

***Vous souhaitez en savoir plus sur une section,
n'hésitez pas à nous contacter en vous reportant au tableau ci-dessous :***

SECTION	MEMBRE DE BUREAU	FONCTION	TÉLÉPHONE	E-MAIL	SITE OU BLOG
ANCIENS BASKETEURS	Guy Girier			girierguy@wanadoo.fr	http://ploullins.fr/anciensbasketteurs/
ARTS MARTIAUX	Henri SOLIVERES	président d'honneur	04 78 51 69 58	henri.soliveres@sncf.com	http://ploullins.fr/
ARTS MARTIAUX	David VÉLON	vice-président	06 47 88 33 98	david.velon@gmail.fr	http://ploullins.fr/
ARTS MARTIAUX	Roland HERNANDEZ	trésorier	06 69 94 89 37	roland1hernandez@yahoo.fr	http://ploullins.fr/
BASKET	Wilfried SCHAEFFER	président	06 65 20 75 72	w.schaeffer72@gmail.com	http://club.quomodo.com/plobasket/
BIBLIOTHEQUE	Jeanine UBAUD	responsable			http://ploullins.fr/bibliotheque/
BOULES	Bernard VERA	président	06 89 15 59 78	vera.simone@orange.fr	http://ploullins.fr/
CAPOEIRA	Pierre HALBARDIER	Président	06 85 81 79 62	halbardierpierre@free.fr	http://ploullins.fr/
DANSE BRÉSILIENNE	Fatena DIJOUX	Présidente		isacourdioux@live.fr	http://ploullins.fr/dansebs
DANSE HIP HOP	Beatrice FERREBOEUF	Présidente		ferreboeuf.pascal@club-internet.fr	http://ploullins.fr/danse/
GYMNASTIQUE ACROBATIQUE	Cyril MOTIKIAN	Président		plotrampogym@gmail.com	http://ploullins.fr/trampogym/
GYMNASTIQUE ARTISTIQUE	Cyril MOTIKIAN	Président		plotrampogym@gmail.com	http://ploullins.fr/trampogym/
GRS (Gymnastique Rythmique et Sportive)	François SANCHEZ	président	06 09 45 76 69	sectiongrs@ploullins.fr	http://ploullins.fr/grs
JUJIT-SU BRÉSILIEN	Éric BOUCHARD	entraîneur			http://ploullins.fr/
MUSCULATION GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN	Souleymane FELICOLI	entraîneur		souleymane1905@hotmail.fr	http://ploullins.fr/danse/
NATATION	Virginie MERCIER	présidente		virginie.mercier76@gmail.com	http://ploullins.fr/trampogym/
QI-GONG	Lény BAUCHOT	Enseignante	06 25 55 07 43		http://ploullins.fr/qijong/
ROCK LOISIR	Beatrice FERREBOEUF	Présidente		ferreboeuf.pascal@club-internet.fr	http://ploullins.fr/danse/
TRAMPOLINE	Cyril MOTIKIAN	Président		plotrampogym@gmail.com	http://ploullins.fr/trampogym/
TWIRLING BÂTON	Maxime GARY	président	06 76 09 52 17	m.gary@numericable.com	http://twirling-oullins.over-blog.com/
ZUMBA ZUMBATONIC	Isabelle COURDIOUX	entraîneur		isacourdioux@live.fr	http://ploullins.fr/dansebs

En bref

Depuis le 20 janvier Leïla BRAUNSTEIN remplace Audrey MAZOYER en congé de maternité au secrétariat. Séverine MARTIN remplace quant à elle Hervé AUSSOURD à

l'entretien. Nous leur souhaitons la bienvenue et disons bonne chance à Hervé.

De nombreuses sections n'ont pas pu nous faire parvenir d'information à communiquer : Aqua Gym,

brésilienne, musculation, natation synchronisée, Qi gong, Rock loisirs, sans oublier la bibliothèque, Fil et Aiguilles, Peinture et Dessin ...

La prochaine parution est prévue en juin, alors tous à vos articles !

Ont participé à la réalisation de ce numéro : Gilbert CHASSIGNOL, Maxime GARY, Maria GUERRIER, Pierre HALBARDIER, Jocelyne HAUSSLER, Roland HERNANDEZ, Franck LOISEL, Jérémy SOUCHE, David VÉLON.

PLO
27 rue Diderot
69600 OULLINS

Téléphone :
04.78.51.34.26

Adresse E-mail :
ploullins@free.fr

Site Internet :
<http://ploullins.fr>

Plo'tins



PATRONAGE SCOLAIRE LAÏQUE D'OULLINS

Gazette d'information, de liaison et d'échange des adhérents du PLO

L'édito :



Une grande page vient de se tourner avec le départ d'Alain SAUVAGEON de la présidence du PLO. Alain a été président pendant 26 ans, soit pendant plus du quart de l'existence de notre association.

Par delà la longévité de ses fonctions, il faut saluer cet homme qui a donné, pendant toutes ses années et sans compter, son temps, son énergie, au service de causes telles que la défense de la laïcité, la ligue de l'enseignement, la jeunesse, et la vie quotidienne du PLO... Et il l'a fait dans un esprit d'ouverture et de rassemblement. Alain a apporté un soutien indéfectible aux sections en difficulté et il a toujours su arbitrer avec tact et un grand sens de la négociation les désaccords qui ont pu surgir entre les uns et les autres. Alain est également attaché à la mixité sociale au sein du PLO.

Il a joué un rôle essentiel auprès des institutions telles que la Mairie, nos élus (députés, conseillers généraux), le Conseil Régional, les services de

l'État, pour que notre association soit reconnue et que des aides conséquentes et vitales pour notre fonctionnement nous soient allouées.

Un grand merci donc à Alain pour tout ce travail, ce don de soi, et pour avoir créé les conditions d'un développement considérable et harmonieux du PLO.

C'est Pierre HALBARDIER, militant au PLO depuis pratiquement une trentaine d'années, qui a été élu président. Pierre est une figure du PLO, reconnu par ses pairs, les institutions et instances sportives pour ses capacités d'organisateur. Il a créé, géré et développé un nombre important de sections au PLO. Souhaitons-lui un bon courage dans ses nouvelles fonctions et puisse-t-il rassembler ses « troupes » comme il a montré qu'il était en capacité de le faire au sein de « ses » sections.



Le loto :

Le dimanche 2 février 2014 a eu lieu dans la salle Victor Huguet le traditionnel loto du PLO, organisé par Gérard CARQUE et Yves DELOGER, aidés en amont par une équipe de bénévoles pour la collecte des lots, la préparation de la salle, et le bon déroulement du dimanche après-midi.

A l'ouverture des portes à 13h30, une foule déjà nombreuse se presse et se succède devant les

stands de vente des cartons, puis prend place autour des nombreuses tables. 14h top départ de la partie de mise en place. Déjà l'ambiance commence à monter et quelques minutes plus tard les premières « quines » retentissent dans la salle. Cette année environ 500 personnes ont participé à cette manifestation dont le bénéfice s'élève à environ 3 500 euros ; plus de 6000 euros de prix étaient à gagner. Merci à tous les commerçants partenaires, aux bénévoles et à tous les participants pour la réussite de ce bel après-midi festif.

Les sections vous informent :

Baby gym

Depuis 2001, la section gym s'est engagée dans l'éveil des plus petits. Les apprentissages de l'enfant sont primordiaux pour son développement psychomoteur et psychosocial afin de découvrir son corps et s'adapter le plus facilement possible à son environnement. Les animateurs les favorisent par des situations psychomotrices ludiques (mise en train, parcours, activités de motricité fine, retour au calme...).

Des enfants d'âges différents sont répartis en 3 groupes. Les plus petits profitent de la séance avec leurs parents durant 45 minutes et les plus grands passent 50 minutes

avec les 2 animateurs. La section compte 75 enfants répartis sur 5 cours et participe aux différentes manifestations organisées durant l'année afin que ces petits chérubins montrent à leurs parents leur savoir faire !



Gymnastique acrobatique

Depuis la rentrée de septembre, le PLO a ouvert une nouvelle activité : la gymnastique acrobatique dite aussi l'acroport. Cette activité

est un mélange de gymnastique artistique et de danse. Il faut à la fois faire des acrobaties tout en étant gracieux. L'acroport se pra-

tique en duo ou en trio. La section propose un mois d'essai gratuit pour ceux et celles qui voudraient essayer l'activité.

Gymnastique artistique

Depuis 1938, le PLO vous propose de pratiquer la gymnastique ar-

tistique. Cette section fait partie de la fédération UFOLEP mais vous propose aussi de venir pratiquer cette activité en détente pour du loisir. En gymnastique, les filles ont comme agrès : la poutre, la barre asymétrique, le saut et le sol. Les garçons, quant à eux, ont : les anneaux, la barre parallèle, la barre fixe, le sol, le saut, le cheval



Gymnastique adultes

Le PLO vous propose plusieurs cours de fitness dans sa salle: - step,

- renforcement musculaire, - gymnastique douce. Vous trouverez également une salle de musculation équipée de plu-

sieurs appareils pour atteindre vos objectifs. Sur place, des coach diplômés sont à votre disposition.

Aïkido et Iaido



C'est avec un grand plaisir que nous nous retrouvons sur les tatamis du dojo, pour notre dixième année de présence au PLO. Pour rappel, l'aïkido est un art martial accessible aux personnes des deux sexes âgées de 8 à 70 ans (voire plus !). Il impose de détruire l'agressivité de son adversaire en lui démontrant l'inutilité de son attaque ; il s'agit de canaliser le mouvement, la vitesse et la force de l'adversaire, de les utiliser sans rentrer en opposition avec eux. L'aïkido permet d'acquérir une parfaite maîtrise de soi en assurant un développement harmonieux du corps.

Des cours sont assurés pour les enfants et les préadolescents et pour les jeunes et les adultes.

Adossée à la pratique de l'aïkido, le Iaido – art de dégainer le sabre japonais – permet de développer la concentration, notamment.

La section arts martiaux du PLO organise en lien avec la Ligue du Lyonnais d'Aïkido et de Budo un stage National qui se déroulera au gymnase Maurice Herzog le week-end des 12 et 13 avril 2014.

Yoseikan Budo

Communément (mais abusivement !) appelé « karaté » le Yoseikan Budo est un art martial très complet, voire redoutable, qui fait la synthèse de techniques de pieds et poings (qui rappellent le karaté), de jujitsu (ancêtre du judo moderne), d'aïkido et de techniques d'armes (en mousse, le plus souvent !).

Notre enseignant, Djamal SLIMANI a haussé ses athlètes au plus haut niveau puisque deux jeunes, notam-

ment, se sont distingués lors des championnats de France 2013 : Amine EL BAZ a décroché un titre de champion de France et Matthieu LAPOPIN une médaille de bronze. Matthieu a également intégré cette année l'équipe de France, ce qui est tout à fait remarquable. Bravo à tous ! et bonne préparation des prochaines compétitions.

Alors, n'hésitez pas à venir essayer ces arts martiaux !



Jiu-jitsu brésilien

Le jiu-jitsu brésilien est un art martial brésilien dérivé de techniques de judo et de ju-jitsu importées du Japon au Brésil. Il s'agit d'une lutte en prédominance au sol, chaque technique de finalisa-

tion se terminant soit par un étranglement soit par une clé articulaire. Au PLO, les cours sont encadrés par Eric BOUCHARD, deux fois par semaine. La section compte

dans ses rangs deux vice-champions de France en fédération française.

Capoeira



La section capoeira compte 85 adhérents.

Le samedi 18 janvier un stage a été organisé au gymnase Maurice Herzog, gratuit pour les enfants et 5€ pour les adultes avec repas compris le soir. 22 enfants et 25

adultes y ont participé. La section capoeira participera le samedi 17 mai à la fête de l'iris. Le 24 et 25 mai 14ème baptême de capoeira au gymnase Maurice Herzog.

Basket

La section PLO Basket existe depuis 1929 !

Cette année, elle est composée de 11 équipes : 2 équipes Seniors Masculin (Région 3 et Division 2), 1 équipe Seniors Féminine (entente avec Pierre Bénite, Division 2), et des équipes Jeunes (U15 masculin, U13 masculin et féminin, 2 équipes U11 masculin dont 1 en Challenge, U11 féminin, U9 masculin et féminin).

2 groupes de Baby basket (33 enfants) s'entraînent le samedi matin.

Enfin, un groupe de joueurs loisirs se réunit chaque vendredi soir.

Les entraînements sont dispensés par des entraîneurs diplômés ou en cours de formation. L'ensemble des équipes Jeunes est supervisé par un salarié, Jean

-François Michaud, et d'un jeune entraîneur en mission service civique Martin Mifsud.

Le bureau est actuellement composé de 7 personnes, et est ouvert à tous ceux qui voudraient nous rejoindre !

Des stages de basket sont proposés pendant les petites vacances scolaires (priorité donnée aux licenciés de la section, puis ouverte aux autres en cas de places disponibles).

Voir modalités sur le site : club.quomodo.com/plobasket/



Anciens basketteurs

Les anciens basketteurs vous convient lors de cette saison à deux évènements :

- **le 14 juin 2014** : une journée basket organisée conjointement

avec la section basket (tournois internes et familiaux matin et après-midi, pétanque l'après-midi et repas dansant le soir) ;
- le 10^e salon des Saveurs et de la

Création les **samedi 29 et dimanche 30 novembre 2014**.

N'hésitez pas à venir nombreux !!!

Boules

Au cours de cette saison, la section boules vous convie à venir encourager ses joueurs lors de différentes manifestations, organisées au sein du PLO :

- **1er mai** : But d'honneur

- **22 mai** : challenge Félix VERA sur la journée avec repas le midi, 3 parties (système aurard), 20 équipes quadrettes

- **13 juin et 20 juin** : challenge semi-nocturne Félix VERA : 32 doublettes 3 et 4 divisions

- **28 et 29 juin** : championnat de

France quadrettes UFOLEP : ce championnat aura lieu à Montauban (Tarn-et-Garonne)

- **24 et 25 août** : challenge JORDERY et coupe de la Libération : 32 doublettes T.C.

Plusieurs manifestations ont également eu lieu fin 2013 :

- **9 novembre 2013** : challenge ALLEGRE - coupe BADIOU : 16 triplettes UFOLEP, 1 triplettes Givors BAU (vainqueurs : Mrs LYONNET, ROLLAT, Salvador GIANDOMINCO)

- **22 novembre 2013** : après-midi boules : 15 joueurs + 15 repas

- **21 décembre 2013** : challenge Marte BOUCHER : 16 triplettes UFOLEP, 1 équipe CASCOL (vainqueur : Mrs BROLLY, MICHAUDON, CLÉMENT)

- **4 janvier 2014** : challenge Gaston et Pascal Gosselaire : 16 quadrettes UFOLEP 1 équipe Givors (vainqueur : Mrs Rollat, PEILLON, LYONNET, Salvador GIANDOMINCO).

Quelle est la section la plus conviviale du PLO ? La Buvette, bien sûr !!! Elle est présidée par « Nanou » dont le sens de l'accueil et la bonne humeur sont inégalables. Alors, n'hésitez pas à y passer un moment entre amis !



Handicap

Le PLO organise deux journées "handi soyez cap" par an en collaboration avec la ludothèque d'Oullins afin de faire se rencontrer ces personnes et leur faire découvrir différentes activités. Cela permet d'intégrer d'autres groupes au fur et à mesure des années dans les cours hebdomadaires.

Nous avons aussi un projet avec l'école Jean Macé afin de sensibiliser les enfants au handicap et d'organiser des rencontres avec ce pu-

blic pour qu'ils appréhendent mieux ce monde et intègrent certaines valeurs telles que le respect de l'autre et de la différence.

La section handicap est en phase de multiplier par 3 ses interventions depuis 2004 grâce à ses manifestations pour se faire connaître et aux aides financières apportées. Cela permet de faire participer également des établissements qui ont des moyens limités.



Trampo

La section a été créée en 1999. Elle fait partie de la fédération UFOLEP mais aussi Fédération française de gymnastique. Le trampoline est une discipline acrobatique.

Les maîtres mots sont : amusement, coordination et souplesse. Le PLO organise les 10, 11 et 12 mars 2014 un stage où seront réunis plusieurs activités (Trampo, zumba, gym). Si vous êtes intéressé-e vous pouvez contacter le 06.03.79.78.46 pour vous inscrire.



La section organise le 23 mars 2014 le championnat régional individuel au gymnase Maurice Herzog.

Venez encourager les athlètes ! (NB : Compétition qualificative pour le finale nationale à Vendôme (41)).

La section organise le 22 février 2014 une matinée conviviale "Boudin" ouverte à tous.

Elle organise aussi le 11 mai 2014 un vide grenier ouvert à tous.

Zumba

Le programme de Zumba est une fête du fitness et de la danse d'inspiration latine, efficace et facile à suivre, permettant de brûler des calories et de travailler les muscles principaux lors d'une séance d'exercices cardiovasculaires hauts

en énergie. Ces cours offrent des rythmes exotiques comme la salsa, le merengue, le reggaeton, la cumbia, la samba... et bien d'autres encore (flamenco, oriental, tango...) sur fond de mélodies latines et internationales.

Les pratiquants tonifient leurs abdos, leurs bras, leurs cuisses et augmentent considérablement leur niveau d'énergie sans s'en



apercevoir. C'est anti stress et absolument exaltant! La section à été créée au PLO en 2012 et augmente ses effectifs d'année en année. Pour cette saison, pas moins de 4 cours pour 86 adultes et 3 cours pour 41 jeunes de 6 à 15 ans. Au vu de l'enthousiasme qu'il y a autour de ce sport, d'autres créneaux devraient s'ouvrir à la saison prochaine! Vous pouvez venir essayer les cours en contactant l'instructeur Zumba du PLO, Isabelle Courdioux ou simplement découvrir ce sport lors des différentes manifestations du PLO ou lors de la fête de l'iris le 17 mai.

Twirling bâton

Sur le plan sportif, la période de septembre à janvier marque la mise en place des différentes chorégraphies et l'assimilation des nouveaux enchaînements techniques acquis qui évoluent en fonction de l'âge des athlètes. Le mois de février marque quant à lui le début des premières compétitions, les Inter-clubs, qui permettent de se juger sur le plan personnel mais aussi de savoir se situer par rapport aux autres athlètes de la même catégorie. L'objectif étant, pour les filles de plus de 11 ans la finale nationale des 28 et 29 juin prochains chez nos voisins de Salaise-sur-Sanne en Isère. Mais la participation à ce week-end sera déterminée par les résultats lors des compétitions départementales et régionales. A noter que cette dernière sera organisée par le club



d'Oullins, sur deux jours, les 19 et 20 avril 2014. Et Notre club sera doublement sollicité avec l'organisation annuelle de notre Trophée Ville d'Oullins le 1er juin prochain.

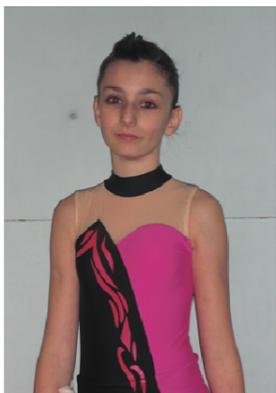
Sur le plan extra-sportif, le bureau a été modifié en cours d'année suite à la nomination de Pierre Halbardier au poste de Président du PLO Général. Toute la section remercie chaleureusement ce dernier pour son implication de tous les instants au bon fonctionnement de la section. C'est Maxime Gary qui prendra donc en charge le pilotage du twirling bâton. Pierre sera toujours présent pour l'épauler dans ses nouvelles fonctions. Les postes de



Prochaines compétitions :

- organisation du championnat Régional les 19 et 20 Avril 2014
- organisation du Trophée de la ville d'Oullins le 01 juin 2014
- championnat National à Salaise-Sur-Sanne les 28 et 29 Juin 2014

10 ans déjà !!!



Elodie CESARIO fête cette année ses 10 ans au sein de la section TWIRLING BATON. Entrée dans la section en Septembre 2003 (saison sportive 2003 – 2004) et tout juste âgée de 4 ans ½, elle débute les cours avec Valérie KILFIGER sa coach qui ne l'a pas quittée depuis toutes ces années. En février 2004, elle participe à sa toute première compétition en petite équipe.

Elodie est à ce jour la plus ancienne du Club, qui compte 9 adhérentes, avec lesquelles elle continue d'évoluer en Solo, duo et équipes lors des entraînements mais aussi lors des

compétitions accompagnée des parents dans une ambiance de convivialité.

10 ans d'histoire de TWIRL c'est tout d'abord un grand remerciement au Président du Club Mr HALBAR-DIER Pierre, à Valérie KILFIGER sa coach, aux parents bénévoles mais aussi à toutes les athlètes qu'elle a côtoyée depuis toutes ses années.

Des investissements, des remerciements, des rires, des larmes de joie, toute une grande histoire qui fait de ce sport sa passion.....

GRS



Deux gymnastes de la section GRS (Gymnastique Rythmique et Sportive) ont été qualifiées pour la première fois au championnat National GRS UFOLEP en janvier.

Par ailleurs, le PLO GRS a frappé très fort le week-end des 22 et 23 février en organisant avec réussite le CHAMPIONNAT DEPARTEMENT ÉLARGI à l'ISERE, l'Auvergne et l'EST en accueillant 14 clubs soit près de 500 gyms et en obtenant 6 podiums dont:

- 4 première places en catégorie Nationale 4, Excellence 4, Excellence 3, Précollectif
- 1 seconde place en Masse-Chorégraphié
- 1 troisième place en Excellence 4

Pour les "circuit jeunesse" pour lesquelles cela était la première compétition, les résultats sont à la hauteur de leurs aînées car elles ont toutes obtenu leur diplôme d'ARGENT.

Félicitations aux gyms pour leur performance, aux monitrices pour leur travail et aux parents bénévoles pour leur support au club tout au long de ce week-end chargé ainsi qu'aux différents élus qui par leur présence, durant la compétition, nous ont témoigné de leur soutien !

reuse aussi pour Emma de Chevi-gny qui est arrivée première !
Bravo aux gymnastes et à leur monitrices.



Danse



Il y eut d'abord une période d'entraînements exigeants, puis une prestation devant le jury régional, ensuite une longue attente des dé-

libérés, pendant laquelle on se met à douter, un moment tendu, y compris pour les parents, grands fans et supporters, y compris pour Béa, notre présidente, qui n'avait pu nous suivre pour cause de travail, et enfin l'annonce :

- 1er prix, catégorie "autre style" pour Sharlène (prestation en danse orientale)
- 1er prix à l'unanimité du jury pour le groupe de hip hop Melting Crew.

Tous les danseurs accèdent ainsi au concours national, organisé fin mai à Lyon. La section danse du PLO est très fière d'eux et de leurs profs !



Salsa

Le PLO propose des cours de salsa cubaine le vendredi soir de 20h à 21h au gymnase de l'école Jean Macé.

Abel et sa partenaire de danse Lucile vous emmènent durant cette heure dans les îles afin de vous apprendre à apprivoiser cette belle danse de couple !

