



# Le Sca Narre

N° 43 Mars 2009

## 50 ANS D'UNE AVENTURE HUMAINE

Qui se souvient des réunions au café du théâtre, rue Louis Romain à Angers ? Personne ou très peu, c'était simplement le lieu du premier siège social du Sporting Club Angevin.

Que de chemins parcourus, 50 ans après, une affaire en or, des milliers d'heures de réunions, d'entraînements et de matchs après 50 ans et toujours un club jeune et dynamique.

Des équipes de copains de l'époque est venue l'idée géniale de créer une école de football à la fin des années 1970, puis l'heure de la réussite avec les enfants des quartiers des Justices – St Léonard – La Madeleine et des alentours, la reconnaissance du travail accompli (Montées en région des 13, 15 et 18 ans, les finales perdues et gagnées en foot réduit), la création des tournois et des animations extras

sportives (Bal, Belote...) toujours aussi prisées par les amateurs de ces journées et soirées.

Et Aujourd'hui nous, les nouveaux et anciens bénévoles présents au club, il faut continuer à structurer, à animer et à faire fonctionner cette entreprise qui ne rapporte pas d'argent mais doit permettre à ses adhérents de s'épanouir.

Les résultats et les comportements sportifs de nos équipes, en particulier de l'équipe fanion, donnent l'espoir d'un avenir radieux, tout ce travail accompli, ses temps libres sacrifiés avec plaisir pour le club ne sont pas inutiles, le bénévolat (malgré son manque de reconnaissance et ses difficultés) est l'une des plus belles aventures humaines.

Alors vive le bénévolat, vive le football populaire. Et donc vive le SCA.

Christel LUCAS

### A VOS CRAYONS...

Dans le cadre des 50 ans du SCA, l'équipe du ScaNarre lance pour les licenciés du club deux concours :

- un **concours de dessin** (crayon ou peinture) pour les catégories Débutants aux Benjamins, ayant pour thème le SCA et le football. Ce dessin devra être sur un papier format A4 (21x29,7 cm) avec le nom, prénom et catégorie de l'enfant. Le dessin devra être déposé dans la boîte aux lettres du club ou dans le casier de la commission information.

- un **concours de devise (slogan)** caractérisant le club pour les catégories 13 ans aux Seniors et Dirigeants. La devise devra être écrite sur un papier avec le nom, prénom et catégorie du participant, envoyé à l'adresse [scanarre@sporting-club-angevin.asso.fr](mailto:scanarre@sporting-club-angevin.asso.fr) ou mis sous enveloppe adressée à la commission information et déposée dans la boîte aux lettres du club ou dans le casier de la commission information.

La **date de limite** pour ces deux concours est le **31 mai**, les résultats seront annoncés le 20 juin lors de la journée des 50 ans.

#### Dates à retenir :

Lundi 13 avril 2009.....Plateau Débutants  
Samedi 30 mai.....Finales Coupe et Challenge de l'Anjou 18 ans  
Samedi 6 juin 2009.....Tournoi Poussins  
Dimanche 7 juin 2009.....Tournoi Benjamins  
20-21 juin 2009.....Les 50 ans du SCA



## ENTREtenir SA CONDITION PHYSIQUE

Chaque âge a ses priorités, mais l'entretien de sa condition physique est souvent question de ses aptitudes, de son état physique préalable, de sa volonté.



Pour les jeunes : tous les sports non violents sont bons, il faut favoriser la variété, l'ouverture vers les différentes disciplines, afin d'ouvrir leurs connaissances, leur esprit : favoriser les disciplines conviviales. Ne vous enfermez pas, pratiquez des disciplines d'extérieur, et l'été en particulier, tout ce qui touche à l'eau et la plage.

Pour les adultes jusqu'à 45 ans : tout est permis, y compris l'exotisme avec les raids, très à la mode, mais très difficiles. Comme pour les jeunes, tout ce qui a trait à l'eau est à favoriser : surf, planche, dériveur, natation etc... les sports de plage, mais aussi la montagne, l'escalade, la randonnée...

Pour les sportifs habitués à la compétition et aux efforts : faites une coupure de 2 à 3 semaines de ce qui faisait votre quotidien (entraînement, footing et autres) ; passez aux loisirs. Puis pendant 2 semaines, reprenez progressivement, 1 à 2 footings par semaine, courez en souplesse sans performance, environ 1/2 heure à 3/4 heure; pensez aux étirements. Ajoutez un peu de musculation, jambes, abdos, dorso également 2 fois par semaine. Ceci n'exclut pas de pratiquer d'autres sports en parallèle.

Dès le début du mois d'août, il faut intensifier progressivement ses efforts, allonger les durées, aller plus vite, pour arriver en forme à la 3<sup>ème</sup> semaine d'août et repartir dans de bonnes conditions aux entraînements puis aux matches.

Au-delà de 45 ans, faites attention à ne pas vous croire trop jeunes encore, soyez raisonnables : pratiquez la marche, les randonnées, l'escalade accompagnée, et bien sûr la voile, la natation, le vélo (à petite dose), sans oublier la pétanque et la pêche.



Maintenant il y a le régime alimentaire, règle d'or : pas d'excès. Surtout pas d'excès de restaurant, mangez sain et équilibré. N'inversez pas le jour et la nuit, les vacances c'est aussi du repos, donc pour certains, la sieste sera un sport décontractant. Buvez, mais pas trop alcoolisé, ça ne veut pas dire que l'apéro convivial (une petite dose avec de l'eau) est à supprimer, mais pas trop de petites doses car le soleil peut jouer des tours à sa façon.

Attention au soleil sur la peau, surtout pour les enfants. Les plus grands, méfiez vous pareillement, entre 12h et 15h, je porte un tee-shirt ou une chemisette et autrement crème protectrice.

Avec ces conseils, vous reviendrez ragaillardis et le moral gonflé à bloc.

Bonnes vacances à tous

Serge Alloend-Bessand

## PETIT RÉSUMÉ DE LA PREMIÈRE ANIMATION DE L'ANNÉE 2009.



Nous avons commencé ce premier trimestre avec un concours de belote qui s'est déroulé le vendredi 13 Mars 2009 à la salle des « Trois Mâts » aux Justices. 48 équipes vinrent en découdre dans une excellente ambiance mais seulement 17.28% des participants faisaient partie du club. Mesdames RUAU Michelle (maman d'un joueur) et CHARREAU Céline (copine d'un autre) finirent non seulement comme « première équipe féminine » (avec le numéro d'équipe 1) mais aussi premières du concours en totalisant 5196 points. Elles reçurent des applaudissements mérités.

Je remercie toutes les personnes qui ont participé à mettre en place la salle et à ranger en fin de soirée.

Denis Plaud



## A NOS « PLUS PETITS »

Lorsque les sept membres de la Commission préparent les tournois et plus particulièrement le Plateau Débutants - « nos plus petits » -, on ne prend pas le temps de comptabiliser le nombre d'heures de travail « accumulées ».

Arrêtons nous quelques minutes sur des chiffres « clés » :

- 210 h de réunions, 100 h de distributions de Brioches – Chocolats – Huîtres –Crêpes, 100 h de « travail » en solitaire(s).
- 60 Bénévoles pour assurer les montage, démontage, rangement et tenues des différents stands soit sur la journée près de 700 h
- 15 jeunes « arbitres ».
- 100 kg de frites réparties en 500 barquettes, 500



Sandwichs saucisses.

- 23 Clubs représentés (dont le FC Nantes) répartis en 42 équipes.
- 90 km pour l'équipe venant le plus loin.
- 6 Groupes de 7 équipes (aucun classement et récompenses identiques pour tous).
- 120 Matches sur 6 minis terrains.
- 295 Enfants de 6 et 7 ans.
- 1 500 Récompenses et Lots.

Notre force, ce sont nos 60 dirigeants et près d'une centaine de familles pour nos 35 débutants répartis en cinq équipes. Quel cumul de travail ! Que de fatigue ! Mais une réelle récompense en voyant ces « petits » finir « leur Plateau » par le tour d'honneur traditionnel !

Christian Bergé

## QUE FAUT-IL FAIRE « RÉGLEMENTAIREMENT » POUR UN JOUEUR BLESSÉ ?

La **LOI V** précise : L'ARBITRE doit protéger l'intégrité physique de l'ensemble des joueurs. Il se doit :

- D'arrêter le match s'il considère qu'un joueur est sérieusement blessé et s'assurer que le joueur est transporté hors du terrain.
- De laisser le jeu se poursuivre jusqu'à ce que le ballon ait cessé d'être en jeu, si, à son avis, un joueur n'est que légèrement blessé.
- De faire en sorte que tout joueur souffrant d'une plaie qui saigne quitte le terrain de jeu. Ce joueur ne pourra revenir que lorsque le saignement s'est arrêté.

Dans tous les cas, c'est **l'arbitre de centre qui décide d'arrêter le jeu ou de le laisser se poursuivre**:

- Arrêt du jeu : reprise **balle à terre** à l'endroit de l'arrêt.
- Reprise du jeu : par une touche, sortie de but, sortie de coin...

Le joueur blessé doit être accompagné hors du terrain et ne peut y revenir que sur l'autorisation de l'arbitre de centre – signe – **lorsque le jeu a repris**.

Le soigneur ne peut intervenir sur le terrain qu'avec l'autorisation de l'arbitre de centre – carton VERT – pour soigner et / ou accompagner le joueur à l'extérieur des limites de jeu.

Les mêmes règles s'appliquent au Gardien de But avec une particularité : il doit être obligatoirement remplacé - les soins se faisant hors du terrain -. Dans ce cas, il est « accepté » de prendre plus de temps pour valider la non gravité de la blessure.

**En bonne intelligence**, une équipe s'apercevant de la « blessure » d'un adversaire, pousse le ballon hors des limites du terrain pour permettre à l'arbitre de centre de prendre les décisions qui s'imposent (soigneur avec accompagnement du joueur blessé à l'extérieur du terrain).

Vos Arbitres Officiels et Auxiliaires



## PORTRAIT DE BERNARD CORMET



**Ta date de naissance ?**

20 juillet 1948

**Quelle est ta profession ?**

Je suis retraité, j'ai travaillé pendant 34 ans chez Bull dans la gestion de production.

**Quelles sont tes passions ?**

Le football et la marche, j'ai parcouru tous les sentiers de randonnée du département.

**Quels sont ton ou tes clubs préférés en France et à l'étranger ?**

J'aime les équipes qui produisent du beau jeu comme Barcelone.

**Quel est le joueur que tu apprécies le plus ?**

Zidane.

**L'équipe de France se qualifiera-t-elle pour la coupe du monde 2010 ?**

Non, je ne pense pas sauf si on change de sélectionneur.

**Si tu devais emmener 3 objets sur une île déserte ?**

Des bouquins comme par exemple un Agatha Christie.

**Quel personnage connu ou non aurais-tu aimé être ?**

L'abbé Pierre pour son œuvre au service des autres.

**Quelle est ta philosophie du football ?**

Trop de physique tue le jeu.

**Quelles sont tes fonctions au SCA aujourd'hui ?**

Je m'occupe de l'encadrement de l'école de football avec Damien et Serge, le mercredi toute la journée et de l'organisation et la gestion des plateaux le samedi.

**Te rappelles-tu ton arrivée au SCA ?**

Vers 16 ans (1963-64), je suis venu rejoindre les frangins des copains de la Madeleine. C'est par copinage que je suis arrivé au SCA, à l'époque, je faisais aussi le figurant dans la troupe Madeleine théâtre où jouant plusieurs copains.

**Peux-tu nous faire un bref historique de ta vie au SCA ?**

Ma formation au football, c'est faite dans la rue, il n'y avait pas de structure à cette époque. A l'école Saint Augustin, la salle de classe avait une vue sur le stade Jean Bouin qui n'avait pas encore de tribune. J'étais plus souvent attiré par le stade que par le tableau noir. Je suis donc arrivé au SCA vers 16 ans, et je jouais en 1<sup>ère</sup> division. Au moment de l'armée, l'équipe est descendus en 2<sup>nd</sup>e division par éparpillement des joueurs. Entré chez Bull, j'avais une double licence, ce qui était possible à l'époque, pour jouer à la fois avec le SCA et l'équipe corpo qui attirait de bons joueurs. J'ai pratiqué dans les deux équipes pendant une dizaine

d'années et gagné la coupe de l'Anjou corpo.

En 1977, j'ai arrêté de jouer pour Bull et je jouais en équipe 2 au SCA. C'est à cette période que j'ai pratiqué le tennis pendant 2-3 ans avant d'arrêter ma carrière sportive.

Le SCA vivait, des clubs disparaissaient et le club était destiné à faire de même. Il n'y avait pas de recrutement, pas d'appartenance à un quartier. Pierre Poirier a eu l'idée de créer une école de football avec la maison de quartier. En 1977, il n'y avait que des entraînements au terrain Saint Gabriel. L'année suivante le SCA s'est installé au stade de Villoutrey et j'ai animé les entraînements grâce aux modulations d'horaires que je pouvais faire chez Bull. Nous nous partageons les équipes avec, entre autres, Jacky. Puis c'est Michel Manceau qui a géré les entraînements. J'ai dirigé toutes les catégories d'équipes, poussins, pupilles, minimes et cadets. J'ai emmené ces derniers au plus haut niveau départemental.

Depuis la retraite, j'ai intégré l'école de football et participé à la structuration du club pour aboutir aux commissions, au règlement et statuts actuels.

Ce que j'aime c'est entraîner, faire apprendre le bon et le beau geste.

**Quel est ton plus beau souvenir au SCA ?**

Je n'ai pas de souvenir particulier, le SCA c'est pour moi les matches avec les potes, la convivialité.

**A quel poste jouais-tu ?**

Ailier droit au début puis milieu offensif, j'étais un spécialiste du coup franc, de la frappe brossée. J'ai marqué plus de buts sur coup franc que dans le jeu.

**Quelles ambitions as-tu pour le club ?**

Je souhaite que toutes les équipes évoluent au top départemental avec les seniors en PH, mais pas au dessus pour ne pas perdre l'âme du club. Le club doit faire partie de l'élite départementale et voire plus si affinité.

**Quel bilan ferais-tu de ton parcours au SCA ?**

Je suis fier, fierté collective, du chemin parcouru par le SCA, d'avoir participé à la construction du club qui est maintenant connu et reconnu. Je souhaite que le club perdure...

**Comment a évolué le football selon toi ?**

Le football actuel privilégie trop le physique au détriment de la créativité. Le trucage, notamment dans la surface, est devenu trop prédominant. Le football est maintenant différent, plus tactique - trop tactique - avec moins d'expression individuelle.