

# Jeux

## LE COURRIER DES LECTEURS :

Vous vous posez des questions sur le Volley Ball ( règlement, histoire, anecdotes ... ). N'hésitez donc pas à me poser vos questions à l'adresse [gkerdoncuff@yahoo.fr](mailto:gkerdoncuff@yahoo.fr) . Chaque mois je sélectionnerai 2 questions et je tâcherai de vous répondre dans cette rubrique.

- **Les joueuses et joueurs choisissent-ils leur numéro de maillot ? Et si oui, pour quelles raisons ?** ( Julie B. - 36 ans )

Chère Julie, certains choisissent leur numéro et d'autre pas ... ça dépend. Par exemple, Sophie a choisi le numéro 2, pour avoir le même numéro que Gilles, qui lui a pris ce numéro parce qu'il ne restait plus que celui là. Romain lui a choisi le numéro 11, car c'est le nombre de fois qu'il a passé son bac. Nico Le Hir aussi a choisi son numéro 1, car c'est symbolique pour lui ... c'est le nombre de cm qu'il a pris depuis ses 9 ans. Voilà ... ça dépend des gens.

- **Avant un match de volley, quel est le repas idéal que l'on doit prendre pour être au mieux de sa forme ?** ( Adrien C. - 14 ans )

Cher Adrien, pour mieux te répondre j'ai appelé Gilles, le nutritionniste de la N3, pour qu'il m'aide sur ce sujet. Il te conseille en entrée : Délice de la poule (œuf mayonnaise en fait). En plat de résistance : jambon à l'os et sa farandole de pommes de terre aux lardons en cascade (avec sa sauce à l'échalote bien sûr). Et en dessert : Caprice du Dieu Cacao (une mousse au chocolat). Avec ça tu vas être au top à chaque match.

## JEUX DES 7 ERREURS :

Voici les erreurs du mois de Mars :

La fresque sur le mur - Le cadeau dans les mains de Julie - Une croix au plafond - La main de Gilles sur l'épaule d'Elie. - La main de Gilles entre ses jambes - Les personnes près des gradins - Un panneau de basket.



Voici, photo de gauche, les gars de la Nationale 3 lors d'une de leur rencontre la saison dernière.

Retrouvez les 7 erreurs sur la photo ci-dessous.



Nicole  
**CASTELAIN**  
BIJOUTERIE

Galerie St-Yves  
ST-RENNAN  
Tél. 02 98 84 26 22

Place du Commerce  
PLOUZANÉ  
Tél. 02 98 34 07 34



# MANCHETTES

Le Journal du St Renan Iroise Volley

N°18 - Avril 2009

## EDITO

Bonjour à toutes et à tous,

Ca y est, la fin de saison est proche. En effet, les compétitions se terminent à la fin de ce mois d'Avril.

Avant de tirer un bilan définitif de cette saison, on peut déjà dire que **cette année confirme encore plus la place du club de St Renan Iroise Volley parmi les grands clubs de volley ball en Bretagne.**

Tout d'abord par le niveau de ses équipes séniors. L'équipe fanion évoluera à nouveau la saison prochaine en Nationale 3 Masculine. De plus les équipes féminine et masculine Régionales termineront à nouveau aux premières places de leur championnat.

Mais les jeunes ne sont pas en reste non plus. Les espoirs garçons terminent leur saison invaincu dans leur championnat Espoir et milieu de tableau en Départementale. Les cadettes, benjamines et benjamins terminent eux en flèche et se rapprochent des premières places de leur championnat. Quand au Baby Volley ... quel bonheur de voir ces enfants s'éclater et progresser à pas de géant.

Bonne fin de saison tout le monde.

Gilles

## SOMMAIRE

Page 1 :

Le mot du Président.

Page 2 :

L'Equipe 1 Masculine.

Page 3 :

L'Equipe 2 Masculine.

Page 4 :

L'Equipe Féminine.

Page 5 :

Les Jeunes.

Page 6 :

Les Classements.

Page 7 :

Résultats de Mars

Page 8 :

Jeux.

## CONTACTS

Président du Club :

Gilles KERDONCUFF

Tel : 06 63 86 48 61

Site internet :

[www.iroisevb.info](http://www.iroisevb.info)



 **Casino Cafétéria**

# Equipe Nationale Masculine

**Les gars seront en N3 la saison prochaine !**

Avec leur bon mois de Mars, les gars se sont assurés de rejouer en Nationale la saison prochaine.



« Ca y est ... c'est fait !!! atteste Ewen. L'équipe évoluera bien en Nationale 3 la saison prochaine. »

En effet, les gars ont réussi à glaner les quelques points nécessaires pour assurer leur maintien en Nationale 3. Mais ce n'était pas gagné d'avance, car entre les absences et les blessés, l'équipe s'est souvent déplacée avec un seul remplaçant. « C'est dans des moments comme ça qu'on voit bien que l'équipe est soudée, nous dit Nicolas Larché. Savoir que nous sommes maintenant maintenu va nous permettre de jouer un peu plus relâché. »

Ils ont perdu tout d'abord à Cesson Sévigné 3 à 0, puis gagné à Angers 3 à 2 après avoir été mené 2 à 0, ensuite victoire 3 à 0 contre Fleury et enfin défaite 3 à 0 au REC ... qui on bien pris leur revanche du match aller.

Ils leur restent donc 3 matchs en avril pour finir leur saison. « Sur les 3 matchs qui nous reste, on va affronter Preux que l'on avait battu difficilement à l'aller et le CPB et St Lo qui nous avait battu, raconte Arnaud. On doit prendre notre revanche sur ces équipes ... et finir en beauté la saison ... pourquoi pas sur le podium. »

## Voici les rencontres qui attendent nos joueurs en Mars :

Samedi 4 à 21 h 00 à la salle Guyader de Saint Renan :

**Iroise - Preux Volley Ball St Herblain**

Dimanche 19 à 14 h 00 à la salle Commandant Bougouin de Rennes :

**CPB Rennes 35 - Iroise**

Dimanche 26 à 15 h 00 à la salle Guyader de Saint Renan :

**Iroise - St Lo Volley**

# Résultats de Mars

## Dimanche 1er Mars :

Nat M : Iroise - Tours VB : 1/3 ( 25-21 ; 21-25 ; 17-25 ; 16-25 )

## Samedi 7 Mars :

Cadettes : Iroise - Cesson St Briec : 2/3 ( 21-25 ; 25-13 ; 25-23 ; 24-26 ; 12-15 )

Espoir M : Brest Volley - Iroise : 1/3 ( 13-25 ; 15-25 ; 26-24 ; 11-25 )

Dep M : Guipavas GDR - Iroise : 3/0

Reg F : Iroise - Leff VC : 2/3 ( 9-25 ; 25-20 ; 23-25 ; 25-22 ; 16-18 )

Reg M : Iroise - Brest ESL : 3/0 ( 25-13 ; 25-13 ; 25-15 )

Nat M : OC Cesson - Iroise : 3/0 ( 26-24 ; 25-22 ; 25-21 )

## Samedi 14 Mars :

Benjamins : Quimper 1 - Iroise : 3/0 ( 25-23 ; 25-16 ; 25-20 )

Benjamins : Iroise - Douarnenez VBC : 0/3

Cadettes : Guipavas GDR - Iroise : 2/3 ( 25-21 ; 25-21 ; 21-25 ; 9-25 ; 12-15 )

Espoir M : Iroise - Santec HEOL : 3/1 ( 25-23 ; 25-15 ; 14-25 ; 25-17 )

Dep M : Iroise - Brest Volley : 2/3 ( 25-10 ; 25-20 ; 22-25 ; 19-25 ; 4-15 )

Reg F : Guipavas GDR - Iroise : 3/0 ( 25-23 ; 25-16 ; 25-20 )

Reg M : Iroise - Cesson St Briec : 2/3 ( 23-25 ; 29-27 ; 23-25 ; 25-15 ; 8-15 )

## Dimanche 15 Mars :

Nat M : SCO Angers - Iroise : 2/3 ( 25-19 ; 25-19 ; 11-25 ; 22-25 ; 13-15 )

## Samedi 21 Mars :

Cadettes : Iroise - Brest ESL : 3/0

Reg M : Douarnenez VBC - Iroise : 3/0 ( 25-14 ; 27-25 ; 25-21 )

Nat M : Iroise - CJF Fleury : 3/1 ( 19-25 ; 25-19 ; 25-20 ; 25-14 )

## Samedi 28 Mars :

Espoir M : Guipavas GDR - Iroise : 0/3

Dep M : Plougasnou - Iroise : 3/0 ( 25-18 ; 25-12 ; 25-13 )

Reg F : Concarneau AL - Iroise : 1/3 ( 19-25 ; 20-25 ; 25-22 ; 14-25 )

Reg M : Guidel VB - Iroise : 3/1 ( 19-25 ; 25-18 ; 25-19 ; 25-15 )

## Dimanche 29 Mars :

Nat M : REC - Iroise : 3/0 ( 25-21 ; 25-21 ; 25-15 )



# Classement au 31 Mars

## Nationale 3 Masculine Poule G :

	Equipes	Pts	Jou	Gag	Per
1	Rennes Etudiants Club	34	19	15	4
2	VC Hérouville	31	19	12	7
3	Cercle Jules Ferry	31	19	12	7
4	SCO Angers	30	19	11	8
5	<b>IROISE VOLLEY</b>	30	19	11	8
6	Tours VB	29	19	10	9
7	CPB Rennes 35	29	19	10	9
8	OC Cessonais	27	19	8	11
9	AS Cesson St Briec	27	19	8	11
10	St Lo Volley	25	19	6	13
11	Preux VB St Herblain	25	19	6	13
12	Chartres VB	24	19	5	14

## Régionale Masculine :

	Equipes	Pts	Jou	Gag	Per
1	Brest Volley	31	17	14	3
2	Douarnenez VBC	31	18	13	5
3	Guidel VB	30	17	13	4
4	Concarneau AL	29	17	12	5
5	<b>IROISE VOLLEY</b>	28	17	11	6
6	AS Cesson St Briec	26	17	9	8
7	Pluvigner CO	23	17	6	11
8	Brest ESL	23	17	6	11
9	Quimper Volley 29	21	15	6	9
10	Lannion ASPTT	19	17	2	15
11	Pontivy GSI	18	17	1	16
12					

## Régionale Féminine :

	Equipes	Pts	Jou	Gag	Per
1	Guipavas GDR	36	18	18	0
2	<b>IROISE VOLLEY</b>	31	17	14	3
3	Lorient PL	30	18	12	6
4	Corlay VBC	29	17	12	5
5	Leff VC	29	18	11	7
6	Malguenac Volley d'Or	25	17	8	9
7	Pays de Morlaix	25	17	8	9
8	Concarneau AI	21	17	4	13
9	Brest Volley	21	17	4	13
10	Relecq Kerhuon PL	19	17	2	15
11	Brest ESL	19	17	2	15
12					

# Equipe Régionale Masculine

## Jusqu'au bout !

Le mois de Mars s'annonçait fort compliqué pour les gars ... et il le fut.

En mars les gars ont enchaîné 3 défaites en autant de match.

« On savait que ça allait être compliqué, raconte Jimmy. Les absences de certains joueurs ont été vraiment préjudiciables. »

En effet, ils se sont tout d'abord incliné à domicile 2 sets à 3 face à Cesson St Briec, puis à l'extérieur 0 à 3 malgré un bon match face à une équipe de Douarnenez invaincue depuis les matchs retours et enfin 1 à 3 à Guidel face à une équipe difficilement manoeuvrable à domicile.

« Mais on ne va rien lâcher, nous dit Nicolas. En avril on a 3 matchs importants face à des concurrents directs aux premières places. »

La saison n'est pas terminée, tout peut arriver et on peut compter sur cette équipe pour se battre jusqu'au bout !



## Voici les rencontres qui attendent nos joueurs en Avril :

Samedi 4 à 19 h 00 au Gymnase de Bellevue de Brest :

Brest Volley - Iroise

Samedi 18 à 21 h 00 à la salle Guyader de Saint Renan :

Iroise - Quimper Volley 29

Samedi 25 à 21 h 00 à la salle Cosec de Concarneau :

Concarneau AL - Iroise



# Equipe Régionale Féminine

## Un mois de Mars faussé.

Les filles n'avaient pas leur effectif au complet durant le mois de Mars.

En effet les filles se retrouvaient diminuées au mois de Mars pour affronter tour à tour Leff, Guipavas et Concarneau.

« Avec des filles en vacances, d'autres blessées ... il n'a pas été facile ce mois de mars nous raconte Emilie. La rencontre du 4 avril contre Corlay sera décisive pour conserver notre deuxième place. »

En effet, elles ont enchaînées 2 défaites 2 à 3 contre Leff et 0 à 3 contre Guipavas, et on réussi à s'imposer difficilement à Concarneau par 3 sets à 1.

Aussi, le 4 avril prochain les filles reçoivent l'équipe de Corlay (3<sup>ème</sup>) à la salle Guyader. Une victoire contre ces dernières leur assurerait définitivement leur seconde place au classement.

« On se doit de remporter cette rencontre, nous dit Karine. On la veut cette deuxième place. Depuis le début de la saison on se bat à chaque match, on s'entraîne sérieusement ... et surtout cette deuxième place, pour le super groupe de copines qu'on est ... ça serait vraiment cool ! »

## Voici les rencontres qui attendent nos joueuses en Avril :

Samedi 4 à 18 h 30 à la salle Guyader de St Renan :  
**Iroise - Corlay VBC**

Samedi 18 à 21 h 00 au Gymnase de Ty de Morlaix :  
**Pays de Morlaix - Iroise**

Samedi 25 à 21 h 00 à la salle Guyader de Saint Renan :  
**Iroise - Relecq Kerhuon PL**

# Equipes jeunes

## L'Ecole de Volley :

Le Baby Volley : Les enfants, à partir de 4 ans  $\frac{1}{2}$  et jusqu'à 9 ans, vont développer sous forme de petits ateliers leur adresse, leur vitesse de réaction et leur coordination. L'approche des fondamentaux du volley ball se fait à travers des exercices ludiques, variés et adaptés à l'âge des enfants.

Les Benjamins : Toujours sur le même principe d'ateliers, ces enfants de 12 et 13 ans, peaufinent leur apprentissage mais de façon plus approfondie. « Ils ont encore fait des progrès depuis Noël, nous raconte Thierry. Techniquement c'est de mieux en mieux ... il faut juste qu'ils prennent plus confiance en eux. »

Les Benjamines et Minimes filles : « Les matchs les font progresser bien plus vite, nous dit Nicolas. Ça les booste et cela se ressent aux entraînements. »



## **Venez faire découvrir à vos enfants le Volley Ball**

## Les autres équipes :

Les Cadettes après un mois de février sans match, elles ont repris leur championnat en mars. « L'envie est toujours là et du coup les résultats suivent, raconte Danièle. Je suis vraiment contente d'elles, c'est vraiment un bon groupe de copines ... et si elles continuent avec la même motivation ... elles vont réaliser de bien belles choses les saisons à venir. »

Les Espoirs garçons n'auront donc pas connu la défaite cette saison ... tout cela grâce à leur excellent niveau de jeu mais aussi sûrement beaucoup grâce « à l'excellent état d'esprit qui règne dans cette équipe », nous dit Ronan. Les gars ont donc bien prouvé durant toute la saison qu'ils sont bien, à cours terme, l'avenir du club.