

**JOURNÉE
ÉCOCITOYENNE ET SOLIDARITÉ
À L'UNION SAINT-BRUNO**

**SPORT
CULTURE-LOISIRS
JEUNESSE
BIEN ÊTRE**

Événements, infos, résultats...

L'ÉTOILE n°215 - Édité par l'Union Saint-Bruno

49, rue Brizard 33000 Bordeaux . Tél. 05 56 96 33 53 . Fax 05 56 93 01 65
e-mail : usb@saint-bruno.org
site : www.saint-bruno.org

SOMMAIRE

P1. Officiel
.....



P3. Jeunesse
.....

P11. Culture
.....



P23. Bien Être
.....



P25. Sport
.....



union saint-bruno
49, rue Brizard - 33 Bx
05 56 96 96 41

restaurant

PATRO le

Christophe vous accueille au Patro... le midi ...
...le soir pour repas de groupe (sur réservation) 05 56 96 96 41

Ouvert
le midi
du lundi
au
vendredi

plat du jour - menus - menus groupes



Venez avec vos amis finir la semaine et débiter le week-end en venant partager un moment de convivialité et de rencontre au foyer-bar.

Tous les vendredis de 18h00 à 22h00.

43



Voilà un échange que j'ai souvent avec toutes sortes d'interlocuteurs. Des adhérents, des élus, des personnes engagées dans l'associatif, y compris des amis Présidents d'autres associations.

Je ne m'y trompe pas, quand des personnes me disent que Saint-Bruno est une entreprise, c'est un compliment. C'est une manière de souligner l'importance de notre association, son volume financier, la complexité de sa gestion, celle de son organisation, ses contraintes sociales, sa réglementation, son Comité d'Entreprise... Ils soulignent aussi, « en creux », le réel acteur économique que représente Saint-Bruno dans le centre-ville, puisque son activité, sa fréquentation, génèrent des achats des ventes, entraînent l'activité d'institutions, d'artisans, de fournisseurs et que plus d'une centaine de familles (celles des salariés) vivent directement de l'activité de Saint-Bruno et entraînent, elles aussi, une activité économique.

Pourtant, Saint-Bruno est bien une Association ! Les mots ont un sens, et si, tous les éléments qui justifient certains à affirmer que c'est une entreprise sont justes, une entreprise et association se différencient sur leur objet.

Une entreprise a pour but autour d'une production ou d'un service d'accumuler des bénéfices, de gagner de l'argent. Une association telle que la nôtre (car certaines n'ont d'association que le modèle juridique et sont en réalité des entreprises) a pour but premier, la Vie Associative. Ce au travers de projets communs, sportifs, culturels et de jeunesse. Saint-Bruno est constitué pour, ensemble, mener ces projets. L'objet principal d'une association, c'est les personnes, leurs rencontres, leurs projets communs. L'objet de Saint-Bruno, c'est la vie sociale, éducative, citoyenne, au travers de la culture populaire, du loisir, de la compétition du sport sous toutes ses formes. C'est la mixité, la citoyenneté au travers de l'échange de la tolérance... Et si les mots signifient quelque chose, l'Union en exergue dans notre nom, prend ici tout son sens !

Ces objectifs dictent un fonctionnement et un modèle économique et temporel. Un modèle d'organisation financière, un modèle de prise de décisions et de gestion. C'est ainsi que Saint-Bruno n'est pas une société de service ! Une telle société a pour objectif le gain au travers de services. Si Saint-Bruno fait une offre qui apparaît parfois comparable à celui de telles sociétés (le multi-accueil en est un exemple), c'est pour proposer un « au-delà » du service. Cela s'appelle l'échange, l'identité, l'appartenance, le partage d'un projet.

Ces objectifs apparaissent à contre-courant de l'évolution de plus en plus individualiste et consumériste de notre société. À Saint-Bruno, nous tentons de privilégier la mise en commun et le collectif. C'est ainsi que de nombreuses demandes des publics et des adhérents, principalement engendrées par l'évolution des techniques en particulier de l'informatique, si elles semblent évidentes puisqu'elles simplifient les démarches, nous interpellent. Elles participent, en effet à un fonctionnement individuel et ne favorisent pas la rencontre. C'est pour cela que les demandes de paiement ou d'inscriptions en ligne, par exemple, si elles sont techniquement envisageables font naître le débat car semblent à contre-courant des objectifs poursuivis...

Mais ne pas les mettre en application apparaît à contre-courant de l'évolution moderne...

Saint-Bruno, comme l'ensemble de notre société est confronté à ces problématiques entre le possible et le souhaitable... C'est en ces termes aussi que Saint-Bruno n'est pas une entreprise, et interroge les modèles sociétaux qui se dessinent actuellement... Peut-être que le rôle des associations est là ? C'est notamment pour cela que le projet associatif s'oriente de plus en plus en direction de la notion d'écosystèmes, de circuits courts, de proximité, d'écologie humaine...

*En ce début d'année, ayons une pensée pour l'une de nos adhérentes, bénévoles active du projet Brunosien, qui a disparu soudainement. Blandine Deleury, épouse de Christian Président de la section Basket, œuvrait discrètement jusqu'au début de la saison au travers de l'alphabétisation de jeunes migrants souvent « mineurs non accompagnés » en collaboration à l'association Tremplin. On la voyait aussi dans nombre d'autres actions solidaires, toujours disponible et au service...
Merci Blandine d'avoir « été » Saint-Bruno !*

*Pour toujours, Blandine, **En vert et avec tous !***

■ Pierre-Marie Lincheneau

« Non, l'Union Saint- Bruno n'est pas une entreprise ! »

« Vous jouez sur les mots ! Je veux dire que Saint-Bruno fonctionne comme une entreprise ! »

*« Non Saint-Bruno ne fonctionne pas comme une entreprise... Saint-Bruno est une ASSOCIATION ! Une assez grande Association... L'une des plus grandes de Nouvelle Aquitaine et la plus grande de Bordeaux...
Mais une Association!... »*

■ OFFICIEL

Le **Club des Partenaires Entreprises**
fête ses 5 ans !



Venez rencontrer et échanger avec nos partenaires lors d'un cocktail.

Vendredi 10 avril 2020
18h30 au siège de l'association - foyer bar « le Patro »

Afin de vous accueillir dans les meilleures conditions, veuillez signaler votre présence auprès de notre secrétaire Hugues LEMOINE au 07 85 76 51 79

union saint-bruno
49, rue Bizard - 33 Ex
05 56 96 96 41

restaurant

PATRO le

Ouvert
le midi
du lundi
au
vendredi

Christophe vous accueille au Patro... le midi
...le soir pour repas de groupe (sur réservation) 05 56 96 96 41

plat du jour - menus - menus groupes

UNION SAINT-BRUNO
Le Cercle
BORDEAUX

Venez avec vos amis finir la semaine et débiter le week-end en venant partager un moment de convivialité et de rencontre au foyer-bar.

Tous les vendredis de 18h00 à 22h00.

CAL Saint-Bruno maternelle

Il y a un an nous commençons à faire connaissance avec les résidents de la maison de retraite du quartier. Nous nous sommes apprivoisés, nous avons appris à nous connaître et à nous apprécier. Un à deux mercredi par mois, un groupe de 6 enfants du centre de loisirs St-Bruno maternelle va passer l'après-midi avec les résidents de l'EHPAD.

Certains enfants, comme Mia, Joey ou Martin font partie des enfants qui répondent toujours présents, preuve des bons moments qu'ils passent là-bas.

Forts de la complicité réelle qui s'est établie, nous avons décidé cette année de mener un projet commun. En partenariat avec l'artiste peintre Gabriella Meunié, nous préparons un défilé pour le carnaval.

Enfants et résidents âgés peignent les décors, fabriquent les masques et participent à des ateliers théâtre. Entre nos visites, les petites mains créatives de la maison de retraite s'activent pour coudre les costumes. L'EHPAD disposant d'une belle salle de théâtre, nous avons déjà hâte de défiler et de faire la fête avec nos aînés. Il est certain que ce projet transgénérationnel nous rend fier et surtout heureux pour le bonheur qu'il apporte aux petits comme aux grands.

Anne Lise Coatriné.



CAL Passerelle

Un nouveau Centre d'Accueil de Loisirs s'est créé cette année, en prenant ses quartiers directement à l'école St-Bruno élémentaire, c'est le « CAL Passerelle ».

Il a été mis en place pour permettre aux enfants qui pratiquent une activité de section le mercredi d'intégrer plus facilement le centre.

Pour cela, une équipe s'occupe du déplacement des enfants dans le quartier afin de rejoindre le lieu d'activités sportives, culturelles ou artistiques.

Ensuite, de retour au centre, le fonctionnement permet à chaque enfant de reprendre le cours de la journée facilement.

La plupart des activités sont proposées sur le centre, sous forme de cycle de quatre mercredis où l'enfant découvre, pratique et s'amuse sur des activités comme hockey, badminton, théâtre, arts plastiques, jeux de rôles, cirque...mais ça n'empêche pas de faire également piscine ou patinoire !

Après la période de Noël, avec le « Noël des enfants » qui a ponctué en beauté la mi-saison, place au thème de l'écologie sous toutes ses formes !

Renaud Gaucher.



Notre site
www.saint-bruno.org
infos, photos, rendez-vous.

CAL Jacques Prévert

Ce n'est qu'un au revoir !

Je laisse ici un petit article souvenir dédié aux enfants et à l'équipe de professionnels du CAL Jacques Prévert.

Beaucoup de bons moments partagés et de projets mis en place en si peu de temps ! Je ne pouvais pas partir sans vous dire merci et surtout à bientôt !

Je pars vers de nouveaux projets, une nouvelle équipe avec qui j'ai hâte de me lancer, mais je suis contente de vous avoir eu sur ma route.

Bonne continuation à tous et ne perdez pas toutes ces petites choses insérées dans nos journées qui donnent le smile !

Émilie Berger.



CAL Notre-Dame



Ça roule au CAL Notre-Dame!

En ce mercredi pluvieux, quelle bonne idée de partir jouer au bowling de Mériadeck !

5 joueurs par piste et c'est parti pour deux heures de dégommage de quilles !

Les plus petits, avec l'aide du « dragon lance boules » et des barrières de protection, s'en donnent à coeur joie. Quant aux plus grands c'est en défiant les animateurs qu'ils progressent et ce qui devait arriver, arriva avec la victoire de Stanislas sur Loïc d'un petit point 72 à 71.

A bientôt !

Gérald Poitou.



Alphonse Dupeux maternelle



Une seule résolution pour l'année 2020 à l'école Alphonse Dupeux : s'amuser encore plus !

Entre les délicieux goûters, les grands parcours, les super dessins, les jeux de danse, les courses de vélo et les booms etc... les enfants ne vont pas s'ennuyer !

Mais l'équipe d'animation ne change pas ses bonnes habitudes pour autant.

Thierry fera découvrir des fruits et légumes aux enfants, Bénédicte et Laureen continueront à réaliser des parcours sportifs ingénieux. Maxime continuera à être très gourmand et Jean sera toujours aussi drôle.

L'équipe d'animation souhaite le meilleur aux enfants et aux familles pour l'année 2020.

Jean Delsol.

L'Art en Famille !



Anatole France élémentaire

Pas moins de 18 familles s'étaient inscrites en ce mois de décembre 2019 pour participer à la 1^{ère} édition de tous les temps du concours « Family Art » qui s'est déroulée à l'APS Anatole France élémentaire.

Le principe était de réaliser chez soi, en famille, une fresque sur le thème de Noël. Un moment de partage et de créativité à la maison qui a été par la suite présenté de manière anonyme à la Galerie d'Anatole qui a ouvert ses portes spécialement pour l'occasion !

Nos artistes ont été de grands talents et ont redoublé d'imagination pour impressionner adultes et enfants de l'école.

Tous nos visiteurs ont pu voter, non sans difficulté ! En effet c'était très dur de départager nos talents !

Qui a donc su faire chavirer le plus de cœurs en cette période de fêtes... ?

C'est Hélène Dai et sa famille qu'il faut féliciter pour la réalisation de cette magnifique œuvre qui remporte le concours 2019-2020. (Voir photo ci-dessous)

Un petit aperçu des œuvres réalisées afin que vous puissiez faire votre propre choix ! Rendez-vous l'année prochaine pour la 2^{ème} édition en espérant vous y trouver aussi nombreux.

Merci et Bravo aux enfants ainsi qu'à leur famille : Hélène DAI, Sarah-Lily Vilbois, Romane Callerisa, Romane Coutus, Teïma L'Agha, Charles et Louis Bliard, Oscar et Hugo Maroudin, Inès et Ishaq Bradaï, Antoine et Clémence Pillet, Axel Jacquet-Oger, Arsène et Merlin Dalle Mule, Maylis Reynault, Iness Nara Lapere, Gabrielle Guillorit, Sasha Mangin, Theïna Seimedo, Arthur Chambonnaud, Christine Legurska.

Emilie Berger.



ÉCOLES

(suite...)

APS Paix maternelle

Bonjour à toutes et à tous !

Nous sommes en plein coeur de notre année scolaire, et tout le monde a déjà bien pris ses marques ! Notre accueil reçoit chaque soir de jour de classe entre 50 et 60 enfants maternels, tous prêts à passer de bons moments. Aliénor, Marianne, Mélanie, Cyril, David, et queques autres de passage, offrent leur enthousiasme et compétences à cette petite troupe.

Entre jeux et jouets libres, parcours moteurs extraordinaires, activités manuelles diverses, improvisations et défis variés, ou encore les grands classiques inusables (chute des animaux, maquillages...), tout est là, pour eux, pour nous, pour faire de ce temps de partage, un moment attendu et apprécié. Et ça fonctionne !

Alors que la Force soit toujours avec nous !

Et merci à tous ceux qui font que cela soit possible !

L'équipe APS Paix.



...Échecs & Escape game

Si les échecs sont maintenant bien populaires et reconnus comme activité favorisant le développement intellectuel de l'enfant ; l'escape Game lui, bien que jouissant déjà d'une notoriété bien acquise, reste encore un mystère pour certain.

Un escape game Unlock ! qu'est-ce que c'est ?

Il s'agit d'une adaptation en jeu de plateau d'un jeu en situation réelle. Le but est simple : résoudre une série d'énigmes et de puzzles afin de s'échapper avant la fin du temps imparti !

Pourquoi ces deux activités ?

Les échecs sont déjà mon activité de prédilection depuis plusieurs années. Les notions et principes abordés en activité jeux d'échecs sont multiples et par essence liés au développement cognitif de l'enfant. Qu'on parle de géométrie dans l'espace, de calculs dans le temps ou encore d'anticipation et réaction; tous les aspects de jeu permettent d'acquérir des notions bénéfiques aux apprenants. Le lien avec l'escape Game n'est pas si difficile à trouver !

C'est la rencontre entre le raisonnement logique et le rêve d'aventure encore bien présent dans l'esprit de beaucoup d'enfants. À travers cette activité apparaissent de nombreux profils d'enfants se permettant des raisonnements, pourtant abstraits, logiques et intuitifs à la fois, là où s'ils avaient abordé le problème dans un cadre empirique, comme à l'école, l'émulation n'aurait peut-être pas été suffisante pour stimuler leurs capacités discrètes. Il est apparu que l'aspect ludique et imaginaire de ces situations permet aux enfants de se rendre compte qu'ils savent et qu'ils peuvent, sans avoir besoin d'être rassurés puisqu'il n'y a rien à craindre.

Ils prennent alors l'initiative de trouver et de vérifier par eux-mêmes. Au pays imaginaire on ne se trompe pas, on prend simplement une autre route !

Ce qui au départ ne devait être qu'une activité de substitution s'est transformé en pleine activité qui a su aujourd'hui trouver son public !

La redondance au service du dépassement de soi ! : une fois les aventures réussies et les mystères levés on pourrait croire que la magie disparaît. Que nenni ! Bien qu'ils connaissent à l'avance l'aventure, un nouveau défi apparaît. Se dépasser ! Faisant intervenir ainsi d'autres notions essentielles en développement cognitif : utilisation de ressources mémorielles et mise en place de plans et stratégies pour améliorer la performance, trouver des raccourcis pour économiser du temps et de l'énergie et ainsi battre non seulement le chrono mais aussi eux-mêmes !

Nous avons ici une activité qui rend l'enfant pleinement acteur de son développement, en autonomie intellectuelle et se "débrouillant" comme un vrai aventurier !

Guillaume Saulnier.



...jeux de rôles au PAM

Comme pour tout bon jeu, commençons en énonçant rapidement quelques règles, ou plutôt quelques notions. Lors d'une partie de jeux de rôles, sont réunis des joueurs autour d'un maître de jeu (MJ), celui qui se cache derrière son écran en carton joliment décoré. Le MJ fait office de conteur, c'est lui qui décrit aux joueurs les scènes, les paysages, les rencontres, etc. C'est aussi un arbitre, dans la mesure où il est le garant du respect des règles et de la cohérence de l'univers.



Les joueurs, eux, incarnent des personnages qui vivront une aventure extraordinaire commune. Le MJ commence par leur décrire une situation initiale «Vous marchez dans une forêt, pas très rassurés car la nuit tombe, quand soudain vous entendez au loin, ce qui semble être des hurlements de loups... puis leur pose la question : «Que faites-vous ?»

Ainsi commence l'histoire, laquelle n'est pas écrite à l'avance. Vont-ils chasser ces féroces animaux ? Ou s'éloigner prudemment? Pourquoi pas se cacher et attendre un peu, pour voir ? Libre aux joueurs de décider, et de tisser l'histoire avec le MJ.

Des crayons à papier, des gommes, des feuilles de personnages, des dés magnifiques à différentes faces, une table et des chaises, de l'imagination à revendre, voilà tous les ingrédients qui font de ces parties, des souvenirs inoubliables pour ses acteurs.

Luka, Syd-Angelo, Soline, Zoé, Tom et Valentine maintenant, repartent à l'aventure, car les trois rubis ne sont toujours pas en leur possession !

En route pour l'aventure !

MJ Gérald.

ÉCOLES Ateliers

Les ateliers couture du mardi...

Le mardi c'est COUTURE pour les enfants de l'école Saint-Bruno élémentaire.

À 12h30, les enfants de l'atelier couture sont prêts pour partir vers leur activité.

Sur place, c'est l'effervescence!

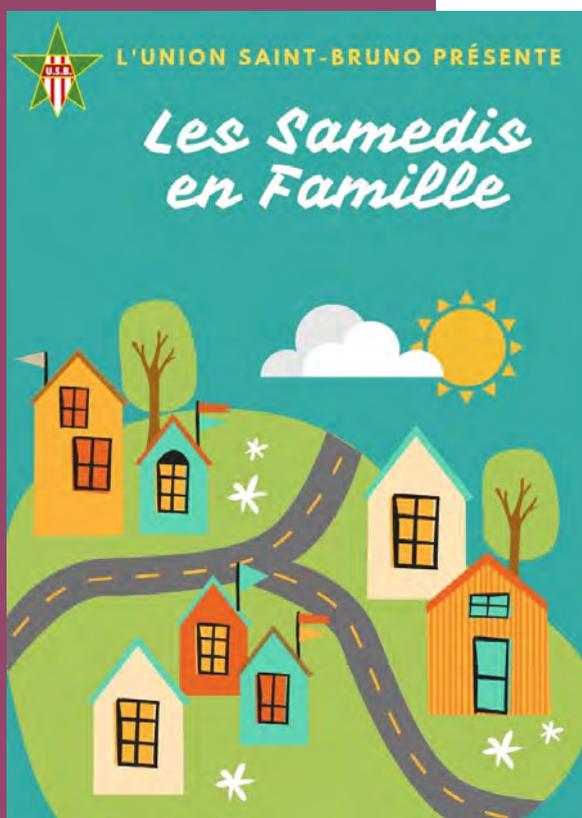
Tout le monde s'active sur son projet...

On découpe, on mesure, on fait un patron, on utilise des aiguilles, des épingles... bref on est en couture!

On partage nos humeurs, on s'aide, on patiente, on change d'avis sur nos projets... bref on échange beaucoup !

Et puis il est déjà l'heure de ranger et de repartir pour l'école... on est un peu triste mais on sait qu'on revient mardi prochain !

Félicie.



Arts plastiques école Notre Dame de Sévigné

À Notre Dame de Sévigné nous recyclons !

Cette année , à l'école Notre Dame de Sévigné, les enfants participant aux ateliers arts plastiques du midi sont invités à participer à une mission de recyclage collective.

En effet depuis la rentrée, boîtes de camembert, bouteilles en plastique, petits pots en verre et autres ont remplacé les matériaux traditionnels.

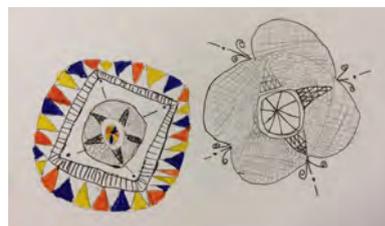
En faisant ainsi appel aux enfants pour rapporter des objets destinés à être jetés, ils apprennent ainsi les rudiments de l'eco-citoyenneté en s'amusant et en créant de belles œuvres d'art!

Djémila Alexandre.



Arts plastiques - Mandalas

Ateliers arts plastiques avec Amandine sur les écoles privées de Notre Dame, Albert Legrand et St-Seurin.



Le sport en école privée

Dans l'enseignement de la pratique sportive en école primaire, on cherchera avant tout à développer chez les élèves différentes capacités motrices par l'intermédiaire des activités physiques proposées par l'Union Saint-Bruno. Les thématiques sont aussi variées qu'enrichissantes de manière à construire des apprentissages solides pour le futur de l'enfant comme les jeux de ballons, le badminton, l'athlétisme ou la gymnastique.

Contrairement aux clubs sportifs, on recherchera dans l'enseignement, la découverte du sport et non la compétition avec une recherche de résultat. On cherchera une découverte, un plaisir et un épanouissement de l'enfant au travers du sport dans le cadre scolaire pour ensuite se diriger s'il le souhaite vers un club sportif.

Un des objectifs est aussi de transmettre des valeurs de respect des règles, de respect d'autrui dans les jeux de ballons et de développer une autonomie par l'intermédiaire de la course d'orientation .

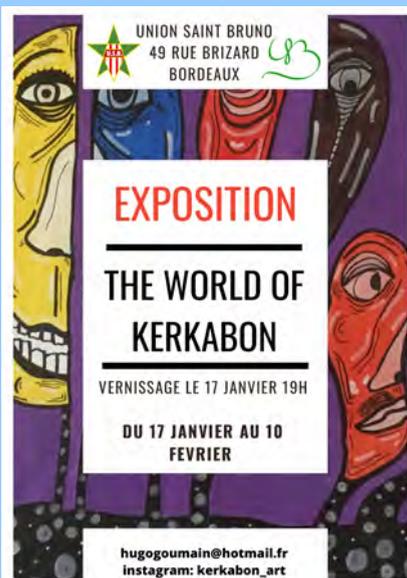


Éric Boitard.



■ ARTS PLASTIQUES

L'Union Saint-Bruno propose des ateliers d'arts plastiques pour les enfants le mercredi après-midi. Trois ateliers, organisés par âge, ont lieu afin de permettre à chaque enfant de créer et d'apprendre de nouvelles techniques.



En Avril dernier, Éléonore, intervenante de la section arts plastiques et animatrice à l'Union Saint-Bruno a accueilli un heureux événement! C'est donc Marie, animatrice également à l'USB, artiste peintre et illustratrice qui la remplace en attendant son retour en mars prochain.

Éléonore et Marie ont préparé ensemble un programme artistique varié et ludique, permettant d'appréhender plusieurs médiums durant l'année, en passant par l'apprentissage de la technique du dessin et de la couleur, l'étude d'artistes et leurs univers ou même réaliser une mini BD!

En janvier, le groupe d'élémentaires et ados ont eu la chance de travailler avec un artiste exposant au Patro à l'Union Saint-Bruno: **Hugo Goumain**. Il est venu présenter son travail aux enfants, nous sommes allés voir son exposition puis nous avons réalisé des productions en respectant sa démarche de travail. C'était une chouette expérience!

Interview d'une petite artiste en herbe du groupe des élémentaires : Louison 10 ans

Depuis quand tu participes aux ateliers arts plastiques avec l'Union Saint Bruno ?

J'ai commencé cette année, je trouve ça bien et j'aimerais continuer l'année prochaine!

Quel médium tu préfères le plus utiliser aux ateliers ?

J'adore quand on fait de la peinture et de l'aquarelle!

Est-ce qu'il y a des choses que tu aimerais travailler et qui ne sont pas au programme cette année ?

J'aimerais bien apprendre à réaliser mon auto-portrait.

Sur quoi tu as le plus aimé travailler jusqu'à présent ?

J'aime bien quand on travaille à la manière d'un artiste, ça permet d'apprendre des choses et voir plein d'univers différents! Comme le travail qu'on a fait avec Hugo Goumain par exemple!

Merci Louison pour tes réponses !





Une histoire d'amour qui n'en finit plus ... Pourvu que cela dure !

Dans le sud-ouest, il y a un département qui présente de nombreux atouts. Des plages où il fait bon d'avoir sa planche toujours prête à l'emploi ou son maillot de bain, une flore à perte de vue, des fêtes estivales reconnues et une culture qui lui est bien propre.

Vous pensiez au Pays Basque ... Au Béarn ... à la Gironde ... Et bien non, il s'agit du département des Landes. C'est là que l'idylle est née avec Les Sans Soucis.

Depuis plus de 35 ans, cette amourette estivale perdue, au milieu de la forêt de pins.

Cette année, l'anniversaire des 35 ans des Sans Soucis sera landais, que les aficionados de la banda le veuillent ou non.

C'est au printemps que les tourtereaux se retrouvent aux Cigales. Les Sans Soucis auront l'honneur de rejoindre l'orchestre Montois pour un concert spécial anniversaire des 35 ans dans la belle salle des Cigales à Luxey dimanche 15 mars à 15h. Ce concert sera à l'image des Sans Soucis où nouveautés, diversités et ambiances seront les maîtres-mots. L'entrée est payante, pensez à réserver vos places.

Le printemps n'est pas terminé pour les tourtereaux, un week-end en amoureux les attend sur Bordeaux pour une animation Carte Blanche de Musicalarue à la MECA de Bordeaux. Cet événement aura lieu le samedi 28 mars et viendra présenter le prochain festival Musicalarue 2020 dont les premiers noms de l'affiche nous hérissent déjà les poils (et ce n'est pas que parce que nous y serons !).

L'été est là, le couple Sans-Soucis-Luxey se retrouve, comme tous les ans autour d'un cocktail bien frais sous les pins laissant encore passer la chaleur presque insoutenable du mois d'août. Au loin, les futures stars de la soirée se préparent pendant que les artistes des arts de la rue émerveillent le public déjà bien présent pour un week-end festif. C'est le festival Musicalarue. Les Sans Soucis, sont là, toujours, depuis plus de 30 ans et vont animer le festival jusqu'au bout de la nuit car cette amourette avec Luxey, ne dure que 3 jours, il ne faudrait pas en perdre une miette. Cette année, retrouvez-nous du 31 juillet au 2 août au festival Musicalarue (petit changement, le festival n'a plus lieu le week-end de l'Assomption !).

Allez, suivez-nous à Luxey, un endroit, foi de Sans Soucis, où il fait vraiment bon vivre...

Visite dans la plus petite commune de France...

A la façon de Raymond Queneau, voici une suite de mots qui sont autant d'ingrédients pour une multitude d'histoires et de souvenirs de notre balade dans ce petit et très ancien village : un bon guide, un bon groupe et une belle destination à ...

Co voiturage/Chemins/Campagne/Clocher/Chênes/Chevaux/Couleurs /Connaissances/Crèches/Calme
Avril/Aventure/Autrefois/Authenticité/Admirer/Apprendre/Azur (ciel)/Architecture/Admirer/Amitié
Surprise/Sénéchaussée/Synergie/Sens/Souvenirs/Scarabée/Sérénité/Sylvestre/Sentiers/Sérénité
Thèmes/émoignages/Taillis/Teintes/Témoignages/Temps/Terre/Tiges/Terrier/Talus/Terroir
Expérience/Eau/Enchantement/Echanges/Essences/Epoques/Emotions/Etrangeté/Exister
Lumière/Lavoir/Lectures/Liens/Littérature/Liberté/Liseron/Liège/Légende/Louanges/Lézard/Lièvre
Merveilles/Mousse/Maisons/Moulin/ "Mesdemoiselles!"/Monument/Mystère/Marécage/Mémoire
Observation/Originalité/Odeurs/Oenologie/Observation/Oiseaux/Ornements/Ombage/Oralité/Ombages
Récits/Ruelles/Rires/Retrouvailles/Rosiers/Réponses/Résine/Rencontres/Routes/Restauration/Respirer
Observation/Originalité/Odeurs/Oenologie/Observation/Oiseaux/Ornements/Ombage/Oralité/Ombages
Nature/Narrateur/Nervures/ Nouveauté/Nœud /Nuances/Nid/Nuages/Noyau/Néo.../ Noisettes

D'.....

Avril/Aventure/Autrefois/Authenticité/Admirer/Apprendre/Azur (ciel)/Architecture/Admirer/Amitié
Lumière/Lavoir/Lectures/Liens/Littérature/Liberté/Liseron/Liège/Légende/Louanges/Lézard/Lièvre
Balade/Buissons/Bavarder/Boucle/Beau(x-Arts)/Bruissements/Branches/Bouleaux/Boue/Bogues
Raccourci/renaissance/remontée/relais/relève/réjouissance/regroupement/réconfort
Expérience/Eau/Enchantement/Echanges/Essences/Epoques/Emotions/Etrangeté/Exister
Thèmes/émoignages/Taillis/Teintes/Témoignages/Temps/Terre/Tiges/Terrier/Talus/Terroir

... à CASTELMORON D'ALBRET avec un super pique-nique partagé dont voici 2 recettes parmi toutes les bonnes choses apportées par chacun des participants.

TARTE AUX ASPERGES VERTES ET BLANCHES

Ingrédients :

Pâte feuilletée
½ botte d'asperges blanches - ½ botte d'asperges vertes
Moutarde (à l'ancienne)
20 cl de crème fraîche liquide
10 cl de lait
100g de fromage râpé
Parmesan
4 œufs
Ciboulette
Sel –Poivre

Précuire le fond de tarte 10 min à 6 (180)

Peler les asperges, couper les extrémités (« bois »), les rincer, les cuire séparément dans l'eau bouillante ou à la vapeur, bien les égoutter sur du papier absorbant ± les tamponner

Mélanger les œufs battus, la crème, le lait, le parmesan, la ciboulette + sel et poivre

Badigeonner légèrement le fond de tarte de moutarde

Disposer les asperges en les alternant – Parsemer de râpé

Verser le mélange et cuire 30 min à Th 6 (180) ☺ bien dorée

Au moment de servir, parsemer de fines tranches de poitrine fumée poêlées ou de saumon fumé en lanières.

BALADE PATRIMOINE

(suite...)

RILLETES DE LAPIN AU CIDRE

Pour 4 personnes = préparation : 30' – marinade : 1 nuit – cuisson 3h – Repos : 2 jours au réfrigérateur

Ingrédients :

4 cuisses de lapin
30cl de graisse d'oie (2 bonnes c à soupe)
2 échalotes (petites)
2 à 4 gousses d'ail
Cerfeuil : 4 brins
Thym frais : 2 branches
Persil plat
Branche de romarin : 1 branche
Cranberries : 3 c à soupe
1 grosse pomme (Belchard)
Grains de poivre rouge et de poivre vert
Sel
Huile de tournesol

pour la marinade :

2 gousses d'ail en chemise
2 feuilles de laurier
6 grains de poivre noir
1 clou de girofle
1 anis étoilé



La veille mettre dans un plat creux les cuisses de lapin + tous les ingrédients de la marinade + Cidre – Filmer et laisser reposer 1 nuit au réfrigérateur

Faire chauffer la graisse d'oie et l'huile de tournesol – Y déposer les cuisses de lapin bien égouttées + les gousses d'ail non épluchées et écrasées + thym et romarin – Garder la marinade

Faire cuire 3h à feu très doux en rajoutant en milieu de cuisson quelques cuillères de marinade

Egoutter les cuisses et les laisser refroidir – Effilocher et couper les fibres au ciseau pour les raccourcir

Mouiller avec le jus de cuisson – (Ajouter un peu de graisse fondue et de marinade si trop sèches) – Mélanger pour imprégner les rillettes

Ajouter les échalotes hachées + les grains de poivre vert et rouge concassés grossièrement + cerfeuil, persil, romarin + les cranberries + la pomme en petits morceaux + sel – Mélanger soigneusement – Mettre en terrine, bien tasser et laisser au moins 2 jours au réfrigérateur



BALADE PATRIMOINE

(suite...)

...Où l'on s'adapte dans la bonne humeur !

En ce mois de janvier, Laurent, notre guide de Pétronille, nous avait concocté une balade bucolique sur les coteaux de la Garonne après une visite des richesses architecturales de La Réole... mais c'était sans compter sur la pluie incessante de ce triste vendredi !

On s'adapte : la balade dans les prés a été raccourcie au profit d'une visite urbaine un peu plus longue incluant l'ancienne manufacture de tabac.

Cela n'a pas entamé ni le plaisir de se retrouver ni de belles découvertes.

C'est juré, en février on va enfin pouvoir marcher, sous les pins et sur les berges du bassin d'Arcachon, en découvrant l'histoire et les particularités patrimoniales du Cap Ferret (et manger quelques huitres). Nous avons besoin de nous dégourdir !

Cela vous démange les jambes ? Essayez en vous joignant à nous : il n'y a pas de coût d'adhésion à la section, on paie à chaque sortie et on organise un covoiturage pour limiter les frais de déplacement et notre empreinte carbone. Vous êtes les bienvenus !

Rendez-vous le 14 février !



HISTOIRE DE L'ART

Suite à notre visite architecturale et historique de St-Petersbourg, la ville nous offre cette fois le grand musée de l'Ermitage et une ouverture artistique débute non sans attirer les foudres du pouvoir. Tout ceci commenté par notre maître de conférence de Pétronille.

Les Vacances Avec l'Union Saint-Bruno

Je m'ennuie.

Plus tard sur www.saint-bruno.org.

Inscris-toi! Pendant les vacances, il y a toujours une activité faite pour toi!

On s'éclate à Saint-Bruno!

INFOS ET INSCRIPTIONS: WWW.SAINT-BRUNO.ORG | [f](https://www.facebook.com/USB.BORDEAUX) USB.BORDEAUX | [i](https://www.instagram.com/saintbrunobordeaux) SAINTBRUNOBORDEAUX

■ BIBLIOTHÈQUE



L'Association Culture et Bibliothèque pour Tous, vous adresse ses meilleurs vœux pour l'année 2020. Notre association est gérée par des bénévoles ayant, pour la majorité d'entre elles, suivi une formation. Si la lecture vous intéresse, ou vous passionne, vous pouvez venir nous consulter et n'hésitez pas à nous contacter. Nous prêtons des livres aux adultes, en général des nouveautés, et aux enfants. Cette année encore, des animations sont prévues pour des discussions autour d'un livre. Une rencontre aura lieu début avril et l'autre le mardi 19 mai prochain.

Nous vous rappelons nos horaires d'ouverture (hors vacances scolaires) :

MARDI	de 10h à 12h et de 16h à 17h45
MERCREDI	de 9h à 12h et de 14h à 18h
JEUDI	de 10h à 12h.

■ DANSE

Tous les deux ans, la section Danse organise un gala de fin d'année qui permet à tous ses adhérents de se produire sur scène, dans des conditions semi-professionnelles. C'est l'occasion pour eux de montrer à un large public et dans les conditions du direct, leurs réalisations de l'année écoulée.

Après la fête de la Danse, organisée en juin 2019 dans l'enceinte de l'Union Saint-Bruno, 2020 fêtera donc le gala de la section dans la salle des fêtes fraîchement rénovée du Grand-Parc. Ce sera le samedi 13 juin, à partir de 18h30.

Les billets seront prévendus à un tarif préférentiel à compter du 13 avril, au secrétariat de l'Union Saint-Bruno ; puis le jour J, sur place.

Valérie.

Notre site
www.saint-bruno.org
infos, photos, rendez-vous.



GALA DE DANSE

2020

Samedi 13 juin 2020
à partir de 18h30
Salle des fêtes
du Grand Parc
(39, cours de Luze)



Union Saint-Bruno | 49 rue Brizard, 33000 Bordeaux
| Téléphone : 05.56.96.33.53 | www.saint-bruno.org |
danse.usb@saint-bruno.org

■ ÉCOLE DE MUSIQUE

Le Concert des Professeurs de l'École de Musique s'est déroulé cette année à la Chapelle de la Maison Saint-Louis Beaulieu, que nous remercions chaleureusement pour cette mise à disposition.

Toujours un moment d'émotions et de grand plaisir de découvrir ou redécouvrir le talent de nos enseignants.



En première partie de cette manifestation, l'Association Franco-Tchèque d'Aquitaine a présenté un Concert de Noël avec la participation de l'Orchestre et des élèves de l'École de Musique de Gourdon ; Le verre de l'amitié a prolongé cette soirée conviviale appréciée par tous.

Manifestations à venir :

Dimanche 15 Mars à 15h

Durée : 1h15

Union Saint-Bruno, 49 Rue Brizard, 33000 Bordeaux

Entrée libre

· Concert de Dorian Bertin, professeur de piano

Trois formations instrumentales issues de la nouvelle génération d'artistes interprètes bordelais vous donnent rendez-vous le dimanche 15 Mars à 15h pour découvrir ou redécouvrir les grands chefs d'œuvres du répertoire classique. Au programme, des œuvres de Wagner, Poulenc, Schubert et d'autres surprises le tout présenté dans une ambiance détendue et propice à la découverte.

Dorian Bertin : piano

Kevin Morens : piano

Benoit Flaujac : piano

Raphaël Stefanica : violoncelle

Vendredi 27 mars 20 h au Marché de Lerne :

· Concert de l'École de Musique

L'occasion pour les élèves de se produire sur scène et de jouer ensemble ou avec leurs professeurs et d'apprécier les progrès effectués depuis la rentrée et le plaisir de jouer ensemble.

Juliette Paasche



■ THÉÂTRE

Atelier théâtre groupe collège

Comme si nous réinventons le monde chaque vendredi soir
Comme si nous avons pris la parole pour ceux qui ne le peuvent
Comme si nous reconstituons le fil d'une histoire oubliée
Comme si nous voulions résoudre un mystère non élucidé
Comme si nous... C'est le titre de la pièce qui sera jouée par le groupe théâtre collège de l'Union Saint-Bruno.
Nous avons hâte de monter sur scène, c'est déjà comme si nous y étions.

Rendez-vous le samedi 13 Juin.



Anne-Lise Coatriné.



MATCH

À LA FIN, TOUT LE MONDE GAGNE !

- 16 NOVEMBRE
- 18 JANVIER
- 14 MARS
- 16 MAI

20H30

UNION SAINT BRUNO

49, RUE BRIZARD - 33 000 BORDEAUX

8 EUROS / GRATUIT - 12 ANS

TARIF RÉDUIT (ÉTUDIANT, CHÔMEUR, USB) : 5 EUROS

FLORIDA

UNE VIE ORDINAIRE, UN PERSONNAGE ORDINAIRE,
QUAND SOUDAIN ...

- 27 NOVEMBRE
- 29 JANVIER
- 25 MARS
- 17 JUIN

19H30

IMPROVIDENCE CAFÉ

18, RUE DES AUGUSTINS - 33 000 BORDEAUX

RÉSERVATION SUR LE SITE DE L'IMPROVIDENCE

CABARET

VOUS CHOISISSEZ LES MOTS,
ILS FONT LE SHOW

- 15 OCTOBRE
- 17 DÉCEMBRE
- 11 FÉVRIER
- 21 AVRIL

20H30

CONNEMARA IRISH PUB

18, COURS D'ALBRET - 33 000 BORDEAUX

5 EUROS / GRATUIT - 12 ANS



/L'ALLIGATOR



LALLIGATOR.IMPRO



LALLIGATOR.IMPRO@GMAIL.COM



enunseulmot
PROPHETS OF USELESS INDUSTRY

Depuis plusieurs années, l'Union Saint-Bruno célèbre la poésie autour du Printemps des Poètes. Lancé par le Centre National de la Poésie, le Printemps des Poètes est un événement national qui a pour but de démocratiser et de mettre en valeur la poésie et les poètes.

L'Union Saint-Bruno s'associe à ce projet en organisant une soirée le vendredi 20 mars à l'Union Saint-Bruno à partir de 19h.

La thématique choisie est « la planète ». Ce sujet d'actualité nous tient à cœur et est un des axes du projet de l'association.

Au programme de cette soirée festive :

- Expositions
- Hommage à David Diop, poète sénégalais né à Bordeaux dans le cadre des 60 ans de l'indépendance du Sénégal
- Présence d'Oumar M'BAREK auteur d'un recueil de poésie.
- Remise des prix du concours de poésie
- Concours d'éloquence des enfants des centres de loisirs et des accueils périscolaires de l'USB

N'hésitez pas à venir nous rejoindre, vous êtes les bienvenus pour fêter la poésie et partager avec nous un moment convivial.



L'enfant et la terre

Enfant sur la terre on se traîne,
Les yeux et l'âme émerveillés,
Mais, plus tard, on regarde à peine
Cette terre qu'on foule aux pieds.

Je sens déjà que je l'oublie,
Et, parfois, songeur au front las,
Je m'en repens et me rallie
Aux enfants qui vivent plus bas.

Détachés du sein de la mère,
De leurs petits pieds incertains
Ils vont reconnaître la terre
Et pressent tout de leurs deux mains ;

Ils ont de graves tête-à-tête
Avec le chien de la maison ;
Ils voient courir la moindre bête
Dans les profondeurs du gazon ;

Ils écoutent l'herbe qui pousse,
Eux seuls respirent son parfum ;
Ils contemplent les brins de mousse
Et les grains de sable un par un ;

Par tous les calices baisée,
Leur bouche est au niveau des fleurs,
Et c'est souvent de la rosée
Qu'on essuie en séchant leurs pleurs.

J'ai vu la terre aussi me tendre
Ses bras, ses lèvres, autrefois !
Depuis que je la veux comprendre,
Plus jamais je ne l'aperçois.

Elle a pour moi plus de mystère,
Désormais, que de nouveauté ;
J'y sens mon cœur plus solitaire,
Quand j'y rencontre la beauté ;

Et, quand je daigne par caprice
Avec les enfants me baisser,
J'importune cette nourrice
Qui ne veut plus me caresser.

René-François Sully Prudhomme (1839-1907)

Concours de poésie

Remise des prix le 20 mars

Thème : La planète

PRINTEMPS DES POÈTES

Ouvert à tous

Participation :

Pour participer, merci de remettre votre poésie sur papier ou format numérique avant le 13 mars :

- à l'Union Saint-Bruno 49, rue Brizard 33000 Bordeaux
- ou par mail : coordination.culture@saint-bruno.org

Voir règlement du concours

Sortie du 23 novembre 2019 au Château de Pressac

Les frimas de novembre n'ont pas découragé de nombreux membres de notre Club d'œnologie pour sa sortie d'hiver : nous étions attendus au château de Pressac, Saint Emilion Grand Cru Classé.



Nous avons été accueillis par le propriétaire, Monsieur Quenin, qui nous a rappelé que ce château, reconstruit dans un style néogothique à la fin du XIXème siècle, avait croisé le chemin de la « Grande Histoire » : la reddition de la Guerre de Cent ans y fut signée en 1453.

De 1737 à 1747, sous Louis XV, Vassal de Montviel, Lotois d'origine, implante dans ses vignobles un cépage noble originaire du Quercy : l'Auxerrois. Dans les vignobles alentour, les propriétaires firent de même. Ainsi, le cépage prit le nom de « Noir de Pressac ». Plus tard, le Sieur Malbek le développa dans le Bordelais, et le cépage fut alors appelé « Malbec ».

Dans les années 20, le vin du Château est servi à des grandes tables, il est fort apprécié !



Lorsqu'ils rachètent le domaine en 1997, les Quenin replantent 50 % du vignoble, et s'attachent à redonner à Pressac ses lettres de noblesses. Pari tenu puisqu'au classement des Saint Emilion de 2012, le Château intègre la prestigieuse liste des « Grands Crus Classés ».

C'est avec la guide du château que nous ferons la visite, en commençant par la terre qui permet une vue superbe autour du site.

Les 40 parcelles d'un seul tenant qui s'étendent autour du Château sont plantées à 74 % de Merlot, et en moindre proportion de Cabernet Franc, de Cabernet Sauvignon, de Malbec (nommé « Noir de Pressac » sur les étiquettes), d'un peu de Carmenère. Le vin est donc un assemblage de 5 cépages, mais cela pourrait évoluer : Une parcelle de Petit Verdot est plantée depuis quelques mois.

Les vendanges sont manuelles. Arrivé au chai, le raisin est trié par un Tri-baie qui trie par densité.

Les cuves sont en ciment.

Le vin est ensuite élevé en barriques, nous avons eu la surprise de noter que de la musique classique est diffusée dans le chai d'élevage : le vin est choyé à Pressac !

Le Château Pressac a acquis la Tonnellerie du Sud-Ouest -TSO-, sise à Gaillac (81), nous avons donc bénéficié d'une explication très intéressante sur les origines des arbres, pour quels types de barriques, les différences de chauffe... la Tonnellerie du Sud-Ouest exporte environ 70 % de la production.

Si le Château de Pressac soigne son passé, il prépare également l'avenir avec la construction d'un nouveau bâtiment, qui contiendra un nouveau chai et un nouveau cuvier. Ce futur cuvier sera équipé de cuves en inox dites tronconiques.

Notre visite s'est terminée par un très bon déjeuner, servi dans une salle de réception du Château, où nous avons pu déguster les vins de la propriété en présence de notre guide et de Monsieur Quenin, venu passer un long moment avec nous et répondre aux multiples questions qu'un tel château et un tel vin n'auront pas manqué de solliciter parmi nous.

Une très belle visite, magnifiquement organisée jusqu'au bout, puisque la pluie nous aura épargnés tout au long de la visite et ne reprendra que lorsque nous serons tous assis dans le bus qui nous ramène vers Bordeaux !



■ ŒNOLOGIE

(suite...)

Visite d'un propriétaire : présentation et dégustation du Château Puygueraud lors des séances d'œnologie de décembre 2019

Monsieur Nicolas Thienpont, propriétaire du château Puygueraud, est venu nous présenter son vin, appellation Francs-Côtes de Bordeaux, même si à l'oral on nomme encore souvent l'appellation par son ancien nom 'Cotes de Francs'.

Ce terroir encore un peu méconnu se situe au Nord Est de Saint -Emilion, sur un plateau argilo calcaire en limite Gironde qui surplombe la magnifique vallée de la Dordogne.

La famille Thienpont, originaire des Flandres investit dès les années 1920 dans des vignobles bordelais, avec notamment le Château Vieux Château Certain (Pomerol), et acquiert sur le plateau minéral des Côtes de Francs le Château Puygueraud en 1946.

Le Château date du XVème siècle, et les terres du plateau et des coteaux sont plantés en polyculture.



Dans les années 1980, les Thienpont entreprennent de passer d'une agriculture de production à une viticulture d'excellence, et replantent le vignoble de 80 % de Merlot, de 15 % de Cabernet Franc et 15 % de Malbec. Le premier millésime du renouveau sort en 1983. Il devient le fer de lance de l'appellation et gagne ses lettres de noblesse, dans le respect des caractéristiques du sol et sous-sol, et l'intégrité de la baie de raisin.

Nous avons pu apprécier au cours de cette dégustation à la fois le Château Puygueraud en rouge, le Château les Charmes-Godard en blanc, ainsi qu'un Castillon Côtes de Bordeaux, le Château Alcée, récente création de Nicolas Thienpont.

Nous remercions Monsieur Thienpont pour sa présentation très intéressante et la dégustation de qualité de cette appellation qui gagne à être connue, surtout développées dans les valeurs de respect du terroir et du vin et le dynamisme dont il fait preuve.

Stéphanie Bertin.

UNION SAINT-BRUNO
49, rue Brizard BORDEAUX

Le Printemps
des
Poètes
La planète

À PARTIR DE 19H
Vendredi 20 mars
AU FOYER BAR

EN VERT ET AVEC TOUS

JOURNÉE
ÉCOCITOYENNE
ET SOLIDAIRE

SAMEDI 4 AVRIL 2020

À L'UNION SAINT-BRUNO

49 RUE BRIZARD 33000 BORDEAUX | 05 56 96 33 53
ACCÈS TRAM A "SAINT-BRUNO/HÔTEL DE RÉGION"
INFOS: WWW.SAINT-BRUNO.ORG | USB@SAINT-BRUNO.ORG
/USB.BORDEAUX | /SAINTBRUNOBORDEAUX

YO LA BICQUE Puygueraud

Les nouvelles du yoga...

Les inscriptions de la saison ont fait quasiment le plein cette rentrée, malgré l'ajout d'un nouveau cours, mais il reste quelques places par-ci, par-là : renseignez-vous auprès du secrétariat qui prend les inscriptions ou auprès du bureau des bénévoles (Lucette, Sabine, Sylvie) qui sont là pour vous aider à trouver ce qui vous convient !

Un petit entretien avec vous, qui peut-être téléphonique, nous permettrait de comprendre ce que vous recherchez et quels sont vos besoins, car l'Union Saint-Bruno propose plusieurs écoles de yoga, selon votre âge, déjà sportif/ve ou non, avec des problèmes de santé ou non, etc... Le yoga est dans tous les cas bénéfique si vous choisissez la bonne formule. Contrairement aux clichés sur le yoga, l'activité demande des efforts et de la discipline, d'où l'obligation de fournir un certificat médical de non-contre-indication.

Après l'effort, le réconfort, après la discipline personnelle, la convivialité ! Comme l'an dernier, nous offrirons, dans un cadre éco-responsable "En Vert et avec tous" (dit notre devise), qui est celui de l'Union Saint-Bruno, un "pot" festif - et bio- en fin d'année, début juin.

Tenez-vous au courant pour avoir confirmation de la date, sur la page "Yoga" de notre site en ligne !

L'an dernier, la météo ensoleillée nous a permis de l'organiser en plein air, dans la cour du siège Brizard, nous avons beaucoup apprécié cette ambiance ouverte et décontractée - et vous ?



Les "ministages" pendant les petites vacances sont prévues en deuxième semaine de vacances d'hiver : c'est en bonne voie, les créneaux souhaités sont déjà choisis : lundi 2 mars et vendredi 6 mars, avec Emma en atelier "postural" de 11h30 à 13h30. Pour confirmation, consultez le bureau des bénévoles ou Emma. Les inscriptions sont prises directement auprès du professeur ; elle n'assurera pas de stage en dessous de 10 participants, mais attention, le nombre de places est limité à 18. Ces "ministages" ou "ateliers" permettent de goûter un autre rythme, une autre ambiance de pratique du yoga.



La section a participé à l'opération de la Mairie "Le Sport Santé prend ses Quartiers" en assurant les séances de découverte du yoga en salle de novembre et décembre 2019. C'est également l'USB/Yoga qui interviendra ponctuellement en février pour assurer un remplacement d'un autre club. En effet, l'ouverture et la solidarité sont des maîtres-mots pour notre section et pour l'association en général. Cette opération connaît un grand succès et un succès grandissant ! Il s'agit de proposer aux habitant-e-s d'un quartier de Bordeaux, qui ne pratiquent aucun sport, de s'y (re)mettre en douceur grâce à des séances gratuites, sans inscription préalable, dans toute une série d'activités diverses, qui vont de la marche nordique au Qi-gong ou au stretching, en passant par le Yoga. Nos séances ont fait le plein, on peut même dire le trop-plein... Si en plein air cela ne pose pas de problème, pour les séances en salle, il a fallu trouver en urgence - cela a pris deux semaines tout de même - une solution car la salle à Chauffour était bien trop petite !



Un bilan d'étape a été fait avec les élus le mardi 21 janvier 2020 ; cette réunion a été l'occasion d'un généreux partage entre les assos de Bordeaux (JSA, Tauzin, Coqs rouges...) d'une entraide de réciprocité, et aussi d'une analyse positive et constructive de l'opération. Tout le monde veut qu'elle continue et se pérennise, car c'est la première fois qu'elle se déroule sur l'année entière, du 14 septembre au 27 juin.



.../...

■ YOGA

.../...

On trouve tous les renseignements (lieux, parfois sujets à changements et activités) sur le site de la mairie:

<http://www.bordeaux.fr/e150042/le-sport-sante-prend-s-es-quartiers>

ou en téléphonant à la mairie : 05 56 10 27 52.

Attention, la brochure "papier" n'est pas à jour en ce qui concerne tous les lieux.

Parlez-en autour de vous, c'est un enjeu de santé publique et le moyen pour vos amis ou vos connaissances de prendre goût à l'activité physique puis de venir s'inscrire dans une asso comme la nôtre...

Pour le bureau, La présidente,
Sylvie Justome.



■ GYMNASTIQUE VOLONTAIRE

Du mouvement à la GV...



2020, bienvenue à Thibaud, qui remplace Lydie pour le cours Pilates du mercredi 12h30 à Chauffour. Nous regrettons vivement le départ de Lydie et lui souhaitons succès dans ses projets.

Des cours à découvrir :

Avec Cécile :

Tous les vendredis entre 12h30 et 13h30 dans la salle de gym à Chauffour, Cécile vous propose un cours de sangle abdominale inspiré de la Méthode Bernadette Degasquet.

«J'aime cette méthode efficace et sécuritaire. Le travail s'effectue en douceur, en utilisant des techniques de respiration, appuie au sol et gainage. Le muscle profond abdominal (le transverse) sera plus tonique et aide à obtenir ou conserver un ventre plat».

Je donne aussi un cours de stretching le mardi à 12h30 en salle théâtre à Saint-Bruno.

Avec Pauline, venez vous étirer les lundis à 11h15 dans la salle kendo à Chauffour.

Agnès Garneau.

Familles d'athlètes : les Herveau / Saint-Jean



Nous continuons notre petit tour des familles qui se retrouvent sur le stade à l'occasion des entrainements du samedi matin. Facilitant la logistique pour les parents, moment privilégié pour tous où chacun prend soin de son bien-être, les entrainements de 11h00 à 12h30/13h00 permettent aux plus grands et aux plus jeunes de se retrouver à travers le sport dans la bonne humeur.

Pour ce numéro, c'est Jeff, Maïder, Manon, Louison et Maïana qui ont accepté de répondre à nos questions.

Quelles sont vos spécialités sportives ?

Maïder : Il y a quelques années, le demi-fond, maintenant plutôt les efforts longs genre 10km.

Manon : Sprint et sauts.

Louison : Hauteur, longueur et la course d'endurance.

Maïana : Sauter les haies.

Si les filles étaient le coach de Jeff, qu'est-ce qu'elles lui feraient travailler ?

Maïder : Les abdos et quelques postures de yoga pour sa souplesse.

Manon : Du saut en hauteur, parce qu'il en faisait plus jeune !

Louison : Des gammes et du 30/30 pour son cardio! !

Maïana : Du saut en longueur.

Et pour toi Jeff, quelles sont les qualités que tu vois dans chacune d'entre elles ?

Maïder : elle avait de super qualités pour du demi-fond avec de grosses qualités de pied, qu'elle a toujours d'ailleurs.

Manon : C'est une explosive donc plutôt sprinteuse sauteuse.

Louison : C'est une endurante, elle a de vraies qualités de résistance !

Maïana : C'est la synthèse de ses deux ainées ! Elle va vite sur des distances longues !

Est-ce que vous aimez toujours vous entraîner ensemble ?

Maïder : Oui, c'est rigolo et ça facilite la logistique...

Manon : Oui, c'est cool d'être tous sur le même stade en même temps.

Louison et Maïana : Oui, c'est toujours bien d'avoir sa sœur à côté !

Pensez-vous que le sport a aidé à créer ou à augmenter une complicité entre vous ?

Maïder : oui, j'en suis convaincue car c'est grâce au sport et par le sport que l'on peut partager des moments essentiels de la vie (la relation aux autres, le rapport au corps/au mental, la résistance à la douleur).

Manon, Louison et Maïana : On est déjà super complice!! Le fait de se retrouver ensemble sur le stade, ça ne fait que renforcer notre complicité.

Vous répondez toujours présents aux évènements, qu'est-ce qui motive cet enthousiasme ?

Maïder : C'est Jeff !

Manon, Louison et Maïana : Parce qu'on aime l'athlé, les compets, on est super sportives !



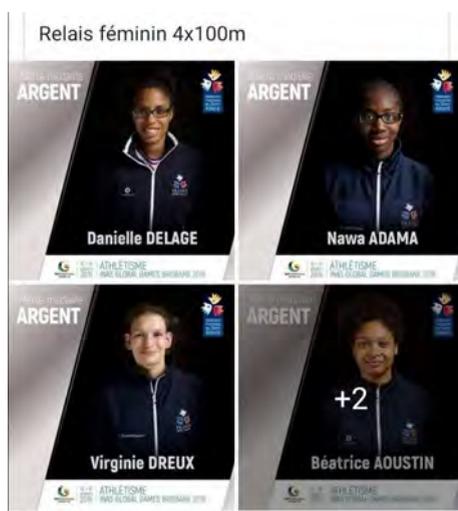
ATHLÉTISME

(suite...)

RENCONTRE ANNUELLE

Sport Adapté

Les Global Games (jeux mondiaux du sport adapté) se sont terminés le 21 octobre 2019 et l'Equipe de France d'athlétisme sport adapté remporte 26 médailles et se classe 2ème du classement par équipe chez les femmes ainsi que chez les hommes. Pour décrocher toutes ces médailles, nos athlètes ont dû réaliser des performances de très haut-niveau face à une adversité internationale très relevée.



11 médailles d'or
7 médailles d'argent
8 médailles de bronze

Danielle avait fait le meilleur temps des séries sur le 100m mais a eu une défaillance sur la finale et n'a pas pu terminer sur le podium comme nous l'espérons.

Elle a néanmoins remporté une médaille d'argent sur le 4x100 et une de bronze sur le 4x400.

Bientôt les championnats INDOOR en Pologne du 23 au 28 février 2020, en espérant que Danielle atteigne les minima pour les qualifications....



Vendredi 10 janvier au foyer bar de Saint-Bruno a eu lieu notre rencontre annuelle, rencontre pleine de jeunesse, de chaleur et de joie. Une centaine de personnes étaient présentes et de nombreuses récompenses ont été attribuées.

Ce fut l'occasion de faire le point sur la saison passée et ses excellents résultats et de tracer le programme de la saison en cours.

La **saison dernière** nous avons enregistré 276 adhérents soit une hausse de 23%

- . moins de 18 ans = 212
- . plus de 18 ans = 74
 - hommes = 148
 - femmes = 138

261 licenciés FFA et 15 licences FSCF

Le programme de la saison en cours :

- . **Amélioration de l'encadrement** afin de permettre le travail en binôme sur les groupes Baby, Poussins, Benjamins, Minimes....
- . Mise à disposition depuis septembre 2019 de **formations spécifiques** dispensées par la **FFA** pour les coaches **moins de 18ans**.
- . Mise en place d'un créneau pour **les Loisirs jeunes** le mercredi de 15h30 à 17h destiné aux ados sans objectif de compétition – un vrai succès 10 adhérents inscrits à ce jour : 9 filles et 1 garçon.
- . **Plus de juges** régionaux et fédéraux sur les compétitions : **Sabine** (Courses et Marche) et **Adrien** (sauts longitudinaux) **en formation sur le fédéral, Jalal en départemental**. Nous faisons un appel à candidature.

Le buffet et les galettes ont clôturé la soirée et les rois et les reines des stades se sont régalez (les parents également).

A cette occasion, nous avons lancé notre tombola d'hiver (tirage le 14 mars) dont les recettes seront destinées à financer, notamment, les frais induits par les longs déplacements des athlètes.

ATHLÉTISME

(suite...)

Les jeunes athlètes

Comme chaque année, la section athlétisme de l'Union St Bruno, dans le cadre de son partenariat avec l'EBSBA (Entente Bruges Saint-Bruno Athlétisme) continue sa progression au classement des clubs.

Ce classement national prend en compte, notamment les performances de chaque athlète. Nous continuons donc notre tour d'horizon de nos jeunes en proposant un zoom sur Lucile Fernez et Emile Girardin qui se sont illustrés au travers des compétitions de l'année passée.

N'oublions pas également que leur bon état d'esprit, leur bonne humeur sont autant de raisons à leur mise en lumière et à notre investissement dans leur épanouissement dans le sport.

Depuis quand êtes-vous arrivés dans le club de l'Union Saint Bruno ?

Emile : Depuis 8 ans déjà je crois.

Lucile : Je suis arrivée en début de saison 2018.

Quelles sont les disciplines que vous pratiquez ?

Emile : Je fais un peu de tout mais plus des haies et du triple saut.

Lucile : Je suis spécialisée sprint long/ demi-fond mais je sais faire de tout (merci aux catégories inférieures qui nous font tout essayer).

Quelle est votre plus belle victoire ?

Emile : Au relais du Decastar, l'ambiance était tellement bien et j'ai fait des rencontres j'ai adoré !

Lucile : Puisque j'ai rien gagné, je dirais que ma plus belle victoire a été de trouver un club dans lequel je me sens aussi bien, dans lequel je m'entends aussi bien avec les gens, d'avoir trouvé une réelle cohésion d'équipe et un coach aussi attentionné et aussi passionné !

Quel est votre plus mauvais souvenir à l'occasion d'une course ou d'une compétition ?

Emile : je n'en ai pas particulièrement même si de temps en temps je suis un peu en dessous mais pas de vrais mauvais souvenirs.

Lucile: Toutes les mauvaises courses ne sont pas de supers souvenirs, mais je n'en ai aucun de particulièrement mauvais au sein du club. De mes années précédentes, peut-être le traumatisme d'une après-course où j'ai vraiment eu du mal à récupérer, mais ce sont les joies de ce sport et de cette discipline !

.../...



ATHLÉTISME

(suite...)



.../...

Quels sont vos objectifs pour la saison 2019/2020 ?

Emile : Faire 13m50 au triple saut pour aller aux Francs.

Lucile : Avec mes études je me fixe pas d'objectif particulier, mais donner le meilleur de moi-même sur la nouvelle discipline (400m haies) que je teste, battre mes records encore et encore et prendre le plus de plaisir possible ! Parce que c'est le plus important.

Quelle est votre motivation ?

Emile : Me dépenser et penser à autre chose, me donner à fond.

Lucile : Le sport en lui-même me motive à venir, pour me détendre, extérioriser des cours. Mais, le fait d'avoir un aussi bon groupe et d'avoir rencontré d'aussi bons potes que les athlètes de l'ebbsa me motive encore plus. Je sais que je vais passer un bon moment, notamment les soirs où j'ai vraiment la flemme après une longue journée ! Et puis le fait de savoir que j'ai un coach toujours à la cool, à croire en ses athlètes et à les tirer vers le haut, ça aussi ça m'aide à me motiver !

En dehors du sport, quelles sont vos ambitions pour l'avenir ?

Emile : Le bac ? 📖

Lucile : J'ai du mal à me projeter à mon âge, mais réussir ma vie et être heureuse tout en gardant la santé me semble de belles ambitions !

Un petit mot pour Jeff ?

Emile : Coach super je l'adore il arrive à tout gérer à tous les entraînements (même si de temps en temps il oublie de donner les départs) je l'adore vraiment <3.

Lucile : Je pense que j'en ai déjà beaucoup dit, mais vraiment un grand merci à lui ! ❤️

Marche athlétique à St-Bruno

L'Union Saint-Bruno a pour objectif de présenter une offre sportive complète au sein de la section athlétisme. Le choix de la marche athlétique s'inscrit donc dans cette volonté d'offrir à nos adhérents la possibilité de découvrir la pratique d'une discipline belle et exigeante. Le samedi matin, c'est Patricia Bourguignon qui prend en charge les entraînements depuis maintenant 3 ans... et le groupe s'étoffe. (Photo).

Petit à petit, nos athlètes sont de plus en plus nombreux à pratiquer ce sport. Depuis quelques temps maintenant, nous remarquons la présence de « jeunes pousses » sur le stade qui ont rejoint le groupe et qui s'entraînent le samedi matin. Il s'agit d'Oihana Atanasov (catégorie poussine) et de Clémence Pousset (catégorie benjamine).

Discipline à part entière de l'athlétisme la marche permet à ces jeunes filles de se dépasser, selon leurs propres termes. Elles aiment venir à l'entraînement pour rigoler et se retrouver.

Même si Patricia est exigeante, elles savent qu'elle est à leur écoute et les fait progresser.

Patricia souligne par ailleurs leur assiduité aux entraînements et leur super état d'esprit.

Oihana a une bonne technique et doit maintenant prendre de la vitesse.

Clémence qui a d'ailleurs été sélectionnée en tant que « jeune talent » de l'Union Saint Bruno pour la saison 2019/2020, progresse énormément en vitesse et acquiert à chaque séance une bonne technique.

Objectif 2020 : participation indispensable aux compétitions. La première aura lieu cette année au mois de mars pour chacune d'entre elles.



Les BIONS sont partout !

Les bisons aux Championnats de France de Badminton Sport Adapté :

Lors des Championnats de France de Badminton Sport Adapté qui ont eu lieu du **15 au 17 Novembre 2019** à Poitiers, 4 bisons ont représenté le club : **Pascal BERRIE, Nicolas SCOTT, Damin MACHADO et Jean Louis BORDELONGUE.**

Pascal BERRIE repart avec **une belle médaille de bronze** en simple homme.



Et parce que **le sport permet de beaux moments humains et de partages**. Nicolas SCOTT s'est illustré hors des terrains en faisant un discours très émouvant lors de la soirée de clôture. Il a surpris plus d'une personne, à se lancer devant pas moins de... personnes.

« Chers Mesdames et Messieurs les organisateurs de ce Championnat de France de Badminton adapté, chers participants à ce Championnat, J'ai écrit ces quelques mots pour vous remercier pour cette compétition que je n'oublierai pas, comme je n'ai pas oublié mes deux premiers championnats de France, de la même manière que je reste marqué par mon expérience en badminton sport adapté en général.

D'une part cela constitue mes premières expériences sportives; d'autre part, et c'est là le plus important, j'ai découvert un univers de gens simples (dans la signification la plus noble du mot), et à cœur ouvert; des gens adorables et extrêmement attachants; mais aussi fiers et dignes dans une vie que je sais ne pas être toujours facile. Pour ma part je vis toujours en psychiatrie après un séjour de plus de onze ans. J'ai eu des problèmes psychologiques très importants mais je suis en voie de rémission. J'en ai tiré une grande force et une grande capacité à comprendre les autres. Voilà, merci encore à tous. »

Leur prochaine échéance sera les Championnats de Gironde Seniors – 28 et 29 Mars – organisés par l'Union Saint-Bruno, durant lesquels il y aura des catégories du Sport Adapté. Cette compétition est qualificative pour les Championnats de France Sport Adapté de la saison prochaine.

■ BADMINTON

(suite...)

Les Bisons aux Championnats de France ParaBad :

Les Championnats de France ParaBad se déroulaient à Saintes du 17 au 19 Janvier 2020, nous vous présentons les 2 bisons qui ont été engagés dans cette compétition.

Nous avons Amandine TRIBBIA qui joue en WH2 (fauteuil avec bon équilibre du tronc), en simple dame et double dames avec Isabelle HALLET (Badminton Club St Herblain). Ainsi que Pierre DELSOL qui joue en SL3 (handicap membre inférieur), qui joue en simple homme et double homme avec Teddy DJEMAA FERRAZZA (Aix Université Club Badminton).

Les 2 joueurs sont entraînés chaque lundi dans le cadre du créneau spécifique Parabad le lundi midi, par ARNOU Renaud, entraîneur salarié du club :

"Amandine a déjà réalisé des médailles aux championnats de France, elle essayera donc de rééditer ses performances ! Quand à Pierre, il n'en était pas loin l'année dernière, mais il a de bonnes chances de médailles en simple comme en double, il peut le faire." Explique Renaud Arnou.

Il note également que "Pierre comme Amandine ont la chance de jouer régulièrement sur d'autres créneaux avec des valides, Pierre participant même régulièrement à des compétitions dites valides, ainsi qu'au championnat interclub district pour le compte de Saint-Bruno".

A la rencontre d'Amandine et Pierre juste avant les Championnats de France :



Quelle est ta préparation pour les France ?

Pierre D. : « Ma préparation aux championnats de France se fait grâce à beaucoup de rééducation, séances individuelles de badminton et aussi du jeu libre pour affronter différents adversaires. J'ai également eu la chance de pouvoir m'entraîner avec mon partenaire de double Teddy DJEMAA FERRAZZA. Notre semaine de préparation a été encadrée par les entraîneurs de l'Union Saint-Bruno. »

Des petits rituels/habitudes durant les compétitions, pour se sentir bien ?

Pierre D. : « L'échauffement me permet d'oublier le stress de la compétition et de bien me préparer en même temps. J'échange beaucoup avec d'autres joueurs avant un match pour éviter de penser sans arrêt à la compétition. »

Amandine T. : « Je n'ai pas vraiment de rituel... je regarde les autres matchs, je discute, j'essaie de prendre du plaisir, »

Quels sont tes objectifs ?

Pierre D. : « Mes objectifs sont de toujours plus progresser dans ce sport en participant à d'autres compétitions valides et para-badminton. »

Amandine T. : « De prendre du plaisir tout en progressant. »

D'autres échéances après les Championnats de France ?

Pierre D. : « Je voudrais participer à l'open international d'Espagne le 8 mars en simple et en double avec Teddy DJEMAA FERRAZZA. »

Amandine T. : « Je me consacre sur les France car du fait de mon travail je ne peux pas m'absenter souvent ... »

.../...

Si tu devais choisir 3 mots pour te décrire. Lesquels choisirais-tu ?

Pierre D. : « Persévérant -Patient -Motivé »

Amandine T. : « Endurante -Persévérante-Bienveillante »

Tu préfères le simple ou le double ?

Pierre D. : « Je préfère le tableau de double car je trouve que c'est plus facile de progresser. De plus la situation en match peut changer grâce à une bonne stratégie et une bonne coopération avec son partenaire de double. »

Amandine T. : « Je préfère le simple mais je ne pratique pas trop le double car nous sommes loin les uns des autres et en entraînement on ne pratique que le simple ... »

Comment as-tu commencé le badminton ? A quel âge ?

Amandine T. : « A la suite de mon handicap je cherchais à reprendre le sport et avec la personne qui m'aidait dans ma vie quotidienne, elle m'a orientée à différentes portes ouvertes et j'ai bien aimé le jeu, l'ambiance, l'état d'esprit... J'ai commencé à 35 ans »

■ BADMINTON

(suite...)

.../...



Les résultats d'Amandine et Pierre :

Au final, une belle collecte de médailles avec nos deux bisons !

Amandine ramène **une médaille de bronze** en simple dame et **Pierre** fait une collection de médailles avec **une médaille d'argent** en simple et **une médaille de bronze** en double hommes avec FERRAZA Teddy.

Félicitations à eux !

Les jeunes Bisons aux Championnats de Gironde jeunes :

Durant le même week-end que les Championnats de France ParaBad, nos jeunes bisons donnaient de leur personne pour représenter au mieux le club lors des **Championnats de Gironde jeunes – 18 et 19 Janvier**.

Ce Championnat permet aux meilleurs jeunes de Gironde de s'affronter pour avoir le titre de Champion de Gironde. Pour certains, ils étaient directement qualifiés (parmi les 8 meilleurs de Gironde), d'autres sont passés par les qualifications et on réussit à atteindre les demis-finales.

Au final, 10 petits bisons représentaient le club : **Milo Anche, Joline Gros, Valentin Guerin Bourgeais, Gauthier Michel, Léo Lopez Mazuelas, Loris Roux, Martin Michel, Joanny Nugues, Julien Le Manach et Louison Fraisse**.

Nous avons des bisons habitués aux Championnats de Gironde mais aussi des tous jeunes bisons dont c'était une grande première.



.../...

■ BADMINTON

(suite...)



.../...

Tous nos bisons **se sont donnés à 100 % sur les terrains**. Et les coachs - Julie et Laurane - ont vécu de nombreuses émotions, tout comme les parents tout au long du week-end. C'est qu'ils ont le sens du suspense nos jeunes bisons !

Les parents, les premiers supporters, en ont vu de toutes les couleurs entre des matchs accrochés jusqu'au bout, des convocations plus ou moins tôt, un coup de pression suite à une mauvaise lecture des convocations, la gestion des émotions et de l'énergie de nos jeunes bisons, le froid du gymnase, le partage de café ou thé pour se réchauffer. Et ce, **toujours dans la bonne humeur**.

Nos jeunes bisons nous ramènent 7 médailles !

Tableau de Simple

Médaille de bronze - Joanny Nugues en simple homme minime

Médaille de bronze - Léo Lopez Mazuelas en simple homme poussin

Tableau de Double homme

Médaille d'argent - Loris Roux et Titouan (CastelBad) en double hommes benjamins

Médaille de bronze - Joanny Nugues et Julien Le Manach en double hommes cadets

Médaille de bronze - Léo Lopez Mazuelas et Valentin Guerin Bourgeois

Tableau de Double mixte

Médaille de bronze - Louison Fraise et Clément Dondon en double mixte juniors

Médaille de bronze - Joline Gros et Milo Anche en double mixte poussins

La prochaine étape est le Championnat d'Aquitaine jeunes – 7 et 8 Mars à Isle. Puis les Championnats de France jeunes – 21 au 24 Mai, où Saint-Bruno sera encore représenté par des jeunes bisons.

Allez les bisons !



Notre site

www.saint-bruno.org

infos, photos, rendez-vous.

■ BADMINTON

(suite...)

Interview : Lucie Huon

Depuis combien de temps es-tu dans ce club ? et depuis combien de temps es-tu bénévoles à l'usb ?

Je suis arrivée à l'USB en septembre 2017. Je donnais un coup de main de temps en temps lorsque j'étais dispo pour le tournoi des vendanges ou pour les journées d'interclub et je fais partie du bureau depuis cette année.

Le rôle de ton bénévolat ? est-ce que ça te prends beaucoup de temps ?

Je m'occupe des inscriptions aux tournois. Les brunosiens s'inscrivent à des tournois sur badiste et j'envoie les feuilles d'inscriptions avec le règlement en temps et en heure. Il y a des inscriptions à envoyer toutes les semaines. Cela ne prend pas beaucoup de temps pour une inscription mais c'est en continu tout au long de l'année, il n'y a pas de répit, les brunosiens sont motivés pour faire des tournois toute l'année et dans toute la France.

Quel est ton plat préféré ? et quel est ton joueur préféré ou ta joueuse préférée à l'USB ?

Je n'ai pas vraiment un plat préféré, j'aime tout ce qui est sucré ou gras ou les deux (d'où l'importance d'aller courir sur le terrain après). Je n'ai pas non plus de joueur/joueuse préféré(e) chaque joueur a son propre style et sa façon de jouer c'est ce qui est intéressant mais j'apprécie les beaux matchs à tout niveau lorsque c'est bien accroché et que les adversaires sont à fond des deux côtés du terrain !

Pourquoi es-tu investie comme bénévole ?

Après 2 ans passés au club, j'ai eu envie d'intégrer le bureau et d'apporter un peu ma pierre à l'édifice à mon niveau. C'est mon club et j'ai envie de participer à son évolution. On est jamais trop nombreux, il y a toujours besoin de bénévoles dans un club c'est ce qui le fait vivre.

Quel regard as-tu sur le club et sur l'association en général ?

De mon point de vue, je suis très satisfaite d'être à Saint-Bruno, j'ai rencontré beaucoup de personnes avec qui je m'entends bien donc c'est toujours agréable de venir aux entraînements, aux jeux libres, aux interclubs et aux différents événements. Avec la nouvelle équipe du bureau, je pense que Saint-Bruno peut se redynamiser et développer de nouveaux projets intéressants. Je me sens assez éloignée de l'association générale, c'est une énorme structure pour moi qui ai surtout connu des petits clubs.



Pour la 4^e année consécutive, des jeunes des sections sportives, culturels et artistiques de l'Union Saint-Bruno seront mis à l'honneur lors de la soirée des « jeunes talents », le : **vendredi 15 mai 2020.**

Venez découvrir non seulement nos jeunes Brunosiens mais aussi les différentes pratiques qui font la richesse de l'association.

Ouvert à tous, cet événement permettra de mettre en avant les sections qui œuvrent depuis des années à la formation des jeunes.

30 enfants ont été sélectionnés. Ces jeunes ce sont démarqués au sein de leur section sur 3 critères :

- Être engagé dans sa section à travers son fonctionnement, ses événements
- Porter les valeurs de Saint-Bruno, de partage et de cohésion.
- Avoir réalisé des performances, quel que soit le niveau.

Cette soirée vous motive, vous partagez nos valeurs et souhaitez nous aider dans l'organisation ? Vous pouvez faire un don en ligne sur le site de l'association :

<https://www.helloasso.com/associations/union%20saint%20bruno/collectes/les-jeunes-talents-brunosiens-2020>





Interview : Maxence

Peux tu te présenter ?

Je m'appelle Maxence, j'ai 14 ans, je joue au basket à l'Union Saint Bruno et je suis au collège Saint André ; j'habite donc à Bordeaux.

Quel est ton parcours scolaire et sportif ?

J'étais à l'école primaire à Caudéran, au collège Saint André maintenant où ces 4 années là bas se passent bien et puis... voilà !

J'ai commencé le basket à 6 ans donc en CE1 à l'AGJA Caudéran, j'ai bien aimé alors j'ai continué.

J'ai voulu changer de club en sixième pour trouver plus de compétition alors j'ai fais des tests, au Bouscat mais cela ne m'a pas plu, et à Saint-Bruno où je suis finalement resté car je m'y sentais bien.

Qu'est ce que tu aimes dans le basket ?

Moi j'aime tout ! J'ai commencé par le foot mais par rapport au basket il y a beaucoup moins d'actions, alors que dans le basket il y a tout le temps des paniers. Je préfère les sports collectifs quand même. Quand je joue, j'adore dribbler, passer, marquer... tout faire alors c'est un sport qui me convient !

En dehors des entraînements tu fais aussi du basket ?

Ah oui ! Tout le temps !

Même pendant les vacances scolaires j'essaie d'en faire le plus possible, je travaille dur pour m'améliorer le plus vite possible et avec ça et bien... on verra par la suite.

Peux tu nous décrire la saison avec ton équipe des U15 M 1 ?

En début de saison, il y a des nouveaux joueurs qui sont arrivés, et on a tout de suite eu une bonne entente avec eux ; notre groupe vit bien et est assez homogène.

Pour la phase 1 de brassage Nouvelle Aquitaine, de Septembre à Décembre 2019, on a terminé avec 10 victoires et 0 défaite, c'était parfait !!

Maintenant en phase 2 Nouvelle Aquitaine (ou R1), c'est un peu plus dur, on a eu des blessés et 2 défaites d'entrée contre Tresses et l'Élan Béarnais. Mais le prochain match à Lons (01/02/20), on va revenir en forme défensivement et tout faire pour aller à Pomarez (lieu mythique des phases finales).

L'année dernière en R2, cette saison en R1, que peux tu nous dire sur ce championnat Régional ?

Je pense que c'est un bon niveau, avec de bons joueurs en face. J'adore affronter les meilleurs joueurs pour me comparer à eux et devenir plus fort.

Par exemple, par rapport au niveau département D1, c'est beaucoup plus rapide et les qualités basket sont meilleures. On ne retrouve aucun débutant et c'est très intéressant c'est sur !

Parle nous de ton équipe : points forts ? Points faibles ?

Notre point fort c'est sans hésiter la contre attaque car on a des joueurs très rapides et à l'aise pour finir au panier. Par exemple, Hugo va prendre le rebond, moi je vais lancer le jeu rapide après la sortie de balle et je suis toujours sûr qu'il y aura un coéquipier devant à qui je pourrai faire la passe.

Aussi on essaie d'être très intenses en défense.

Par contre il y a encore du boulot sur nos systèmes en attaque et sur notre communication.

Quelles sont tes qualités qui contribuent au succès de l'équipe ?

Je pense que mon explosivité et ma vitesse de jambes aident l'équipe, je me sers beaucoup de ça. Même si je peux faire mieux, j'essaie de communiquer le plus possible et par exemple quand je défend fort et que je suis à fond, les autres me suivent ; mais je prend aussi l'exemple sur mes coéquipiers qui m'apportent beaucoup. J'essaie d'être un leader, d'être irréprochable pour tirer l'équipe vers le haut.

Et aussi, j'essaie de travailler tout le temps, dès que j'ai le temps... sauf quand j'ai des devoirs !

Quel est ton objectif pour la saison ?

Aller à Pomarez et gagner la finale ! Et puis fêter ça après !

Pour finir, 3 mots qui pour toi caractérisent l'Union Saint Bruno ?

Le mental, le sport et on est tous unis, ensemble, liés.



UNION SAINT-BRUNO

SPORT CULTURE JEUNESSE



VENDREDI 15 MAI 2020

À 19H30

AU SIÈGE DE L'ASSOCIATION

Union Saint-Bruno

49, rue Brizard - 33000 Bordeaux

Tél. : 05.56.96.33.53 / **Fax** : 05.56.93.01.65

Courriel : usb@saint-bruno.org / www.saint-bruno.org





L'UNION SAINT-BRUNO PRÉSENTE



Entrée Gratuite
Bar et Snacks
sur place

15/11 Vendredi tout est permis
7/02 Soirée Rétro Gaming
4/04 Clash of School
3/07 Soirée Ciné [Projections & Quizz]
À partir de 19h30

LES VENDREDIS SOIRS
DU CERCLE

■ ÉCHECS

Les équipes de la Section se portent bien ! A la veille de rondes décisives l'équipe de Nationale III et celle de Nationale IV partagent la tête de leur groupe. Peut être une saison avec Montée à la clé ? Suspens...

Côté jeunes, ça marche super bien aussi. Il reste beaucoup de rendez vous d'ici le mois de mai avec de jolies perspectives sur tous les fronts : Scolaires, Équipes, Individuel, nous avons de quoi être heureux ! Nous sommes également gâtés par tous les parents, familles et accompagnateurs de nos jeunes pousses sur toutes les compétitions : vous êtes adorables, organisés et vous répondez présents pour aider les coachs... Un régal. Je crois bien qu'une grande partie de ces bons résultats est grâce à vous.

Et puis un grand Bravo aux joueurs eux-mêmes ! Ils viennent juste de jouer les championnats de Gironde avec 3 titres (Wesley en junior, Mathias en Benjamin, Sohayb en pupille) et 2 podiums (Emma en Benjamine et Victor en Pupille).

Noé, Théo, Milan, Nouaym, Kylian, Léo, Achille, Victor, Aloïs, Sohayb, Mathilde, Mathias, Emma, Naïa, Matthieu Wesley... J'aimerais citer tous les prénoms. Je risque en oublier ! Pardon. L'ancienne école de François Gallice, président de la section était aussi bien représentée et tous les ingrédients d'une belle journée ont infusé.



Quelques uns des héros de la journée.

Enfin, spéciale dédicace pour Vincent, 20 ans, capitaine de l'équipe première, qui a suivi son grand frère Guillaume aux ateliers scolaires en primaire avant de pousser tous les deux la porte du club. Aujourd'hui ils donnent de leur temps pour transmettre aux plus jeunes ; que dire ? Je me souviens même que lors de la première édition des jeunes talents de l'USB, Vincent avait désigné son copain Nathan sans hésiter, car il le « méritait ». En mai, ce sera Sohayb notre jeune talent. L'an dernier c'était son petit frère Nouaym...

Vous avez dit bel esprit de famille ?

Les blancs jouent et font Mat en 4 coups.

Indice : Faites échec !

Solution :
1.Tg8+ Rxh7 2.Fg7+
Rxf8 3.Th8+ Rxf7
4.Dh6 mat



La dynamique de la section football...

2020 marque l'année d'un retour sur la scène régionale pour les footballeurs de l'Union Saint-Bruno. Encore mieux, nos jeunes brunosiens commencent à s'y intéresser.

Une conscience collective doit maintenant être instaurée par l'ensemble des acteurs du club.

Le niveau régional demande une certaine rigueur dans l'investissement de chacun, et surtout, une rigueur dans la gestion de la préparation à la compétition. Le niveau élevé demande une préparation différente et un suivi régulier des séances pour être performant et rester en forme et en bonne santé. Le club est confronté à un nombre conséquent de blessures dans les catégories U15 jusqu'à seniors.

Le club et l'entraîneur des seniors A Vincent Brunet avaient déjà l'année dernière anticipé ce problème en trouvant un partenariat avec le cabinet médical Primerose.

Plusieurs joueurs seniors et jeunes sont suivis et travaillent avec nos kinés pour revenir au top.

Cependant, les joueurs doivent évaluer les risques de blessures et prendre soin de leur corps.

Cela passe dans l'adolescence par un sommeil respecté (les kinés s'accordent à dire que 30 % des blessures sont évitées par le respect du sommeil). L'hygiène de vie, l'alimentation et l'hydratation, boire de l'eau avant, pendant, après la séance et avoir une alimentation saine et équilibrée. Se couvrir pendant les entraînements, beaucoup de joueurs arrivent en séance en t-shirt, et repartent sans prendre de douche. Les maladies arrivent lorsque le joueur fait un effort, transpire, et rentre chez lui en restant plusieurs minutes sans avoir pris le temps de se couvrir ou d'avoir pris une douche. Enfin l'échauffement, beaucoup de joueurs arrivant à l'âge adulte n'ont pas conscience que les muscles se développent et deviennent fragiles sans échauffement. Frapper au but ou accélérer sans habituer son corps à l'effort peut avoir des conséquences sur le long terme.

La présence aux séances : Pour être performant individuellement, il faut être en forme, cela passe par une présence régulière aux séances. Mais la performance individuelle passe obligatoirement sur le long terme par la performance collective. Le meilleur exemple reste Liverpool. Une équipe forte individuellement, mais collectivement prête à tout donner et à se sacrifier pour le collectif.

Le travail tactique à l'entraînement permet d'être performant régulièrement collectivement, donc individuellement aussi.

Nos jeunes ont grandi avec des monstres du football comme Messi et Cristiano Ronaldo. Les médias ont valorisé ces joueurs. Ce sont des cas uniques, comme il y en a très peu dans l'histoire du football. Mais le Messi qui a gagné tant de ballons d'or n'aurait pas pu s'exprimer à sa manière sans des joueurs autour de lui comme Xavi Iniesta Busquet, Dani Alves etc. Un très bon joueur individuel sera performant 2-3 matchs sur 10 (meilleur exemple : Hatem ben Arfa – Jeremy Menez etc.)

Un très bon joueur individuel dans l'esprit du collectif sera performant 9 matchs sur 10 (meilleur exemple : le 11 titulaire de Liverpool).

L'Union Saint-Bruno a des objectifs collectifs : Préparer ses joueurs individuellement et collectivement à être performants sur le long terme...

.../...

■ JUDO-JUJITSU TAÏSO

Cela s'est passé...

Mi-Janvier : galettes des rois pour les pratiquants adultes Taïso Jujitsu Judo.

Avant Noël : remise de grades enfants/adultes et distribution de poches-gâteaux aux enfants.

Fin Janvier : repas de nouvel an des cours adultes.

Encore fin Janvier : 5 diplômés officiels de ceinture noire 1^{er} et 2^{ème} dan. Remis lors de la cérémonie des vœux départementale (promo 2019).

En décembre et janvier :

Maylis Assamoi : championne de Gironde Juniors 1^{ère} division

Reï Mucollari : vice-champion de Gironde Juniors 1^{ère} division

Gaston Lalande : 3^{ème} du tournoi régional Minimes de Dordogne

Alioucha Mcewen : 1^{er} du tournoi régional Seniors ceintures de couleur de Charente

Et plusieurs mini-poussins/poussins/benjamins médaillés au tournoi labellisé de Bassens



En Février : Reï Mucollari, 2^{ème} de la demi finale du championnat de France juniors... qualifié pour la phase finale en Ile-de-France le 1^{er} mars !

Plein d'infos et d'actualités sur notre site
WWW.SAINT-BRUNO.ORG/JUDO-JUJITSU-TAISO

... et sur notre groupe public Facebook
UNION SAINT BRUNO JUDO JUJITSU TAÏSO



■ JUDO-JUJITSU TAISO (suite...)

Gros plan sur... Stéphanie, nouvelle recrue adulte

Maman quarantenaire, Stéphanie Champion foule le tatami de la rue Brizard deux fois par semaine depuis septembre. Son dynamisme, ses progrès et sa volonté à toute épreuve lui ont permis d'obtenir récemment une ceinture jaune bien méritée ! Nous lui avons posé quelques questions afin de comprendre sa démarche et sa motivation.

Comment es-tu arrivée au club, et qu'est-ce qui t'a incitée à te lancer dans la pratique du judo-jujitsu ?

Je connais le club depuis plus deux ans, c'est-à-dire depuis qu'une de mes filles, Louise (7 ans), pratique le judo. J'ai voulu à mon tour découvrir le judo-jujitsu car je prenais plaisir à la regarder et que j'ai toujours aimé le sport. Maintenant que mes filles sont plus grandes, je peux me lancer dans cette nouvelle aventure !

Que t'apporte la pratique des activités que propose la section ?

La pratique du judo-jujitsu me permet de me dépenser, de découvrir des disciplines enrichissantes sur bien des plans. Je termine les séances fatiguée... mais ravie !

Qu'apprécies-tu en particulier dans la section ?

J'apprécie l'ambiance que nous y trouvons. Les professeurs sont à notre écoute et pédagogues. Et malgré les différences de niveau et de gabarit, tous les pratiquants veillent à aider les débutants dans l'acquisition des techniques.

Quels sont tes projets à court terme sur le tatami et dans la section ?

Je n'ai pas de projet très ambitieux. Je vais poursuivre la pratique régulière pour progresser encore, essayer aussi de m'impliquer en tant que bénévole dans la gestion administrative de la section. Dans l'immédiat, le plus important pour moi est de pouvoir concilier ma vie sportive avec ma vie personnelle. Même si cela n'est pas tous les jours aisé, un peu d'organisation et beaucoup d'envie me permettent d'y arriver !

SAM OURAI.



Stéphanie



Taïso janvier



Enfants Ne-Waza



Greg et Stéphanie

■ TENNIS

Hiver pluvieux, tennis malheureux...



Nous avons souvent consulté la météo ces derniers mois. Notre début de saison tennistique a été fortement perturbé par la météo.

Nous avons connu un mois de novembre extrêmement pluvieux et il était difficile, voire impossible d'assurer les cours, en particulier l'école de tennis, qui accueille plus de 400 jeunes.

La ville de Bordeaux met à notre disposition 7 terrains extérieurs, devenus impraticables durant plusieurs semaines.

De plus, les 2 terrains couverts de Mériadeck qui nous sont attribués à certaines heures de la journée étaient en travaux du 30 septembre au 29 novembre. Nous avons été privés d'un terrain couvert durant cette période.

Conjointement, nous constatons une augmentation des effectifs de nos adhérents (plus de 800) justifiée par le développement de la ville de Bordeaux.

Les infrastructures sportives sont insuffisantes pour satisfaire la demande des familles habitant dans le centre de Bordeaux et souhaitant pratiquer le tennis. Nous sommes amenés tous les ans à refuser l'accès au tennis pour des jeunes ou des adultes.

Malgré cela, nos adhérents sont fidèles à notre club et je tiens à les en remercier.

J'espère que la prochaine équipe municipale saura répondre à cette demande afin que les bordelaises et les bordelais puissent continuer de pratiquer le tennis dans de bonnes conditions.

Françoise Campech

Présidente de la section tennis



Assemblée générale

L'assemblée générale de la section tennis s'est déroulée le 18 janvier dernier dans la salle du Patro.



Merci aux adhérents venus assister à cette réunion ainsi qu'aux moniteurs. Après le bilan annuel, le bilan financier et le bilan sportif, des récompenses ont été remises aux jeunes du club et la séance s'est clôturée par un apéritif dînatoire.

TENNIS

(suite...)

Formation juge arbitre d'équipe niveau 1

Les compétitions de tennis se déroulant à Saint-Bruno nous obligent à présent à désigner un juge arbitre. Vu le nombre d'équipes engagées, il était devenu nécessaire que des adhérents suivent la formation.

Une 1^{re} session a eu lieu dimanche 5 janvier dernier à l'Union Saint-Bruno. 2 formateurs de la ligue, Patrick Deyres et Michel Totaro se sont déplacés pour encadrer un groupe de 9 stagiaires. 6 brunosiens ont validé leur formation de juge arbitre d'équipe niveau 1.

Les formateurs ont apprécié la belle salle du Patro et ses équipements.



Comité Départemental de Gironde de Tennis
23 h

Sportivité, convivialité, plaisir de jouer, les smashies ont rempli leur rôle une journée de compétitions entre ados.

- Vainqueur Saint Aubin 1
2/ Saint Bruno
3/ Villa Primrose
4/ Villenave
5/ Agja
6/ Le Pinsan Eysines
7/ Saint Aubin 2
8/ Gradignan



CLASSEMENT COMPLET DES INTERCLUBS LNA 11/12 ANS MILLÉSIME 2020

Filles	Garçons
1 CA Périgueux	1 Villa Primrose1
2 Villa Primrose	2 Stade poitevin
3 US Bouscat	3 CA Périgueux
4 AGJA Caudéran1	4 Villa Primrose2
5 Union Saint Bruno	5 Lagord TS
6 AGJA Caudéran2	6 Union Saint Bruno
7 TC Gradignan	7 US Bouscat
8 TC Luzien	8 Agen SUA



Notre site
www.saint-bruno.org
infos, photos, rendez-vous.

■ NATATION

École de l'eau

Nos jeunes pousses progressent bien, l'ensemble des groupes deviennent de plus en plus homogènes et l'heure des premiers tests fédéraux vont arriver. Déjà lors du premier trimestre une trentaine d'enfants ont obtenu le Sauv'nage lors de la semaine d'évaluation, et le 15 janvier, ils étaient 7 du groupe Requins à commencer les épreuves du Pass'Compétition Natation Course / Eau Libre.

Dans le courant du mois de mars ils seront nombreux à tenter le Pass'Sport de l'Eau, puis on continuera les épreuves du Pass'Compétition afin de pouvoir participer au mois de mai aux Interclubs Avenirs.

Entre temps quelques actions se sont déroulées dans une belle ambiance. Le stage Natation / Multisports des vacances de la Toussaint, à connu un franc succès, comme l'arbre de Noël, qui malgré une faible participation, a été un moment de joie et de partage entre enfants, éducateurs et parents.

Eau Libre

Durant l'hiver, peu d'épreuves, en attendant d'éventuels candidats pour les championnats de nage hivernale. Pour le moment, on se contente d'un 5kms Indoor, c'est Etienne Berges qui a amené à Saint-Bruno son premier titre régional sur cette discipline. Rendez-vous au mois de mai pour le début de la saison et de nouvelles belles performances.

Natation Course

Un premier trimestre positif au vu des premiers résultats, que ce soit au niveau départemental ou régional, l'ensemble de nos nageuses et nageurs progressent. Si le meeting d'Agen, au mois de décembre fut un peu en dedans malgré quelques podiums, les performances commencent à être intéressantes et ils seront certainement plus que prévus aux Championnats Régionaux Hiver d'Angoulême au mois de mars.

On notera au travers des résultats les belles prestations d'Alyssa Lim et Ainhoa Castel chez les filles et de Curtis Chenaf, Étienne Berges et le jeune Mathis Witczak chez les garçons.

Mais comme on sait la saison est longue et ce second trimestre est contraignant, mais indispensable pour bien terminer et atteindre nos différents objectifs. C'est pour cela que lors de la première semaine des vacances de Février, ils seront 8 à partir comme chaque année à Lloret de Mar afin de se préparer au mieux dans notre désormais lieu de stage attiré. Ensuite s'en suivront les Championnats Régionaux.

Du côté des plus jeunes, ils sont pour le moment 3 à être qualifiés pour les Régionaux de leur catégorie. Quitterie, Camille et Samy auront eux aussi rendez-vous à Agen au mois de mars.

L. Ignedo.

union saint-bruno
49, rue Brizard - 33 Bx
05 56 96 96 41

restaurant
PATRO le

Ouvert
le midi
du lundi
au
vendredi

Christophe vous accueille au Patro... le midi ...
...le soir pour repas de groupe (sur réservation) 05 56 96 96 41

plat du jour - menus - menus groupes

■ WATER-POLO FÉMININ ELITE

Elite Dames : un début de saison compliquée



Elite dame



Les jeunettes



N. Héronville

En cette année de préparation olympique, la fédération française de natation a un peu oublié qu'elle était aussi celle des clubs. Le calendrier est donc compliqué avec des mini tournois en début de saison qui voient les quatre meilleures équipes du championnat élite se rencontrer uniquement pour déterminer qui fera les barrages... plusieurs mois sans aucun match et on finira à partir d'avril avec un mini championnat "normal".

La première phase s'est achevée fin décembre dans la difficulté pour notre équipe phare qui clignote de plus en plus difficilement, avec de lourdes défaites face à Nice, Lille et l'équipe de l'Insep. L'opposition est de plus en plus difficile entre les équipes professionnelles et notre jeune équipe en formation.

Ajoutons à cela les blessures de Louise Guillet et de Viviane Kretzman nos fers de lance, il est devenu impossible de rivaliser. On connaît alors les problématiques qui peuvent survenir et gangréner l'accumulation des mauvais résultats : perte de motivation aux entraînements, manque de combativité, mise en cause de l'entraîneur... et bien, on peut observer tout à fait l'inverse, la bonne humeur reste de mise et le collectif s'impose aux éventuelles bisbilles individuelles.

Cela montre bien que si le sport de haut niveau c'est de l'exigence dans la compétition c'est aussi, et notamment pour toutes nos joueuses ce supplément d'âme qui fait une équipe... peut-être pas encore une grande équipe... mais assurément une vraie équipe.

Notre avenir se jouera donc le 22 mars à Paris contre l'Insep, Choisy le roi et Nancy pour déterminer qui restera en poule haute. Les deux premiers resteront dans l'élite.

Au regard des résultats le challenge est difficile mais au regard du courage ... pas impossible !

Nationale 1 Dames

La formation est la marque de fabrique de la section water-polo. C'est notre pauvreté qui fait notre richesse. Quitte à se faire piller par la suite par des clubs plus riches, nous avons toujours préféré entraîner à la découverte de notre sport.

Cette année n'échappe pas à la règle, après un titre de vice-championne de France l'année passée, l'aventure continue pour nos futures championnes sous l'égide de Charlotte Ducouso-Lacaze qui a bien voulu encadrer les filles cette année.

Cette équipe est formée de joueuses expérimentées comme la capitaine Anaïs Saint Martin, Aziliz Lozanne, Eugénie Barrière ou la gardienne Clémentine Roy qui encadrent les jeunes Anna Langeard, Maelise Houllier, Agathe Roumeau, Agathe Julien et Armance Gerard.

Juliette Ribes, Charlotte Ribes, Inès Bensalah, Charlotte Guillout, Lucie Jacques et la buteuse Tatiana Da Cunha également toutes membres de l'équipe première y peaufinent leurs apprentissages.

La première partie du Championnat permet d'espérer un parcours aussi bon que celui de l'année dernière avec les larges victoires contre Héronville 25 -1, 14- 2 et 11 - 4 et Saint Jean d'Angély 10 - 8, 10 - 2 et 12 - 6.

La prochaine étape verra s'affronter notre équipe contre Nancy et Limoges.

S. Hoot De Gueye.

■ WATER-POLO MASCULIN N1

Saint-Bruno aux avant-postes...

Nous savions qu'avec le maintien en poche la saison dernière, notre équipe allait gagner en maturité. Le début du présent exercice le prouve. En virant à la seconde place du classement général à l'issue du mois de janvier, notre équipe est en train de réaliser une saison remarquable, la meilleure si l'on considère les 20 dernières années de l'équipe fanion masculine. Intraitables à Judaïque avec des succès contre Grenoble (19-10), Moulins (16-10), Livry-Gargan (8-6), Givors (12-11) et Denain (13-8), nos joueurs ont eu la bonne idée d'aller s'imposer à Harnes (12-17) et à Saint-Jean d'Angély (10-15). Si le bilan est indiscutablement positif, alors que nous sommes presque à mi-championnat, les défaites concédées à Mulhouse (12-7) et à Aix-les-Bains (24-6) indiquent que notre formation reste tout de même friable à l'extérieur. La débâcle savoyarde a d'ailleurs été difficile à digérer pour Mathéo Streiff (en photo) et ses coéquipiers. L'intersaison estivale avait été fructueuse avec l'arrivée de Jonathan Melet et les retours de Nestor Lincheneau et de Robin Bochet, la seconde période de transfert, qui court durant le mois de janvier, a vu l'arrivée de David Heinrich, un gaucher franco-hongrois qui évoluait en Élite à Montpellier la saison passée, et de Bastien Ceriani, l'un des anciens gardiens de Taverny. Alors que le premier va apporter son expérience du haut niveau sur le flan droit « vertetblanc », le second va permettre au staff de disposer d'un gardien lors des entraînements tout en palliant une éventuelle indisponibilité d'Olivier Aulas dans les buts. Patrice Pecqueur et Xavier Zenoni, nos entraîneurs, ont intégré dans le groupe N1, cette saison encore, quelques jeunes joueurs « made in Saint-Bruno ». C'est ainsi que Sylvain Lagarde, Baptiste Siguret, Raphaël Streiff et Victor Denoyés apparaissent régulièrement sur les feuilles de matchs, Sylvain Lagarde ayant pleinement contribué à la victoire face à Givors lors de la dernière rencontre de l'année 2019. L'avenir se prépare dès maintenant ! Le public, qui répond désormais présent à chaque rendez-vous à la piscine Judaïque-Jean Boiteux, attend la suite de la saison avec gourmandise. Une saison au terme de laquelle notre équipe s'est fixée comme ambition principale de prendre une place sur le podium.

Classement au 24 janvier 2020, après 9 journées : 1. Aix-les-Bains : 27 pts, 2. Union Saint-Bruno : 21 pts, 3. Livry-Gargan : 18 pts, 4. Racing Club de France : 16 pts, 5. Taverny : 15 pts, 6. Givors : 12 pts, 7. Mulhouse et Harnes : 11 pts, 9. Grenoble : 10 pts, 10. Denain : 9 pts, 11. Moulins : 7 points, 12. Saint-Jean d'Angély : 0 pt.

Bruno Baldanlo.



■ WATER-POLO Jeunes

U11 : les moins de 11 ans

Les 2009/2010 issus de l'école de polo et natation s'entraînent :

- les mercredis de 17h à 18h et
- les samedis de 10h à 11h15

L'Union Saint-Bruno commence un nouveau cycle dans cette catégorie, l'animation apportée par Olivier tous les mercredis de 17h à 18h et le samedi de 10h à 11h15, engendre un engouement intéressant, les petits jeunes nageurs font leurs premiers apprentissages du jeu avec ballon, une dynamique s'installe, avec des parents ébahis, encourageant leur progéniture à marquer des buts.

Prochain tournoi plateau
Le 9 février à Angoulême.

Tournois par équipes de clubs
Le 22 mars à La Rochelle.
Le 5 avril à Limoges.
FINALE LE 21 MAI À ANGOULÊME.

Championnat Ligue Aquitaine, l'Union Saint-Bruno joue la carte « Formation ».

Responsable Anass Chadly.
Entraîneurs : Anass Chadly / Louis Perrin.



U13 : les moins de 13 ans

Championnat Ligue Aquitaine, l'Union Saint-Bruno joue la carte « Animation ».

Responsable Anass Chadly.
Entraîneurs : Olivier Aulas / Anass Chadly / Yann Rossignol.



Issus de l'école de l'eau de Saint-Bruno, et de la section sportive, les U13 ont participé à deux tournois. Une quinzaine de joueurs ont répondu présents à ces rendez-vous. Notre équipe a gagné le premier tournoi à Limoges et s'est classée seconde au deuxième tournoi.

La Rochelle et Loudun sont les équipes favorites de ce championnat ligue Aquitaine, Saint-Bruno en équipe mixte va essayer de se mesurer à ces deux leaders pour créer la bonne surprise. Les entraîneurs et les joueurs sont motivés pour ce challenge et le résultat viendra grâce au travail, l'envie de gagner et la joie d'être ensemble.

Devise de Saint-Bruno Bordeaux : En vert et avec tous !

Prochain tournoi
9 février journée détection, rassemblement à Limoges le 21 mars.
FINALE LE 8 MAI À LOUDUN.

.../...

■ WATER-POLO

Jeunes (suite...)

U15: les moins de 15 ans



Championnat Grand Ouest, l'Union Saint-Bruno joue la carte « Performance »

Responsable : Anass CHADLY
Entraîneur : Anass CHADLY/Bertrand GONZALEZ/Jean Philippe HOCHET

Nos U15, premiers l'année dernière en championnat ligue Aquitaine, sont engagés cette année dans la poule « Excellence » avec, La Rochelle et Saint Jean d'Angely dans une nouvelle formule: Championnat ouest avec Granville, la sélection Loire atlantique, Laval et Angers

Notre équipe espère décrocher la première place pour participer au tournoi pré-national en Mai et pourquoi pas jouer les phases finales nationales.

Raphaël Gonzalez, Thésé Throuillé, Paul Delpech, Louan Hochet, Cyprien Gaudin, Jawhara Adann et les plus jeunes : Lartigaut Paul Lartigaut, Enzo Da Costa, Ruben Ibarroule et Grand Clément Raphaël ne manquent pas d'envie et d'esprit combatif pour aller chercher le Graal, alors souhaitons leur bon courage.

U17 : les moins de 17 ans

Championnat Ligue Aquitaine, l'USB joue la carte « Performance »

Après 2 tournois, Nos U17 sont 2ème derrière Saint-Jean d'Angely l'équipe leader dans cette catégorie, nos U17 ont accroché l'équipe de Saint-Jean sur un match plein de rebondissements lors du tournoi à la Rochelle Sylvain, Baptiste, Victor et Jonas ont apporté leur volume de jeu et puissance grâce aux entraînements effectués avec l'équipe N1 messieurs. Paul, Raphaël, Thésée, Cyprien et Louan (joueurs en U 15ans) apportent la sécurité et le maintien de l'intensité du jeu.

C'est un bon challenge pour cette équipe qui a toutes les chances cette année de remporter ce championnat de la ligue aquitaine U17.

prochain tournoi

2 février	Bordeaux
16 février	St Jean d'Angely
22 mars	Limoges
29 mars	Bordeaux
12 et 13 avril	St Jean d'Angely



SÉLECTION RÉGIONALE Garçons

Les stages de préparation des sélections régionales pour les coupes de France auront lieu pendant les vacances d'avril au Creps de Poitiers.

20 au 24 avril 2020 pour les garçons U15
27 avril au 1er mai garçons U13
6 au 10 juillet pour les garçons U13.

Cette année, pour les sélections régionales, l'équipe technique de Saint-Bruno proposera 7 joueurs en U15 :

Gonzalez Raphaël, Trouillé Thèse, Delpech Paul, Hochet Louan, Gaudin Cyprien, Grand Clément Raphaël, Jawhara Pinner Adann.

4 joueurs en U13 : De Pous Enguerrand, Denoyes Martin, Caboche Romeo, Chicportiche Joris.

Espérant qu'ils soient tous sélectionnés pour représenter la région ligue aquitaine et Saint-Bruno (En vert et Avec Tous).

A VOS AGENDAS...

LUN 2 AU
VEN 6 MARS

Stage Comédie
Musicale

WWW.SAINT-BRUNO.ORG

SAM 14 MARS

Théâtre



SAMEDIS

Samedis en famille

> 10H00/12H00
14 mars / 4 avril / 16 mai
Ateliers en famille

Salle J12/J13
Union Saint-Bruno



DIM 15 MARS

Les Sans-Soucis à
Luxey

> 15H00



VENDREDIS

Balades en Patrimoine

15 mars / 10 avril / 15 mai

La Sauve Majeure
La Prade
Cussac-Fort-Médoc

VEN 20 MARS

Printemps des Poètes

> 19H

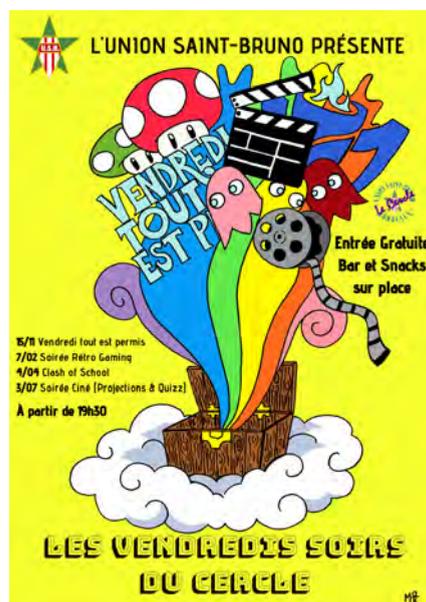
Au Foyer-Bar
Union Saint-Bruno



LES VENDREDIS

Le Cercle

> 19H30
Union Saint-Bruno



AVRIL

Stages

> 4 avril / stage Sophrologie

> du 20 au 24 Avril /
stage Couture enfants-ados

> du 20 au 27 Avril /
stage cinéma

Union Saint-Bruno

VEN 15 MAI

Soirée Jeunes Talents

> 19H30



AVENIR (n.m): IMMENSE ESPACE QUE L'ON A DEVANT SOI.

ex : "À la Caisse d'Épargne, nous pensons que le métier de banquier consiste aussi, et peut-être surtout, à vous permettre de regarder le plus loin possible."



CAISSE D'ÉPARGNE
LA BANQUE. NOUVELLE DÉFINITION.

0000 - 5431000 - 3. Banque et de services financiers au capital de 100 742 230 000 € - Siège social : 30, avenue René-Monod - Place F. Mitterrand - 33000 Bordeaux - France - RNS 442 013 - RCS 442 013 - SIREN 442 013 0001 - Photo: Comma, Nancy

