

REBONDS

La lettre d'information de l'Office des Sports de Rennes

n°54 avril-mai 2014



Edito

Les sportifs rennais à l'honneur

2 Les équipements au fil de l'actu
Cité internationale : un nouvel
équipement au cœur de Rennes

3 Le dossier de l'Office
Palmarès du sport rennais :
une belle brassée de trophées

6 Coup de projecteur
Twirling Bâton Rennais : à pied
d'œuvre pour le Championnat
national

Portrait d'asso
Le Sport au pluriel, du sport pour
tous les goûts

7 La photo du mois
Championnat de Bretagne
de cross country

Coup de pouce
Groupement d'Employeurs Sport
35, une solution pour l'emploi
sportif

8 Infos de l'Office
Les pratiques sportives à Villejean
Beauregard à la loupe

Les soirées d'information du centre
médico-sportif font salle comble

Agenda

Le Palmarès du sport rennais se déroule chaque année en janvier. Son succès populaire se confirme d'année en année. Nous devons refuser de nombreuses demandes pour respecter les normes d'accueil des salles qui nous reçoivent. Il clôt une année sportive toujours riche en événements qui se sont illustrés par des performances remarquables. Le Palmarès récompense les meilleures d'entre elles. Il faut à ce sujet souligner la qualité des résultats obtenus par les sportifs nominés.

À côté des sportifs honorés, mais bien souvent loin des projecteurs, se trouvent des personnes qui militent au quotidien pour que la performance se réalise, que les records se battent, que les matches se gagnent. Leur satisfaction, bien que moins médiatisée, est à la hauteur de celle des athlètes. Ces individus, dirigeants, entraîneurs (le rôle du tout premier entraîneur est souvent déterminant dans le déroulé d'une carrière), bénévoles,

accompagnateurs (ce terme signifie bien souvent dans le monde sportif la personne qui prend sa voiture pour effectuer les déplacements)... ne cherchent ni la lumière, ni les honneurs. Leur bonheur est dans le bonheur des autres. Nous tenons dans le cadre du palmarès à les reconnaître et à les remercier. Chaque année, nous en distinguons un certain nombre. Tous devraient être honorés. Sans leur engagement désintéressé et constant, le sport s'étiolerait.

Le Palmarès du sport distingue donc les bénévoles anonymes comme les sportifs performants et médiatisés.

Dans ce cadre, le Palmarès 2014 laissera une marque particulière. Nous avons en effet remercié, avec beaucoup d'émotion, deux acteurs de la vie sportive rennaise : Bernard Morin et Jacques Honoré, dont il serait indécemment de rappeler aux sportifs rennais, l'intensité de leur engagement et leurs qualités humaines.

L'Office des Sports de Rennes



www.sports-rennes.com

Cité internationale : un nouvel équipement sportif au cœur de Rennes

La première pierre a été posée le 9 décembre 2013. Après plusieurs mois de friche urbaine, l'esplanade Charles De Gaulle changera bientôt de visage grâce à la Cité internationale Paul Ricœur qui accueillera, outre une résidence internationale pour les chercheurs étrangers et le siège de l'Université Européenne de Bretagne, un gymnase et deux salles de sport.

Le nouveau complexe sportif, localisé dans la partie sud de la nouvelle cité internationale devrait satisfaire bon nombre de pratiquants.

Un équipement en centre-ville attendu

Intégrant le bâtiment sur quatre niveaux (le rez de chaussée, les 1^{er} et 4^e étages pour les salles de sport, plus un niveau technique), il comprendra plusieurs types d'équipement.

Au premier étage, le gymnase de type B de 640 m² accueillera les sports collectifs tels que le basket-ball, le volley-ball, le badminton. Au quatrième étage du bâtiment, le pôle «activités physiques» de 289 m² accueillera une salle multifonctions qui permettra aux associations sportives de pratiquer à loisir la danse et les sports de la forme. Enfin, le rez-de-chaussée accueillera un dojo dédié à la pratique des arts martiaux.

Accueillir au mieux les sportifs

Cet équipement économe en énergie (respectant la réglementation thermique RT 2012) permettra d'accueillir au mieux les associations rennaises : outre les surfaces strictement dédiées à la pratique sportive, des vestiaires, des douches, des locaux de stockage du matériel ainsi qu'un bureau d'accueil sont prévus pour le confort des sportifs et des encadrants.

Les équipements sportifs seront ouverts de 8 heures à 22 heures tous les jours de la semaine et seront mis à disposition en priorité aux établissements scolaires du centre-ville sur les temps scolaires, et aux associations sportives en soirée et le week-end, suivant les modalités d'utilisation régies par le règlement interne des stades et gymnases municipaux. Géré par la Ville de Rennes, il devrait ouvrir ses portes début 2016.

Surface de l'équipement 1791 m² utiles
Coût de l'opération (équipement sportif uniquement) 5,4 millions d'euros
Ouverture 1^{er} trimestre 2016



Héroult Arnod Architectes

Salle de gymnastique de Villejean

Une nouvelle salle spécialement dédiée à la pratique de la gymnastique vient d'être livrée sur le campus universitaire de Villejean.

Street park à la Courrouze

Un nouveau street park en accès libre a été inauguré cet hiver rue Jules Verne.

Palmarès du sport : une belle brassée de trophées

Chaque année, la Ville de Rennes et l'Office des sports mettent à l'honneur les associations sportives en décernant une douzaine de trophées. Cette année encore, ce fut une soirée inoubliable au pôle France d'acrosport.

LES LAURÉATS

Sport scolaire et universitaire

Claire MOAL

Association Sportive de Rennes 2
Championne de France universitaire de kayak, combiné descente, super combiné et vice-championne de France universitaire de course en ligne.

Dirigeant bénévole

Bernard MORIN

Cercle Paul Bert, Retraite en forme, Comité de quartier du Blosne, Office des Sports de Rennes...

Entraîneur

Cédric LAPORTERIE

Cercle Paul Bert
Boxe anglaise

Espoir

Solène GICQUEL

Stade Rennais Athlétisme
Championne de France junior de saut en hauteur

Sport adapté

Nicolas CERTAIN

Cercle Paul Bert
Champion de France senior judo sport adapté

Équipe de l'année

Équipes masculines de handball du Cercle Paul Bert

Cercle Paul Bert
Moins de 18 ans et Senior

Sportif amateur

Lucie CANAL

Stade Rennais Rugby
Capitaine de l'équipe, joueuse internationale du XV de France

Sportif professionnel

Benoît COSTIL

Stade Rennais Football Club
Gardien de but de l'équipe

Coup de cœur

Gilles LAMIRE

Skipper du multicoques de 50 pieds
«Rennes Métropole – Saint-Malo Agglomération»

Manifestation de l'année

Championnats de France Élite de natation

Prix spécial du jury

Jean-Luc Beaudoin

Association Sportive des Municipaux de Rennes



SOLÈNE GICQUEL, TOUJOURS PLUS HAUT !

Récompensée lors du Palmarès du sport rennais au titre de meilleure espoir de l'année, l'athlète du saut en hauteur du Stade Rennais Athlétisme nous livre sa recette : du travail, de l'ambition et un bon esprit d'équipe.



Quel est votre parcours sportif ?

J'ai débuté l'athlétisme en cinquième. Au départ, j'étais gymnaste : ça m'a donné de bonnes bases, surtout au niveau de la souplesse et de la course. Après avoir mené de front les deux sports pendant quelques temps, je me suis tournée vers l'athlétisme. J'ai touché un peu à tout pendant deux ans avant de me spécialiser dans le saut en hauteur.

Comment vous entraînez-vous ?

Au début j'avais deux entraînements par semaine. J'ai augmenté progressivement pour arriver à six séances d'une heure et demie : une séance de technique de saut en hauteur, une séance de course longue, une séance de musculation, une séance de préparation physique (dos, gainage) et une séance technique de sprint. Je m'entraîne avec cinq

autres athlètes, c'est important. Nous faisons beaucoup de compétitions ensemble. Il y a une dynamique de groupe. S'entraîner avec des gens, ça tire vers le haut.

Avec un saut à 1,81 mètre en 2013, vous avez été championne de France junior, quels sont vos objectifs pour la saison prochaine ?

Je m'entraîne pour gagner les prochains Championnats de France Espoir. Et puis je vise un podium pour les Championnats de France élite. J'aimerais aussi me qualifier pour les Championnats méditerranéens Espoir.

Vous avez reçu le trophée du meilleur espoir de l'année lors du Palmarès du sport rennais : c'est une récompense qui compte ?

Oui, ça fait plaisir, il y a beaucoup de sportifs à Rennes, c'est une reconnaissance. Je travaille beaucoup pour arriver là.

NICOLAS CERTAIN, PORTRAIT D'UN CHAMPION

À 30 ans, Nicolas Certain est champion de France senior de judo, sport adapté. C'est à ce titre qu'il a été récompensé lors du Palmarès du sport rennais. Portrait de lauréat.

Atteint de trisomie, Nicolas Certain a débuté le judo à 12 ans au Cercle Paul Bert « pour rencontrer des jeunes, mais aussi pour apprendre l'autonomie ». Comme tous les enfants, c'est ainsi qu'il a appris à se déplacer en ville, à prendre le bus, à arriver à l'heure, à respecter les consignes et ses compagnons de tatami... S'il mettait un peu plus de temps que les autres à assimiler les instructions, il a d'emblée intégré une section judo du « milieu ordinaire ». Pour lui, le terme « sport adapté » veut simplement dire qu'une attention particulière était portée sur l'explication des mouvements, des prises et des katas. Comme il nous le raconte, le judo a été formateur, tant au niveau sportif qu'au niveau de la vie quotidienne.

Poussé au départ par ses parents, il y a rapidement pris goût et ne manquerait un entraînement pour rien au monde. Parce que le judo lui plaît - c'est, comme il, dit « son uni-

vers » - mais aussi parce qu'il y retrouve ses amis. Des liens particuliers se sont tissés et au-delà des séances d'entraînement, ils se retrouvent régulièrement pour des sorties.

Comme nous le confie sa mère, l'intégration a été réussie à 200 % ! Au judo, on ne parle plus de handicap.

Le Championnat de France 2013 a révélé son talent au public. Pour une première participation, en mars 2013 à Rouen, il a été le premier surpris par cette réussite sportive pour laquelle il est allé chercher chaque point avec la ténacité et la motivation qui le caractérisent. Mais s'il est fier de son titre,

il nous explique surtout que le principal, c'était de participer. Aujourd'hui le plus important pour Nicolas c'est d'être à l'heure sur le tatami et de continuer à faire du judo trois fois par semaine. Et peut-être de s'entraîner pour obtenir la ceinture noire...



BERNARD MORIN, UNE VIE D'ENGAGEMENT

Depuis une soixantaine d'années, Bernard Morin s'investit chaque jour au sein de plusieurs associations rennaises pour accomplir son engagement de citoyenneté. Portrait du « meilleur bénévole de l'année ».

Quel est ton parcours ?

Instituteur formé à l'École Normale de Saint-Brieuc, je suis quelque part un hussard noir de la République. J'ai été directeur d'école et d'une Segpa de collègue. J'ai eu une activité associative forte, très forte, dans le prolongement de mon métier, dans plusieurs domaines sur le quartier, la ville et le département, auprès de la jeunesse surtout, de l'enfance inadaptée, dans le sport et le football : que de temps passé sur les terrains ! Que de rencontres ! Ce ne fut jamais une fuite en avant.

Pourquoi un tel engagement ?

Je me suis souvent interrogé. Peut-être une explication : j'ai bénéficié d'une double formation, scolaire, lycéenne, universitaire d'une part - j'ai gravi les échelons dans l'enseignement et j'ai aimé mon métier - et artisanale d'autre part - dans la boulangerie de mes parents j'ai découvert le travail bien fait, la fonction commerciale, l'accueil du client, sacrée formation que celle-ci ! J'y ajouterais une vie familiale sur laquelle j'ai toujours pu m'appuyer. Dans ma vie extra-professionnelle, entre collègues, j'ai rencontré une énorme

solidarité et une grande émulation. On était pris au piège de l'engagement, du service rendu à la société, qui pouvait d'ailleurs déborder sur un engagement politique. Beaucoup d'instituteurs devenaient maire, député ou sénateur. J'ai eu une vie de dialogue, constamment dans l'échange. Ce n'était pas qu'une présence. J'étais « aux responsabilités ». J'ai appris à prendre des décisions, à échanger avec les autres. Une fois en retraite, j'étais encore à 40 heures semaine.

Une activité pleine et entière. Aujourd'hui, j'ai 78 ans mais je me sens toujours actif.

Le trophée du Palmarès du sport rennais, c'est une consécration ?

Je ne recherche pas les honneurs pour les honneurs, mais quelque part j'ai aussi envie que mon engagement soit reconnu socialement. Dans l'intime de la personne humaine, la reconnaissance sociale est valorisante. Être lauréat du Palmarès du sport rennais c'est une forme d'aboutissement. J'ai été vraiment heureux ce soir-là. Pour moi, se retrouver parmi une jeunesse sportive c'était quelque part me dire que je n'ai pas trop mal vieilli. Une forme de réalisation de soi.



Son palmarès associatif

- Amicale laïque** (Provin (59), Bonnemain, le Cercle Paul Bert)
- Pupilles de l'enseignement public d'Ille-et-Vilaine** de 1980 à 2007, vice-président
- CRVA** (ex OSCR), membre du conseil d'administration pendant une quinzaine d'années
- Office des sports de Rennes** depuis 1993
- OPAR**, membre du conseil d'administration pendant 10 ans
- Comité de quartier du Blossne**, président pendant 11 ans et toujours vice-président
- Délégué départemental de l'Éducation nationale** dans deux écoles
- Retraite en forme**, animation de l'aquagym
- Le Triangle**, membre du conseil d'administration

Twirling Bâton Rennais : à pied d'œuvre pour le Championnat national

Valérie Decaux et le bureau de Twirling Bâton Rennais n'ont pas froid aux yeux. Cette passionnée de twirling bâton a décidé avec ses compagnons de club d'organiser les 28 et 29 juin le Championnat national de twirling bâton. Une première à Rennes.

Réserver les gymnases, mobiliser le jury, organiser l'hébergement et la restauration des 2000 sportifs, préparer la soirée de gala, solliciter des partenaires... il aura fallu s'y prendre près de deux ans à l'avance pour que le Championnat national de twirling bâton puisse se dérouler dans les meilleures conditions. Mais Valérie Decaux, présidente du club Twirling Bâton Rennais et les huit autres administrateurs du bureau sont très motivés pour faire de cette compétition sportive un moment de découverte et de plaisir partagé.

Une compétition qui promet un beau spectacle

Deux jours de compétition doivent permettre de désigner les meilleurs duos et équipes d'une centaine de clubs français. Les chorégraphies présentées, libres, conjuguent gymnastique, danse, théâtre et bien sûr maniement du bâton, qui peut être lancé jusqu'à 8 mètres de haut !

Le samedi soir, la « fête de la nuit » présentera un spectacle préparé par six clubs bretiliens, qui accueillera 2500 spectateurs à la salle Colette Besson.

Et en marge de la compétition, de nombreuses animations sportives investiront la plaine de jeux de Bréquigny pour permettre à tous de s'initier au twirling bâton, mais aussi aux arts

de cirque, au rolla bolla, au molki, au tchoukball, à l'ultimate, et même au palet !

Beaucoup de motivation et des centaines de bénévoles

Bien sûr, ce programme sportif et festif ne pourra être une réussite sans l'implication des membres du club, mais aussi des 150 bénévoles qui seront mobilisés le dernier week-end de juin, du soutien méthodologique d'autres clubs de twirling bâton qui ont déjà vécu l'expérience, et du soutien de la Ville de Rennes qui met à disposition salles et matériel et de l'Office des Sports, du conseil général et du conseil régional qui apportent leur soutien financier.



Plus d'informations : <http://www.twirlingbatonrennais.com>

Portrait d'asso

Le sport au pluriel, du sport pour tous les goûts

Avec *Gymmôme*, rebaptisé en 2007 *Le Sport au pluriel*, cela fait près de 30 ans que Sylvie Riffaud et son équipe proposent aux plus jeunes des cycles multisports qui permettent de découvrir différentes activités sportives avant de faire un choix. À la saison dernière, l'association s'est lancée dans un nouveau créneau à destination d'un large public adulte : la marche nordique.

Gymmôme : à la découverte du sport

Gymmôme propose aux enfants de 2 à 10 ans des cycles d'activité où les enfants pourront s'essayer aux jeux d'opposition et au judo, à la gymnastique, aux jeux de ballon et aux sports collectifs, à l'athlétisme, aux jeux de raquette, au vélo. En petits groupes d'une dizaine d'enfants, les petits sportifs peuvent ainsi s'initier à différents sports avant de s'orienter vers une discipline spécifique en fonction de leurs affinités et éventuellement d'intégrer un club.

Avec Titounes, les plus jeunes ont aussi leur activité sportive

Dès 18 mois, les enfants peuvent également bénéficier d'un éveil à la motricité. La section *Titounes* permet à des groupes

d'assistantes maternelles par exemple de solliciter ponctuellement ou plus régulièrement les éducateurs sportifs du *Sport au pluriel*, qui viennent avec leurs compétences, et surtout leur matériel adapté aux plus petits.

Eden'form, la marche nordique pour tous

Depuis la rentrée dernière, l'association a choisi d'élargir son public en s'adressant aux adultes. Trois rendez-vous hebdomadaires permettent aux adeptes de la marche nordique de pratiquer cette activité accessible à tous et qui met en œuvre 90% des muscles dans une ambiance conviviale de découverte du territoire rennais.

Plus d'informations : www.sport-au-pluriel.fr



Photo Éliane Belot

Le 26 janvier, rien n'a pu arrêter les crosswomen qui ont participé au Championnat de Bretagne de cross country organisé par l'ASPTT.

Coup de pouce

Groupement d'Employeurs Sport 35 : une solution pour l'emploi sportif

Un groupement d'employeurs est une association qui permet d'embaucher des professionnels qui seront mis à disposition de ses membres, sur le mode du temps partagé. Dans le secteur des associations sportives, cette solution existe, et en Ille-et-Vilaine, elle s'appelle Groupement d'Employeurs Sport 35. Explications.

Dans le domaine de l'emploi, les associations sportives sont souvent confrontées à un casse-tête : comment parvenir à embaucher sur du long terme un éducateur sportif si on ne peut lui proposer que quelques heures par semaine ?

Mutualiser pour embaucher

Le groupement d'Employeurs Sport 35 permet de répondre à cette demande spécifique. Il a pour mission d'embaucher des éducateurs sportifs en CDI qui seront mis à disposition des associations membres qui le souhaitent pour le nombre d'heures hebdomadaires dont elles ont besoin. Si le groupement accompagne l'association dans toutes les étapes de la gestion des ressources humaines (identification des besoins, profil de poste, planification des activités, recrutement, suivi et évaluation...), l'association, elle, s'engage pour une durée indéterminée.

Pour le salarié, cela simplifie également la situation : il n'a qu'un employeur et la répartition de ses heures de travail se

fait en concertation avec les différentes associations auprès desquelles il est mis à disposition. Ainsi, un éducateur sportif peut voir son emploi pérennisé et son activité diversifiée.

Objectif : pérenniser l'emploi sportif

À Rennes, le Groupement d'Employeurs Sport 35 a pu ainsi accompagner au démarrage plusieurs associations sportives qui sont parvenues par la suite à embaucher en direct, à l'image de Breizh Insertion Sport.

Aujourd'hui, le groupement emploie une quarantaine de salariés pour 9 équivalents temps plein. Si les associations sportives sont ciblées, le groupement travaille également avec des maisons de retraite, des maisons de quartier, des écoles... Créer et pérenniser des emplois, simplifier la vie des associations sportives : de quoi ouvrir de belles perspectives.

Plus d'informations : www.gesportbretagne.fr



Les pratiques sportives à Villejean-Beaugard à la loupe



Quatrième volet de notre enquête sur les pratiques sportives, l'étude sur Villejean-Beaugard vient de paraître. Quelles associations font vivre le sport dans le quartier ? Quelles disciplines peut-on y pratiquer ? Quelles sont les attentes des acteurs du sport ? Vous saurez tout en lisant la publication fraîchement sortie des presses.



Les soirées d'information du centre médico-sportif font salle comble



Nombreux ont été les représentants d'associations sportives, administrateurs, éducateurs sportifs, adhérents, mais aussi « simples » citoyens à participer aux dernières soirées d'information organisées par le centre médico-sportif de l'Office des Sports de Rennes.

En nous appuyant sur les souhaits de nos adhérents, nous avons pu inviter des experts lors de deux soirées consacrées à la prévention des chutes chez les seniors et à l'alimentation des sportifs, avant, pendant et après l'effort.

L'activité physique et sportive constitue une pratique favorable à la prévention, et dans certains cas un traitement à part entière, de nombreuses maladies chroniques. Elle est aussi un déterminant essentiel de la dépense énergétique et est fondamentale pour l'équilibre énergétique et le contrôle du poids. Enfin, elle est un facteur de cohésion sociale favorable à l'équilibre individuel et à la santé mentale. La pratique physique et sportive contribue ainsi à la santé dans toutes ses dimensions comme « un état de complet bien être à la fois physique, mental et social » telle que la définit l'Organisation mondiale de la santé.

Au vu de la fréquentation des soirées et de l'importance du sport santé, cette orientation du centre médico-sportif devrait prendre de l'ampleur dans les mois à venir.



25-27 avril 2014
TIGRE 6^e édition
Tournoi international gay et lesbien de Rennes
 Badminton et volley-ball
 GLS Rennes
 Rennes, gymnases Félix Masson et Île de France
www.glsrennes.net/tigre



9-11 mai 2014
CHAMPIONNAT DE FRANCE DE GYMNASTIQUE ARTISTIQUE FÉMININE ET MASCULINE
 Comité régional de gymnastique, Comité départemental de gymnastique, Cercle Paul Bert
 Parc expo Rennes Aéroport
<http://france-indiv-gym-rennes2014.fr>



23 mai 2014
CRITERIUM CYCLISTE DE MAUREPAS
 Comité des fêtes de Maurepas
 Quartier de Maurepas
www.maurepas.fr



24-25 mai 2014
RENNES SUR ROULETTES
 Cercle Paul Bert
 Centre-ville et esplanade Général de Gaulle
www.rennessurroulettes.com



17 juin 2014
ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DE L'OFFICE DES SPORTS DE RENNES
 INSA
www.sports-rennes.com

Directeur de la publication : Michel Ferasse
 Secrétaire de rédaction : Juliette Desmots
 Comité de rédaction : Juliette Desmots, Michel Ferasse, Mireille Garnier, René Louesdon, Sabrina Sarazin, Robert Stéphan
 Conception graphique : Office des Sports de Rennes
 Imprimé à 750 exemplaires sur papier recyclé Cyclus Print par l'Imprimerie du Rimon.
 Crédits photos : Office des Sports de Rennes, Éliane Belot, Le Sport au pluriel, Hérault Arnod Architectes.
 ISSN en cours
 Dépôt légal à parution

Stade Commandant Bouguin
 10, rue Alphonse Guérin - 35000 RENNES

Tél. : 02 23 20 42 90 - Fax : 02 23 20 42 91 - secretariat@sports-rennes.com
 Accueil du lundi au jeudi de 8h45 à 12h45 et de 14h à 17h30 et le vendredi de 9h à 12h

