

# LA GAZETTE DAMIER A DAMIER

# **ACTU À LA UNE**



OUVERTURE DES INSCRIPTIONS SAISON 2020-2021





## LES INSCRIPTIONS SONT LANCÉES!

## **ATHLÉTISME**

Pour l'école d'athlétisme et les poussins, permanences à Duhourquet :

- le jeudi 3 septembre de 17h à 19h
- le mercredi 9 septembre de 14h à 16h
- le jeudi 10 septembre de 17h à 19h

Début des ateliers le mercredi 16 septembre de 14 h à 16h.

Contact: Dominique GOULIERE au 06.98.28.18.22

Pour les minimes, permanence à Duhourquet : le mardi 8 septembre.

Si certificat médical, début des cours le jour-même.

Contact: Frédéric CARAYON au 06.12.92.73.25

Pour benjamins, cadets, juniors et séniors, permanence à Duhourquet : le mardi 1er septembre

à partir de 18h. Si certificat médical, début des cours le jour-même.

Contact: Frédéric CARAYON au 06.12.92.73.25

En cas de besoin, contacter la Présidente de la section, Martine WATRICE au 06.85.98.48.25.

Adresse: Stade Serge Duhourquet - Rue Marcel Sembat, 33130 Bègles

Site internet: http://cabeglais.athle.fr





## **BASKET**

Pour les inscriptions, permanence au club house de Langevin du 24 au 28 août de 16h à 17h.

Contact: Benjamin ARDOUIN au 06.26.86.47.04 - cabecole@gmail.com

- Pour les entraînements jeunes : reprise à partir du 01/09 selon le planning par catégorie
- Pour les entraînements séniors : reprise à partir du 17/08 selon le planning par catégorie

Adresse: Gymnase Langevin - 131 Rue de Lauriol, 33130 Bègles

Site internet : http://basket.cabeglais.fr/





## **CYCLISME**

Contact: Alain Barriere - Président de Section au 06.82.49.33.30 alain.barriere@neuf.fr

Adresse: Tribune Garonne - Stande André Moga - 1 impasse Delphin Loche, 33130 Bègles





## **FOOTBALL**



Inscriptions dès maintenant jusqu'au 10 juillet puis à partir du 17 août, de 14h à 17h tous les jours.

Contacter: Sylvie LABEYRIE au 06.71.62.72.20 - sylvielabeyrie@hotmail.fr

Adresse: Stade du Haut Verduc - Plaine des sports, 33130 Bègles

Site internet: https://football.cabeglais.fr/





## **GYMNASTIQUE**

Début des inscriptions le mardi 01/09/2020.

Permanences tous les soirs au Gymnase Boyer et le mercredi après-midi et samedi matin pour la babygym.

**Contact : 05.56.49.12.32** (le soir à partir de septembre et le mercredi après-midi) **cabgym@orange.fr** 

Adresse: Gymnase Boyer - 24 Rue Louis Rochemond, 33130 Bègles

Site internet: http://roudaut.org/cabgym/





## HANDBALL

Début des inscriptions le 22/06/2020. Permanences le mardi après-midi et mercredi après-midi

Contact: Isabelle REGNIER au 06.58.96.02.64 - secretariat@cab-handball.fr

Adresse: Salle Duhourquet - Rue Marcel Sembat, 33130 Bègles

Site internet: https://www.cab-handball.fr/





## PELOTE BASQUE

Début des inscriptions le 02/09/2020.

Permanences le samedi de 9h à 10h30 pour les confirmés et de 10h30 à 12h pour les débutants.

Contact: Françoise GUILLENTEGUY au 06.74.37.65.44 - pantxika40@hotmail.fr

Reprise de l'école de pelote le 12/09 (si rien ne s'y oppose) Matinée de découverte le samedi 05/09 de 9h à 12h

Adresse: Stade André Moga 33130 Bègles

Site internet: http://www.pelotebasque.cabeglais.fr/



## **RUGBY**

Contact: 05.57.35.99.99

Adresse: 25 rue delphin Loche 33130 Bègles





## **TENNIS DE TABLE**

Contact: Rémi HERRAIZ au 06.80.12.87.56 - raherraiz@hotmail.fr

Adresse: Complexe Sportif Serge Duhourquet - Rue Marcel Sembat, 33130 Bègles

Site internet: http://cabtt.free.fr/





## **TENNIS**

Période d'inscriptions : à partir du 24 août, le lundi, mardi, jeudi et vendredi de 16h à 20h30, et le samedi de 9h à 19h.

Contact: Lionel MORANCHO au 06.83.13.30.34 - tennisbegles@orange.fr

Reprise du Tennis le 24/08 à 16h

Adresse: Complexe Delphin Loche 33130 BEGLES

Site internet: http://tennis.cabeglais.fr/





## **TRIATHLON**

Site internet: http://triathlon.cabeglais.fr/



## SECTEURS D'ACTIVITÉS

Pour les activités aquagym, éveil multisports, fitness & musculation, loisirs séniors, pilates, tai chi et yoga, nous organisons des pré-inscriptions.

Pour vous pré-inscrire, merci d'envoyer un mail à cabeglais@cabeglais.fr, en indiquant :

- l'activité, votre nom, prénom et date de naissance.

Fanny (notre assistante administrative Omnisports) répondra à chacun des mails pour confirmer la pré-inscription. Nous vous rappelons que pour certaines activités, les places sont limitées.

Fanny reviendra vers vous par la suite pour les modalités administratives de l'inscription (bulletin d'adhésion, règlement, photo, certificat médical).

Concernant le certificat médical, la seule obligation actuelle du ministère des sports est une consultation médicale avant la reprise (la reprise de l'activité physique peut être examinée lors des consultations médicales de suivi du patient Covid19) pour les personnes ayant contracté le Covid-19 (test RT-PCR positif et/ou images spécifiques au scanner thoracique et/ ou symptomatologie évocatrice d'une atteinte par le Covid-19).

Si vous êtes dans ce cas, nous aurons donc besoin d'un nouveau certificat médical. Sinon, le certificat reste valable 3 ans. N'hésitez pas à contacter Fanny pour connaître sa validité.

Les créneaux horaires, jours de pratique et tarifs ne changent pas.

Pour toutes informations, vous pouvez contacter le secrétariat!

## LES NEWS DU MOIS

## LES SÉNIORS FILLES MONTENT DE NIVEAU!



Après leurs excellents résultats et malgré une saison « blanche » décrétée par la fédération, la ligue donne la possibilité à nos seniors filles d'accéder au niveau supérieur la saison prochaine. Il y aura donc deux équipes en Régionale 2 l'an prochain à Langevin, puisque les garçons se sont maintenus à ce niveau.... du jamais vu dans la section depuis très longtemps.

Vive le CAB, vive le Basket, vive le Basket au CAB!

## LE SAVIEZ-VOUS?

#### **CORPS HUMAIN**

Quelle est la longueur totale des vaisseaux sanguins d'un adulte ?

- 5 000 km
- 10 000 km
- 100 000 km

Kębouze : 100 000 кш

## **LE CONSEIL DU MOIS**

LES BEAUX JOURS SONT LÀ, PRENEZ SOIN DE VOTRE PEAU !

IL FAUT CONTINUER À SE PROTÉGER MÊME QUAND ON EST BRONZÉ

Le bronzage est une « barrière » naturelle fabriquée par la peau pour se protéger du soleil. Mais cette barrière est superficielle et ne filtre qu'une partie des UV. Une peau bronzée risque donc moins les coups de soleil, elle ne protège pas contre le vieillissement cutané et ne limite qu'en partie le risque de cancer.

## **ASSEMBLÉE GÉNÉRALE 2020**



Le samedi 4 juillet 2020 avait lieu l'Assemblée Générale du Club Athlétique Béglais, à la salle Saint Maurice à Bègles. Nous remercions chaleureusement toutes les personnes présentes. Nous félicitons Élodie Hernandez-Deniau pour son titre de Présidente Générale du CAB et Dylan Pereira qui rejoint le Comité Directeur.











# LE PORTRAIT DU MOIS



## **BERNARD DUPRAT**



« ALLEZ LES GARS, ON SE BAT, ON Y CROIT.....DU « GNAC »

#### Bonjour, peux-tu te présenter?

Je m'appelle Duprat Bernard, j'ai 80 ans et je fais partie de la section Tennis de Table.

## Peux-tu nous détailler ton parcours et ton ancienneté au sein de ta section ?

J'ai pris ma première licence à Bègles en 1963, après avoir rencontré le Président de l'époque, André Fossecave, lors d'une rencontre de Tennis de Table corporative avec la SNCF étant cheminot.

Ma progression sportive au club a été très rapide : passé de non classé à 40 (15 nouveau système) en 1 an, j'ai été intégré à l'équipe fanion du club (Raymond Saunier, Pierre Lailheugue) lors d'une rencontre de Nationale à Toulon pour remplacer un joueur absent car en tant que cheminot, je ne payais pas le train! Ce jour là, je perfe à 15 (n°350) créant l'exploit. La rencontre suivante, je renouvelle une perf à 15 donc ensuite, je n'ai plus quitté l'équipe 1 pendant 25 ans!

#### Quel est ton rôle?

Mon expérience de joueur de Nationale m'a désigné naturellement pour être le capitaine de notre équipe fanion pendant de nombreuses années, j'ai donc servi de guide et grand frère aux jeunes générations qui ont suivi à la tête du club.

De plus, entre 1980-85, j'ai fait partie de la commission sociale à l'Omnisports du CAB.

#### D'où vient cette passion?

Plus jeune à Saint Symphorien, le dentiste local avait installé une table de ping pong dans le village. Donc en plus de ma passion pour le foot (gardien de but), j'ai découvert ce sport qui m'a de suite beaucoup plu. C'est lui qui m'a formé à la défense, caractéristique principale de mon jeu.

#### Ta section en 3 mots?

Ètat d'esprit familial, bien structuré, la relève arrive.

#### As-tu une anecdote à nous raconter?

Prés de 60 ans au club, j'en aurais beaucoup!

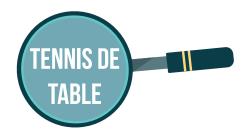
Dans les années 70, Bègles jouant en Nationale, pouvait avoir une rencontre le samedi à La Voulte (au sud de Lyon) puis le dimanche à Digne (dans les Alpes). Avec 6 joueurs, on faisait tous ces trajets en train (et c'était pas un TGV). Ces voyages étaient l'occasion de créer des liens uniques entre nous. Pour limiter les frais du week-end, on allait chercher aux Capucins à la charcuterie de Bambi MOGA un carton de victuailles qu'il nous offrait. Ce carton, ces odeurs et la gouaille de nos jeunes ont permis de superbes rencontres pendant ces heures de train. C'était une autre époque, les jeunes n'étaient pas collés à leur portable!

#### Et pour la suite?

Je continue à jouer avec grand plaisir, car ce club m'apporte beaucoup!

Son état d'esprit, ce mélange entre les générations où tout le monde peut jouer avec tous, m'aide à rester le plus jeune possible.

# **ZOOM SUR LA SECTION**





Le CAB Tennis de Table propose, dans une salle spécifique de 14 tables, l'enseignement et la pratique du Tennis de Table quel que soit l'objectif recherché : apprentissage, loisir, compétition.

#### Le CAB Tennis de Table c'est :

- Plus de 240 adhérents
- 1 éducateur sportif à plein temps et 5 brevets d'états bénévoles
- Une salle spécifique de 14 tables
- Une ambiance chaleureuse
- 6 équipes au niveau régional
- Notre équipe première en pré-nationale élite
- Des prémières balles, à la compétition
- Des séances dirigées et des séances libres
- Une école de Tennis de Table à partir de 6 ans

#### 1ère séance de découverte gratuite!





Lieu de pratique : Complexe sportif Serge Duhourquet - salle spécifique / Rue Marcel Sembat - 33130 BÈGLES

Contact : Rémi-Ange HERRAIZ Mail : raherraiz@hotmail.fr Téléphone : 06 80 12 87 56

# **NOS SECTEURS D'ACTIVITÉS**

## **ÉVEIL MULTISPORTS**



Cette année, nous organisons des pré-inscriptions pour l'éveil multisports.

Pour pré-inscrire votre enfant, merci d'envoyer un mail à cabeglais@cabeglais.fr à partir du lundi 22 juin, en indiquant : le nom, prénom et date de naissance de votre enfant.

Fanny (notre assistante administrative Omnisports) répondra à chacun des mails pour confirmer la préinscription.

Elle reviendra vers vous par la suite pour les modalités administratives de l'inscription (bulletin d'adhésion, règlement, photo, attestation d'assurance, certificat médical).

Pour les nouvelles inscriptions, nous aurons besoin d'un certificat médical, pensez à prendre rendez-vous chez le médecin.

L'éveil se déroule le mercredi (hors vacances scolaires) de 13h30 à 15h pour les enfants de 4 à 7 ans soit de 2016 à 2013. Le tarif restera le même : 145€ pour l'année.

Pour information, voici les différentes activités :

- Pour les 4 et 5 ans (2016/2015) : éveil aquatique, handball, cyclisme, gymnastique, football, athlétisme.
- Pour les 6 et 7 ans (2014/2013): rugby, tennis de table, pelote basque, hip hop, basket, golf.

Concernant le certificat médical, la seule obligation actuelle du ministère des sports est une consultation médicale avant la reprise (la reprise de l'activité physique peut être examinée lors des consultations médicales de suivi du patient Covid19) pour les personnes ayant contracté le Covid-19 (test RT-PCR positif et/ou images spécifiques au scanner thoracique et/ ou symptomatologie évocatrice d'une atteinte par le Covid-19).

Si vous êtes dans ce cas, nous aurons donc besoin d'un nouveau certificat médical. Sinon, le certificat reste valable 3 ans. N'hésitez pas à contacter Fanny pour connaître sa validité.

Pour toutes informations, vous pouvez contacter le secrétariat!

# NOTRE PARTENAIRE VOTRE CARREFOUR DE BÈGLES



#### **CARREFOUR BÈGLES**

Chemin De Tartifume Centre Commercial Régional, Les Rives D'Arcins Bègles FR 33130, 33130 Bègles

Votre Carrefour de Bègles est ouvert du lundi au samedi de 8h30 à 21h00.

Le Club Athlétique Béglais et votre Carrefour de Bègles ont renouvellé leur partenariat. Nous remercions vivement notre partenaire pour leur confiance!

Votre Carrefour de Bègles vous propose un large choix de services, dont le service gratuit Carrefour Drive. Pratique, il vous permet de faire vos courses parmi plus de 15 000 références, et ce en quelques clics seulement! Vous y retrouvez une large gamme de produits bio de qualité.

#### Vous vous demandez comment ça marche? C'est simple!

Commencez par choisir votre point de retrait sur le site internet du Drive. Sélectionnez ensuite votre créneau. Choisissez vos produits puis retirez votre commande. Plus besoin de pousser votre chariot, vos courses sont directement déposées dans votre coffre.

N'hésitez-pas, foncez!

## **NOTRE CLUB PARTENAIRES**





































# **RETOUR SUR NOS SECTIONS...**

























## **CLUB ATHLÉTIQUE BÉGLAIS**

Complexe Sportif D. Loche (Stade A.Moga)

1 Impasse Delphin Loche 33130 BÈGLES

05 56 49 42 02

www.cabeglais.fr

cabeglais@cabeglais.fr



CAB - Club Athlétique Béglais



cab\_omnisports\_