



L'actu de
L'ES CARPIQUET



**LA NEWSLETTER
DU CLUB**

AOUT / SEPT / OCT 2023

LE GRAND *Chelem*

C'est avec une grande fierté que nous vous annonçons que toutes nos équipes jeune à partir des U13 filles et garçons, ont atteint le niveau régional cette saison.

C'est une réalisation exceptionnelle pour notre club qui réalise le Grand Chelem, démontrant notre engagement envers l'excellence sportive, le développement et la formation de nos jeunes.

Nous tenons également à remercier chaleureusement nos supporters qui ont été une source de motivation pour nos équipes. Votre soutien entre autre, est ce qui permet au club de grandir.

Merci pour votre soutien, et que la saison à venir soit remplie de succès, de victoires et de beaux déplacements.



LES STAGES REPRENENT !

Stage d'automne : du 23 au 27 octobre 2023

Stage d'hiver : du 26 février au 1 mars 2024

Stage de printemps : 22 au 26 avril 2024

Stage de juillet : du 8 au 12 juillet 2024

Les places sont limitées alors ne tardez pas à vous inscrire !



L'INTERVIEW

Richard Castel

RICHARD CASTEL

EN QUOI CONSISTE LES COURS DE MOTRICITÉ ?

Plusieurs objectifs :

Les plus jeunes de 9 à 12 ans : développer la motricité fine afin que les jeunes aient une meilleure maîtrise de leur corps (dissociation, coordination, mobilité des appuis/ vitesse / explosivité)

A partir de 13 ans : continuer le travail fait avec les plus jeunes et commencer à rajouter du renforcement (gainage, proprioception , renforcement musculaire)

Adultes : renforcement pour développer les qualités physiques spécifique au basketball (détente, gainage, explosivité, épaules, bras...)

POUR QUI SONT MIS EN PLACE CES COURS DE MOTRICITÉ?

Ces cours sont pour les jeunes et la adultes à partir de 8 ans et il n'y a pas de limite d'age.

COMMENT CES COURS SE DÉROULENT-ILS ?

Ceux sont des séances de 30 minutes qui ont lieu avant ou après les entrainements 2 à 3 fois par semaine.

QUELS SONT LES BÉNÉFICES DE LA PARTICIPATION À CES COURS DE MOTRICITÉ EN TERMES DE SANTÉ PHYSIQUE ET MENTALE ?

Plusieurs objectifs :

-Permet de faire gagner du temps sur le terrain pour les entraineurs et ne se consacrer qu'au basket sur les créneaux terrain.

-Permet de réduire les risques de blessure.

-Permet de développer la performance.

REMERCIEMENTS

Les membres du bureau remercient l'aide de la Mairie pour les différents aménagements effectués cet été à la Salle Omnisports (Placard, Mezzanine).

L'équipe dirigeante en a profité également pour repeindre les différents bureaux, salle de réunion, mezzanine, buvette et aménager ceux-ci afin d'avoir un espace de travail plus fonctionnel et agréable pour nos éducateurs et un « club house » pour les équipes jeunes et moins jeunes.



CONSEIL DES JEUNES

L'Élan Sportif Carpiquet Basket franchit une étape dans son engagement envers la jeunesse en introduisant le Conseil des Jeunes cette année.

Le Conseil des Jeunes est conçu pour encourager la participation de ceux-ci et pour recueillir leurs idées, suggestions et aspirations pour l'avenir du club de basket en mettant en œuvre des projets qu'ils estiment essentiels pour le développement de la structure. Les membres du conseil ont été élus parmi les jeunes licenciés du club et auront pour mission de travailler en étroite collaboration avec les membres du bureau pour identifier et mettre en place des projets qui bénéficieront à l'ES Carpiquet Basket.

Les différents rôles des jeunes au sein du conseil sont nombreux. Les élus sont les suivants :

Membres actifs: Référent bureau:

Président : Yanis (U17)
Vice-président : Zilo (U15)
Vice-président 2 : Grégoire (U13)
Vice-président 3 : Sacha (U13)
Trésorière : Juliette (U15)
Secrétaire : Nina (U15)
Vice-secrétaire : Clara (U15)

Clément U13
Maël U13
Mahé U13
Martin U15
Maxime U15
Gabin U15
Romane U15
Anna U15
Léonie U15

Zoé ROMAIN





LABEL ÉCOLE FRANÇAISE DU MINI BASKET

C'est avec fierté que nous annonçons que l'ES Carpiquet Basket ball a décroché le "Label École Française du Mini-Basket" avec le maximum de 3 étoiles, une reconnaissance dans le basket-ball junior.

LE LABEL ÉCOLE FRANÇAISE DU MINI BASKET C'EST QUOI ?

Le Label École Française du Mini-Basket, décerné par la Fédération Française de Basketball (FFBB), est une marque de qualité, de sécurité, d'éducation et de confiance pour les catégories U7, U9 et U11. Cette distinction est l'aboutissement d'un travail acharné, d'un engagement envers la jeunesse et d'une passion pour le sport.

L'obtention de ce label est le fruit de l'engagement de tous les membres du club, des entraîneurs, des bénévoles, des jeunes par leur implication.

CERTIFICATION DU CLUB :



Zoom sur l'entreprise :

Miam

Fromagerie - Épicerie - Vin



Miam est une fromagerie qui prône le local et la proximité avec du fromage au lait cru, de la charcuterie traditionnelle et surtout des plateaux gourmands à partager.

L'équipe régale les papilles de tous leurs clients qu'ils soient particuliers (anniversaire, baptême, mariage, dimanche en famille, soirée entre amis, ...) ou professionnels (cocktails, réunion, repas d'entreprise, fêtes de fin d'année, ...).

Pour partager un moment raclette entre amis, profiter d'un moment convivial autour de plateaux apéro lors d'un événement pro ou encore un plateau dînatoire en duo, vous trouverez tous les plateaux et également une sélection d'épicerie fine locale et de vins sélectionnés avec soin.

Venez-leur rendre visite à Carpiquet et découvrez des produits près de chez vous qui ont du goût!

Miam - "Pour tous les gourmands."

Rte de Bretteville | 14 650 Carpiquet | 02 31 45 09 44

N'hésitez pas à dire que vous êtes licenciés au club de Carpiquet (pas besoin de présenter de licence).

Vous aurez le droit à -10 % sur tout le magasin (hors plateaux).



DEVENEZ
Partenaire

[CLIQUEZ ICI POUR EN SAVOIR PLUS](#)

**VOUS ÊTES UNE ENTREPRISE, AUTO-ENTREPRENEUR,
ASSOCIATION ET SOUHAITEZ
REJOINDRE L'AVENTURE ES CARPIQUET N'HÉSITEZ PLUS...**

SUIVEZ-NOUS SUR LES RÉSEAUX

Suivez-nous sur les réseaux

  @CARPIQUETBASKET

Allez Carpiquet!

