



Edition n° 10
27 août 2009

LETTRE D'INFOS

La Passion Foot

En Anjou

FOOT 49

Directeur de la publication : Jean-Yves GAUTIER - Crédit photos : District du M&L de Football

EDITO ...

Comme un clin d'œil !!!

Juin, juillet et août sont les mois privilégiés au cours desquels on fête les anniversaires, on inaugure de nouvelles installations, on organise des manifestations festives. A ce propos, je remercie vivement tous ceux qui pensent à inviter l'instance qui dirige le football, estimant, à juste titre je l'espère, que cette présence rehausse l'éclat de leur prestigieuse journée. Ce n'est pas tant cela qui m'interpelle qu'une réflexion récurrente qui me laisse à croire que les élus de nos institutions ne mesurent sans doute pas le travail que nous avons tous, vous et nous, à accomplir au cours des intersaisons. Je les entends régulièrement déclarer : c'est la période creuse, vous devez souffler ... Je dois fréquemment m'évertuer à leur expliquer qu'au soir de la dernière journée de nos compétitions, tout ne s'arrête pas mais qu'au contraire, tout recommence.

C'est pourquoi je voulais leur adresser ce petit clin d'œil en notre nom pour qu'ils mesurent combien l'investissement de tous est important et combien est primordiale, au cœur de nos villes et de nos villages, la pratique sportive.

Et je voudrais profiter de cet éditto, à l'aube de cette nouvelle saison, pour mettre en exergue le travail des secrétaires de clubs qui, plus encore que de coutume, ont dû effectuer un travail considérable pour répondre aux nouvelles exigences de la Ligue du Football Amateur. Ces nouvelles exigences nous ont également imposé un investissement accru et mes remerciements vont aussi à celles et ceux qui m'entourent et sans qui la transition d'une saison à l'autre ne se ferait pas sans soucis majeurs. Leur disponibilité et leur efficacité sont des gages de réussite.

Cette intersaison a été difficile, chargée, compliquée, fastidieuse.

Merci à celles et ceux qui l'ont compris et qui nous ont aidés à passer au mieux ce cap important.

Le Président,

Jean Yves GAUTIER

N'oubliez pas !

Assemblée Générale du District
à 20 h

Vendredi 4 septembre 2009 à CORNE

Salle Séquoia

Pointage à partir de 19 h

Remise des documents à l'issue de l'AG

LA REPRISE DE L'ENTRAINEMENT

L'arrêt de l'activité sportive lié aux vacances ou à une blessure grave a des effets négatifs sur l'état physique du sportif, et la reprise sera d'autant plus pénible et longue que l'arrêt a été total et prolongé. On admet actuellement que les conséquences du "désentraînement" sur les différents paramètres du potentiel physique d'un joueur ne se manifestent qu'à partir de la quatrième semaine. La baisse constatée peut atteindre 15 à 20 % du potentiel physique initial. Un arrêt de 3 mois réduit le sportif à son niveau de sédentaire.

Les 7 résolutions pour une bonne reprise.

Avant la reprise : les bilans

- 1—Passer une visite médicale complète avec un bilan cardio - vasculaire et ECG, un bilan morphosatique (examen du rachis, des articulations, de la force musculaire, de la statique des pieds).
- 2—Passer un bilan dentaire : une carie peut provoquer des lésions musculo-tendineuses chroniques et récidivantes.
- 3—Ne pas négliger les soins des pieds : traiter le plus rapidement les mycoses. Les ampoules qui sont fréquentes à cette période (nouvelles chaussures, transpiration), peuvent être évitées en changeant de chaussettes à chaque entraînement et en tannant la plante des pieds avec du jus de citron 7 jours au minimum avant la reprise.
- 4—En cas de prise de poids : faire une diététique systématique pour concilier perte de poids d'un côté et apports caloriques plus importants afin de faire face aux entraînements plus intenses de l'autre.

La reprise : la préparation athlétique

- 5—Ne pas multiplier la charge de travail au tout début de la reprise pour récupérer le retard pris pendant l'arrêt. Il faut débiter par un travail foncier à intensité modérée, pour évoluer vers des efforts moins longs, mais plus intenses et répétés.
- 6—Penser à bien récupérer entre 2 entraînements ou exercices : **pendant l'effort** boire régulièrement toutes les 15 à 20 mn par petites quantités (150 ml environ) même s'il ne fait pas trop chaud. **après l'effort** les quantités de liquide seront plus importantes. Les apports sucrés à base de sucre à assimilation rapide devront être pris dans les 2 à 3 heures suivant l'exercice. C'est une période idéale pour "re-sucre" efficacement les muscles.
- 7—Penser aux étirements lors des entraînements pour prévenir les blessures. Par contre, avant une compétition, il faut éviter les étirements passifs prolongés. Il en est de même après une compétition dans le post effort immédiat et pour les courbatures qui surviennent le lendemain.

Une activité physique même modérée pendant les vacances, permet une reprise moins pénible.

Dr Pierre LEROY



MODALITES POUR PURGER UNE SUSPENSION

Connaissions-nous suffisamment l'article 226 des règlements généraux FFF ???

Tout d'abord bien connaître et comprendre le principe général en place depuis la saison dernière : « *La suspension d'un joueur doit être purgée lors des rencontres officielles effectivement jouées par l'équipe au sein de laquelle il reprend la compétition ... Le joueur ne peut être aligné avec une autre équipe de son club tant qu'il n'a pas purgé sa suspension au regard du calendrier de cette dernière.* »

ATTENTION en cas de joueur venant de changer de club : « *En cas de changement de club, la suspension du joueur est purgée dans les équipes du nouveau club ... Les matchs pris en compte dans ce cas sont les matchs officiels disputés par les équipes de son nouveau club depuis la date d'effet de sa sanction et ce, même s'il n'était pas encore qualifié dans ce club.* »

En tout état de cause, **et surtout en cas de doute**, il ne faut pas hésiter à demander à l'instance ayant prononcé la suspension, les modalités selon lesquelles ladite suspension doit être purgée.

Nous reviendrons sur cet article 226 lors de la prochaine Assemblée Générale du 4 septembre 2009 à CORNE.

Guy RIBRAULT

Tournoi Carisport (U19) : Première victoire pour Toulouse !

Le classement général final

- 1^{ère}/2^e place : Toulouse-Lens 1-0
- 3^e/4^e place : Paris SG-Stade Rennais 1-0
- 5^e/6^e place : Laval-Saint-Etienne 1-0
- 7^e/8^e place : Niort-Angers SCO 2-1
- 9^e/10^e place : Bordeaux-Nantes 1-0
- 11^e/12^e place : Le Havre-Sochaux 1-0



EXAMENS D'ARBITRES DE DISTRICT

Arbitres officiels

Deux formules sont proposées ...

Formule traditionnelle

Cinq préparations les samedis après midi de 14 h à 17 h 30 au siège du District les 12 septembre 2009, 19 septembre 2009, 26 septembre 2009, 3 octobre 2009 et 10 octobre 2009. **Examen le samedi 17 octobre 2009 à 14 h au District.**

Formule accélérée

Préparation sur un week-end (samedi 9 h à 17 h et dimanche 9 h à 17 h) au siège du District le week-end des 24 et 25 octobre 2009. **Examen le samedi 8 novembre 2009 à 9 h au siège du District.**

Rattrapage pour les 2 formules

Examen Rattrapage le dimanche 15 novembre 2009 à 9 h au District.

Arbitres auxiliaires

Une seule formule : deux préparations les vendredis soirs de 19 h à 21 h 30 au siège du District les 11 et 18 septembre 2009. **Examen à 19 h le vendredi 25 septembre 2009 au District.**

Rattrapage le vendredi 2 octobre 2009 à 19 h au District.

Arbitres de Futsal

Une seule formule : deux préparations les vendredis et mardis soirs de 20 h à 22 h au siège du District les 11 septembre 2009, 15 septembre 2009, 18 septembre 2009 et 22 septembre 2009.

Examen le vendredi 25 septembre 2009 à 19 h au District ; rattrapage le vendredi 2 octobre 2009 à 19 h au District.

Jack GASTINEAU

Quelques légères modifications des lois de jeu à retenir ...

Circulaire 1.02 : surface technique

Une seule personne à la fois est autorisée à donner des instructions tactiques depuis la surface technique. Elle peut rester debout.

Circulaire 4.02 : vérification de l'équipement des joueurs

Seule l'alliance peut être portée, mais elle doit être recouverte par une protection.

Circulaire 4.03 : joueur perdant une de ses chaussures

Si un joueur perdant une de ses chaussures poursuit pertinemment sa course, l'arbitre doit arrêter le jeu, inviter le joueur à se rechausser, et reprendre par un coup franc indirect à l'endroit où le joueur a perdu sa chaussure sous réserve des conditions particulières de la loi 13 (coups francs). L'arbitre ne doit plus donner d'avertissement à ce joueur.

Circulaire 5.07 : vérification des licences

Une licence de la saison passée est une pièce d'identité non officielle et doit être obligatoirement accompagnée d'un certificat médical récent pour participer à la rencontre.

Circulaire 5.15 : formulation des motifs disciplinaires

Le motif « Brutalité » est remplacé par le motif « comportement violent ».

Jack GASTINEAU



Hubert SOURICE, un passionné de football.

A quand remonte votre intégration au sein du district ?

Je suis entré en 1978 à la Commission Foot à Effectif réduit qui se créait avec pour mission de structurer le football à 7.

Quelles sont vos fonctions ?

Depuis les fonctions se sont diversifiées bien sûr, avec trois fonctions essentielles au district : Secrétaire du Bureau du Conseil de District, Président de la Commission des Jeunes et Animateur de la Cellule Jeunes. En plus, je suis membre de la Commission Sportive, du Conseil de Ligue et Président de la Commission des Jeunes régionale.

Toutes ces occupations demandent certainement une organisation très spécifique et par conséquent du temps à accorder ?

Comme dans beaucoup de missions bénévoles, tout dépend de la conception qu'on en a. Pour ma part c'est plusieurs dizaines d'heures hebdomadaires, en plus des cinquante heures d'activité professionnelle. Cela laisse peu de temps libre pour des loisirs autres, et c'est quelquefois difficile, mais il faut assumer. L'organisation ? Ne pas se laisser déborder. S'appuyer sur des partenaires efficaces, bénévoles ou salariés. Une règle : ne jamais reproduire par principe d'une saison sur l'autre, chercher à faire mieux.

Vous êtes Président de la commission des jeunes, quel est son rôle ?

Son rôle essentiel est d'organiser les compétitions, championnat et coupe, pour les U15, U17 et U19 (environ 4 000 matches en 2008/2009) . Pour cela il faut aussi faire vivre, évoluer les règlements ou réfléchir aux améliorations possibles (groupements et ententes, organisation de la pyramide, de la saison...). La Commission assure aussi le suivi des groupements de jeunes ainsi que celui des obligations d'engagements d'équipes de jeunes. Elle participe à l'encadrement des sélections de jeunes en appoint à la Commission Technique. Nous essayons aussi d'être le plus possible en contact avec les clubs : visites lors de matchs de tous niveaux, réunions de secteurs mais aussi diffusion d'informations par le site.

Existe-t-il un lien avec la commission sportive, qui a la gestion des compétitions seniors ?

La commission sportive gère tous les dossiers nécessitant une décision « juridique » : examen des réserves, homologation des forfaits, sanctions administratives. Le lien entre les deux commissions se fait tout naturellement.

La F.F.F a modifié les catégories d'âge pour la nouvelle saison. Cela a provoqué certaines modifications au sein du district mais aussi des clubs. Comment réagissent-ils par rapport à ce changement ?

Pour la CDJ il a fallu faire passer l'information et aussi modifier la pyramide en U19 (sur deux années au lieu de trois). C'est aussi le problème qu'ont rencontré les clubs dans une catégorie où nous sommes convaincus qu'il est essentiel de proposer aux jeunes des compétitions spécifiques tout en permettant aux plus aguerris de se frotter aux seniors. Pour le reste, grâce à la messagerie officielle ils ont posé beaucoup de questions pas forcément à cause des modifications. L'article 66 sur les obligations d'engagement d'équipes de jeunes a beaucoup questionné. Nous évoquerons plus tard avec eux les incidences.

Votre commission a également pour rôle de faire respecter le calendrier général fixé en début de saison, mais certains clubs sont parfois confrontés à des reports de match liés aux absences des joueurs ou aux intempéries. Il est difficile de satisfaire tout le monde, les clubs sont-ils compréhensifs ?

Pour les matchs remis pour des raisons climatiques, une règle : la première date disponible. Pour les souhaits des clubs à cause de voyages scolaires par exemple, l'accord est en principe donné si les deux clubs sont d'accord le lundi soir précédant la rencontre au plus tard (prise en compte jusqu'au mardi midi) et avec une nouvelle date la plus proche possible.

Dans la majorité des cas la relation avec les clubs est courtoise et les dossiers se traitent en confiance. Quelques individus n'admettent pas la rigueur et peuvent se laisser aller à des commentaires discourtois, voire... Il arrive de les convoquer. Une règle : la priorité de l'intérêt collectif et le respect d'une règle.

Dans toutes compétitions, il y a des règles. Votre commission est-elle concernée par les éventuelles réserves que les clubs de jeunes peuvent poser ?

Oui les réserves existent mais c'est rare, essentiellement sur la composition des équipes 2 et 3. Généralement les clubs sont dans la règle. De nombreux dirigeants font confiance aux adversaires dans nos championnats de district ou ferment les yeux quelquefois, en début de saison par exemple. Attention quand même aux responsabilités devant la loi !

La saison 2009/2010 débute prochainement, auriez vous un message à faire passer à tous nos jeunes footballeurs et leurs encadrants ?

Le football est un jeu merveilleux : il associe l'effort physique, le travail de l'habileté technique et gestuelle, le projet collectif d'une équipe et la vie de groupe sans considération de l'origine sociale. Mais il faut garder en tête deux principes : c'est un jeu merveilleux mais ce n'est qu'un jeu qui ne peut justifier les excès dont on l'accuse souvent (bien trop mais quand même). C'est l'occasion quand on se dépasse d'apprendre à se maîtriser, à respecter sans discussion les joueurs, les dirigeants et bien sûr les arbitres. Les adultes qui encadrent ont pour première mission d'inculquer aux jeunes le respect, notamment par l'exemple, et de leur inculquer aussi le respect de leur engagement, et c'est dur. Pourtant quels moments formidables dans la réussite mais aussi la défaite quand on a tout donné ensemble !

Interview de Geneviève LANDEAU



LE CHALLENGE DE L'ARBITRAGE

Créé en 2001, le **Challenge de l'Arbitrage** a pour objectif de mettre en valeur les clubs qui oeuvrent pour la promotion de l'arbitrage à travers notamment la **formation, le recrutement, la fidélisation et le respect de l'arbitre.**

Géré par la **CDSA** et plus particulièrement par Patrice BAILLOUX et Marc CAILLEAU, il permet, à partir d'informations fournies par la CDA, de récompenser chaque année les clubs les plus méritants.

Le principe consiste à attribuer un capital identique à chaque club, puis d'y affecter des bonus et malus suivant des critères prédéfinis. Ainsi, par exemple, des points de bonus sont accordés pour tout nouvel arbitre formé au club, en cas de promotion, et suivant l'ancienneté de chaque arbitre dans son club. A contrario, un malus est appliqué en cas d'absences injustifiées d'un arbitre, ou de quota de matchs à arbitrer non effectué en totalité.

A noter enfin que tout club en infraction au regard du Statut de l'Arbitrage ou sanctionné pour conduite violente envers arbitre ne peut concourir pour la saison en cours.

Depuis 2001, date de création de ce challenge, ce sont **27 clubs** différents qui ont été distingués, et récompensés par des dotations de tenues d'arbitres grâce à notre sponsor **CASAL SPORTS**. La palme d'or en revient à l'**ES ANDARD-BRAIN**, régulièrement classé dans les cinq premiers.

Qui seront les lauréats 2008-2009 ? Réponse le 4 septembre 2009 lors de l'Assemblée Générale du District à CORNE.

Richard DOGUET

RENDEZ-VOUS

5 septembre 2009

Réunion générale des arbitres à l'IFEPSA - District

19 septembre 2009

Réunion des référents arbitres à l'IFEPSA - District

25 septembre 2009

Assemblées de secteurs

10 octobre 2009

Journées de l'arbitrage

LES CLUBS DE MAINE ET LOIRE EN CHAMPIONNATS NATIONAL ET REGIONAL

	2007/2008	2008/2009	2009/2010
L2	1	1	1
CFA			
CFA 2	2	2	3
DH (14)	2	2 (15)	1
DSR (24)	9	9	9
DRH (36)	9	11	8
PH (72)	25	22	26
Total	48	47	48

NOS CLUBS ... LES EQUIPES

	2003/2004	2004/2005	2005/2006	2006/2007	2007/2008	2009/2009	2009/2010
Total Equipes	584	567	563	565	540	537	523*
National	3	1	2	2	3	3	4
Régional	47	50	48	47	45	44	44
District (1)	534	516	513	516	492	490	475*
District (2)	527	514	501	503	483	477	
Nbre de clubs	208	211	209	208	198	198	197

(1) début de saison

(2) fin de saison

* nombre provisoire mi - août

Guy RIBRAULT

Nouveaux Présidents de Commissions

Trois Commissions ont un nouveau Président :



Foot à 5
Philippe
FOUCHER



Foot à 7 et 9
Damien
TESSIER



Futsal
Jean Pierre
DIEUMEGARD

Merci à

Gilles LATTE, Jean Michel BELLARD et Yvonnick GUERIF

Prochaines parutions :

2009 : semaine 40, semaine 47,

2010 : semaine 1, semaine 7, semaine 13, semaine 19 et semaine 25

MM. Les Présidents de club,

Cette lettre est aussi la vôtre ...

Adressez-nous donc vos articles et photos sur les activités marquantes, les expériences innovantes de votre club ...

Avant le 25 sept 2009 ...

à

administration@foot49.fff.fr

Le Pôle Communication et Informatique.