** – Adjointe chargée de la Vie Associative.

Au cours de leur intervention, ils n'ont pas manqué de saluer et féliciter les bénévoles et dirigeants associatifs pour leur engagement au service des autres.

OFFICE DU MOUVEMENT SPORTIF DU 16^{ème}
Près de 90 associations sportives et scolaires à votre service

Mairie du XVI^{ème} - 71 avenue Henri-Marin 75116 Paris

Courriel : contact@oms16paris.asso.fr - Site : www.oms16paris.asso.fr - Boîte vocale : 06 63 67 08 54

20^{ème} anniversaire du Forum des Sports du 16^{ème} (suite)



Un hommage émouvant fut rendu à **Maurice Gruel** disparu durant l'été dernier – ancien Président de la section judo du Stade Français à Géo André de 1990 à 2004, ceinture noire 9^{ème} dan, parmi les trois plus hauts gradés du judo français, ancien champion de la 1^{ère} équipe de France des années 1950.

Yves Hervouet des Forges rappela la carrière de ce passionné, qui gravit très rapidement les échelons des responsabilités dans l'encadrement des équipes de France : on lui doit les trois premières médailles olympiques du judo français, en 1972 à Munich.



Mais le couronnement de sa carrière d'entraîneur fut le 1^{er} titre de champion du monde de judo par un Français, obtenu en 1975 à Vienne.

La partie officielle a pris fin à l'issue de la remise de la médaille du XVI^{ème} aux jeunes sportifs méritants des associations et établissements scolaires de notre arrondissement.

Après l'inauguration, tous, élus, responsables associatifs et visiteurs se sont réunis autour du traditionnel verre de l'amitié.



Les stands de nombreux partenaires, tels que la Société Générale du 16^{ème}, Décathlon, Coca Cola Entreprise et la Croix-Rouge Française du 16^{ème} ont connu eux aussi un vif succès.

Avec le Forum des Sports, les associations sportives et scolaires du 16^{ème} ont une nouvelle fois démontré leur dynamisme et leur enthousiasme au cœur d'un arrondissement de la Capitale où l'activité du sport amateur est une réalité au quotidien.

Christophe Girbe

Président de l'OMS du 16^{ème}



Famillathlon 2010



La 6^{ème} édition de ce grand événement sportif et familial s'est déroulée le **dimanche 26 septembre 2010** sur le Champ de Mars, dans une ambiance conviviale et détendue.

Malgré des conditions météorologiques peu favorables, l'événement a réuni de très nombreuses associations, clubs, organismes, acteurs publics et privés du sport en famille, de la prévention, de la santé et de la solidarité.

Le temps d'une journée, le Champ de Mars s'est à nouveau transformé en terrain de sport géant et les familles présentes ont eu la possibilité de pratiquer de nombreuses activités sportives.

Comme lors des années précédentes, le 16^{ème} arrondissement était bien évidemment présent pour participer à cette fête familiale, l'association Paris Pétanque 16 animant toute la journée les ateliers pétanque ou de très nombreux enfant se sont illustrés.

Tout au long de ce dimanche, de nombreuses personnalités se sont rendues sur le Champ de Mars

Accompagnés des organisatrices de l'évènement, dont **Guilaine Bonhore** – Présidente de Famillathlon, **Jean-François Lamour** – Député de Paris et double champion olympique, **Laura Flessel** – double championne olympique à l'escrime et **Ladji Doucouré** – double champion du monde du 110 mètres haies, ont rendu visite aux associations représentées, en présence d'**Yves Hervouet des Forges** - Adjoint au Maire du XVI^{ème}, **Serge Mercier** – Président du COMS, **Christophe Girbe** – Président de l'OMS du 16^{ème} et **Michel Provost** – Vice-président.



En fin d'après midi, **Pierre Gaboriau** – Adjoint au Maire du XVI^{ème} – est également venu saluer les animateurs des stands.

Cette année encore, malgré les intempéries, l'Association Famillathlon a réalisé une très belle manifestation au pied de la Tour Eiffel, permettant aux jeunes et moins jeunes d'apprécier cette journée familiale et sportive.

Priscilla Pierre
OMS du 16^{ème}

Journée des Associations 2010



Le Forum associatif s'est tenu le **samedi 2 octobre 2010 à la Mairie du 16^{ème}**. Il a été un lieu de rencontre, de partage et de dialogue entre les habitants et les 104 associations accueillies.

Cette journée a été l'occasion d'échanger des expériences et de permettre un enrichissement mutuel. Elle a été rythmée par des démonstrations sportives et musicales animées par les associations présentes.



La découverte des variétés de musique et des animations a permis au public de connaître les activités proposées par les associations de leur arrondissement.

Les bénévoles ont apporté un soutien associatif nécessaire et indispensable. Je tiens tout particulièrement à les remercier de leur dévouement dans leur travail.

Pour la première fois, des ateliers gratuits (maquillage, smoothies et dégustation, etc..) pour les enfants ont été également offerts par nos partenaires privés.



Cette effervescence associative façonne notre identité d'arrondissement et notre Mairie ne peut qu'en être fière.

Le Forum s'est ainsi clôturé dans une ambiance festive, orchestrée par un remarquable groupe de jazz.

Dominique Rousseau
Adjoint au Maire du XVI^{ème}
Chargée des Associations



5^{ème} Cross de la Croix-Rouge Française du 16^{ème}



Lors de cette 5^{ème} édition du Cross de la Croix-Rouge de Paris XVI^{ème}, organisé en partenariat et en toute amitié avec l'OMS, **samedi 16 octobre 2010**, une centaine de coureurs et sauveteurs ont passé la ligne d'arrivée accompagnés de quelques gouttes de pluie.

Rapidement éclipsées, c'est sous le soleil qu'ont été dispensées les Initiations aux gestes de Premier Secours et que les plus rapides des 3 et 6 kms de course ont été récompensés.



Notre benjamin, notre doyenne et la famille la plus nombreuse à courir ont eux aussi été remerciés de leur participation, il n'y a pas d'âge pour profiter de cet agréable parcours autour de l'hippodrome d'Auteuil !!



Les coupes et nombreux lots de la tombola ont été remis par Pierre Gaboriau et Jacques Legendre, Adjointes au Maire du 16^{ème}. Christophe Girbe, Président de l'OMS, entouré de Michel Provost et Jean-François Chérubin, Vice-présidents et quelques membres de l'équipe de l'OMS du 16^{ème} étaient également présents pour encourager les participants.

Merci à tous les acteurs de cet évènement et à l'année prochaine.

Oubay Churbaji
Directeur de la Croix-Rouge 16^{ème}

11^{ème} Open de Tennis de l'OMS 16^{ème}

Durant trois jours, le stade Jean Dixmier a été le théâtre d'affrontements tennistiques de tout premier plan. En effet, entre le 25 et le 27 octobre 2010, plus de 60 enfants, âgés entre 7 et 14 ans, ont participé à cette onzième édition du Tournoi Open de Tennis du 16^{ème} arrondissement organisé par l'OMS 16 en partenariat avec l'APSAP-VP. Avec plus de 100 matchs joués et différentes animations, ce nouvel open, basé sur la découverte de la pratique en compétition, peut être qualifié de nouvelle réussite.

A chacun son tennis



Ce tournoi, ouvert seulement aux joueurs non classés, a pour objectif, comme le rappelle **Steve Le Gallais**, un des organisateurs pour l'OMS 16, « de proposer un maximum de matchs aux participants. Contrairement aux tournois officiels, chaque enfant joue en moyenne dans cet Open 3 à 5 matchs. Son apprentissage de la compétition est donc réel. »

Nous avons pu observer durant ces trois jours de très beaux matchs, aux résultats souvent indécis. Tous les ingrédients du tennis en compétition (la tactique, la technique, le physique, le mental, l'arbitrage...) ont été présents durant cet open. Le suspens a même été au rendez-vous sur plusieurs finales.

Pas de perdants, que des vainqueurs !

Un facteur est commun à chaque tournoi : il y a forcément un vainqueur et des perdants. Si cet Open de tennis du 16^{ème} privilégie un aspect ludique et pédagogique, il n'en reste pas moins que l'aspect sportif est tout autant primordial. Il suffit de voir avec quelle impatience nos plus jeunes participants ont attendu la remise des prix.

D'ailleurs, comme le souligne **Gregory Leclerc**, directeur sportif de la section tennis de l'APSAP-VP, « tout le monde sort vainqueur après un tel Open. Avec le nombre de matchs effectués, nos jeunes compétiteurs ont acquis une très grande expérience. Rien ne remplace la réalité du match. Il permet de se juger et de corriger ses défauts par la suite. Gagnant ou perdant, on sort tous grandis d'une telle expérience. »

Une remise des prix ensoleillée



A l'image de ce tournoi, la remise des prix s'est effectuée dans un esprit très convivial : un soleil couchant venant même conclure ces trois belles journées. Un grand merci aux élus du Comité Directeur de l'OMS 16, représenté en premier lieu par son Président Christophe Girbe, qui ont apporté leur soutien à cette onzième édition. Nous remercions également Jean-François Cherubin, Vice Président de l'OMS 16, Jacques Lelièvre, Président du Paris Jean Bouin, et Olivier Ponzio, Président de l'APSAP-VP, pour leur participation active durant la remise des prix. Enfin, nous remercions Steve Le Gallais, Gregory Leclerc, Jean-Michel Sorlin et les différents bénévoles qui ont contribué à la réussite de ce onzième Open.

Yann Le Faou

Directeur Général de l'APSAP-VP

Téléthon 2010 dans le 16^{ème} arrondissement

Malgré des conditions météorologiques peu favorables, les sommes récoltées au cours des activités sportives et culturelles organisées par l'OMS du 16^{ème} et ses partenaires institutionnels, associatifs et scolaires ont permis de faire **un don au Téléthon de 7 706,00€**.



Comme de tradition maintenant, nous avons débuté nos animations Téléthon dans le 16^{ème} au lycée La Fontaine.

Ce **vendredi 03 décembre** vers 8h30, des courses de relais interclasses étaient organisées au sein de l'établissement scolaires. Ces activités, coordonnées par **Michel Chieze**, Secrétaire Général de l'OMS et l'ensemble des professeurs d'EPS ont réuni les 1 700 élèves durant la matinée.

Vers 11h30, **Julie Piétri**, marraine du Téléthon à Paris, accompagnée de **Christophe Girbe**, Président de l'OMS du 16^{ème}, **Yves Hervouet des Forges**, Adjoint au Maire du 16^{ème}, **Christophe Durand**, Coordinateur du Téléthon dans la Capitale, **Madame Khayat**, Proviseur et quelques membres de l'organisation, a participé aux épreuves avec les jeunes sportifs et les a remercié pour leur engagement.

Lors de la remise des diplômes de participation qui suivit, **Laurence Dreyfuss**, Conseiller de Paris et **Nicole Monier**, Adjoint au Maire du 16^{ème}, sont elles aussi venues féliciter les jeunes pour leur participation aux épreuves.

Le **samedi 04 décembre** au matin, sous la neige, les élèves de Jean-Baptiste Say ont participé, avec leurs professeurs d'EPS emmenés par **Christine Duret** et **Laure Vigouroux** en présence de **Madame Marguin**, Proviseur, à une course d'endurance dans l'enceinte du collège.

Franck Capillery, Parrain de l'OMS du 16^{ème} pour le Téléthon 2010, a complimenté les jeunes collégiens et leurs parents pour leur engagement à ce 24^{ème} Téléthon.

Au même moment, le public (enfants et parents) participait aux activités sportives qui avaient débutées à l'Apsap-vp, près de la porte de Saint-Cloud.



Vers midi, sur ce même site, a eu lieu la réception 2010 du Téléthon dans notre arrondissement en présence de **Julie Piétri, Claude Goasguen**, Député Maire du 16ème, **Bernard Debré**, Député de Paris, **Marie Thérèse Junot, Pierre Gaboriau, Yves Hervouet des Forges, Jacques Legendre**, Adjointes au Maire, **Aurélien de Saint Blancart**, Conseiller d'arrondissement, **Christophe Girbe, Olivier Ponzio**, Président de l'Apsap-vp et **Serge Mercier**, Président du Comité des OMS de Paris.

Après le déjeuner, alors que se poursuivaient les autres activités (badminton, tennis de table, jeux vidéo,...), débuta le traditionnel Défi Pétanque du Téléthon, coordonné par **Jean-Louis Oliver** et **Jean-Michel Sorlin**, Président de Paris Pétanque 16.



Ce concours eu lieu en présence de nombreuses personnalités du monde du spectacle et de la presse, à l'image de **Patrick Préjeant, Michel Larosa, Sam Bernett, Jean-Pierre Beltoise, Bernard Larmande, Pierrette Bres, Bernard Menez, ...**

En fin d'après midi, cette rencontre de pétanque 2010 a vu la victoire, après une finale très disputée, de la triplète emmenée par **Véronique de Villèle** face à l'équipe conduite par **Franck Capillery**.



La remise des prix qui suivit, fut présidée par les présidents de l'OMS du 16^{ème} et de l'Apsap-vp.

La journée se termina par un diner dansant qui se prolongea tard dans la soirée.

A noter aussi, que certaines manifestations sportives, notamment le tournoi de foot organisé au stade Wimille par la Nicolaïte de Chaillot, n'ont pu avoir lieu du fait du mauvais temps.

Nous adressons un grand MERCI particulier et chaleureux aux bénévoles, aux associations sportives, aux établissements scolaires et aux commerçants de l'arrondissement pour leur implication, ainsi qu'à l'ensemble des sportifs amateurs, jeunes et moins jeunes, qui se sont illustrés lors des différentes épreuves proposées et qui ont accompagné les organisateurs au cours de ces deux journées où l'OMS du 16ème arrondissement s'est mis au service de la recherche.



MERCI aussi à la Mairie du 16ème et à tous nos partenaires pour leur présence dans la mise en place de la logistique, de la sécurisation et l'organisation des manifestations, ainsi qu'aux généreux donateurs.

Jean-François Chérubin
Vice-président de l'OMS 16

Village de Noël Européen au Trocadéro

La deuxième édition du Village de Noël Européen au Trocadéro se déroule du 9 décembre 2010 au 02 janvier 2011 sous le signe de l'Enfance moins favorisée et sous l'égide de l'Association du Comité des fêtes et des œuvres sociales du 16^{ème}, avec la participation de la Mairie du XVI^{ème}.



Evénement à ne pas manquer !! Cette année, vingt nations européennes sont présentes dans les Jardins du Trocadéro pour proposer de très nombreuses animations folkloriques au public parisien et aux touristes rendant visite à la Capitale durant ces Fêtes de fin d'année.



Pour la première fois, cette année, un espace associatif était dédié aux associations du 16^{ème}.

Aussi, l'OMS du 16^{ème} a honoré l'invitation des organisateurs en étant présent au Village de Noël Européen pendant le week-end les 18 et 19 décembre dernier à l'Espace de la Mairie du XVI^{ème}.



Au cours de ces deux journées, tout en participant aux animations et découvrant les "cabanes" du Village, nous avons eu l'occasion de transmettre au public, les informations relatives aux activités des associations sportives et scolaires adhérentes de l'OMS et accueillir à notre stand, **Dominique Rousseau**, Adjoint au Maire du 16^{ème} chargée des associations et **Yves Hervouet des Forges**, Adjoint au Maire chargé de la Jeunesse et des Sports, en présence de **Christophe Girbe**, Président et **Jean-François Chérubin**, Vice-président de l'OMS du 16^{ème}.



Village de Noël Européen
au Trocadéro
du 09 décembre 2010 au 02 janvier 2011

L'Association Française d'Arts Chinois (AFAC)

TAI CHI AU GYMNASSE DES BAUCHES

Ouverte en 2004, la section de taïchi de l'Association Française d'Arts Chinois propose deux cours hebdomadaires en journée, de 11h30 à 13h30, le mardi et le jeudi au gymnase des Bauches nouveau, 14 rue des Bauches 75016 Paris.

Madame **Zhang Xiao Yan**, sept fois championne de Chine de wushu, entraîneur des équipes de France pendant dix ans, diplômée d'état, transmet sa passion pour les arts énergétiques et martiaux chinois à une vingtaine de pratiquantes assidues (à quelques hommes également mais minoritaires), avec une première heure consacrée à la pratique énergétique (qi gong) et à des techniques de base de taïchi et une seconde heure dédiée à l'étude de la forme (enchaînement de mouvements lents) ainsi qu'aux applications martiales en taïchi, « la boxe du faite suprême ».



Les bienfaits de cette discipline qui, rappelons-le est aussi qualifiée de méditation en mouvement sont indéniables tant au plan de la coordination et de la mémorisation des mouvements, qu'à celui du relâchement musculaire avec élimination des tensions, recherche de la fluidité de la gestuelle, équilibre et renforcement des appuis.

Pas d'esprit de compétition au sein de ce club ! Chacun est présent pour prendre du plaisir à la pratique de cet art millénaire qui séduit à juste titre un public de plus en plus nombreux, soucieux de renouer avec une forme de sérénité qui nous fait souvent défaut.

Vous êtes les bienvenus pour faire un cours d'essai sans engagement de votre part. Il suffit de se présenter aux jours et heures mentionnés supra avec une tenue de type survêtement et chaussures de sport.



Jean-Philippe Grandval

Association Sportive du collège Jean-Baptiste Say

Activités Physiques de Pleine Nature

Que sont les APPN?

Les APPN sont des activités liées à la nature et surtout au cadre exceptionnel qu'elle nous offre pour pratiquer certains sports tels que la voile, l'escalade, la course d'orientation, le canoë-kayak, le vtt....

L'AS APPN du collège propose toute l'année et tous les mercredi après-midi de découvrir la pratique de ces sports de plein air.

Quels lieux pour ces activités?



Dans un premier temps (jusqu'à fin novembre), nous pratiquons **la voile** sur la base de Choisy-le-Roi (91) sur optimist, 420 et caravelle et ce, pour pouvoir participer à une régates dans l'académie de Versailles.

Ensuite, pendant la période hivernale, nous découvrons **la course d'orientation** dans la partie sud du Bois de Boulogne ainsi que **l'escalade** sur mur artificiel. Sont proposées également, de manière ponctuelle, des activités telles que **le tir à l'arc** et **le golf** (1 ou 2 séances en fonction des disponibilités).



Enfin, aux alentours du mois de mars, nous terminons notre année de nouveau sur la base de loisir de Choisy-le-Roi avec un peu de **voile** associée à du **canoë-kayak**.

De manière exceptionnelle, nous organisons une sortie **acrobranche** au mois de mai ainsi qu'une découverte du **wake-board**.

Quels buts pour notre AS?

Mise à part le fait de développer les activités de pleine nature au sein des établissements parisiens, nous souhaitons amener les élèves à participer aux **Challenges natures des collèges et des lycées** se déroulant à Chatel-Censoir (89) sur 3 jours : compétition qui réunit toutes les activités vues pendant l'année sous forme de raid.

Responsable : **Laure Vigouroux**



Paris Lutte Olympique

Et si vous luttiez cette année ?

Après une fin de saison 2009-2010 marquée par une belle 4^{ème} place aux Championnats d'Ile-de-France par Equipes (Challenge Kouyos) mi-juin, et l'ouverture de son tapis pour des séances d'initiation à l'occasion de l'action « Open Mat 2010 » en juillet, Paris Lutte Olympique a repris début septembre ses entraînements au rythme de 5 créneaux hebdomadaires sur ses 2 sites situés à proximité de la Porte Dauphine : le Gymnase de l'Université Paris-Dauphine et le Gymnase Henri de Montherlant.



(Forum des Sports 2010 – Mairie du 16^{ème})

Des adhérents nouveaux ont afflué en nombre, attirés par une discipline et un club accessibles à toutes et à tous, quels que soient l'âge, la morphologie ou le niveau : débutants séduits par ce sport complet et l'atmosphère amicale qui règne sur le tapis ; lutteurs expérimentés nouvellement installés dans la capitale ou la proche couronne; pratiquants issus d'autres sports de combat (judo, grappling, boxe...) stimulés par un répertoire technique riche de plus de 300 éléments. Avec 15% de lutteuses, le club possède un des taux de féminisation le plus élevé d'Ile-de-France, une signature dont il s'enorgueillit. Les étudiants viennent renforcer l'effectif dans le cadre d'un partenariat pérenne avec l'Université Paris-Dauphine. Une nouveauté enfin cette année : la création d'une Ecole de Lutte qui accueille le jeudi les jeunes lutteurs et lutteuses à partir de 12 ans.

L'agenda sportif de ce début de saison est bien rempli, avec la préparation des premières compétitions régionales (Championnats Débutants, Championnats Senior 2^{ème} Série, Open Féminin et Championnats Inter-Académiques FFSU) où le club espère rééditer ses performances de l'an dernier, l'organisation des Championnats de Paris 2011 en partenariat avec l'US Métro Transport, et les traditionnels passages de maîtrises qui viennent valider la progression technique. Au chapitre formation, 2 licenciés du club suivront ce trimestre un cycle fédéral en vue d'acquies leur diplôme d'arbitre régional au printemps. De quoi renforcer le staff technique et nourrir le projet phare du Paris Lutte Olympique pour cette saison : obtenir la labellisation FFL qui consacre les clubs les plus engagés dans le développement de ce sport d'exception.

L'aventure vous tente ? Il n'est pas trop tard pour venir faire une séance d'essai !

Entraînements :

Lundi	(19h-20h30)	Préparation physique	Mardi	(19h-21h)	Lutte olympique Jeunes & adultes
Mercredi	(17h-19h)	Lutte universitaire	Mercredi	(19h-21h)	
Jeudi	(19h-20h30)	Ecole de lutte	Vendredi	(17h-21h)	

Contact :

Nicolas Rougon (Vice-président) : 06 32 46 67 34 / **Jean Cohen** (Entraîneur) : 06 61 16 84 26

parislutteolympique.free.fr | paris.lutte.olympique@gmail.com

Les Glénans



L'école de voile Les Glénans a été créée il y a plus de soixante ans. Basée sur le bénévolat, cette association ne se contente pas de faire naviguer 15 000 stagiaires par an, en France et à l'étranger, en croisière et voile légère. Le ponton des Glénans, amarré au pied de la Maison de la Radio, propose des cours théoriques en salle, interactifs et documentés. L'apprentissage et la pratique de la voile requièrent en effet des connaissances particulières, et l'hiver peut être mis à profit pour découvrir les mystères de la navigation, la météo, la technologie ou l'électronique du bord. On peut aussi suivre des cours à distance ou des sessions de préparation aux examens officiels, notamment ceux des permis bateaux.

Les cours sont proposés, au choix, le soir en semaine ou bien pendant le week-end, en modules de 10h ou 15 h.

Pour débutants ou confirmés

⇒ **Navigation 1 et navigation 2 (initiation et perfectionnement)**

Le but est de devenir autonome sur l'eau : balisage, utilisation des cartes, choix de route, calculs de marée, courants, phares et feux... Ce cours existe aussi à distance, sur un support convivial et pédagogique, selon un planning personnalisé.

⇒ **Météo marine**

Le cours de météo livre de nombreux mystères : circulation des masses d'air, carte et situation météo, vents, nuages, stratégie de croisière... avec une alternance d'apports théoriques et d'exercices appliqués.

Pour les marins déjà aguerris

⇒ **Navigation électronique**

Comment installer, manipuler, entretenir les équipements : sondeur, speedomètre, anémomètre, GPS... Ce cours permet aussi de découvrir le logiciel de navigation MaxSea.

⇒ **Navigation astronomique**

Apprendre à naviguer avec le ciel et la position des astres.

⇒ **Technologie**

Mieux comprendre le fonctionnement des différentes structures d'un voilier et être capable de vérifier gréement, coque, accastillage et moteur.

Des examens pour tous

⇒ **Permis plaisance à moteur « option côtière »**

Ce permis autorise la navigation à moins de 6 miles d'un abri. La formation théorique est complétée par deux heures de pratique sur la Seine. Les stages débouchent sur le passage d'un examen.

⇒ **Permis « extension hauturière »**

Ce permis, destiné aux personnes titulaires du permis précédent (ou de l'ancien permis A), autorise la navigation sans limitation de distance.

⇒ **Certificat Restreint de Radiotéléphoniste (CRR)**

Ce certificat autorise l'utilisation d'une VHF avec appel sélectif numérique, d'une Radio Balise etc. Le cours présente aussi le système mondial de détresse et de sécurité en mer ainsi que la coordination des opérations de recherche et de sauvetage.

... De quoi s'occuper pendant l'hiver ! Tout en découvrant la 7^{ème} édition du Cours des Glénans, parue au printemps dernier : plus de mille pages illustrées en couleurs, entièrement revues et réactualisées.

Décidément, Paris n'est pas si loin de la mer !

Marie-Annick Chavassieu

Renseignements et inscriptions

www.glenans.asso.fr

Tél : 01 53 93 86 00 Fax : 01 45 27 61 54

Le ponton est ouvert au public du lundi au samedi

Quai Louis Blériot - 75781 Paris cedex 16

Accès par la rue Eugène Poubelle puis souterrain

Shotokan Karaté Club de Paris 16



Le SKCP16 est parti à Tignes en stage de karaté pendant une semaine, du 27 février au 6 mars 2010. Le comité directeur a organisé ce stage à la montagne avec la ville de Tignes. Tignes est connu pour l'accueil des sportifs de haut niveau avec notamment l'équipe de France de football et l'équipe de rugby du Stade Français.

Nous avons ajouté une nouvelle discipline, le karat E9.

Le stage était ouvert à tous pratiquants ayant une licence fédérale de karaté.

Le SCP16 a loué une salle de sport et organisé la location d'appartement afin de pouvoir venir en famille.



L'originalité du stage consistait à concilier deux activités complémentaires selon un timing serré : karaté le matin et ski l'après midi. Le thème s'articulait autour du travail multidirectionnel que nous avons travaillé en Kihon, Kata et Kunité.

Ce premier stage à la montagne a connu un vif succès puisque 25% des membres du club ont participé. Nous envisageons de renouveler l'expérience tous les deux ans dorénavant afin d'alterner avec nos stages en bord de mer.



En attendant, si vous voulez nous retrouver, voici nos horaires d'entraînement : Mardi de 19h30 à 21h30 et Vendredi de 20h à 21h30 pour les ados et adultes.

Mercredi de 16h30 à 18h pour les enfants à partir de 6 ans.

Nous sommes situés au 14 et 15 rue de Bauches - 75016 Paris.

Jean-Luc Prunier
Professeur du SKCP16
Tel : 06 76 05 22 43

Calendrier prévisionnel - Premier semestre 2011

Activités réalisées en partenariat avec les associations sportives et scolaires adhérentes de l'OMS du 16^{ème}

Samedi 29 et dimanche 30 janvier 2011 - Pentathlon du 16^{ème} “ Trophée PC Taittinger “

Mercredi 02 février 2011 – Assemblée Générale Ordinaire du COMS - Mairie du XVI^{ème}

Jeudi 24 mars 2011 – Assemblée Générale Ordinaire de l'OMS du 16^{ème} - Mairie du XVI^{ème}

Samedi 27 mars 2011 - Cross Paroissial des Familles - stade Hébert - (tout public)

Jeudi 31 mars 2011 - Cross des Ecoles

Samedi 02 avril 2011 - Challenge des Arts martiaux - stade Coubertin - (tout public)

Samedi 09 au vendredi 22 avril 2011 – Eco-Challenge de Tennis

Mercredi 04 mai 2011 - Challenge de Hand Ball féminin - Fond des Princes - (tout public)

Vendredi 06 mai 2011 – Raid Collège Nature

Mercredi 18 mai 2011 - Challenge des Jeunes

Jeudi 02 juin 2010 - Tournoi de Football – stade Wimille (tout public)

Dimanche 05 juin 2011 - Challenge de Pétanque du 16^{ème} - Jardins du Ranelagh - (tout public)

Samedi 18 juin 2011 - Fête du Judo - stade Coubertin - (tout public)

OFFICE DU MOUVEMENT SPORTIF DU 16^{ème}

Mairie du XVIème - 71 avenue Henri-Marin 75116 Paris

Contact@oms16paris.asso.fr

www.oms16paris.asso.fr