

Journal de BORD

De nos apprentis sportifs

Année 2018 - 2019

Tennis de table

Arts du cirque



Escalade

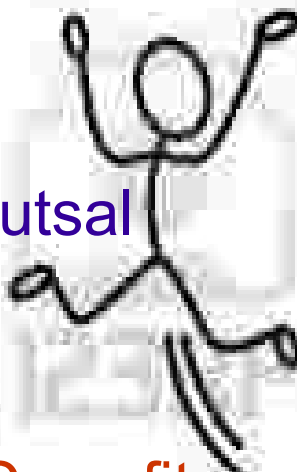


Badminton

Step



Futsal



Défis nature

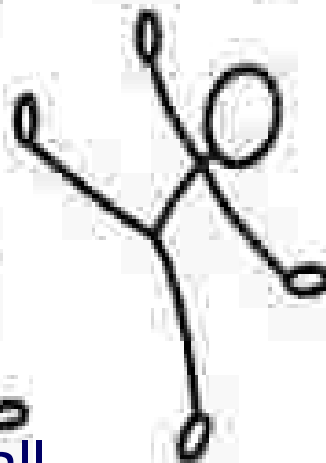
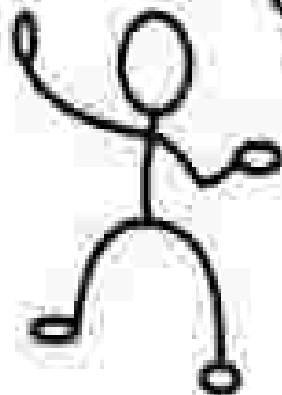


Volley-ball



Cross

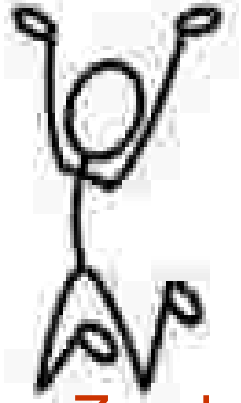
Crossfit



Basket-ball

Yoga

Hand-ball



Zumba

Planning des rencontres du 1er trimestre

Les dates de nos manifestations sportives :

- 12 septembre : assemblée générale de l'association sportive
- 26 septembre : journée nationale du sport scolaire
- 10 octobre : rencontres hand-ball / basket
- 17 octobre: cross du district
- 07 novembre : rencontres hand-ball / basket
- 14 novembre : cross départemental
- 21 novembre : rencontres hand-ball / basket
- 28 novembre : rencontres basket-ball et hand-ball
- 05 décembre : rencontres hand-ball / basket
- 19 décembre : activités de la forme

Mercredi 12 Septembre 2018

Assemblée Générale



Assemblée Générale

Premier temps fort de notre année sportive.

Le 12 septembre 2018 a eu lieu l'assemblée générale de notre association. **104 élèves ont répondu présents** à cette invitation

Le bilan sportif de l'année 2017-2018 a été effectué en soulignant **les résultats obtenus très méritants, le comportement impeccable** de nos élèves quelque soit l'activité.

La forte implication de nos élèves dans la tenue **de différentes responsabilités** a été aussi soulignée.

Le planning des activités sportives 2018-2019 a été présenté. Puis les professeurs ont répondu aux questions des élèves.

Les élèves cadres ont été désignés par vote :

- Arthur** est devenu vice-président et devra gérer la boîte à lettres de l'association (sondage, consultations...)
 - Océane** a été élue secrétaire adjointe, elle sera chargée d'écrire le planning sportif hebdomadaire, affiché ensuite sur le tableau UNSS.
 - Dylan**, trésorier adjoint secondera le trésorier titulaire de l'association
- De plus, des reporters seront désignés par activité pour nous relater l'actualité sportive.

Maintenant, **nous voilà bien organisé....à nos baskets !!!!!** pour réaliser une saison sportive aussi rayonnante que celle de 2017-2018.



Début des entraînements

Jeudi 13 Septembre : **Basket-ball**



Pour cette reprise de début d'année, 14 élèves se sont donnés rendez-vous au gymnase pour découvrir ou (re)découvrir cette activité.

Au programme, à l'échauffement, travail de manipulation avec le ballon (dribble, passes, et tirs en appui ou double appui). Puis travail, sur la conservation collective de la balle, et enfin des petits matchs pour aborder les points essentiels du règlement. Belle reprise, de la concentration, des efforts, et un bel état d'esprit au travail !!!

Début des entraînements

Mardi 18 Septembre : **Arts du cirque**

Les entraînements ont commencé en salle polyvalente Echauffement sur le thème de l'appropriation de l'espace scénique puis apprentissage des fondamentaux en jonglages avec 1 balle, 1 cerceau, 1 foulard. Une fois ceux-ci maîtrisés.... en route vers des figures plus complexes !!!!!



Début des entraînements

Vendredi 20 Septembre : **Sports collectifs**

Superbe créneau sportif du soir. Les élèves n'ont pas le souci des devoirs pour le lendemain... et on peut conclure la semaine en s'amusant.

10 élèves nous ont déjà rejoint, pour se remettre en forme à l'aide de jeux sportifs collectifs. Ainsi, ils enchaînent pendant une heure, des jeux tels que « le jeu du tour du monde », « le jeu du déménageur », « les cerceaux musicaux », « les dribbleurs et les voleurs »..... et à chaque séance, ils découvrent de nouveaux jeux. Ils terminent la séance, les joues roses d'efforts sans avoir l'impression d'en avoir fournis.....

Mercredi 26 Septembre

Journée Nationale du Sport Scolaire

Le MATIN : Tous les élèves de 6ièmes s'étaient rassemblés dans la cour du collège pour participer aux Jeux Olympiques Schumaliens. Chaque classe représentait un continent. 6ième A : Afrique - 6ième B: Europe -6ième C : Amérique- 6ième D : Océanie -6ièmeE : Asie



Les élèves de 6ièmes ont été appelés à s'investir au cœur de la cérémonie d'ouverture des Jeux.

Ils ont défilé dans la cour derrière leur porte drapeau (élève le plus jeune de la classe), drapeau représentant leur continent, et ceci au rythme de l'hymne olympique.

Ils ont ensuite,écouté le serment olympique prononcé en français puis en anglais par deux élèves référents de l'association sportive.

Et au final, les plus jeunes élèves de chaque classe, ont réalisé un relais, permettant de transporter la flamme olympique jusqu'à son socle sur la passerelle du 2nd étage.

Les Jeux pouvaient commencer.....




Les élèves de 6ième ont découvert différents ateliers en relation avec la pratique sportive.

Un atelier « sport et santé » était animé par l'infirmière du collège :Mme MARONNIER. Différents thèmes ont été abordés comme l'alimentation avant l'effort, la nécessité du repos et de la récupération, les bienfaits d'une pratique physique régulière sur la santé, les maladies liées à la sédentarité.

Un deuxième atelier « journalisme sportif » était animé par Mr ROUSSEL et Mme PETER en salle informatique. Transformés en apprentis journalistes les élèves devaient renseigner une ou plusieurs plaques à l'effigie de champions olympiques ou paralympiques français, italiens, anglais, allemands. 80 plaques (sur 100 préparées) ont été correctement renseignées, elles orneront les portes de salles de classe pendant une semaine, puis seront conservées au gymnase.

Voici un exemple de plaque parfaitement réalisé :

		Roger BAMBUCK							
									

***Spécialité Sportive :** Athlétisme (sprint)

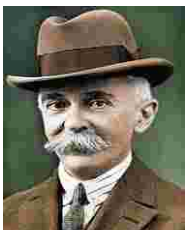
***Palmarès Olympique :** Médaille de bronze aux Jeux Olympiques 1968 au relais 4 X100 mètres

***Autres titres sportifs :**

- Champion Europe du 200 mètres (1966)
- Champion Europe du relais 4X100 (1966)
- Vice Champion Europe du 100 m (1966)
- 4^{ème} Championnat des Etats Unis sur 100 mètres et 200 mètres
- Championnat de France : 8 médailles d'or et une médaille d'argent.

Quatre défis sportifs attendaient nos élèves de 6^{ème} au gymnase. Au programme un atelier badminton, un atelier escalade, un atelier tennis de table et un atelier basket-ball. Soit 4 activités que les élèves peuvent retrouver au sein de l'association sportive. Les ateliers sportifs étaient encadrés par les professeurs, mais aussi par des élèves référents de l'association sportive, qui pour cette occasion, ont expliqué les consignes, assisté les élèves de 6^{ème} dans leur découverte de la pratique sportive.

A chaque atelier, l'équipe pouvait gagner jusqu'à 10 points selon son degré de réussite. Un classement a été établi à la fin de des épreuves sportives. La proclamation des résultats a eu lieu lors de la cérémonie de clôture des Jeux Olympiques. Mais comme l'affirmait le Baron de Coubertin :



« Le plus important aux Jeux olympiques n'est pas de gagner mais de participer, car l'important dans la vie ce n'est point le triomphe mais le combat l'essentiel, ce n'est pas d'avoir vaincu mais de s'être bien battu »

Résultats par pays

Continent	Pays	Points
Asie	Corée du Sud	57
Afrique	Zimbabwe	56
Amérique	Mexique	52
Asie	Bhoutan	52
Afrique	Kenya	50
Afrique	Mali	48
Europe	Autriche	48
Amérique	Brésil	48
Océanie	Iles Fidji	47
Océanie	Papousie	47
Afrique	Afrique du sud	45
Europe	Espagne	45
Amérique	Pérou	44
Océanie	Iles Samoa	44
Amérique	Canada	41
Asie	Chine	40
Europe	Lituanie	39
Océanie	Iles Salomon	39
Asie	Bangladesh	39
Afrique	Sénégal	38
Europe	Roumanie	38
Océanie	Australie	38
Afrique	Egypte	35
Europe	Islande	34
Amérique	Chili	31
Asie	Vietnam	28

Continent	Pays	Points
Océanie	Nvle Zélande	27
Asie	Inde	25
Europe	Italie	23
Amérique	Argentine	23

Résultats par continents

Continent	Points
6A : Afrique	272 points
6B : Europe	227 points
6C : Amérique	239 points
6D : Océanie	242 points
6E : Asie	241 points

L'important est
d'avoir donné le
meilleur de soi
même



L'APRES-MIDI: de 13h00 à 15h00 au gymnase, **32 élèves** de tous les niveaux se sont rencontrés au travers de différents ateliers sportifs.

-atelier hand-ball : en situation de tir de penalty, viser des cibles à valeur différentes (1 pt dans le but, 3 pts les poteaux, et 5 pts la transverse)

-atelier volley ball : en passe haute ou en service frappé, viser différents cibles dans le camp adverse.

-atelier futsal : slalomer autour de plots et déclencher un tir sur cible au mur

-atelier tennis de table : réaliser un maximum d'échanges en un temps donné (pour obtenir 10 points : plus de 250 échanges !!!)

-atelier tennis de table : réaliser un maximum de frappes face à un mur

-atelier badminton : réaliser un maximum d'échanges au dessus du filet en un temps donné (plus de 160 échanges : 10 points!!!)

-atelier basket-ball : tirs à des postes dans l'axe ou excentrés valant différents points

-atelier badminton : en service, envoyer le plus de volant possible dans le camp adverse

Les résultats des défis	-Lucas -Lorenzo -Maxence -Yanis -Simon	-Cassandra -Alexia -Eve -Naholasse	-Erwan -Ines -Felix -Oscar	- Christelle - Anna - Soumia - Dolyn - Romane	-Yacine -Ornaldo -Théo -Noah -Mathielo Minefred
Hand-ball	49	51	110	87	90
Basket-ball	26	12	66	55	112
Futsal	11	11	21	11	14
Volley-ball	39	29	99	72	26
Tennis de table 1	3	1	5	1	3
Tennis de table 2	1	1	5	3	10
Badminton 1	3	3	10	5	3
Badminton 2	1	1	10	3	3
Nombre de points obtenus	133	109	326	237	260
Classement	4ième	5ième	1er	3ième	2ième

Encore un bel après-midi !!

Mercredi 10 Octobre

Rencontres district hand-ball



Cette première journée de rencontres avait pour but de repérer les niveaux de jeu et d'expliquer les règles de base de l'activité : reprise de dribble, marcher, règle de l'opposition avec le défenseur.

Pour l'équipe benjamine de SCHUMAN composée de 6 élèves de 6ième et 3 élèves de 5ième, les débuts sont encourageants. Nos élèves n'ont pas hésité à prendre des responsabilités en tant qu'arbitre principal ou arbitre

de zone ou arbitre de score. Quand ils ont commencé les matchs, ils ont appliqué les 1er principes travaillés à l'entraînement. Force de constater que pour une première participation, ils n'ont pas démerité.

-Schuman Saint -Joseph : 00 à 00

-Colbert - Schuman : 02 - 03

-Saint- Rémi 1 - Schuman : 01 à 05

Dès vendredi, tout le groupe se retrouve à l'entraînement pour encore progresser (montée de balle plus rapide, défense plus affinée, plus de réussite au tir....)



L'équipe du jour était composée de :
Ylan, Tristan, Timothée, Tery,
Louis, Mathys, Nihad, Mathielo, Lyess

Pour l'équipe minime garçon, privée de nombreux éléments, c'est à 5 joueurs de champ que l'équipe a évolué. Peut-être forts de leur expérience de jeu, ils ont remporté à effectif réduit leur deux matchs d'un écart de 1 à 5 points. notamment grâce à une défense regroupée devant le but, et à l'intervention précieuse de notre gardien Auguste. Il reste des points techniques à revoir à l'entraînement : l'utilisation du 1 contre 1 sur les attaques placées. Vivement que l'équipe soit au complet afin d'observer le niveau de jeu qu'elle peut offrir collectivement.

L'équipe du jour était composée de : Auguste, Théotime, Arthur, Timothée, Clément, Antoine

Mercredi 10 Octobre

Rencontres district basket-ball



Pendant que nos hand-balleurs menaient leurs affaires au collège Saint-Joseph, nos basketteurs, au collège Schuman, débutaient cette première journée face à des équipes redoutables : collège BASTIE, Saint- ANDRE, Jeanne d'Arc, Colbert

Uniquement à 5 joueurs sur le terrain, sans remplaçants, ils ont réussi à tenir leur tournoi de façon très honorable.

Ils obtiennent les résultats suivants :

- - Saint- André : 12 points
- - Schuman : 9 points
- - Bastié : 8 points
- - Colbert : 7 points
- -Jeanne d'Arc : 4 points



L'équipe du jour est composée de Jasmin, Rohi, Jay, Charlie, Isaac

Mercredi 17 Octobre

CROSS du DISTRICT

Sous un temps magnifique, se déroulait le mercredi 17 octobre 2018, le Cross du district regroupant tous les collèges du district de REIMS. Vingt quatre élèves du collège Robert Schuman étaient présents pour participer à cet événement.

Les distances étaient les suivantes :

- 2000 mètres pour les benjamines
- 2500 mètres pour les benjamins et les minimes filles
- 300 mètres pour les minimes garçons.

Outre la distance, nos apprentis sportifs ont dû apprendre à gérer l'emballement du départ, les différents reliefs qu'offrent le parc de Champagne (pente, bosse, descente abrupte, gravillons, terre, goudron)

Résultats en ATTENTE.....

Mercredi 07 Novembre

Rencontres de district hand-ball



Les équipes benjamins et minimes garçons de SCHUMAN avaient rendez-vous au gymnase RUISSELET pour cette 2^{ème} journée de hand-ball.

Notre équipe benjamin formée de 3 élèves de 5^{ème} et 5 élèves de 6^{èmes} ont réussi à rivaliser avec les autres équipes présentes. Solidaires en défense, et manquant un peu de réussite au tir en attaque, les résultats sont dans l'ensemble encourageants. Mention spéciale à Lyess, qui en tant que gardien, n'a pas failli sous les tentatives de tirs adverses, à Ylan qui a géré son couloir latéral de manière intraitable et beaux débuts de Philonie, très présente dans le jeu défensif notamment.

L'équipe était composée d'Ylan, Timothée, Tristan, Lyess, Nathan Louis, Oscar, Philonie



Les résultats sont les suivants :

- St Rémi (1) Schuman (1)
- Schuman (4) St Michel 1 (1)
- Schuman (5) St Michel 2 (1)

L'équipe minime garçon, formée d'un noyau de joueurs qui s'entraînent depuis 4 ans dans la section, ont montré un niveau de jeu très correct. Les montées de balle rapides sont très souvent concluantes, notre gardien Auguste est présent sur toutes les trajectoires de balle, et notre défense est assez solidaire.

Reste à travailler de nouveau l'attaque placée à l'entraînement.

Les résultats de match sont les suivants :

- Schuman (04) Saint-Rémi (00)
- Colbert 1 (1) Schuman (03)
- Schuman (06) Saint Rémi 2 (00)

L'équipe était composée de

- Timothée
- Maxime
- Arthur
- Clément
- Auguste
- Teva
- Enzo
- Théotime

Mercredi 07 Novembre

Rencontres de district basket-ball



Nos benjamins étaient conviés au Collège Maryse Bastié. Les deux équipes étaient composées majoritairement d'élèves de 6èmes.

Il s'agissait de leur deuxième journée de rencontre et les progrès étaient déjà perceptibles pour certains joueurs. Ils se sont brillamment investis durant tout l'après-midi. Les résultats sont les suivants :

L'équipe de Côme, Adem, Manel et Ashley :
3 ième /11

L'équipe de Félix, Stan, Yanis, Yacine
6ième /11

Mardi 13 Novembre

SPORT PARTAGE

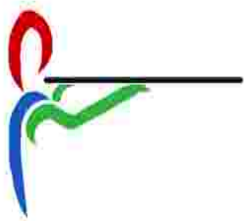
Quatre élèves de l'espace ULIS du collège Robert SCHUMAN étaient invités à une matinée sportive au collège Université. Pour que ce moment soit convivial, ils étaient autorisés à inviter un copain de leur choix.

Et voilà nos 8 sportifs partis à l'aventure !!!!

Et quelle aventure..... car au programme des ateliers sportifs peu communs :

- atelier de la cible pendulaire
- atelier rugby fauteuil à trois contre trois
- slalom et tir à la sarbacane avec des lunettes malvoyants ou avec guide.

Enzo, Clarysse, J.Philippe, Lucas, Shaina, Eugène, Maeva, et Océane n'ont pas ménagé leurs efforts pour réussir les défis à chaque atelier. Ils terminent 5ième. Et comme tout effort mérite réconfort, un petit goûter était prévu en fin de matinée.



Mercredi 14 Novembre

CROSS du DEPARTEMENT de la MARNE



Rendez-vous au Stade CHANDON à Epernay, pour réaliser le cross du département de la Marne.

16 élèves du collège participaient à cet événement sportif et certains pour la première fois.

Les distances sont les suivantes :

- benjamin : 2000 mètres
- benjamine : 2000 mètres
- minimes filles : 2500 mètres
- minimes garçons : 3000 mètres
- cadet / cadettes : 3000 mètres
- course santé : 1000 mètres

*Résultats des élèves benjamins :

- Yacine : en 9 minutes 21 soit 12,83 kmh (35ième)
- Félix : en 10 minutes 40 soit 11,59 kmh (217ième)
- Tristan : en 14 minutes 15 soit 8,42 kmh (362ième)
- Wassim : en 14 minutes 30 soit 8,27 kmh (370ième)
- Ylan : en 14 minutes 05 soit 8,52 kmh (356ième)
- Tery : en 10 minutes 45 soit 11,16 kmh (239ième)

Les benjamins se classent 42ième sur 90 équipes.



*Résultats des élèves benjamines :

- Célia : en 13 minutes 08 soit 9,13 km h (244 ième)
- Kenza : en 9 minutes 16 soit 12,94 kmh (121ième)
- Nihad : en 11 minutes 12 soit 10,71 kmh (217ième)
- Manel : en 8 minutes soit 15 kmh (19ième)



*Résultats des minimes garçons et filles :

- Théotime en 11 minutes 24 soit 15,54 kmh
- Anna en 19 minutes 21 soit 9,30 kmh

*Course « santé » :

- Soufiane : 6 min 55 soit 8,6 kmh
- Maxence : 6 min 53 soit 8,8 kmh
- Ashley : 7min 11 soit 8,35 kmh
- Orinaldo : 5 min 17 soit 11,3 kmh

Mercredi 21 Novembre

Rencontres de district hand-ball



L'équipe était composée d'Ylan, Timothée, Tristan, Lyess, Nathan, Louis, Oscar, Nihad Tery, Mathielo

Les équipes benjamins et minimes garçons de SCHUMAN avaient rendez-vous au gymnase RUISSELET pour cette 3ième journée de hand-ball.

Notre équipe benjamin a réalisé de beaux progrès au cours de ses deux derniers matchs de classement. La progression de balle offensive était plus fluide avec moins de perte de balle. De même, pratiquement tous les élèves ont pu s'exprimer en situation de tir. Quant à la défense, elle s'est avérée plus solidaire et nos deux gardiens Timothée et Mathielo ont été peu inquiétés.



Les résultats sont les suivants :

-Schuman (5) Colbert (00)

-Schuman (3) Notre Dame (00)

L'équipe benjamine est 1ère à l'issue de ces deux premières journées

Dans la continuité de la 1ère journée, les minimes ont remporté leur deux matchs. La dernière rencontre contre Rilly s'est avérée particulièrement accrochée. Rilly solide en attaque placée, et Schuman s'opposant par des contre-attaque concluantes. A 5 joueurs de champ, la défense a tenu.

Les résultats de match sont les suivants :

-Schuman (06) – Saint Rémi / Rilly (00)

-Schuman (04) – Rilly (03)

Pour l'instant l'équipe minime se classe 1ère

L'équipe était composée de

- Timothée
- Maxime
- Arthur
- Clément
- Auguste
- Théotime

Mercredi 21 Novembre

Rencontres de district basket-ball



L'équipe benjamin participait à un tournoi au collège de Coubertin à Cormontreuil. Nos joueurs rencontraient les équipes de Notre Dame 2, F. Legros, et Saint-André 2. L'équipe composée majoritairement d'élèves de 6ième : Adem, Naël, Manel, Ashley, Loan, Yanis, Félix se classe **2ième sur 4.**

L'équipe minime garçon participait à un tournoi au collège Université. Ils rencontraient les équipes d'Université Jeanne d'Arc et Saint-André, composées de joueurs de club. L'équipe composée de Rohi, Jasmin, Erwan, Jay, Wendjino Isaac. se classe **4ième.**

Mercredi 28 Novembre

Rencontres de district hand-ball

Les handballeurs benjamins étaient attendus au gymnase du Ruisselet pour cet ultime après-midi de rencontres district.

L'équipe devait confirmer ses progrès lors de cette dernière journée de rencontres. L'équipe gagne 6 à 1 contre l'équipe de Colbert 1 et fait égalité contre St Rémi (3 à 3) **malgré de nombreuses tentatives de tirs lors de la 2ième mi-temps. Le gardien adverse a été remarquable et nous a posé problème.** Au goal average, Schuman termine 1ère a un point de St Rémi, mais l'écart entre les 2 équipes était minime.

Les résultats :

St Rémi 1 (05) – Colbert 1 (0)

St Rémi 2 (00)-N.Dame (07)

Schuman (06)-Colbert 1 (00)

Colbert 2 (05)-N.Dame (08)

St Rémi 1 (03) – Schuman (3)

Colbert 2 (1) -St Rémi 2 (1)

L'équipe : Ylan, Tery, Oscar, Timothée, Mathielo, Philonie, Tristan, Nathan, Louis

L'ambiance : correcte, mais le dernier match très tendu

**Reporter
Philonie**



Mercredi 28 Novembre

Rencontres de district basket-ball



Pendant ce temps, au collège Joliot Curie, notre équipe minime en basket-ball, affrontait les équipes du collège BRAQUE, JOLIOT CURIE Maryse BASTIE, COLBERT et COUBERTIN.

Participant à un tournoi assez dense, notre équipe termine **2ième sur 6** équipes. Mr VALDENAIRE souligne le très bon état d'esprit présent lors de cette journée. De surcroît, nos joueurs se sont investis avec pertinence dans les rôles de jeunes officiels (Holor, Erwan, Rohi et Jasmin au chronomètre).

Mercredi 05 Décembre

Rencontres de district basket-ball



Nos basketteurs benjamin avaient rendez-vous au gymnase du collège Pensionnat Sacré Coeur. L'après-midi a été dense puisque le tournoi était composé de 17 matchs de 4 minutes. Il était nécessaire d'être décisif dès les premières minutes. C'est ainsi qu'une des deux équipes engagées termine 1ère et l'autre 7ième sur 9 équipes. Bravo à tous !!!

L'équipe de Schuman était composée de Manel, Yacine, Yanis, Loan, Naël, Adem, Enzo, Ashley, Félix



Mercredi 05 Décembre

Rencontres de district hand-ball



Après-midi difficile pour nos hand-balleurs minimes. L'équipe décimée par un joueur malade, deux élèves en stage de découverte professionnelle, se présentait avec 5 joueurs de champ. L'équipe de Schuman n'a pas démerité, en se montrant solidaire en défense, mais fragile en attaque.

Sans remplaçants, l'équipe s'incline face à l'équipe de Rilly et contre l'équipe de Saint-Michel. Equipes contre qui nous nous étions imposés lors des premières journées de rencontres.

L'équipe était
Composée
d'Auguste, Arthur
Théotime, Erwan
Enzo, Clément

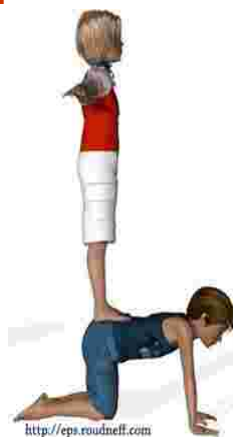
Mardi 12 Décembre

Entraînement des arts du cirque



Petit zoom sur nos 18 licenciées circassiennes
Tous les mardis, elles se regroupent en salle
salle polyvalente et travaillent différentes
disciplines : jonglages, pyramides humaines,
préacrobaties, rolla-bolla de niveau 1
sans oublier les exercices pour apprendre à :

- gérer l'occupation de l'espace scénique
- à poser son regard
- à mimer



Quel plaisir de
commencer collectivement
à composer le premier
tableau expressif
avec tout ce qu'on
a appris ce trimestre !!

Quelques pyramides de niveau 1

Mercredi 19 Décembre

Journée de la FORME

Bel après-midi de découverte. Huit élèves de SCHUMAN ont profité de trois ateliers sportifs peu communs. Elles ont pratiqué :

-40 minutes de STEP. Elles ont enchaîné deux modules de 4 pas sur des musiques très dynamiques (1er module : pas sauté, pas croisé, V step et kick - 2ième module : 3 knee up, talon, pas glissé, et traverse) aussi bien sur le côté droit que sur le côté gauche. Autant dire que nos qualités de coordination et d'endurance ont été sollicitées.

-40 minutes de YOGA : elles ont enchaîné des postures très différentes avec l'appui d'une musique très relaxante : posture de la montagne, posture du chien, postures des angles, posture du guerrier, posture des triangles, puis 10 minutes de relaxation totale tellement bien réalisées que certaines de nos sportives ont failli s'assoupir.

-40 minutes d'activité CROSSFIT. Nous étions accueillies dans une salle de CROSSFIT spécialement mise à notre disposition. Au programme, différents ateliers de musculation : un exercice de rameur, un atelier de pompes et de bonds, un exercice de tractions, et d'abdominaux, un exercice de porter de médecine ball de 6 kilos. Les courbatures se faisaient déjà sentir dès la fin de séance !!!!



Exemple d'exercice
En cross fit
Soulevé de médecine
ball ▼



▲
Exemple de posture
en Yoga



▲
Exemple de pas
En STEP

Mercredi 19 Décembre

Tournoi de NOEL : Badminton



Pendant, que 8 élèves du collège SCHUMAN découvraient trois activités sportives inédites (step, yoga, et crossfit) au collège Trois Fontaines, et se donnaient à fond, avec le sourire, **21 élèves toute classe confondue, s'étaient donnés rendez-vous au gymnase du collège SCHUMAN**, pour participer au désormais traditionnel tournoi de badminton de fin d'année. **Possibilité de se déguiser et goûter en fin de tournoi obligatoire, esprit de Noël oblige !!!!**

Le tournoi s'est déroulé dans un bon esprit, sous forme de « montante descendante », et selon la formule à l'italienne. (2 matchs en simple, puis un double).

Les résultats sont les suivants :

Terrain n°1
Auguste

Terrain n°3
Alexis / Yacine
Lilian / Théo

Terrain n°5
Nihad / Florian
Célia / Léo

Terrain n°2
Théotime / Cyrian
Clément / Félix

Terrain n°4
Tristan/ Enzo
Ylan/ Noam

Terrain n°6
Carmen / Wided
Zoé / Lola

Jeudi 20 Décembre

Challenge de TIRS - BASKET-BALL

Douze élèves de la section « basket-ball » ont vécu les 4 épreuves demandées au challenge national de tir en UNSS.

Les joueurs devaient réaliser un maximum de paniers en 45 secondes dans des conditions de marque différentes

Nomination de l'atelier	La consigne	Le comptage des points	Le record est détenu	Classement général des tireurs aux 4 ateliers	
BATUM Junior	Tir en double appui dans les secteurs excentrés	■ ■ = 1 panier réussi	Manel	1er Maxime : 25 points	7ième Safa 15 points
PARKER Junior	Tir en appui situés entre 3 et 5 mètres du panier - 5 postes	■ ■ = 1 panier réussi	Rohi	2ième : Erwann 22 points	8ième Wendjino 14 points
GRUDA Junior	Tir de face à 3 mètres du panier:lancer franc	■ = 1 panier réussi	Manel	3ième : Jasmin 18 points	9ième Yanis 12 points
DUMERC Junior	Tir à 3 points (au-delà de la zone des 5 m)	■ ■ ■ = 1 panier réussi	Maxime	4ième Manel 18 points	10ième Loan 10 points
Nombre TOTAL de POINTS sur l'ensemble des 4 ATELIERS en 45 secondes				5ième Félix 17 points	11ième Ashley 6 points
<div style="border: 2px solid black; padding: 10px; display: inline-block; margin-top: 20px;"> 2ième manche au 3ième trimestre </div>				6ième Rohi 16 points	12ième Ashley 6 points

Planning des rencontres du 2ième trimestre

Les dates de nos manifestations sportives :

- 9 janvier : rencontres de district de Futsal
- 16 janvier : rencontres district Futsal-Badminton
- 23 janvier : rencontres district Futsal-Badminton
- 30 janvier : rencontres district Futsal-Badminton
- 06 février : rencontres Volley-ball- Tennis de table
- 27 février : rencontres Volley-ball-Tennis de table
- 06 mars : rencontres départementales sports collectifs
- 13 mars : rencontres départementales badminton
- 20 mars : rencontres départementales tennis de table
- 27 mars : journée de la FORME (step,crossfit,yoga)



Bonne année 2019

À nos 165 licenciés !!

Mercredi 09 Janvier 2019

Rencontres de district : FUTSAL

Première journée de rencontre district de futsal au gymnase du collège Saint-Joseph. Deux équipes benjamins et une équipe minime du collège SCHUMAN étaient engagées. Ces deux équipes rencontraient les équipes de Saint-JOSEPH et Notre DAME (2 équipes inscrites pour chaque établissement)

Il s'agissait d'une journée de formation à l'arbitrage. Ainsi les règles particulières de ce jeu ont été énoncées, expliquées afin qu'elles soient connues de tous. Puis les élèves volontaires se sont exercés à officier en tant qu'arbitre lors du tournoi minime et benjamin sous le contrôle d'un professeur d'EPS (notamment en cas de litige).

Il s'agissait aussi pour nos équipes, de perpétuer le travail effectué à l'entraînement pour aiguïser leur jeu d'équipe. Mention spéciale pour nos gardiens de chaque équipe qui ont réalisé des arrêts ou des sorties dans le champ de jeu décisifs.

Les résultats minimales garçons :

Schuman (00) – St Joseph 1 (01)
Saint-Joseph 2 (00) – Notre Dame (04)
Saint-Joseph 1 (02) -Notre Dame (01)
Schuman (01) Saint-Joseph 2 (00)
Notre Dame (01) Schuman (00)

L'équipe minime garçon
pour cette journée
de rencontres était
constituée de :
Billal, Enzo, Théotime,
Timothée, Arthur

L'équipe Schuman 1 : Ylan
Tristan, Lyess, Yanis, Naël
et Adam

L'équipe Schuman 2 : Nathan
Eliott, Louis, Hugo, Mathielo

Nos arbitres du jour :
Billal et Enzo
Naël et Eliott

Les résultats benjamins :

Saint-Joseph1 (00)- Schuman 1 (02)
Schuman 2 (02) – Notre Dame 2 (00)
Schuman 1 (01) -Notre Dame 1 (01)
Schuman 2 (00)- Saint Joseph 2 (02)

Reporters : Yanis et
Lyess

Mercredi 16 Janvier 2019

Rencontres de district : BADMINTON

Rendez-vous au collège UNIVERSITE, pour participer à un tournoi de Badminton dans la catégorie benjamin. Une équipe benjamine et deux équipes benjamins étaient présents à cet événement

Schuman 1
Benjamin
Florian et Félix

Université 1 (22) - Schuman (25)
Coubertin (21) - Schuman (27)
Schuman (14) - Notre Dame (35)
Schuman (36) - St Rémi 2 (12)
Schuman se place dans la finale des
2ièmes et se classe 1ère soit la
4ième équipe du tournoi

Schuman 2
Benjamin
Loan et Enzo

St Rémi 3 (20) - Schuman 2 (21)
Sacré cœur (16) - Schuman 2 (14)
Schuman 2 (20) – St Rémi 4 (12)
Schuman 2 (21) – Université 2 (26)
Schuman 2 (22) – St Rémi 1 (23)

Schuman
Benjamine
Nihad Célia et Carmen

Schuman (08) – Paul FORT (35)
Schuman (19) – Sacré Coeur (20)
Schuman (08) – Université (34)

Tous les élèves ont participé au tournoi en tant qu'arbitre de terrain et en tant que secrétaire (noter les points sur la fiche de score)

Mardi 05 février 2019

Entraînement en Arts du Cirque



Petit clin d'œil à nos sportives circassiennes ! Ces dernières continuent avec assiduité leurs entraînements en salle polyvalente de 12h30 à 13h20, tous les mardis. Au programme, chorégraphie (ex : danse circassienne), pyramides à trois, et manipulation d'objets divers.

La séance du 05 février était consacrée à la manipulation du « bâton du diable ». Rien de bien maléfique dans tout cela : mais beaucoup d'adresse et de coordination sont nécessaires pour manipuler le bâton, le tenir en équilibre ou le faire virevolter sans le faire chuter au sol.



A force de répétitions, le bâton à notre grand soulagement, tombait de moins en moins.

Résultats du championnat district ESCALADE

Place	Etablissement	Total
1er	Sacré Coeur	864
2ième	Paul Fort	859,15
3ième	Sacré Coeur	785,56
4ième	Schuman 1	773,63
5ième	Schuman 2	603,20

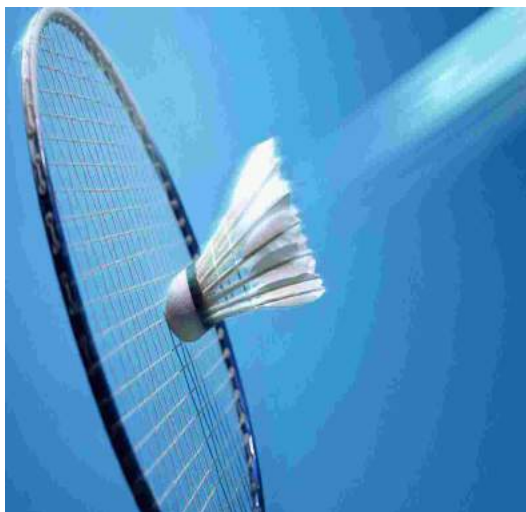
L'équipe de Schuman 1 est composée de Annaelle, Xinyu, Killyan et Emiran. L'équipe de Schuman 2 est composée de Alexia, Eloïse, Florian, et Noah.

Classement provisoire DEPARTEMENTAL

Place	Collège	Point	Place	Collège	Point
1	H.GUILAUMET	4821,95	10	Paul FORT	2659
2	Jean MOULIN 1	3900	11	SCHUMAN	2486
3	Yvette LUNDY	3884	12	Notre Dame PERRIER	2162
4	La Fontaine en VE	3556	13	G.CHARPAK 1	2162
5	T de CHAMPAGNE	3451	14	E. DESCHAMPS	2138
6	Prof. NICAISE	3406	15	PSC1	2030
7	Cote LEGRIS	3063	16	La Fontaine en VE	1796
8	Vieux PORT	3007	17	PSC2	1105
9	Jean MOULIN 2	2805	18	Côte LEGRIS	192

MERCREDI 05 février 2019

BADMINTON



Nos benjamins avaient rendez-vous au collège BRAQUE à REIMS pour disputer leur 2^{ème} journée de badminton.

L'équipe de Nihad et de Wided terminent 11^{ème}. Elles ont bien évolué durant le tournoi, (certains matchs se jouant à deux points près) mais leurs adversaires avaient des frappes fortes plus régulières malgré tout leur courage en défense.

Nos benjamins, Félix et Florian ont bataillé durant toute la compétition pour accéder à un milieu de tableau. Florian assurait la 1^{ère} manche et Félix finalisait à la 2^{ème} manche. Mention spéciale pour Félix, qui a rattrapé de nombreux retards au score en jouant notamment sur l'alternance de sa frappe de dégagement et son amorti.

MERCREDI 27 février 2019

VOLLEY-BALL



Nos minimes garçons, avaient rendez-vous au gymnase Maryse Bastié. Ils ont joué contre l'équipe de Maryse Bastié en 4 contre 4 appliquant les règles de volley-ball fédérales. Pour un grand nombre de nos joueurs, il s'agissait de leurs premières rencontres UNSS. Ils ne sont pas pour autant laissés impressionnés par l'évènement.

Les résultats sont les suivants :
contre le collège BASTIE
1er set : 11 à 15
2^{ème} set : 08 à 15
L'équipe termine 1^{er} du district
de REIMS

L'équipe composée de Teva, Alexis Léo, Cyrian, Alexis ont même rivalisé pendant un set avec l'équipe de Joliot Curie (section sportive) en ne perdant que d'un point.



Pendant ce temps, nos benjamins et benjamines effectuaient leur tournoi de volley-ball au gymnase. SCHUMAN. Ils se sont particulièrement bien comportés car pour certains c'était leur 1er tournoi UNSS et ils rencontraient les équipes de la section Sportive de Joliot Curie.

Bravo à Félix, Hugo, Louis, Nathan, Dylan, Lyess, Manel, Ashley, Safae, Coralie et Bouchra.

Le classement benjamin garçon

1er : Joliot 1
2ième : Joliot 2
3ième : Schuman 2
4ième : Joliot 4
5ième : Joliot 3
6ième : Schuman 1
7ième : Schuman 3

Le classement benjamine

1er : Joliot 1
2ième : Joliot 2
3ième : Saint-Rémi
4ième : Schuman 1
5ième : Jeanne d'ARC
6ième : Schuman 2

MERCREDI 06 MARS 2019 RENCONTRE DEPARTEMENTALE VOLLEY-BALL

Rendez-vous au collège Joliot Curie pour nos deux équipes benjamin (Eliott, Nathan, Oscar, Félix, Hugo) et notre équipe benjamine (Bouchra et Coralie) qualifiés au championnat départemental

St Thierry 2 (15) – Schuman1(25)
Schuman 1 (25) -St Thierry 3 (18)
Schuman 2 (24)-Joliot 4 (25)
Joliot 5 (20) – Schuman 1 (25)
Schuman 1(16) – Schuman 2(25)
Schuman 1(25) -St Thierry 3 (16)
Schuman 2 (23) – Joliot 4 (25)
Reporter Félix

Hugo et Nathan terminent 2ième (vice champion départemental) en perdant contre Joliot Curie 23 – 25
Elliot, Oscar, Felix terminent 3ième en perdant contre Schuman 1 -16 à 25
Coralie et Bouchra se classent 3ième



Belle après-midi pour nos volleyeurs Minimes garçon (Teva, Alexis L, Alexis C, Théo, Jasmin, Erwan, Antoine) et leur jeune officiel du jour : Eva. (sans jeune officiel, l'équipe ne peut pas être classée). L'équipe s'est bien comportée lors du tournoi départemental grâce notamment à Teva qui a porté l'équipe, donnant confiance à tous les joueurs. Dans cet état d'esprit, TOUS ont pu donner le meilleur d'eux mêmes.

L'équipe minime garçon termine 1ère du championnat départemental devant les collèges Saint-Thierry et Maryse Bastié
Eva est validée jeune officiel départemental

MERCREDI 27 Mars 2019

Journée de la FORME

Rendez-vous au collège Trois Fontaines, pour participer à un après-midi complet sur la pratique des activités d'entretien pour se maintenir en GRANDE FORME !!!!

Au programme, 40 minutes de CROSSFIT, avec trois ateliers enchaînés :

1er atelier : course de 200 mètres et relevé de médecine ball de 6kg depuis la position accroupie.

2ième atelier : pompes dynamiques et cordes à sauter

3ième atelier : tractions des bras sur des barres et rameurs.

Puis nos treize licenciées ont enchaîné une chorégraphie de STEP (toujours pendant 40 minutes) au son d'une musique entraînante passant de pas simples à des pas plus complexes. Enfin, la dernière activité était le YOGA, il s'agissait de réaliser différentes postures. Grâce à une concentration soutenue, et de se relaxer grâce à une respiration placée.

Planning des rencontres du 3ième trimestre

Les dates de nos manifestations sportives :

- 24 avril : Défi nature
- 1 mai : Jour férié : repos
- 8 mai : Jour férié : repos
- 15 mai : Rencontre académique d'athlétisme
- 22 mai : Entraînement et tournoi de handball
- 29 mai : Sortie escalade à Vertus
- 05 juin : Rally raid rémois (3ième) et championnat
départemental développement badminton
- 12 juin : Tournoi multi-activités : les « 3B »
- 19 juin : Challenge olympique des collèges marnais
- 26 juin : Course d'orientation « le cluedo » (annulé en
raison de la canicule)

Vendredi 3 avril 2019

ENTRAINEMENT : Tennis de table



Petit zoom, sur nos entraînements multi-activités du vendredi soir (16h30 -17h30).

Nos sportifs ont profité d'un petit cycle de tennis de table de 6 séances. Au départ, les renvois de balle étaient quelque peu maladroits, mais au bout de 6 séances, nos sportifs ont pu réaliser leurs premiers matchs. Nous avons célébré ces progrès autour d'un bon goûter. Prochain cycle : badminton !

Mercredi 24 avril 2019

Les DEFIS NATURE

C'est au parc de la Cerisaie de REIMS, que 15 licenciés devaient se confronter à différents défis « nature ». Par équipe de 3, pour obtenir meilleur classement possible, ils devaient remporter un maximum de défi « nature ». Parmi ceux-ci :

- **tir à l'arc sur cible** : chaque équipe aura 6 flèches à se répartir. Si 4 flèches atteignent la cible, alors le défi est remporté.

- **grimpe verticale** : grimpe verticale sous forme de relais

- **relais slalom trottinette** : sous forme de relais les 3 participants effectueront un parcours d'habilité ; slalom, passage de porte, franchissement de bascule. Le défi sera validé si l'équipe a réalisé son défi en respectant et en effectuant tous les obstacles, si non le défi sera considéré comme invalidé.

- **fristir** : l'équipe aura 6 frisbees à lancer pour atteindre sa boîte de conserve. 2 lancers par participant. Le défi sera validé si au moins 3 frisbees ont atteint la cible

- **araignée** : chaque participant tirera 3 fléchettes pour atteindre la cible. Le défi sera validé si au moins 6 fléchettes aboutissent dans la cible.

- **course d'orientation** : rechercher une balise précisée sur la carte

Les résultats sont les suivants :

Le classement s'établit sur 47 équipes présentes sur l'ensemble des Collèges de REIMS. Sont pris en compte le nombre total de défis validés et le temps mis pour les valider :

Classement	Dossard	Collège	Total Balise trouvée	Total Défis nature réussis	Total CO+ défis nature	Temps final
30	n°7	Schuman	3	2	5	1h43
40	n°8	Schuman	3	1	4	1h56
34	n°9	Schuman	3	2	5	1h56
41	n°10	Schuman	2	2	4	1h56
10	n°11	Schuman	5	3	8	1h53

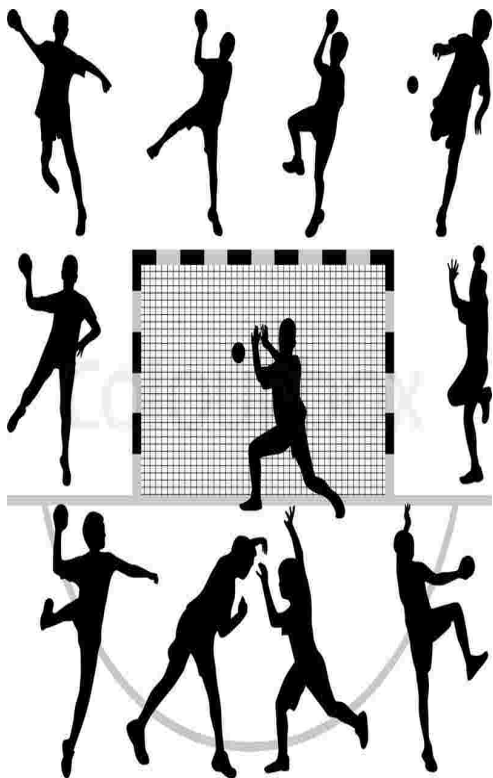
Rappel de la constitution des équipes :

- Schuman 9 : Wassim, Tristan, Ylan
- Schuman 8 : Raphaël, Félix, Nihad
- Schuman 11 : Orinaldo, Yacine
- Schuman 7 : Manel, Safa, Elisa, Cassandra
- Schuman 10 : Célia, Wided



Mercredi 22 MAI 2019

Tournoi de handball



Bel après-midi au gymnase SCHUMAN, vingt élèves se sont donnés rendez-vous pour participer à un entraînement de hand-ball de 13h30 à 15h00.

Au programme, des jeux d'entraînement pour apprendre à faire des passes précises sans faire tomber la balle au sol.

Puis des jeux collectifs (la balle au capitaine, la balle au but) pour apporter collectivement la balle jusqu'à une zone cible.

Enfin, des matchs sur le terrain réglementaire pour appliquer les règles de base de l'activité. Nos sportifs n'ont pas ménagé leurs efforts, et sont sortis de l'entraînement fatigués mais contents.

Les élèves : Ylan, Timothée, Wassim, Orinaldo, Maxence G, Manel, Nihad, Philonie, Ashley, Safae, Lilian, Alexis, Léo, Enzo, Raphaël Mathielo, Lorenzo, Tristan, Lyess, Naël

Mercredi 05 Juin 2019

Rallye Raid Rémois

Quatrième édition du Rallye Raid Rémois permettant aux collégiens et aux lycéens de découvrir de nouveaux espaces Rémois tout en rivalisant sur différentes épreuves sportives et culturelles. Un suivi d'itinéraire suivi jalonné de balises obligatoires, et optionnelles, facilite la progression de parc en parc découvrant sur vos passages des sites patrimoniaux et historiques et culturels. Ce Raid était exclusivement réservé aux minimes. Le principe est de suivre un itinéraire

Obligatoire à l'aide d'une carte. Les équipes (composées soit de 2 filles ou de 2 garçons ou mixtes) doivent poinçonner tout au long du parcours des balises de CO obligatoires et optionnelles. Ils découvrent également des défis (7 ateliers) à réaliser. Balises poinçonnées et défis réalisés vous rapportent des points.

Les résultats sont en attente :

Schuman 1 : Hippolyte et Arthur

Schuman 2 : Léo et Alexis

Schuman 3 : Eva et Margot

Schuman 4 : Noham et Enzo P



Mercredi 05 Juin 2019

Championnat départemental

BADMINTON

Nos badistes se sont rendus à Châlons en Champagne pour participer aux championnats départementaux Collège DUOS. Auguste, Théotime, Anna, Romane, et Sudeshna ont bien défendus leurs chances. Voici les résultats complets :

1- Collège JEAN BAPTISTE DROUET - STE. MENEHOULD - Equipe 1

2 - Collège EUSTACHE DESCHAMPS - VERTUS

3 -Collège JEAN BAPTISTE DROUET - STE. MENEHOULD - Equipe 2

4 -Collège PAUL FORT - REIMS Marne

5 -Collège ROBERT SCHUMAN

6 -Collège LA SOURCE - RILLY LA MONTAGNE

7 -Collège SAINT ETIENNE - CHALONS EN CHAMPAGNE

Mercredi 12 Juin 2019

Défis « les 3B »

26 élèves se sont présentés au gymnase cet après-midi pour découvrir 3 ateliers sportifs :



- badminton: réaliser trois à quatre matchs un contre un, en appliquant les règles de base de l'activité.



- basket-ball: réaliser trois matchs en trois contre trois en appliquant les règles de base de l'activité.



- bowling : faire tomber un maximum de quilles suite à 4 lancers de la boule sur la piste.(3 manches possibles) en respectant les règles de lancer.

Chaque atelier sportif rapporte des points en fonction de sa réussite à l'atelier. Les points sont attribués pour les deux premiers ateliers selon le goal average (écart entre points encaissés et points marqués) donc même un perdant pouvait marquer des points à l'atelier.

Pour le 3ième atelier, des points sont attribués selon le meilleur score par manche obtenu (nombre maximal de quilles tombées sur les 5 premiers lancers).

Les RESULTATS sont les SUIVANTS :

Place	Sportif	Basket-ball	Badminton	Bowling	Total
1	Célia	9,5	15,5	13	38
2	Alexis	6	15,5	12	33,5
3	Ornaldo	9,5	14,50	9	33

Place	Sportif	Basket-ball	Badminton	Bowling	Total
4	Tristan	9	17,50	6	32,5
5	Enzo H	8,5	10	12	30,5
6	Eva	8	12	10	30
6	Enzo P	8	13	9	30
6	Ylan	9	13	8	30
7	Yacine	9,5	7	13	29,5
8	Manel	9	10	9	28
9	Lena	9	7,50	10	26,5
10	Coralie	9	8,5	8	25,5
10	Carmen	9,5	7	9	25,5
11	Soufiane	8	8	7	25
12	Dylan	9	7,50	8	24,5
13	Enzo S.G	9	6,50	8	23,5
14	Ashley	7	7	9	23
15	Yanis	9,5	5	8	22,50
16	Bouchra	9	5,5	7	21,50
16	Loan	8,50	6	7	21,50
17	Raphaël	7	9	5	21,00
17	Safae	6,50	7,50	7	21,00
18	Lilian	8,50	5,50	6	20
19	Kaitlyne	8	2,50	8	18,50

Mercredi 19 Juin 2019

Challenge olympique des collèges de la Marne

Rendez-vous à Haussimont, pour une journée sportive de 8h00 du matin jusqu'à 5h00 du soir !!! Deux équipes de SCHUMAN étaient engagées. Chaque équipe était composée d'un coach de 10 participants, et d'un jeune officiel.



Alexis a assumé avec perfection son rôle de jeune officiel à l'atelier accrobranche. Il a su expliquer l'atelier aux pratiquants, utiliser le chronomètre, et attribuer des points aux équipes. **Bravo 1ère satisfaction de la journée !!!**

Ensuite, nos deux équipes ont dû enchaîner 15 ateliers sportifs dans un ordre déterminé. Le coach détenait la feuille de route et la feuille des points, il déterminait à chaque atelier les élèves participants, et pouvait conseiller les autres élèves lors de leur pratique. Tout le monde a bien voulu endosser cette fonction et ceci avec sérieux ! **Bravo 2ième satisfaction de la journée !!**



Ensuite, nos deux équipes ont donné le meilleur d'eux même à chaque atelier SPORTIF, engendrant de nombreuses émotions. (encouragements, déceptions, persévérance, stratégie.....) Ils ont dû enchaîner des ateliers sportifs originaux, nécessitant des qualités sportives, stratégiques, collectives. **Bravo 3ième satisfaction de la journée !!**

Au programme :

Disc Golf	Il s'agissait, de faire progresser le frisbee jusqu'à une cible (type panier de basket) en un minimum de lancer.
Course D'orientation	Il s'agissait à l'aide d'une carte, d'aller poinçonner des balises en 10 minutes
Course D'orientation	Il fallait collectivement trouver « la clef » de cinq cadenas pour les ouvrir
Le Serveur	Le joueur devait avec une balle en équilibre sur la planche d'une raquette de tennis de table, réaliser un parcours d'obstacle
L'escrime	Avec la pointe d'un fleuret, l'élève devait déséquilibrer des balles placées sur des tuteurs en un minimum de temps puis passer le relais à un partenaire
La pétanque	Depuis une ligne de lancer, l'élève devait réaliser 3 jets de boule de pétanque sur des cibles plus ou moins éloignées. (les cibles éloignées rapportent des points)
Le parcours De l'aveugle	Le coach devait avec l'aide de la voix diriger un camarade (qui lui avait les yeux camouflés) « L'aveugle » devait réaliser un parcours avec obstacles le plus vite possible.

Le morpion foot	Un défi avec une double consigne : dribbler au pied avec le ballon, et déposer un foulard sur un damier pour réaliser un morpion
Un parcours accrobranche	Réaliser un parcours accrobranche le plus rapidement possible sans poser de pied sur les filets en cas de déséquilibre
Hip- hop	Il fallait réaliser le plus fidèlement possible une chorégraphie « hip hop » en suivant les pas de danse d'une instructrice
Escalade	L'élève devait réaliser un parcours d'escalade le plus rapidement possible en choisissant les bonnes prises afin d'éviter la chute !!
Kinball	Les élèves devaient collectivement transporter une énorme balle sur 40 mètres le plus rapidement possible. Ils ne devaient pas lancer la balle donc réaliser un pont humain mobile
SLAKELINE	Il fallait tenir l'équilibre sur un slack le plus longtemps possible. Tous les temps étaient cumulés pour obtenir une performance collective.
Jeux de l'oie	Il fallait répondre à des questions sur les jeux olympiques pour gagner des points
Le frisbee (passe à 10)	Collectivement, les élèves devaient réaliser un maximum de passes en 7 minutes sans faire tomber le frisbee au sol

Vendredi 21 juin 2019

Entraînement BADMINTON



Petit zoom sur notre créneau d'activité du Vendredi soir. 11 élèves à 13 élèves sont venus régulièrement nous voir pour pratiquer des activités sportives diverses (jeux pré-collectifs, Tennis de table, badminton, basket-ball, hand-ball). Ce vendredi 21 juin, l'entraînement de badminton était calqué sur des exercices ludiques permettant de réviser les compétences demandées en 6ème et 4ème.

Jeu des 100 frappes

Il fallait réaliser 100 frappes, le plus rapidement possible.

- Par trois, il fallait réaliser 100 frappes le plus rapidement possible. Il fallait donc réaliser des séries d'échanges les plus longues possibles.

1er record: les 100 échanges ont été réalisés en 4 minutes 59

2ième record : les 100 échanges ont été réalisés en 4 minutes 56

Jeu du BANQUIER

Il fallait conserver son capital de points durant les 3 minutes de jeu. L'élève perd un point (ou un euro) à chaque fois que le volant tombe au sol où que le joueur n'arrive pas à renvoyer le volant.

Léo	15	25	10	50
Safae	15	45	10	70
Ashley	10	25	30	65
Manel	15	25	50	90

Safae	1	7	6	14
Léo	8	3	5	16
Manel	7	7	7	21
Ashley	3	2	4	9

Jeu de la RIVIERE

Il fallait marquer un maximum de points en 3 minutes en évitant la zone centrale du terrain (la rivière) et en utilisant amorti et frappe de dégagement pour atteindre les zones avant et arrière du terrain.

Ce journal de bord a été écrit grâce à l'enthousiasme, l'investissement
la prise d'initiative de nos licenciés.
BRAVO à nos 171 licenciés !

Jay, Apolline, Auguste, Océane A, Sirine, Tesnim, Erwan, Naël, Safia
Charlie, Timothée, Maxence B, Clément, Eva, Soumia, Jean Philippe,
Emirhan, Alice, Tristan, Marie-Adoline. Arthur, Louis, Ashley, Alexia,
Marine, Louise, Rosy-Maé, Zoé, Sacha, Kiara, Noah, Nejmi, Seji,
Lucas, Léna, Léo, Célia, Tery, Luc, Ibtissem.

Ornaldo, Anna, Sudeshna, Alice, Rohi, Maxence D, Vincent, Sephora,
Enzo, Kenza, Come, Maloé, Inès, Wendjino, Théo, Florian, Cassan-
-dra, Annaëlle, Kaitlyne, Lucas, Florian, Océane G, Maxence G,
Nihad, Maelle, Christelle, Hugo, Paule Sylvana, Enzo H, Lucie, Teva,
Lowan, Shaina, Lou, Margot, Erwan K, Isaac, Wassim, Fannie,
Alexis, Ylan, Antoine, Valentine, Felix, Naholasse, Sven, Raphaël,
Alexis L, Sébastien, Dany, Lola, Théotime, Mathieu L, Warren, Elliot
Xinyu, Diana, Mathis L, Melina, Matys M, Eloïse, Holor, Noah, Inès,
Manel, Yacine, Lilian, Harry, Léo, Safae, Enzo M, Kenzia, Kelyan,
Billal, Luane, Margot, Carmen, Dani, Kyllian, Cristiano, Cyrian,
Florian PD, Romane, Enzo P, Chabine, Josephine, Sacha P, Yanis
Lorette, Maxime P, Lyess, Lyne, Angela, Luana, Paul, Aurélien,
Eugène, Mathielo, Soufiane, Jasmin, Milhane, Oscar, Philonie,
Timothée, Elza, Zowa, Lola, Bouchra, Adam, Enzo, Loan, Léa,
Hippolyte, Elisa, Louis, Wilfried, Maéva, Dibor, Mihail, Clarysse,
Dylan, Mathis, Stan, Noham.