La Gazette du D.O.S

SEPT. 2012

DOLLON OMNISPORT Vous présente sa gazette

Année 1, N°5

Agenda :
Reprise du championnat le 09 septembre

2ème tour de coupe du Maine le 16/09

Dans ce numéro : page

A la Une : Une nouvelle saison qui démarre.	1
Présentation du comité directeur	2
Effectifs 2012/2013	
Dossier : la chaussure de football	3
Calendrier 2012-2013 des bleus	4
Challenge Anthony Hatton 2012	5
La palette de photos du mois	6
Foot des jeunes : Organisation	7
Lois du jeu N°: 16 & 17	8
Flashback : Saison 1980/1981	10
Blessures courantes :	11
la pubalgie	
Portrait :	13
Anniversaires et carnet rose	14

A la Une : Une nouvelle saison qui démarre !

Départ de la saison 2012/2013 pour nos équipes seniors le 9 septembre !

On trépigne tous d'impatience à l'idée de retrouver la compétition et notamment pour la première fois de l'histoire du club de voir évoluer notre équipe fanion en 1ère division. C'est aussi la saison de rachat pour l'équipe B dirigée cette saison par Yoan Cormier, redescendu dans les travers de la 4ème division au terme d'une saison 2011/2012 décevante au point vue sportif, elle a laissé filer son ticket du maintien sans doute trop (après la défaite à Monfort pour moi !). L'équipe C qui retrouve Vivi en tant que coach, quant à elle, espère terminer dans le top 5 du classement.

Quelques évolutions sont à noter dans les infra-structures, des bancs de touche et des buts tous neufs ont été installés pendant l'intersaison ainsi que quelques travaux de paysagiste sur le carré vert du stade municipal. Un petit coup de chapeau au passage à notre président qui a joué de sa personne pour mettre en fonctionnement l'arrosage des terrains. Au niveau de l'effectif 2012/2013, et bien peu de changement, aucun renfort ni de départ pour l'équipe A, quelques mouvements pour la B et la C. Mais le groupe de la saison passée est largement capable de se maintenir en 1ère division en tout cas c'est ce que je pense. En équipe 2 et 3 disons que si tout le monde se retrousse les manches, on peut faire de bonnes choses, mais ça c'est les joueurs qui auront la clé de la motivation pour venir s'entrainer et aller chercher les premiers rôles en 4ème division.

En attendant le coup d'envoi de cette nouvelle saison voici les groupes respectifs de nos 3 équipes seniors de foot à 11, le foot à 7 quant à lui reprendra vers la fin du mois.

<u>EQUIPE 1 - 1ère division Groupe Nord :</u> BEAUMONT SA 1, SAVIGNE L'EVEQUE US 1, CORMES CO 1, ANILLE BRAYE 1, MONTFORT LE GESNOIS ES 1, PARIGNE L'EVEQUE JS 1, CHANGE CS 2, LE MANS PTT 1, CHAMPFLEUR ES 1 (Descente PH), VIBRAYE US 1 (Descente PH), DOLLON OS 1 (Montée D2), SAINT JEAN D'ASSE 1 (Montée D2)

<u>EQUIPE 2 – 4ème division groupe L :</u> CONNERRE ES 3, DOLLON OS 2, JOUE LA GUIERCHE FC 1, LA CHAPELLE ST REMY US 3, LOMBRON SP. 2, TUFFE SC 2, SAVIGNE L'EVEQUE US 3, SILLE LE PHILIPPE SC 2, SOULIGNE SS BALLON 2, YVRE L'EVEQUE ES 3

<u>EQUIPE 2 – challenge du district groupe H :</u> CONNERRE ES 3, DOLLON OS 2, BONNETABLE 3, LE BREIL 2, CHAMPAGNE 2, LOMBRON 2

<u>EQUIPE 3 – 4ème division groupe H :</u> BOULOIRE US 2, CHALLES US 2, DOLLON OS 3, LAVARE AS 1, MONTFORT LE GESNOIS ES 3, PARIGNE L'EVEQUE JS 3, RUAUDIN AS 3, SILLE LE PHILIPPE 1, ST CORNEILLE FC 2, ST MARS DE LOCQUENAY 1, STE OSMANE 2 (mise à jour 22/08)

<u>EQUIPE 3 – challenge du district groupe D :</u> ST COSME 2, DOLLON OS 2, CORMES 3, LA CHAPELLE ST REMY 2, MONFORT 2, CHERRE 2

Les différents présidents du club depuis la création en 1976 :

1976 à 1992 : FOUQUET Raymond

1992 à 2005 : MERCIER Jacky

2005 à 2010 : BESNARD Alain

depuis 2010 : JAMOIS Xavier

Zoom sur … : le nouveau comité directeur

Voici le nouveau visage du comité directeur :
Ludivine et Virginie ont préféré laisser leur place et sont remplacées par David et Nathalie pour la partie trésorerie. David comptable de métier sera suppléé par Nathalie qui revient dans le bureau une dizaine d'années après l'avoir quitté.

Xavier JAMOIS (Président)

Alain ROCHE (Vice Président)

Tony Cambray (Secrétaire)

David Saillant (Trésorier)

Nathalie Bobet (trésorière adj.)

Christophe Lefray (Membre)

Gaetan Visage (Membre)

Samuel Mercier (Membre)

Vincent Jousse (Membre)

Yoan Cormier (Membre)

Rodolphe Germain (Membre)

Effectifs 2012/2013 : un point sur l'intersaison

Arrivées officielles :

GAULUPEAU Jonathan

MARTIN Dimitri (reprise)

ROBINAULT Alexandre (reprise)

TRUILLET Ludovic (US FLEE)

Départs officiels :
Maxime LENEN (U18) : AS LAVARE
Valentin MONTAROU (U19) : AS LAVARE
SOUCHU Sébastien (FC PREVAL)

Arrêt ou fin de carrière :
Romuald SIMON (arrêt)
Julien GERMAIN (arrêt)
Christophe BELLANGER (problèmes de dos)

Dossier : La chaussure de football

Par Dr. Patrick Bacquaert (extrait du site IRBMS)

Depuis toujours il a été nécessaire d'adapter la chaussure à la surface

Au football la réalisation de terrains synthétiques a aussi modifié le type de chaussure. Avant sur le gazon c'est la météo qui guidait le type de crampons ; aujourd'hui le choix est plus vaste et quelques fois dépendant des sponsors. La polémique sur la chaussure de foot a été vive en 2009-2010 juste après Lyon-Sochaux, quand après la défaite (2-0) l'entraîneur lyonnais et ancien coach du LOSC, Claude Puel, pointait du doigt ces chaussures qui, selon lui, étaient une des causes de la vague de blessures aux adducteurs chez ses joueurs.

A-t-on plus de risques de se blesser avec des chaussures à lamelles ?
Sur synthétique, elles permettent de glisser davantage que les crampons. C'est sur gazon sec que les lamelles posent véritablement problème pour l'organisme des joueurs. En effet elles adhèrent trop à la surface avec une trop bonne adhérence empêchant la glisse qui évite les entorses. Les chaussures à lamelles sont aussi plus tranchantes que les crampons pouvant lors d'un tacle blesser l'adversaire. Donc attention à la mode et revenons aux crampons.
La pratique du football nécessite en fonction des surfaces de jeux différents types de chaussures. Celles-ci doivent être adaptées en fonction du sol et des conditions climatiques.
La mauvaise utilisation de chaussures et la non correction des troubles de la voûte plantaire peut entraîner des blessures plus ou moins graves entraînant une incapacité sportive préjudiciable pour le footballeur ; il faut donc demander le soutient d'un podologue pour prévenir ces problèmes.
Rappelons enfin les habitudes de chacun, car le plus grave est de changer constamment de type de chaussures

Différents types de chaussures :

Crampons vissés ont l'avantage que leur nombre et type peuvent être modifiés en fonction du type de sol que vous jouez. Sur terrains gras, il est préférable d'utiliser des crampons plus longs alors que sur terrain sec les crampons courts sont les meilleurs.
L'achat d'une deuxième paire de crampons est moins cher que d'acheter une deuxième paire de chaussures. Attention les crampons doivent être entretenus pour ne pas blesser l'adversaire en cas de tacle ou choc

Crampons moulés sont conseillés pour les terrains secs et durs, et ont l'avantage de réduire les risques d'ampoules car plus nombreux ils répartissent la pression de façon plus égale sur votre voûte plantaire.

Les lames sont conçues pour donner de la facilité aux déplacements, sur certains modèles on peut modifier les structures. Les semelles lisses adhérentes, striées, demi cramponnées pour le foot en salles.

Outre son partenariat avec la FFF, Adidas travaille avec les Fédérations de Football de nombreux pays parmi lesquelles l'Argentine, l'Espagne (Championne d'Europe en titre), l'Allemagne, le Japon, le Nigeria, la Grèce, la Russie, le Mexique et l'Afrique du Sud qui accueillera la Coupe du Monde de la FIFA 2010 dont Adidas sera partenaire et fournira le ballon officiel.

Conclusion
La pratique du sport et en particulier du football nécessite un bon équipement et des chaussures en lien avec la surface de jeu pour limiter les blessures. Bien choisir ses chaussures c'est mettre tout de son coté pour gagner.

Les différentes chaussures en fonction des surfaces et des conditions climatiques :
> Sur terrain en herbe traditionnelle souple ou humide : semelle trapézoïdale, à lamelles ou vissée
> Sur terrain dur en herbe : semelle moulée (multi crampons environ 25 de petites tailles)
> Sur synthétique dernière génération (bille de gomme) : semelle moulée ou dite "stabilisé, plates avec stries".
> Sur synthétique sablé ancienne génération : semelle avec stries, chaussures de street soccer, ou chaussures futsal.
> Sur stabilisé rouge ou sable : semelles à lamelles (si terrain dur) éventuellement chaussures moulées multi crampons (terrain souple ou humide).

Calendrier 2012-2013 des bleus

Quelques stats sur l'équipe de France :

Meilleur buteur : Thierry Henry (51 buts)

Record de sélection : Lilian Thuram (142)

Meilleur passeur : Zidane (26)

Longévité sélectionneur : Raymond Domenech (2004/2010)

Vendredi 7 septembre 2012
Éliminatoires Coupe du Monde 2014
Finlande-France (0-1, Diaby)
Mardi 11 septembre 2012
Éliminatoires Coupe du Monde 2014
France-Biélorussie
Vendredi 12 octobre 2012
Match amical
France-Japon
Mardi 16 octobre 2012
Éliminatoires Coupe du Monde 2014
Espagne-France
Mercredi 14 novembre 2012
Match amical
Italie-France
Mercredi 6 février 2013
Match amical
France-Allemagne

Vendredi 22 mars 2013
Éliminatoires Coupe du Monde 2014
France-Géorgie
Mardi 26 mars 2013
Éliminatoires Coupe du Monde 2014
France-Espagne
Vendredi 6 septembre 2013
Éliminatoires Coupe du Monde 2014
Géorgie-France
Mardi 10 septembre 2013
Éliminatoires Coupe du Monde 2014
Biélorussie-France
Mardi 15 octobre 2013
Éliminatoires Coupe du Monde 2014
France-Finlande

Les différents présidents depuis la création de la FFF :
- Jules Rimet
(7 avril 1919-1942 puis 1944-1949).

- Henri Jevain (1942-1944).

- Emmanuel Gambardella (1949-1953).

- Pierre Pochonnet (1953-1963).

- Antoine Chiarisoli (1963-1968).

- Jacques Georges
(1968-1972, puis par intérim du 29/12/1993 au 19/02/1994).

- Fernand Sastre (1972-1984).

- Jean Fournet-Fayard (1985-29/12/1993).

- Claude Simonet
(du 19 février 1994 au 12 février 2005).

- Jean-Pierre Escalettes
(du 12 février 2005 au 23 juillet 2010)

- Fernand Duchaussoy (par intérim du 23/07/2010 au 18/12/2010, puis définitivement à partir du 18/12/2010 au 18/06/2011)

- Noël Le Graët (depuis le 18 juin 2011)

Challenge Anthony Hatton 2012

La 3ème édition du Challenge Anthony Hatton remporte un franc succès !
Quelle belle journée en ce samedi 8 septembre 2012 ! C'était pour nous l'organisation du 3ème Challenge Anthony Hatton, et oui déjà bientôt 4 ans que tu nous as quitté le temps passe vite !
La météo était avec nous cette année, pouvant jouer l'intégralité des 84 matchs organisés pour l'occasion avec pas moins de 240 enfants évoluant sur les 3 terrains de foot à 7 mis à leurs dispositions. Cette journée organisée en mémoire de notre ami Anthony a vu de belles rencontres de football mêlant du beau jeu, de la sportivité et du fair-play. Mise-à-part un problème de bouteille de gaz de courte durée au stand des frites, la journée fût une totale réussite. Au niveau des résultats et bien c'est le VS Fertois qui remporta l'édition 2012 dans la catégorie U11 battant en finale 2 à 0 une équipe du Villaret pourtant bien solide. Le club du Mans Villaret se verra toutefois récompensé dans ce challenge en remportant la finale de la catégorie U13 3 à 0 sur nos amis Vibraysiens pourtant bien partis dans cette finale, ouvrant le score mais le but était refusé pour un ballon sorti en touche quelques secondes auparavant. Le corps arbitral composé à 80% de bénévoles fût à la hauteur de l'évènement, bien encadré il est vrai par Fred Guichard notre arbitre de Ligue et Thomas Rocabois venus gentiment car ils étaient dispensés tous les deux de la journée de rassemblement des arbitres du District.
Un match « exhibition » avait eu lieu aussi à 16h00 entre les amis d'Anthony et une sélection « all-stars » dollonnais, cette rencontre de 10 minutes s'est terminé avec un match nul 1-1.
Pour les deux finales, les joueurs et éducateurs ont eu le droit à une entrée comme les pros avec la musique de Van Halen « Jump » en fond, célèbre pour un certain stade de Ligue 1 bien connu des amateurs de football et avec également un appel de chaque finaliste pour les présenter au public resté en nombre pour assister à ces 2 finales.
Nous remercions bien entendu tous nos partenaires qui ont contribué à la réussite de ce challenge, nos bénévoles venus en nombre pour tenir les buvettes, installer et démonter le matériel, le traçage du terrain, l'organisation du tournoi de penalties géré par Sam, le panier garni avec Seb Nojac, Beuz, et Nono, et j'en passe. Merci également pour la présence de Monsieur Gérard Loison président de la ligue du Maine, de Mr Fouquet président du District, Mr le maire de Dollon Roland Pitard et les différents partenaires qui se sont déplacés pour nous rendre une petite visite.
MERCI A TOUS

Nous vous donnons rendez-vous à tous pour la prochaine édition de notre challenge Anthony Hatton et espérons que vous avez passé une agréable journée ! Anthony de là-haut aura sans nul doute apprécié ce samedi 8 septembre et bien sur nous aussi !

Palmarès du challenge :

U11 :
2010 : Monfort
2011 : Le Breil
2012 : La Ferté

U13 :
2010 : Le Villaret
2011 : Souday
2012 : Le Villaret

	Classement général U11
1	LA FERTE
2	LE MANS VILLARET
3	GUECELARD
4	LE BREIL
5	DOLLON 1
6	MONFORT
7	VIBRAYE
8	LE LUART
9	CONNERRE
10	SOUDAY
11	DOLLON 2
12	TORCE

	Classement général U13
1	LE MANS VILLARET
2	VIBRAYE
3	LOMBRON
4	DOLLON
5	MONFORT
6	SARGE
7	ST PAVACE
8	TORCE
9	LE LUART
10	SOUDAY
11	PAYS DE BRIERES
12	HUISNES F.

Palette de photos du Challenge

Voici quelques photos prises par Amélie lors du challenge Anthony Hatton 2012 !

Les vainqueurs fertois en U11

Les vainqueurs Le Mans Villaret en U13, comme en 2010

Rodolphe et Noel arbitres bénévoles, sans oublier Sapin, Hobby, pascal, benji

Le match des copains d'Anthony face à une sélection all-stars dollonnaise

Les féminines de l'Huisne

Le podium

On aura assez de braises Antho ? Oui oui Alain tkt je gère !

Chout très actif sur l'arbitrage pendant la journée

Les bénévoles aux buvettes et stands de sandwichs

Paquito avec une belle blonde
Au stand de la pression !

Fred Guichard et Thomas Rocabois
arbitres de Ligue

Football des jeunes (U7 à U18) : Organisation 2012/2013

Responsable foot animation : MONCHATRE Christophe

U7 : Entrainement le mercredi de 16h30 à 18h00
U9 : Entrainement le mercredi de 16h30 à 18h00
U11 : Entrainement le mercredi de 15h00 à 16h30
Différent éducateurs intervenant le mercredi : Nathalie Bobet, Thierry Chéron, Jean Luc Soulard, Yaoan Cormier, Rodolphe Germain, Romulad Simon, Gaetan Visage, Jean-Michel Bourdais, Christophe Monchatre, Jousse Anthony

Responsable Préformation : Vincent Bouteveille

U13 : « ENTENTE VIBRAYE 1 et 2 » :
Éducateur de l'équipe 1 : Florent BERTHELOT (Vibraye)
Éducateur de l'équipe 2 : Philippe Aubert (Cherré), Aurélien MEIRIAU (As THORIGNE) & Stéphane CHERON (Dollon)

U15 : « ENTENTE VIBRAYE 1 et 2 » :
Éducateur de l'équipe 1 : ESNAULT Julien (Vibraye)
Éducateur de l'équipe 2 : GUILMET Dylan (Dollon)

U18 : « ENTENTE VIBRAYE 1 » :
Éducateur de l'équipe 1 : BOUTEVEILLE Vincent (Dollon)

Entrainement :

- U18 à Vibraye avec Vincent Bouteveille
- U15A à Vibraye le lundi soir et mercredi après midi
- U15 (du club) à Dollon le mercredi après 17h15 à 18h45
- U13A à Vibraye le mercredi après midi
- U13B à Dollon pour les clubs de Thorigné et Dollon le mercredi de 17h15 à 18h45

Voici les groupes et lieux des matches pour ces catégories :

EQUIPE U18 – D3 (ENT VIBRAYE) : LA FERTE VS 2, US SAVIGNE L'EVEQUE 1, TUFFE 1, ENT ANILLE BRAYE 2, **ENT VIBRAYE 1**, GJ NORD EST MANCEAU 2, ENT LE MANS CHEMINOTS 2, LE MANS GLONNIERES 1

EQUIPE U15A – D2 (ENT VIBRAYE 1) : GJ ANTONNIERE 1, LE MANS SABLONS 1, **ENT VIBRAYE 1**, COULAINES JS 3, LA FERTE VS 2, GJ PAYS DE BRIERE 1, CHAMPFLEUR 1, PAYS DE SILLE 1

EQUIPE U15B – D4 (ENT VIBRAYE 2) : LE MANS VILLARET AS 2, GJ NORD EST MANCEAU 2, ENT BONNETABLE 1, SAVIGNE L'EVEQUE 1, ENT ST CORNEILLE 1, **ENT VIBRAYE 2**, ENT MONTFORT 1, ENT STE OSMANE 1

EQUIPE U13A – D1 (ENT VIBRAYE 1) : CS CHANGE, LEMANS FC 2, LE MANS VILLARET, JS COULAINES, LE MANS SOM, MAMERS, LA FERTE, **VIBRAYE 1**

EQUIPE U13B – D3 (ENT VIBRAYE 2) : MONFORT 2, LA FERTE 3, LOMBRON, TUFFE, PAYS DE BRIERES 3, LE LUART, VIBRAYE 2

Date de reprise championnats :

U13 : 22/09

U15 : 22/09

U18 : 22/09

U7 : 29/09 (Guécélard)

U9 : 22/09 (Lamnay)

U11 : 22/09 (La Ferté)

Coupe :

U13 à U18 : 15/09

Lois du jeu : N°16 Coup de pied de but et N°17 coup de pied de coin

LOI 16 – Coup de pied de but

Le coup de pied de but est une des procédures de reprise du jeu. Un coup de pied de but est accordé lorsque le ballon, touché en dernier par un joueur de l'équipe qui attaque, franchit entièrement la ligne de but, que ce soit à terre ou en l'air et sans qu'un but ait été marqué conformément à la Loi 10. Un but peut être marqué directement sur coup de pied de but, mais uniquement contre l'équipe adverse.

Procédure

• Le ballon est botté d'un point quelconque de la surface de but par un joueur de l'équipe qui défendait.
• Les joueurs de l'équipe adverse doivent se tenir en dehors de la surface de réparation jusqu'à ce que le ballon soit en jeu.
• L'exécutant ne doit pas retoucher le ballon avant que celui-ci n'ait été touché par un autre joueur.
• Le ballon est en jeu dès qu'il est frappé directement hors de la surface de réparation.

Infractions et sanctions

Si le ballon n'est pas botté directement hors de la surface :
• le coup de pied de but doit être retiré.

Coup de pied de but exécuté par un autre joueur que le gardien de but

Si le ballon est en jeu et si l'exécutant retouche le ballon (autrement que de la main) avant que celui-ci n'ait été touché par un autre joueur :
• un coup franc indirect est accordé à l'équipe adverse à l'endroit où l'infraction a été commise (voir Loi 13 – Lieu d'exécution du coup franc).
Si le ballon est en jeu et si l'exécutant touche délibérément le ballon de la main avant que celui-ci n'ait été touché par un autre joueur :
• un coup franc direct est accordé à l'équipe adverse à l'endroit où l'infraction a été commise (voir Loi 13 – Lieu d'exécution du coup franc) ;
• un coup de pied de réparation est accordé à l'équipe adverse si la faute a été commise dans la surface de réparation de l'exécutant.

Coup de pied de but exécuté par le gardien de but

Si le ballon est en jeu et si le gardien retouche le ballon (autrement que de la main) avant que celui-ci n'ait été touché par un autre joueur :
• un coup franc indirect est accordé à l'équipe adverse à l'endroit où l'infraction a été commise (voir Loi 13 – Lieu d'exécution du coup franc).
Si le ballon est en jeu et si le gardien de but touche délibérément le ballon de la main avant que celui-ci n'ait été touché par un autre joueur :
• un coup franc direct est accordé à l'équipe adverse si la faute a été commise en dehors de la surface de réparation du gardien de but. Ce coup franc direct doit être exécuté à l'endroit où la faute a été commise (voir Loi 13 – Lieu d'exécution du coup franc) ;
• un coup franc indirect est accordé à l'équipe adverse si la faute a été commise à l'intérieur de la surface de réparation du gardien de but. Ce coup franc indirect doit être exécuté à l'endroit où la faute a été commise (voir Loi 13 – Lieu d'exécution du coup franc).
Pour toute autre infraction à cette Loi :
• le coup de pied de but doit être retiré.

Directives données aux arbitres :

Procédure – infractions

Si un joueur effectue un coup de pied de but selon la procédure et rejoue délibérément le ballon après que ce dernier sort de la surface de réparation et avant qu'un autre joueur ne l'ait touché, un coup franc indirect doit alors être accordé à l'équipe adverse à l'endroit où le joueur a retouché le ballon (voir Loi 13 – Lieu d'exécution du coup franc). Si le joueur touche le ballon de la main, un coup franc direct doit être sifflé en sa défaveur ; une sanction disciplinaire lui sera infligée si nécessaire. Si un adversaire entre dans la surface de réparation avant que le ballon ne soit en jeu et si un défenseur commet une faute sur lui, alors le coup de pied de but devra être rejoué et le défenseur pourra être averti ou expulsé en fonction de la nature de sa faute.

Lois du jeu : Interprétation et directives données aux arbitres (suite)

LOI 17 – COUP DE PIED DE COIN

Le coup de pied de coin est une des procédures de reprise du jeu. Un coup de pied de coin (corner) est accordé lorsque le ballon, touché en dernier par un joueur de l'équipe qui défend, franchit entièrement la ligne de but, que ce soit à terre ou en l'air et sans qu'un but ait été marqué conformément à la Loi 10. Un but peut être marqué directement sur coup de pied de coin, mais uniquement contre l'équipe adverse.

Procédure

• Le ballon doit être positionné à l'intérieur de l'arc de cercle de coin le plus proche de l'endroit où le ballon a franchi la ligne de but.
• Le drapeau de coin ne peut être enlevé.
• Les joueurs de l'équipe adverse doivent se tenir au moins à 9,15 m de l'arc de cercle du coin jusqu'à ce que le ballon soit en jeu.
• Le ballon doit être botté par un joueur de l'équipe qui attaque.
• Le ballon est en jeu dès qu'il est botté et a bougé.
• L'exécutant ne doit pas retoucher le ballon avant que celui-ci n'ait été touché par un autre joueur.

Infractions et sanctions

Coup de pied de coin exécuté par un joueur de champ

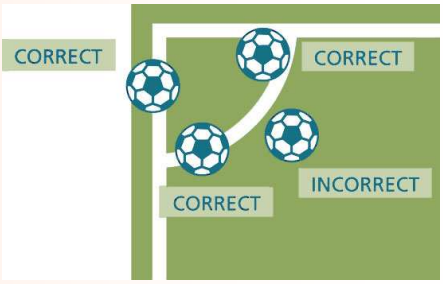
Si le ballon est en jeu et si l'exécutant retouche le ballon (autrement que de la main) avant que celui-ci n'ait été touché par un autre joueur :
• un coup franc indirect est accordé à l'équipe adverse à l'endroit où l'infraction a été commise (voir Loi 13 – Lieu d'exécution du coup franc). Si le ballon est en jeu et que l'exécutant touche délibérément le ballon de la main avant que celui-ci n'ait été touché par un autre joueur :
• un coup franc direct est accordé à l'équipe adverse à l'endroit où l'infraction a été commise (voir Loi 13 – Lieu d'exécution du coup franc).
• un coup de pied de réparation est accordé à l'équipe adverse si la faute a été commise dans la surface de réparation de l'exécutant.

Coup de pied de coin exécuté par le gardien de but

Si le ballon est en jeu et si le gardien retouche le ballon (autrement que de la main) avant que celui-ci n'ait été touché par un autre joueur :
• un coup franc indirect est accordé à l'équipe adverse à l'endroit où l'infraction a été commise (voir Loi 13 – Lieu d'exécution du coup franc). Si le ballon est en jeu et si le gardien de but touche délibérément le ballon de la main avant que celui-ci n'ait été touché par un autre joueur :
• un coup franc direct est accordé à l'équipe adverse si la faute a été commise en dehors de la surface de réparation du gardien de but. Ce coup franc direct doit être exécuté à l'endroit où la faute a été commise (voir Loi 13 – Lieu d'exécution du coup franc) ;
• un coup franc indirect est accordé à l'équipe adverse si la faute a été commise à l'intérieur de la surface de réparation du gardien de but. Ce coup franc indirect doit être exécuté à l'endroit où la faute a été commise (voir Loi 13 – Lieu d'exécution du coup franc).
Pour toute autre infraction à la présente Loi :
• le coup de pied de coin doit être retiré.

Directives données aux arbitres : Procédure – infractions

Il est rappelé aux arbitres que les joueurs de l'équipe en défense doivent se tenir au minimum à 9,15 m de l'arc de cercle de coin tant que le ballon n'est pas en jeu (avec l'aide des marques optionnelles situées hors du terrain). Dans ces situations, les arbitres doivent avertir verbalement tout joueur se trouvant à moins de 9,15 m avant que le coup de pied de coin ne soit effectué, et sortir un carton jaune s'il ne se met pas à distance réglementaire.
Si le joueur retouche le ballon avant qu'un autre joueur ne l'ait touché, le jeu doit reprendre par un coup franc indirect pour l'équipe adverse, à tirer depuis l'endroit où le joueur a retouché le ballon (voir Loi 13 – Lieu d'exécution du coup franc).
Si un joueur effectuant un coup de pied de coin botte intentionnellement le ballon contre un adversaire afin n de pouvoir ensuite le rejouer – sans que la frappe ne soit irresponsable ou violente – l'arbitre doit alors permettre au jeu de se poursuivre. Le ballon doit être placé à l'intérieur de l'arc de cercle de coin et est en jeu dès qu'il est botté ; le ballon peut donc être en jeu même s'il n'est pas sorti de l'arc de cercle. Le schéma représente quelques positionnements corrects et incorrects.



Classement en 1980-1981

Équipe A (D2) 1er Actuelle D3) Montée en P1 (Actuelle D2) avec 18 victoires, 4 nuls et 0 défaite !

Équipe B (D3) : 1er ex-æquo de l'actuel D4 Montée en P2 (actuelle D4)

Champion de France D1 : AS ST ETIENNE

Meilleur buteur : Délio ONNIS (FC TOURS) 24 buts

Coupe de France : BASTIA

Ligue des champions : Liverpool bat le Réal Madrid 1-0 finale jouée au parc des princes

Promus en D2 : MONTPELLIER BREST

Flash-back : saison 1980-1981

C'est l'une des années phares du club car c'était la première fois que l'équipe 1 accédait à la Promotion 1ère actuelle 2ème division. Avec un effectif de très bonne qualité cette équipe fut invaincue pendant toute la saison en championnat alignant tout de même 18 victoires, 4 nuls et 0 défaite. Il faudra attendre ensuite la saison 1996/1997 pour revoir une montée à cet échelon. L'aventure en P1 à l'époque dura 2 saisons avant de sombrer quelques peu mettant un terme à une certaine génération de joueurs talentueux et accrocheurs. Peu de temps après le club trouvera un nouvel élan et continuera à toujours bien vivre !

EQUIPE A : Debout de gauche à droite : FOUQUET Jean-Claude, TETILLON Bernard, BONIN Claude, ?, HERPIN Daniel, TAUGER Philippe, REOLID Paquito, MERCIER Dominique

Accroupis de gauche à droite : JARNY Clément, CHOUTEAU Bernard, MARAIS Michel, ?, BONIN Michel, HERPIN Nicolas (enfant accroupis), JOUSSE Bernard, (enfant REOLID Thomas), LE MOAL Alain

EQUIPE B : Debout de gauche à droite : COSSE Michel, VERITE André, TAUGER Philippe, MERCIER Dany, ? , MICHEL Philippe, ?, ?

Accroupis de gauche à droite : ?, HATTON Denis, GERAY Patrick? ,Thierry COSSE, VERON Francis, ? , DUVEAU Marc

Les blessures courantes : La pubalgie par le Dr Stéphane Cascua

Vous avez mal entre les cuisses ou en bas du ventre : c'est peut-être une pubalgie ! Les frappes et les appuis au foot favorisent cette lésion. Les kilomètres de course aussi. Voici les explications pour mieux comprendre, soigner et éviter cette blessure !

Le mot pubalgie signifie "douleur du pubis". Le pubis est la petite articulation située quelques centimètres sous le nombril. Elle réalise la jonction à l'avant des deux os du bassin. A ce niveau s'accrochent les muscles adducteurs qui partent vers le bas. Sur la portion haute du pubis, ce sont les abdominaux qui s'insèrent. Ces derniers entourent tout l'abdomen. En jouant au foot, vous sollicitez particulièrement vos adducteurs. Ils se contractent et se raccourcissent pour tirer de l'intérieur du pied. Ils travaillent aussi inlassablement lors de la conduite de balle pour ramener le ballon dans l'axe de la course. Les adducteurs du footballeur sont puissants et raides ! De l'autre côté du pubis, les abdominaux agissent plus discrètement : ils stabilisent le bassin. Ils permettent aux muscles de la cuisse de s'amarrer solidement avant d'entrer en action. L'équilibre est subtil et fragile. Si les adducteurs tractent trop fortement sur le bassin, la petite corde qui les relie à l'os se met à souffrir et c'est la "tendinite". Si ces muscles se contractent trop violemment, ils risquent de se "claquer". Ils peuvent aussi cisailler l'articulation du pubis. Parfois, en tentant de résister, les abdominaux se déchirent. Vous comprenez pourquoi, la pubalgie est une blessure complexe associant des lésions des adducteurs et des abdominaux ainsi qu'une souffrance de l'articulation du pubis.

Zone où se situe la pubalgie

Comment reconnaître la pubalgie ?

Vous êtes plus sensible à la pubalgie si vous avez de grosses cuisses, le dos cambré et les abdominaux relâchés. Dans ces conditions le tube digestif pèse sur la paroi du ventre et sur l'avant du bassin. De plus, les puissants muscles de vos jambes tirent sur le pubis. Vous souffrez entre les cuisses ou en bas de l'abdomen après l'entraînement. Rapidement, vous avez mal pendant l'activité lors des changements de direction ou des tirs. Parfois, vous êtes gênés dans la vie quotidienne, en vous retournant dans votre lit par exemple. En toussant aussi vous ressentez une douleur car la pression augmente dans votre ventre. Ce symptôme caractérise une blessure des abdominaux, toujours plus difficile à guérir que la simple tendinite des adducteurs.

DES DOULEURS A LA TOUX CARACTÉRISENT UNE LÉSION DES ABDOMINAUX PLUS DIFFICILE A GUÉRIR QU'UNE TENDINITE DES ADDUCTEURS

Votre médecin du sport retrouve une souffrance des adducteurs et des abdominaux au cours des tests de contractions ou d'étirements. Comme l'articulation du pubis, ils sont sensibles lorsqu'on appui dessus. Parfois la paroi du ventre est suffisamment lâche et déchirée pour que le sac contenant le tube digestif descende vers le testicule : c'est la hernie inguinale.

Faut-il faire des examens ?

Les radios sont parfois utiles pour bien observer les os du bassin. Elles permettent d'éviter la confusion entre une pubalgie et une usure de la hanche. Souvent, elles mettent en évidence des lésions du pubis. De chaque côté de cette articulation, l'os est grignoté, rongé, percé de petits trous comme du gruyère. Quelques fois, il réagit en construisant de grosses pointes osseuses, comme des becs de perroquets. L'échographie voit bien les tissus mous, comme les muscles, les tendons ou les bébés dans le ventre de la maman. Ainsi, cette exploration peut aider à visualiser d'éventuelles tendinites ou claquages des adducteurs. Elle permet aussi de mettre en évidence, une déchirure de la portion basse de la paroi abdominale. En vous demandant de tousser, l'échographiste voit parfois la hernie inguinale sortir à travers l'orifice dilacéré et élargi. L'IRM montre parfois un œdème sur le côté du pubis caractéristique d'une inflammation osseuse. Cette souffrance apparaît avant que le «grignotage» ne soit visible sur la radio.

Comment soigner une pubalgie ?

Exception qui confirme la règle : le repos complet est parfois utile. Il peut durer quelques jours ou quelques semaines. En effet, le pubis se situe à un carrefour mécanique du corps humain et cette zone est sollicitée à la moindre activité. Seul le vélo peut être pratiqué ou repris rapidement : le bassin, en appui sur la selle, est relativement stable et la position penché en avant détend les abdominaux. En revanche le simple footing, en alternant les appuis sur les jambes droite et gauche, provoque un cisaillement du pubis et gêne la cicatrisation. D'ailleurs, les coureurs de fond accumulant les kilomètres souffrent parfois de pubalgie. Les médicaments anti-inflammatoires et décontracturants musculaires diminuent l'irritation et les tiraillements locaux, ils contribuent à votre soulagement. A l'issu de cette première phase, le kiné entre en action. La rééducation débute très doucement. Elle cherche à assouplir les adducteurs et guider leur cicatrisation. Il est également nécessaire de renforcer les abdominaux qui entourent le ventre pour mieux maintenir le bassin. Mais attention il ne faut pas aggraver les déchirures localisées à l'extrémité de ces muscles ! C'est alors que le talent et la compétence du kinésithérapeute jouent un rôle essentiel. Il connaît les exercices les mieux adaptés et il sait en doser la difficulté (voir encadré les «bons abdos contre la pubalgie»). Souvent, lorsque le pubis fonctionne mal l'articulation placée à l'arrière du bassin, la sacro-iliaque, souffre également. C'est à ce niveau que la colonne vertébrale prend appui. Vous comprenez pourquoi, il est parfois utile d'effectuer quelques manipulations pour que cette zone retrouve une plus grande harmonie de mouvement.

Les blessures courantes : La pubalgie

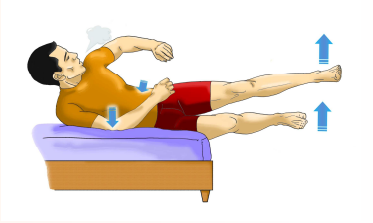
Si l'articulation du pubis est très in flammée, une infiltration est possible. Lorsque les douleurs s'amenuisent, une reprise très progressive est envisageable : d'abord le jogging dans l'axe puis les déplacements latéraux. Enfin, on peut renouer avec le ballon en douceur. Conduite de balle puis passes courtes et longues et enfin frappes de plus en plus puissantes sont au programme. Lors des brusques accélérations, les abdominaux doivent se contracter puissamment pour fixer le bassin et créer un point d'appui pour les muscles des cuisses. Les sprints autrefois douloureux doivent être repris très progressivement. Si tout se passe bien, le retour à l'entraînement collectif est possible. Selon la gravité des lésions, le footballeur aura été absent des terrains de quelques jours à plusieurs mois !

Une intervention chirurgicale est-elle nécessaire ?
Si la douleur persiste après 3 à 6 mois d'arrêt sportif et de rééducation, il est d'usage de proposer une opération. Ce délai est parfois raccourcit chez les sportifs de haut niveau dont les échéances approchent ! L'intervention consiste le plus souvent à réparer et à renforcer la paroi du ventre. L'orifice situé sous les abdominaux est partiellement suturé et refermé. Cette technique est comparable à celle utilisée pour traiter les hernies inguinales. Selon l'ampleur des lésions et la technique utilisée, le délai d'indisponibilité oscille entre 6 semaines et 3 à 4 mois. Certains chirurgiens proposent de renforcer le pourtour du canal à l'aide d'une plaque synthétique. Selon certaines études, ce matériel perturberait parfois le passage des spermatozoïdes du testicule vers la verge. En cas de dégradation massive des adducteurs, certains chirurgiens suggèrent d'associer une détente des adducteurs. Ils les coupent, les laissent glisser et les raccrochent un peu plus bas. Cette fois, les suites sont plus longues et parfois plus difficiles.

… Il faut surtout éviter la pubalgie !
Le traitement de cette blessure est long et pénible ! Une bonne prévention est cruciale. La programmation de l'entraînement doit être soigneuse. A l'issu de l'intersaison ou de la trêve, les reprises trop intenses remplissent les cabinets médicaux ! Tout au long de l'année une préparation physique généralisée s'impose. Elle comporte un renforcement progressif des abdominaux entourant le ventre. Les "obliques" sont essentiels pour maintenir le bassin et fournir un point d'appui aux puissants muscles des jambes. Attention, trop d "abdos" effectués en gonflant le ventre déchire la paroi et provoque des pubalgies. Bien sûr il faut assouplir les adducteurs et tous les autres muscles des cuisses. Moins raides, ils tirent moins sur le bassin et réduisent les cisaillements au niveau du pubis. Au début de chaque entraînement, un échauffement progressif et prolongé est impératif. Il inclut systématiquement des étirements dynamiques de type balanciers, des déplacements latéraux et un travail avec ballon d'intensité croissante. C'est ainsi que vous éviterez cette blessure qui peut gâcher toute une saison ou sonner le glas d'une carrière !

Exemple d'exercice : Le sprint
Allongé sur le bord du lit. Genou droit fléchi, Talon gauche au sol. Soulevez le très légèrement. Ecrasez le coude droit sur le lit, montez le gauche. Soulevez un tout petit peu la tête en regardant vers le haut. Faites 10 à 15 mouvements en soufflant. Changez de côté.

L'appui
Allongé sur le côté droit, bassin au bord de votre lit. Montez les jambes légèrement écartées à l'horizontale. Ecrasez le coude droit sur le matelas, montez le gauche. Soulevez un tout petit peu la tête en regardant vers la gauche. Faites 10 à 15 mouvements en soufflant. Changez de côté.



La passe

Allongé sur le dos, ouvrez le genou droit. Décollez légèrement le talon gauche puis le droit. Ecrasez le coude droit sur le sol, montez le gauche. Soulevez un tout petit peu la tête en regardant dans la direction de la passe. Faites 10 à 15 mouvements en soufflant. Changez de côté.

Portrait : Vincent VIVET

Vincent VIVET

Né le 26/02/1991

Arrivé au club lors de la saison 2011/2012

Avant de commencer peux-tu nous faire un cv rapide personnel, (âge, profession, situation de famille, diplôme du football) Donc j'ai 21 ans, je suis étudiant à Angers en fac de bio et je n'ai pas de diplôme du football

1) Tu es arrivé au club la saison passée, depuis comment ça se passe pour toi (intégration, niveau de jeu) ?
Dés mes premiers entrainements je me suis bien senti dans le club, grâce à toutes les personnes (joueurs et dirigeants) qui ont facilité mon intégration. Ce qui m'aide à améliorer mon niveau de jeu, c'est le bon niveau des équipes A B ou C. c'est pourquoi je pense avoir progressé depuis mon arrivée dans le club.

2) Avant de venir à Dollon quels échos avais-tu club ? J'avais de très bon échos, beaucoup de personne me disait que dans le club il y avait une bonne ambiance et un excellent niveau de jeu.

3) Tu as fait une bonne préparation tu te sens au point pour évoluer cette année en A ? Oui, je me sens mieux que l'année dernière surtout au niveau de l'investissement en match. Et jouer les différents matches amicaux m'ont permis de connaitre le niveau de le 1ére division

4) As tu d'autres passions que le football ?
Oui j'aime bien le basket et le volley. Je trouve que ce sont des sports très spectaculaires.

5) Quels sont les qualités et les défauts du club ?
DOLLON est un club uni, dès que l'on a un problème il est facile d'en parler. L'ambiance au sein du club est aussi d'une excellente qualité tout comme les infrastructures. Pour ma part je ne trouve pas de défaut à DOLLON.

6) D'après toi l'équipe A t'elle les moyens de se maintenir en D1 ?
Aux vus des matchs amicaux contre Mamers, la Ferté ou même le 1er match de championnat contre Anille braye, le club a de bonne chance de se maintenir. Après avoir discuté avec un joueur de St Calais après le match, il m'a dit qu'il était surpris du niveau que l'on avait surtout aux vus des matchs amicaux contre eux, de l'année dernière.

7) As-tu des anecdotes à nous donner lors de matches et dans les vestiaires ?
Oui, quand je jouais à La Ferté en U17, lors du dernier match de la saison, comme nous n'avions plus rien à jouer, on avait fait un chapeau et je m'etais retrouvé stoppeur et goal et ça n'avait pas été une grande réussite : défaite 4-0 !!!!!!

8) Quel est ton meilleur et pire souvenir personnel sur un terrain de football ? Mon pire souvenir est la descente de l'année dernière après la défaite contre le LUART alors que je pense, qu'il y avait largement la place de gagner et de se maintenir. Et mon meilleur souvenir est une victoire contre sablé, quand je jouais en U19 à la ferté, qui nous était supérieur de 2 divisions. Nous avions gagné au penalty

9) As-tu un message personnel à faire passer à quelqu'un ou à plusieurs personnes dans le club ? Étant connue dans l'équipe pour mes amendes à répétition, je compte faire un effort !!!!

10) Donnes nous tes préférences pour chaque catégorie :

- **a. Ton style de musique préféré :** Rap
- **b.Ton club pro de cœur :** Olympique Lyonnais
- **c.Tes films préférés :** les comédies
- **d.Ton plat préféré :** La pizza
- **e.Tu est plutôt boite de nuit ou soirée entre potes ?** Soirée entre potes
- **f. Whisky ou pastis :** les deux !

Vincent est joueur très technique, avec son petit gabarit il se faufile partout grâce aussi à sa rapidité gestuelle. Ayant fait sa formation à La Ferté il a fait court passage à Lavaré avant de nous rejoindre la saison dernière. Il prend de plus en plus de hauteur et peut être un véritable atout pour le club. Bonne saison à toi et merci Vincent pour ta participation.

DOLLON OMNISPORT
Depuis 1976

Siège social : Mairie de Dollon
Place de l'église—72390 Dollon
Adresse terrain : Stade municipal
Rue de la piscine - 72390 Dollon
E-mail : dollon-oms@footeo.com

MAIRIE de DOLLON
72390

N'hésitez pas à me faire part de vos idées d'articles ou corrections, cette gazette est destinée aux membres du club et ses supporters.

N'oubliez pas de visiter notre site internet : dollon-oms.footeo.com.

Une discussion sur le forum est consacrée à la gazette !

Merci à tous de votre intérêt à ce mini-journal en espérant que cela vous plaise !

Les anniversaires du mois :

Si j'ai oublié des personnes merci de m'en excusez et faites-le moi savoir

MARIE	Cyrille	01/09/1960	52 ans
GUILMET	Dylan	03/09/1989	23 ans
MONCHATRE	Tom	03/09/2003	9 ans
LEFRAY	Christophe	04/09/1968	44 ans
SERGENT	Romuald	07/09/2002	10 ans
LAUDE	Dominique	10/09/1965	47 ans
JAMOIS	Xavier	16/09/1962	50 ans
LEVILLAIN	Mairyg	17/09/2000	12 ans
MARTEL	Maxence	18/09/2006	6 ans
GERMAIN	Rodolphe	21/09/1976	36 ans
MERCIER	Jean Pierre	25/09/1965	47 ans
JARDIN	Philippe	27/09/1970	42 ans
GUYARD	Arnaud	27/09/1991	21 ans
RAMAJ	Edoart	28/09/2002	10 ans
LECHESNE	Samuel	28/09/1974	38 ans
CHOUTEAU	Fabien	30/09/1980	32 ans
CHABILLANT	Jessy	30/09/2001	11 ans

Carnet rose :

Bienvenu à ABBY CAMBRAY née le 19 aout , félicitations aux parents Tony et Ludi et à son frère Iker

http://dollon-oms.footeo.com

Flash code : Scanner ce code pour être redirigé vers notre site footeo depuis votre mobile.

Cette gazette est imprimée par nos soins, et appartient à son propriétaire DOLLON OMNISPORT. Toutes reproductions sans accord de son propriétaire peut être répréhensible aux yeux de la loi.