



COMITE DES ALPES DE RUGBY

BULLETIN OFFICIEL N ° 15 DU 22 DECEMBRE 2015

Accueil du
lundi au
vendredi
de 10 h 00
à 18 h 00

Joyeux Noël



Sommaire

- P. 2 **Tournoi des VI NATIONS 2016**
Places disponibles PAYS DE GALLES – FRANCE et ECOSSE-FRANCE
Contactez-nous !
- P. 3 **Plan de formation 2016**
Colloque « La préparation mentale », lundi 7 mars 2016. **Inscrivez-vous !**
- P. 4/5/6 **Coordination Rhône Alpes de Rugby**
Appel à projets : Actions au profit du développement du Rugby Féminin
- P. 5 **UNITE SPORTIVE**
Moins de 16/17 ans
Score du week-end, victoire des deux équipes
Voir en pages intérieures

Joyeux Noël

Joyeux Noël

En raison des fêtes de fin d'année
le secrétariat
du Comité des Alpes de Rugby
Sera fermé les
Jeudis 24 et 31 décembre 2015
à 12 h 00



TOURNOI DES VI NATIONS 2016



Quelques places disponibles.....

Vendredi 26 février 2016

GALLES contre FRANCE à CARDIFF

Quelques places disponibles, en catégorie 2
à 120 euros



Dimanche 13 mars 2016

ECOSSE contre FRANCE à EDIMBOURG

Quelques places disponibles, en catégorie 3
à 85 euros



Contact :

Danielle.france@alpesrugby.com

04-76-48-83-91

*TOP 14 à BARCELONE vendredi 24 juin , possibilité
packages.....*

PLAN DE FORMATION 2015 / 2016

Thème : **SPORTIF**

Destinataires : **Entraîneurs d'équipes juniors et seniors -dirigeants intéressés.**

« LA PREPARATION MENTALE »

La recherche de la performance technique, du joueur et du collectif, est un leitmotiv pour l'entraîneur...mais on sait qu'il existe un ingrédient souvent déterminant dans la réussite individuelle et le succès de l'équipe : *le mental*.

Un colloque sur le thème de la « *préparation mentale* » vous est proposé :

Le **LUNDI 7 MARS 19 h 00 , Maison du Rugby – Monbonnot**

Avec l'apport d'une spécialiste : **EMILY LANAUD**

Avec des témoignages ... pour illustrer les temps forts des actions de préparation mentale.
Avec des échanges...

Une soirée animée et vivante qui s'achèvera par le pot de l'amitié...

Un moment à privilégier afin de vous permettre d'enrichir votre SAVOIR –SAVOIR FAIRE et SAVOIR ETRE au bénéfice du groupe.

Un 2^{ème} rendez- vous vous sera proposé en mai ou juin sur le thème de *la préparation physique* : nouvelles techniques –nutrition-hydratation...

Pour faciliter l'organisation,
merci de procéder à votre inscription avant le 30 janvier 2016
Par mail : accueil@alpesrugby.com
Par tel : 04.76 .48.60.42





COORDINATION RHONE ALPES DE RUGBY



APPEL A PROJETS : ACTIONS AU PROFIT DU DEVELOPPEMENT DU RUGBY FEMININ

Préambule :

La Coordination Rhône –Alpes de Rugby (CRAR) souhaite encourager toutes les initiatives qui s’inscrivent dans le cadre des actions de développement du rugby féminin et du plan « Citoyens du Sport » promu par le Ministère de la Ville, de la Jeunesse et des sports.

<http://www.sports.gouv.fr/accueil-du-site/a-la-une/article/Le-plan-Citoyens-du-sport>

La Commission « cohésion sociale » et la Commission « Féminines » de la CRAR ont proposé de mettre en oeuvre un appel à projets au niveau des comités et des clubs.

Constat :

La Région Rhône –Alpes enregistre un taux licenciées féminines /total licenciés de 4,5 % contre 5% su le plan national, avec des écarts significatifs entre départements.

Objectifs :

-encourager et promouvoir les clubs et comités qui mettent en place des projets tendant à développer la pratique féminine dans notre discipline.

-valoriser ceux qui se sont déjà engagés comme ceux qui envisagent de le faire à travers un projet structuré.

Qui est concerné ? :

Tout Club de rugby ou comité départemental Rhône-alpin.

Types de projets :

Les initiatives peuvent concerner des actions de communication, de relations et de partenariat avec des structures scolaires ou sociales, des bonnes pratiques internes en matière de fidélisation ou de développement externe.

Modalités de mise en oeuvre :

► Candidatures et sélections :

-Les dépôts de candidature se font auprès de **Secrétaire Général de la CRAR**

→ **formulaire en page 5**

**Yves Chenal - Maison du Rugby -Comité des Alpes, 150 allée du Pré de l’Eau
38330 MONTBONNOT ST MARTIN / yves.chenal@ffr.fr**

► Critères de recevabilité :

- Pour les clubs qui souhaitent s’engager, le projet doit concerner une ou des actions entraînant des résultats tangibles dès la fin de l’exercice 2015/2016.

- Pour les clubs déjà très impliqués dans le rugby féminin, les critères de classement prendront en compte essentiellement les actions ou pratiques exportables sur d’autres clubs.

- Date de réception des candidatures : 20 janvier 2016

La sélection des gagnants :

Elle est faite par un Comité ad hoc composé des membres de la Commission cohésion sociale et de la Commission « Féminine » de la CRAR, des Présidents des comités territoriaux, d'un représentant du Conseil Régional, d'un représentant de la DRJS CS.

Elle prendra en compte l'évolution des effectifs féminins arrêtés fin mai 2016 en fonction de la situation de départ et la qualité des actions déployées.

Les dotations :

- catégorie « projets déjà engagés »

- Les 3 gagnants seront dotés de bons d'achat en équipement d'une valeur de :

1er = 1200 €

2ème = 800 €

3ème = 400 €

-catégorie « nouveaux projets » :

- Les 3 gagnants seront dotés de bons d'achat en équipement d'une valeur de :

1er = 1200 €

2ème = 800 €

3ème = 400 €

Les obligations des participants :

- Le dossier de candidature doit être rédigé sur le formulaire prévu et accompagné de tout document utile et du budget lié à l'action.

- Chaque entité gagnante s'engage à participer à la réception de remise des récompenses qui sera organisée courant septembre 2016.

Contact : yves.chenal@ffr.fr



Rappel /Date de réception des candidatures : 20 janvier 2016

[Retour Sommaire](#)

UNITE SPORTIVE

Joyeux Noël



SCORES :

Dimanche 20 décembre 2015 à LUNEL

U 16 : ALPES contre PAYS CATALAN / U 17 : ALPES contre BEARN

Bravo, félicitations, l'aventure continue.....

Moins de 16 ans :

ALPES : 25 PAYS CATALANS 15

Moins de 17 ans :

ALPES : 13 BEARN 8

**Prochaine date, ¼ de finale
Samedi 5 et dimanche 6 mars 2016**