

Juin, juillet, Août 2012

Le Bulletin d'information de l'US GAZELEC PARIS IdF

## EDITORIAL.

C'est avec 3 mois de retard que ce numéro 61 paraît bouclant ainsi les 4 numéros de la saison 2012. Le cumul de nombreuses fonctions fait qu'il ne m'est plus possible de réaliser tout le travail dans les temps. C'est pourquoi, j'arrête cette activité. Les prochains numéros seront réalisés par une nouvelle équipe. Depuis deux ans, vous avez pu lire entre autres, des articles techniques sur le sport. Nous avons survolé quelques éléments de l'entraînement sportif comme la programmation, la planification et autres concepts, comme la dynamique des charges. C'était la première fois que la GAZETTE donnait de l'information technique, l'exercice était difficile et le pari osé car les contenus abordés étaient extrêmement complexes. Si ces articles ont pu susciter chez au moins un adhérent l'envie de structurer son entraînement ou de se former dans le but d'optimiser sa performance sportive, alors le pari est gagné ! En tout cas, cela a été un réel plaisir pour moi de transmettre les informations sur le fonctionnement du club, ces quelques modestes savoirs sur l'entraînement et enfin les valeurs du bénévolat qui restent le socle du mouvement sportif associatif.

Thierry MARTIN

## LA PERFORMANCE.

Avant de terminer cette série d'articles, nous allons nous poser une dernière question. Quels sont justement les critères de cette performance ? Peut-on mettre en place une démarche qui a pour but de rechercher la performance sportive sans en connaître ses critères ? Nous avons vu précédemment quelques éléments de réponse. Nous savons que notre programmation et notre planification des entraînements doivent conduire à optimiser le physique, le mental et notre technique pour le jour J. En effet, nous pouvons supposer que la performance sera la meilleure si le physique, le psychologique et la technique sont élevés. Evidemment, il serait contre productif, qu'un ou deux de ces critères soient très élevés au détriment du troisième. Prenons deux exemples. Imaginons une équipe de foot avec un excellent moral et une bonne cohésion de groupe. Les joueurs ont axé toute leur préparation sur la technique et la mise en place des automatismes. Pour cela, ils ont fait un peu l'impasse sur le physique. Après 20 minutes de jeux, les passes deviennent incertaines, les joueurs ne sont pas là où on les attend faute de pouvoir relancer une accélération. Un autre exemple, un golfeur a travaillé son physique par du renforcement musculaire et de l'aérobic. Il a passé beaucoup de temps sur le practice et sa technique est au top. Par contre, il n'a pas eu le temps de mettre en place sa stratégie de compétition, il n'a pas éprouvé son matériel. Après quelques coups moyens, il commence à douter et perd confiance en lui. Nous voyons donc qu'il est nécessaire d'élever le « curseur » de façon égal sur les trois critères de performance que sont le physique, le mental (Psy) et la technique afin d'optimiser la performance. Nous comprenons donc également l'intérêt de planifier son entraînement et de maîtriser son contenu par une programmation permettant d'élever l'ensemble des critères de la performance sportive en même temps.

## Objectif des groupes de travail.

Un grand club comme GAZELEC fonctionne comme une entreprise à la seule différence qu'il n'est pas animé par des salariés mais par ses adhérents bénévoles. Ces bénévoles travaillent pour faire fonctionner le club, ce qui permet de proposer un service d'accès aux activités sportives et culturelles à un coût bien inférieur à ce que pourrait proposer une structure à but lucratif. Malheureusement, nous manquons cruellement de bénévoles. Afin de résoudre ce problème et développer un fonctionnement participatif de GAZELEC, nous nous sommes structurés en groupes de travail

autonomes. En dehors du Comité Directeur qui a un rôle décisionnaire, nous savons que le club a besoin d'environ 26 bénévoles pour « tourner ». L'administration du club est assurée par le Bureau composé de 6 membres (Président, trésorier, secrétaire et leurs adjoints), cependant cela ne suffit pas pour tout réaliser. Nous avons alors constitué des groupes de travail. Ces groupes de travail sont au nombre de 10, chaque groupe de travail est constitué à minima d'un responsable et d'un suppléant. Nous avons réalisé un document qui collecte l'ensemble des contenus et des actions à réaliser pour chacun de ces groupes de travail. Les adhérents de GAZELEC qui souhaitent apporter leur contribution même la plus modeste peuvent télécharger ce document sur notre site dans l'espace « Adhérents » (onglet « Information Comité Directeur ») ou contacter Thierry MARTIN sur [tdmartin@wanadoo.fr](mailto:tdmartin@wanadoo.fr). Nous espérons que la mise en place de cette organisation va favoriser l'investissement des adhérents car il en va de la pérennité du club et de ses sections.

## CARTON ROUGE.

Les 12 et 13 mai 2012, la section Tir à l'arc de GAZELEC PARIS IdF organisait une compétition qualificative au Championnat de France FFTA. Les bénévoles de la section ont travaillé toute la journée du vendredi 11 mai pour installer le pas de tir et la ciblerie sur le terrain synthétique du complexe N-MANDELA. Dans la soirée, deux équipes de Foot FSGT extérieures à notre club arrivent et découvrent qu'ils ne peuvent pas jouer. Quelques Footballeurs font démonstration de leur mécontentement et restent hermétiques à toutes tentatives d'explications de la part des Archers. Ils se persuadent que la cause de leur problème est due à la présence illégitime de tir à l'arc sur un terrain de foot. La section tir à l'arc a pourtant fait une demande en bonne et due forme en août 2011 pour la réservation du complexe du 11 au 13 mai 2012. Le samedi, à 6h00 du matin, les organisateurs de la compétition de tir à l'arc



découvrent que 12 cibles sur 15 sont détruites. Un ballon de foot est ostensiblement placé au centre des cibles détruites, ce qui laisse à penser à un signe revendicatif ou tout du moins à une signature.

Après constat de l'arbitre FFTA, les bénévoles de la section tir à l'arc aidés des compétiteurs déjà sur place reconstruisent la ciblerie. La compétition peut commencer avec seulement 10 minutes de retard. La CMCAS a déposé plainte car des dégradations et des vols ont été également commis dans les vestiaires. Les adhérents des sections Foot LANDY 93 et Grapplin-Musculation ont eu également leur matériel détruit et volé. S'il s'avérait que ces actes de vandalisme aient une corrélation avec l'incident du vendredi soir, nous serions en droit de penser que ces événements portent gravement atteinte aux valeurs de la FSGT.

## LES BREVES.

La section Foot TIRU s'est posée la question « De la possibilité de recevoir des dons ». Le principe est que toute association déclarée et publiée peut recevoir des dons manuels (donation d'un objet pouvant être remis de la main à la main comme un meuble, un billet, un chèque... Les virements sont acceptés). Sont également assimilés à des dons les frais exposés personnellement par les bénévoles. A condition que ces frais soient non remboursés par l'association dans le cadre de leur activité associative et en vue strictement de la réalisation de l'objet social de l'association. Si le bénévole atteste renoncer au remboursement de ces frais et que cela est constaté dans les comptes de l'association, ce don ouvre droit à réduction d'impôts.