

Dans ce numéro:

- Calendrier et infos pèle-mèle page 1
- Section gym aquatique page 2
- Section football page 2
- Section éducation canine page 3
- Section pétanque page 3
- Section course à pied page 3
- Zoom sur la section escalade page 4
- L'évolution des tenues sportives page 5



Répartition de vos correspondants comcom

Nathalie Gernigon Beaudoin	Art floral - Cyclisme - Gym aquatique - Foot - Céologie - Pilates
Annick Boudet	Badminton - Pêche - Pétanque - Qi gong - Education canine
Stéphanie Leflaure Savary	Chorale les chants-midi - Course à pied - Escalade - Plongée - Piloxing
Nadège Hospodarec	Basket ball - Fitness - Musculation - Musiques - Squash - Yoga
Patrick Lecomte	Chorale Les chants libres - Danse country - Golf - Randonnée - Retraite loisirs - Navigation
Sylvie Montaux	Tennis - Natation - Tennis de table - Chorale les Chants libres
Marie-Cécile Solard	Danse de salon - Dessin aquarelle - Gym tonique - Triathlon - Zumba

Hervé David, Véronique Crémers et Sébastien Rault sont membres actifs et en appui de la Comcom

RETOUR EN IMAGES

Téléthon et galette des rois



CALENDRIER

Calendrier

- 18 mai : art floral sortie annuelle aux Floralties à Nantes
- 21 juin : tournoi de foot mixte et interservices organisé par la Direction des Sports à Bréquigny [Lien pour l'inscription](#)
- 3 et 5 mai : challenge des mairies au Havre.
contact Eric Lechevallier : e.lechevallier@ville-rennes.fr



SECTION GYM AQUATIQUE

Début février, la section a appris la triste nouvelle du décès d'un des premiers animateurs de la section, Victor MESLIEN, dans sa 76^{ème} année, des suites d'une longue maladie.

Apprécié de tous pour son professionnalisme et ses éclats de voix et de rire, Victor restera dans la

mémoire des adhérentes du vendredi soir du milieu des années 2000, à la piscine de Villejean.

Nous adressons nos sincères condoléances à sa famille, ses amis, ses proches.



SECTION FOOTBALL

Un avenir serein pour l'entente futsal Municipaux/Cadets de Bretagne



La saison 2017/2018 s'est terminée sur un goût d'inachevé pour l'équipe de futsal des Municipaux.

Malgré de bons résultats, la frustration des joueurs (temps de jeux, manque de créneau, absence de coach) était palpable et l'équipe dirigeante a dû trouver une solution pour pérenniser l'activité et satisfaire les adhérents.

Après quelques échanges avec le responsable et coach de l'équipe des Cadets de Bretagne, l'une des équipes emblématique de futsal dans le département, l'entente Municipaux de Rennes/Cadets de Bretagne est née dans le courant de l'été 2018.

La mise en place, en ce début de saison 2018/2019, a été quelque peu mouvementée mais grâce aux

équipes dirigeantes et sous la houlette du coach, Yvonnick Ledain (Responsable des Cadets de Bretagne et agent territorial à la Ville de Rennes - DEE), le nouveau groupe ainsi constitué, s'est tout de suite bien entendu et les résultats s'en ressentent.

Qualifiée en coupe de Bretagne, en coupe de District, 1^{er} place pour l'équipe première en championnat de D1 et 7^{ème} place pour l'équipe réserve en championnat de D2, tout sourit à l'entente futsal Municipaux de Rennes /Cadets de Bretagne.

Avec des entrainements de qualité, un état d'esprit irréprochable, chaque adhérent s'y retrouve, ce qui fait la force des 2 équipes en ce début de saison.

Un bel exemple d'entente entre 2 associations, qui permet, au-delà des aspects de mutualisations des moyens et des équipements, de satisfaire ce que sont venus chercher les adhérents à savoir la convivialité, le plaisir et la compétition.

[Lien vers le site](#)

SECTION PETANQUE

La section Pétanque organisera comme les années passées le Challenge Rennes Métropole et accueillera aussi le -6^{ème} Challenge de Pétanque UNASAT sur les terrains de la Fosse Piteux.

Le 8^{ème} Challenge Rennes Métropole est ouvert aux Agents, conjoint et enfants des agents Territoriaux des Communes de Rennes Métropole. Nouvelle Formule, Cette année, les doublettes seront tirées à la mêlée ce qui permettra d'accueillir les agents qui n'ont pas trouvé de partenaire.

Le 6^{ème} Challenge UNASAT est ouvert à tous les Territoriaux, il se déroule en Triplettes constituées

Ces 2 challenges se déroulent sur la journée, l'inscription inclut le repas du midi. Le soir une soirée est prévue à la plaine de Baud.

Vous trouverez le dossier d'inscription sur le site Internet de l'ASMR ou en cliquant [ICI](#).

[Lien vers le site](#)



SECTION EDUCATION CANINE



La section Education Canine compte, cette saison, 38 chiens dont 11 commencent leur apprentissage.

Une cinquantaine de cours

sont dispensés les jeudis soirs (18 h 15) et les samedis matins (10 h) sur le site de la Fosse Piteux.

Les cours sont accessibles à tous les chiens de toute taille et de toute race et dès leur plus jeune âge. L'éducation que nous proposons cherche à apporter du savoir vivre au chien et de l'harmonie entre le maître et le chien. L'apprentissage est ludique. L'éducation doit permettre au chien d'acquiescer le rappel, la marche au pied, les positions « assis, debout, couché », le rapport d'objet, le refus d'appâts, la sociabilité, l'aptitude au bruit. Chaque cours se termine par une séance de jeux (agility) pour le plaisir de tous les participants (tunnel, passerelle, sauts, balançoire.....).



Pour susciter et encourager la convivialité, la galette des rois est bien sûr organisée en début d'année. Ce même jour, l'élection de la mascotte est proposée aux participants. Pour 2019, « GRIFFON » a été désigné vainqueur.

Pour pimenter la formation de nos amis à quatre pattes et motiver leurs maîtres, nous vous proposons :

- le samedi 9 mars : une sortie en centre ville (traversée du marché des Lices)
- le samedi 16 mars : un cours de secourisme canin,
- le samedi 4 mai : un cours à l'extérieur de la Fosse Piteux : le parc de la Monniais à Cesson

Les inscriptions sont possibles tout au long de l'année
Contact : V Carpentier DS – v.carpentier@ville-rennes.fr
tél 06 07 02 49 13 ou 06 24 13 60 72

[Lien vers le site](#)

SECTION COURSE A PIED

Samedi 23 février, la section course à pied de l'ASMR s'est rendue à LONGEVILLE SUR MER en Vendée pour participer au Cross National des Agents Territoriaux.

4 coureuses et 3 coureurs accompagnés du coach (et chauffeur !) Roland Martin étaient présents sous un soleil de (presque) été et une chaleur inattendue. Cette météo leur a été favorable puisque l'équipe a remporté quelques podiums avec notamment la 1ère place du Cross hommes (7450 m) pour Yvonnick Lebrun (27'51") qui fut très encouragé sur le sprint final par ses supportrices !

Pour le cross féminin (5000 m) quelques belles médailles également avec une 1ère place en master 3 pour

Marie-Thérèse Mocudé (24'01"), 1ère place en master 2 pour Anne Dollé (22'35"), et une 3ème place pour le classement en équipe.

Les autres participants ont également bien couru dans cette belle ambiance printanière :

Christine Delacroix (27'10"), Fabienne Racapé (27'49") ainsi que Georges Toinel (35'36") et Alain Husson (41'05")

Encore bravo à toutes et à tous et merci aux entraîneurs de cette section course à pied qui encadrent les séances !

[Lien vers le site](#)



ZOOM SUR L'ESCALADE

Par Stéphanie Lefaure Savary

L'escalade est une discipline dans l'air du temps et fait même son entrée comme discipline olympique aux JO de Tokyo. Pour ceux qui voudraient se laisser tenter par ce sport des plus complets, La section Escalade de l'ASMR est idéale pour se lancer.

Non... à la section escalade de l'ASMR, on ne fera pas de concours de vitesse ou de compét pour savoir qui grimpe le mieux. Non... l'ambiance est détendue et même si la grimpe n'a jamais fait partie de tes loisirs (oui... lecteur... j'ai envie de te tutoyer), cette activité peut être débutée à n'importe quel âge.

Je ne vais pas te mentir : si tu as moins de 30 ans et un IMC plus proche de 18,5 que de 25, tu auras certainement plus de facilités que si tu dépasses la 50aine avec un IMC proche de 30 (façon politiquement correcte de dire que si tu es jeune et bien foutu, tu as un avantage). Si tu as des bras costauds, ça peut aider aussi. Et si en plus, tu es souple...

Mais pour les autres, ce n'est pas perdu pour autant... Moi-même... j'ai débuté ce sport sans aucune expérience au préalable, il y a moins de 2 ans à 41 ans et (... ne rêve pas... je ne vais pas te dévoiler mon IMC (mais il n'est pas proche de 18,5))... je manque totalement de muscles dans les bras et j'ai la souplesse d'un chat empaillé mais... je prends quand même beaucoup de plaisir à pratiquer ce sport.

Le responsable de la section, Bruno Pasquier prend vraiment le temps d'expliquer aux débutants les bases et d'accompagner les premières pratiques. Je pense qu'à l'occasion de cet article, tous les adhérents de la section seront certainement d'accord avec moi pour saluer la forte implication totalement bénévole de Bruno pour faire vivre cette section dans les meilleures conditions de sécurité et de convivialité.



La section Escalade se retrouve tous les jeudi soir de 18h à 20h au gymnase Pierre Mendès France dans la ZI St Grégoire : Certes, ce n'est pas la plus belle salle d'escalade qui soit ! Mais, je pense que chacun à son niveau y trouve son compte et les voies sont renouvelées chaque année, permettant de ne pas se lasser.

Depuis quelques temps, nous avons la chance de pouvoir aussi bénéficier lors des vacances scolaires de créneaux d'utilisation certains dimanches à la salle Félix Masson qui vend beaucoup plus de rêves, il faut bien l'avouer, avec ses dévers, sa cheminée et ses jolies voies oranges et vertes.

[Lien vers le site internet de la section](#)



L'EVOLUTION DES TENUES DE SPORTS

Une fois n'est pas coutume, aujourd'hui, faites un bond dans le passé et découvrez l'évolution des tenues de sport, des années 50 à aujourd'hui.

LES 50'S, DES TENUES DE SPORT « SO CHIC »



Des années 1880 jusqu'aux années 1950, tenue de sport a toujours rimé avec chic. La tendance est au blanc, du polo bien taillé à la robe élégante. Les années 50 marquent tout de même un tournant important dans l'évolution du sportswear, puisqu'elles voient naître la

célèbre « tennis », l'ancêtre blanche des baskets « flashy et design » que nous connaissons aujourd'hui.

LES 60'S, L'ÈRE DU CHANGEMENT

Les années 1960 symbolisent le changement. En effet, c'est une période de l'histoire des tenues de sport charnière durant laquelle de nombreux sports alternatifs font leur apparition. Le surf et le skate-board notamment. Un vent de liberté souffle alors sur le sportswear avec l'arrivée du « boardshort », d'abord utilisé à Hawaii puis démocratisé sur les côtes californiennes. Dans le même temps, on élabore de nouvelles fibres synthétiques, par exemple le Lycra, qui donne plus d'élasticité au textile et procure plus de confort et de technicité dans la pratique du sport. Le jogging et le fitness en sont à leurs débuts, deux pratiques sportives qui connaîtront le succès que l'on connaît par la suite.



LES 70'S, L'AVÈNEMENT DU SURVÊTEMENT



C'est en 1964 que le survêtement commence à être commercialisé par Adidas pour un usage de loisir. Mais c'est dans les années 1970 qu'il est devenu célèbre et a commencé à être de plus en plus utilisé. D'abord créé à des

fins purement sportives, il servait à recouvrir la tenue de sport et pouvait s'enlever facilement pour passer de l'échauffement à la compétition. Il est aujourd'hui devenu, un classique indémodable des tenues de sport qui a su vivre avec son temps par la suite. Même James Bond s'est laissé séduire, alors pourquoi pas vous ?



LES 80'S, PLACE AU SPORTSWEAR FLASHY

La mode sportswear est toujours un savant dosage entre tendances socioculturelles et évolutions des pratiques sportives elles-mêmes. Les années 1980 ont vu le phénomène fitness prendre une ampleur considérable aux Etats-Unis et en Europe. Les pratiquants aiment montrer leurs corps entretenus avec des vêtements « flashy ». Cette décennie est également témoin d'une révolution qui se met en marche, l'émancipation vestimentaire des femmes qui commencent à porter jeans et shorts. Ces derniers sont évidemment gage d'un meilleur confort dans le cadre d'une pratique sportive.

LES 90'S, LE CHOC DES CULTURES



Cette décennie marque un réel choc des cultures puisque fitness et hip-hop se percutent. D'un côté le fitness, qui reste attaché au style des années 80, avec des tenues de sport toujours extravagantes et de plus en plus moulantes. De l'autre, la culture hip-hop qui influence de nombreux sports avec des tenues plus larges et surtout l'avènement du culte des baskets.

L'AN 2000 À NOS JOURS, TENUES DE SPORT ENTRE TENDANCE ET INNOVATION

Les années 2000 marquent un tournant important pour les tenues de sport. Le sport prend de plus en plus de place dans notre société, il rime maintenant avec professionnalisme, compétition et performance. Des sommes astronomiques sont en jeu et les courses se gagnent désormais au 1/100ème de seconde. La tenue de sport fait partie des éléments qui peuvent faire la différence, c'est pourquoi le sportswear évolue au rythme des performances et innovations. Les matières et technologies utilisées sont de plus en plus nombreuses et performantes et les sportifs de plus en plus équipés.



En parallèle de cette course à la performance, un réel culte voué au sportif s'est mis en place, grâce (ou à cause) de l'hypermédiatisation. Les sportifs sont devenus des icônes, des modèles à suivre qui influencent les modes et les tendances. Leur tenue de sport devient la nôtre et le sportswear fait désormais partie intégrante de notre quotidien. Impossible d'y échapper !

Et vous, quelles années vous inspirent le plus ?