



PÉTANQUE DE LA GARE



Newsletter n°7 - Mars 2011

Lundi 28 Février 2011

SOMMAIRE

- | | |
|---|--------|
| 1) Calendrier des Concours organisés par le Club | Page 2 |
| 2) Coupe du Tarn 2011 : Equipe et Programme | Page 3 |
| 3) Coupe de France 2011 : Equipe et Programme | Page 4 |
| 4) Infos sur la Pétanque ... tirer (extrait d'Internet) | Page 5 |
| 5) Dates des Phases Qualificatives des Champ. Du TARN | Page 6 |
| 6) Prochain Repas | Page 7 |
| 7) Quelques Stats sur le Club | Page 8 |
| 8) Programme de la prochaine Newsletter | Page 9 |

1) Calendrier des **CONCOURS** du Club

Date	Type	Lieu	Restriction
Samedi 05/03/11 (15H00)	Pas de CONCOURS car il y a une Journée de Championnat des Clubs pour nos 3 équipes	Boulodrome	Equipe 3 Ch. Club
Samedi 12/03/11 (15H00)	Concours en Doublette	Boulodrome	Licenciés 2011
Samedi 19/03/11 (15H00)	Concours en Doublette	Boulodrome	Licenciés 2011
Samedi 26/03/11 (15H00)	Pas de CONCOURS car il y a une Journée de Championnat des Clubs pour nos 3 équipes		
Samedi 02/04/11 (15H00)	Concours en Doublette à la Mêlée	Boulodrome	Licenciés 2011

2) Coupe du Tarn 2011 : Equipe et Programme

Voici l'équipe BRASSAGAISE qui représentera notre Club lors de l'édition 2011 de la Coupe du TARN

Marie-Paule SIRE
Olivier GARRIGUE
Edouard DIEZ
Cédric JULIEN
Jean-jacques MEURISSE
Jérôme ALIES

Les 4 premiers tours se dérouleront aux dates suivantes (choix du Jour entre le Vendredi, Samedi et Dimanche après accord entre les 2 clubs).

1er Tour	18 mars 2011	Contre la Pétanque Vauréenne
2ème Tour	15-16-17 Avril 2011	
3ème Tour	27-28-29 Mai 2011	
4ème Tour	17-18-19 Juin 2011	
1/2 Finale	Octobre 2011	
Finale	Octobre 2011	

*Souhaitons un bon parcours à notre équipe avec pourquoi pas une première qualification pour la **CARRÉ FINAL** pour notre club qui n'a jamais dépassé les 1/4 de Finale dans cette compétition ... mais avec MICHOUNET dans l'équipe, rien n'est impossible.*

3) Coupe de France 2011 : Equipe et Programme

Voici l'équipe BRASSAGAISE qui représentera notre Club lors de l'édition 2011 de la Coupe de France

Monique SIGUIER
Thomas SAURET
Michel ALIES
Maxime AZEMA
Pierre GUIRAUD
Rémi PUGINIER

Les 4 premiers tours (Départementaux) se dérouleront aux dates suivantes (choix du Jour entre le Vendredi, Samedi et Dimanche après accord entre les 2 clubs).

1er Tour	18 mars 2011	contre Lacaune
2ème Tour	15-16-17 Avril 2011	
3ème Tour	27-28-29 Mai 2011	
4ème Tour	17-18-19 Juin 2011	
Phase Régionale	Fin 2011 - Début 2012	
Phase Nationale	Février - Mars 2012	

Souhaitons un bon parcours à notre équipe dans cette compétition ... pour info, notre club a atteint une fois le 2nd Tour Régional dans cette compétition ... et comme l'a dit FARMAS, "SANS MICHOUNET dans l'équipe, tout est possible".

4) Infos sur la Pétanque ... extrait d'Internet

Tirer à la pétanque : bases

Le tir est souvent le geste le plus spectaculaire. Trois facteurs influent principalement sur sa réussite : concentration, dextérité et puissance. A noter qu'une bonne condition physique s'impose pour assurer adresse et concentration. Aussi, plus vous tirez fort moins vous aurez de précision...

Concentration

La concentration est très importante, ne vous laissez pas déconcentrer par l'environnement ou par vos adversaires qui ne devraient normalement pas parler ou se déplacer à ce moment-là que ce soit des compétiteurs ou amateurs. Ne tirez pas si vous n'êtes pas 100% prêt, la pétanque est un jeu de patience.

Dextérité

Tirer est un véritable « savoir-faire » qui s'acquiert avec l'entraînement et l'expérience. Chaque personne doit trouver son geste idéal en essayant diverses positions et combinaisons.

Puissance

Attention toutefois à ne pas tirer excessivement fort afin de bien maîtriser son geste et ne pas être déséquilibrer durant son enchaînement.

Il n'existe qu'une seule position pour tirer : debout. On ne tire pas accroupi sauf cas exceptionnels. Si vous ne désirez pas passer pour un véritable novice devant les boulistes locaux de votre village ou quartier, et mettre de votre côté toutes les chances de réussir un carreau, bannissez alors le « tir à la rafla ».

Entraînez-vous à tirer plutôt 30 cm. devant la boule puis essayez de vous rapprocher de plus en plus jusqu'au « tir au fer ». Pour cela, trouvez une position stable et confortable. Ensuite, il vous faut trouver votre geste en contrôlant l'ampleur et la vitesse de l'effet balancier de votre bras afin d'envoyer la boule à la distance souhaitée. Balancez votre bras naturellement en allant bien chercher derrière puis devant mais sans forcer. La boule doit alors sortir dans le prolongement du bras. Les doigts ne doivent pas être tendus ou se crispent sur la boule. Prendre soins de tenir la boule centrée dans la paume de la main. Enfin, ne freinez pas votre geste et continuez votre mouvement de bras pour ne pas être déséquilibré au moment du tir et ne pas influencer négativement sur la trajectoire de la boule.

Une fois votre posture et mouvement trouvés, essayez de garder toujours le même geste. Répété jusqu'à l'automatisme, il constitue la base essentielle de votre adresse.

Plusieurs exercices s'offrent alors à vous afin d'améliorer votre technique. Le tir à la sautée, que l'on peut très bien rencontrer en pleine partie, consiste à placer, à environ 10 m. de soi, deux boules séparées d'un espace à peine plus large qu'une boule et à essayer ensuite d'atteindre la boule placée derrière en sautant donc la première...

Un autre excellent exercice permet d'apprendre à bien lever son bras et donc la boule afin d'éviter d'être trop court et enlever de nombreuses chances de réussir un carreau. Placez les boules à tirer légèrement en hauteur à env. 10 cm. (sur un petit tas de sable par exemple).

Note : Une fois votre geste maîtrisé, les « carreaux » doivent devenir votre seul et unique objectif en venant frapper la boule directement « au fer ». Ici, vous pouvez commencer à tirer à partir de 6 m. en augmentant progressivement la distance.

Site Officiel de la Pétanque : <http://petanque-brassac.voila.net/index.html>

5) Phases Qualif. Et Finales Champ. Du TARN

13 Mars	Qualificatif Doublette Masculin
20 Mars	Qualificatif Tete à Tete
03 Avril	Qualificatif Triplette
10 Avril	Qualificatif Doublette Feminin
17 Avril	Phase Finale Tete à Tete
23 Avril	Phase Finale Doublette Masculin
24 Avril	Phase Finale Doublette Masculin/Féminin/Jeune
30 Avril	Phase Finale Triplette Masculin
01 Mai	Phase Finale Triplette Masculin/Féminin
08 Mai	Qualificatif Doublette Mixte
14 Mai	Qualificatif Triplette Promotion
15 Mai	Phase Finale Triplette Promotion + Féminin/Jeune
19 Mai	Qualificatif Triplette Vétéran
21 Mai	Phase Finale Doublette Mixte
22 Mai	Phase Finale Doublette Mixte
07 Juin	Qualificatif Doublette Vétéran
09 Juin	Phase Finale Doublette Vétéran
11 Septembre	Qualificatif Triplette Mixte
18 Septembre	Phase Finale Triplette Mixte

6) Prochain Repas prévu à la PETANQUE

A l'occasion du 1er Tour de la Coupe du Tarn qui opposera notre équipe à celle de la Pétanque Vauréenne et le 1er tour de la Coupe de France contre Lacaune, la PETANQUE de la Gare organisera un REPAS le Vendredi 18 MARS 2011 au Boulodrome (pour les joueurs de BRASSAC, les adversaires de Lacaune et Lavaur mais également pour les BRASSAGAIS qui le souhaitent à condition de s'inscrire AVANT le 13 MARS pour que nous puissions organiser ce repas).

Charcuterie, Pizza, Salade de riz, Roti Froid, Chips, Fromage et 1 Crêpe OU 1 Tarte (Café et Vin compris) pour 5 Euros.

En espérant qu'un maximum de spectateurs viendront déguster une crêpe et encourager notre équipe.

Programme de la soirée :

18H30	Coupe de France : Tête à Tête
19H30	Repas
20H15	Coupe du Tarn : Tête à Tête
21H00	Coupe du Tarn et Coupe de France : Doublette
22H00	Coupe du Tarn et Coupe de France : Triplette

7) Quelques STATS sur le Club

Evolution des licenciés

	2008	2009	2010
Benjamin	0	0	5
Minime	8	5	10
Cadet	2	5	1
Junior	7	6	5
Féminine	11	14	17
Sénior	49	48	47
Vétéran	14	12	13
Nb Licenciés	91	90	98

Evolution des concours

	2008			2009			2010		
	Concours	Equipes	Joueurs	Concours	Equipes	Joueurs	Concours	Equipes	Joueurs
AMICAL	3	19	38	0	0	0	2	12	24
CONCOURS DE TIR	2	58	58	1	31	31	1	29	29
COUPE DU TARN	1	0	12	1	0	12	0	0	0
COUPE DE FRANCE	1	0	12	1	0	12	0	0	0
CHAMPIONNAT DES CLUBS	1	0	48	5	0	120	3	0	104
TETE A TETE	4	112	112	1	48	48	3	88	88
DOUBLETTE	30	498	996	33	541	1088	18	281	562
DOUBLETTE MIXTE	0	0	0	0	0	0	0	0	0
DOUBLETTE A LA MELEE	5	75	151	8	111	224	6	93	186
DOUB. MELEE TOURNANTE (4 PARTIES)	0	0	0	2	29	58	2	32	65
DOUBLETTE EN 4 PARTIES	0	0	0	0	0	0	8	118	236
TRIPLETTE	1	116	348	2	138	414	1	106	318
TRIPLETTE MIXTE	1	13	39	0	0	0	1	13	39
OFFICIEL	1	37	74	1	42	84	1	28	56
TOTAL	50	928	1888	55	940	2091	46	800	1707

Site Officiel de la Pétanque : <http://petanque-brassac.voila.net/index.html>

8) Programme de la prochaine Newsletter

Calendrier des Concours organisés par le Club

Retour sur les 1ers tours de Coupe du Tarn et de France

Infos sur la Pétanque ... (extrait d'Internet) ... suite

Bilan des Qualificatifs Tete à Tete et Doublettes

Programme de la prochaine Newsletter

....

.....