L'HEBDO'ROC

17 JANVIER 2018 | NUMÉRO #10

Les résultats des matches *du Week-end du 13-14 Janvier 2018*

N3F Victoire à Marmande 28-35
-18G France Victoire contre Limoges 22-21
-18G Exc. Défaite à gaillards 28-25
-15F Défaite à Ouest Tarn 30-15
-11G ROC1 Défaite à d'Espalion 28-15
-11G ROC2 Défaite à St Affrique 26-6
-11F Victoire à Espalion 3-14

A vos agendas Les matches *du 20-21 Janvier 2018*

Samedi à domicile :
N3F match contre Bordes à 18h30 à l'Amphithéâtre,
-18M Exc. match contre Albi à 19h aux Glycines,
-15M Exc. match contre Pays de Nestes à 17h aux Glycines,
-15M Hon. match contre Figeac à 15h aux Glycines,
-13F ROC1 match contre Hand Levezou à 11h30 aux Glycines,
-11M ROC1 match contre Millau à 12h15 à La Roque,
-11M ROC2 match contre Espalion à 11h à La Roque,
-11F match contre Millau à 13h15 aux Glycines,
-9F&M plateau de 13h à 17h à l'amphithéâtre.

Samedi à l'extérieur :
Prénat. S2 match à St Affrique à 21h,
S3 match à Baraqueville à 20h30,
-13M ROC1 match à St Affrique à 17h.

Dimanche à domicile :
-18F France match contre Palais sur Vienne à 16h à l'Amphithéâtre,
-13M ROC2 match contre Albi à 14h à l'Amphithéâtre,
-13F ROC2 match contre Cahors à 12h à l'amphithéâtre.

Dimanche à l'extérieur :
-18M France match à Tournefeuille

TOP NEWS INSIDE

- Les Gros Titres
- Les Résultats Du Week-End
- Les Potins Nationaux
- Côté Partenaire / Licenciés
- Les Événements du Club
- Les Portraits De La Semaine

Les joueuses du Roc en forme

Marmande 28 — ROC Aveyron handball 35
(Mi-temps : 18-16)
Pour Marmande : Méghan Carrié (3), Emma Ducos (5), Sabrina Legenty (6), Juliette Martin (6), Marie Pinet (2), Cléo Seailles (4), Léna Sogno (2).
Pour ROC : Yelena Calmes (8), Anaïs Carlet (1), Virginie Causse (7), Mélanie Cosson (1), Noëlle Guibert (4), Laura Kouby (4), Emma Proenca (4), Estelle Sabuquet (4), Alexia Sempéré (2).

« C'est notre plus belle victoire de l'année », affirmait le coach David Mazars, en fin de rencontre. En effet, les Ruthénoises, en se rendant sur le parquet de Marmande, devaient tout donner pour obtenir la victoire. Les filles de Marmande, classées juste en dessous des Aveyronnaises, avaient la motivation de gagner ce match de rentrée et ainsi monter dans le classement. Dès l'entame de la rencontre, les locales se montraient impitoyables et les Ruthénoises balbutiaient leur handball. Fortes de ce déséquilibre, les Marmandaises prenaient le large au score. À la pause, la marque était de 18 à 16. David Mazars changeait alors de tactique et lorsque ses joueuses revenaient sur le parquet après la pause, c'est un tout autre jeu qui était fourni. Avec une Virginie Causse en forme et la jeune Yelena Calmes, le groupe de David Mazars reprenait de la force et surtout réussissait à réduire la marque. Un quart d'heure avant la fin de la rencontre, les deux équipes étaient dos à dos, 23 à 23. Sur une dernière impulsion, les Ruthénoises passaient devant et réussissaient à obtenir une précieuse victoire. « Nous avons eu très chaud et nous nous sommes posé de nombreuses questions en première période. Heureusement que notre gardienne a su gérer les tirs adverses. Mon changement de tactique pour la deuxième période a été payant. Cette victoire est précieuse pour nous car elle va permettre de nous donner un second souffle pour la suite de la saison », ajoutait le coach ruthénois.

Les joueuses du ROC ont mis de la détermination pour gagner ce week-end/DDM.CM

Lundi 15 janvier 20

Lire l'article de Centre Presse en dernière page

LES POTINS NATIONALE 3

SAMEDI, MATCH À DOMICILE

Capitaine au rapport "Notre effectif est en train de devenir un vrai collectif"

"Après notre belle victoire la semaine dernière sur Marmande (35 à 28), nous avons envi de voir ce que vaut notre équipe face au haut du tableau de N3. En effet, Bordes n'a perdu qu'un match cette saison et se classe 2eme. De plus, notre effectif évolue : depuis quelques semaines, le retour d'une ancienne et l'intégration de jeunes -18f aux entraînements et aux matchs ont permis de donner une nouvelle dynamique au groupe. Notre effectif est en train de devenir un vrai collectif, et nous avons à cœur de montrer cette évolution sur le terrain samedi face à une adversaire mieux classé. Cette opposition nous permettra également de nous situer par rapport au niveau de jeu que nous pouvons espérer la saison prochaine si nous poursuivons des résultats nous permettant de monter en N2 (les 8 premières équipes du championnat accèdent au niveau supérieur cette année)" Virginie Couderc

NATIONALE 2 MASCULINE

REPRISE ACTIVE POUR LES HOMMES DE JULIEN DEMETZ

Après la trêve hivernale, du 26 décembre au 8 janvier, trêve néanmoins active, "chacun a pu se reposer, soigner ses bobos mais aussi entretenir sa forme chez notre partenaire MOVIDA, avant la reprise collective du 8.

Retour sur le parquet de l'amphithéâtre le samedi 27 janvier 2018; Notre équipe première se prépare avec une série de matches amicaux; mercredi 17 janvier ROC vs Espalion, 21h au DOJO - Rodez

DU HAND POUR TOUS LES AGES !

1ère Journée « Hand Pour elles » en Aveyron : du hand pour tous les âges !

L'année 2018 sera une année Handballissime avec, en bouquet final début décembre 2018, l'Euro féminin EHF en France.
Tout au long de l'année auront lieu des événements Handballissime et Hand Pour Elles partout en France et aussi en Aveyron.

Cette année Handballissime commencera en Aveyron
le samedi 20 janvier 2018 à l'amphithéâtre de Rodez.

Pour cette première journée Hand Pour Elles en Aveyron, le Comité de Handball de l'Aveyron et le ROC Aveyron Handball vous proposent un programme de découverte du handball pour tous les âges :

- **Plateau de mini-hand -7 ans et -9 ans** (de 13h30 à 17h30) : pas moins de 18 équipes, dont 6 entièrement féminines, s'affronteront lors de ce tournoi.
- **Stand photographie** pour les équipes jeunes avec la distribution des carnets #HANDBALLISSIME (de 13h30 à 16h)
- **Initiation au HandFit** (séances à 14h et 15h) : discipline Plaisir-Santé-Bien être ; inscriptions sur place
- **Match de N3 féminine** (à 18h30) : ROC Aveyron Handball / Bordes Sport
- **Démonstration de BabyHand** (à la mi-temps du match de N3 féminine)

INITIATION GRATUITE HANDFIT

Année **HANDBALLISSIME**

Cette année 2018 sera une année handballissime avec, en bouquet final début décembre 2018, l'Euro féminin EHF en France. Tout au long de l'année auront lieu des événements Handballissime et Hand Pour Elles partout en France et notamment en Aveyron.

Le Comité de Handball vous convie à la 1ère journée aveyronnaise le samedi 20 janvier 2018.

Elle se déroulera à l'Amphithéâtre de Rodez, avec au programme :
- un **plateau -9 ans** (de 13h30 à 17h30) où pas moins de 18 équipes, dont 6 féminines, s'affronteront
- 2 séances de **HandFit** (14h et 15h), discipline Plaisir-Santé-Bien être
- un match de **N3 féminine** (à 18h30) : ROC Aveyron Handball / Bordes Sport

Les Présidents de clubs sont conviés à une réunion de 16h à 18h.

Vous pouvez nous rejoindre à tout moment ; une arrivée à 15h permettrait de mettre en valeur toutes les activités et les personnes présentes. Afin de vous recevoir dans les meilleurs conditions, une réponse serait souhaitable auprès du Comité de Handball de l'Aveyron au 05.65.78.04.16 ou à 6112000@ffhandball.net.

Nous vous prions d'agréer l'expression de nos meilleures salutations sportives,

Journée organisée par ROC Aveyron Handball **et** Comité Aveyron FFHandball

ROC AVEYRON HANDBALL
53 route d'Espalion 12850 Onet le Château
Ludivine CHATELAIN-NOUIOUA
Responsable Commerciale/Communication
Contact: com-roc@outlook.com, www.rochandball.

CRÉDITS PHOTOS : DENIS ESPITALIER

Les joueuses du Roc en forme

Marmande 28 —
ROC Aveyron handball 35
(Mi-temps : 18-16)
Pour Marmande : Méghan Carrié (3), Emma Ducos (5), Sabrina Legenty (6), Juliette Martin (6), Marie Pinet (2), Cléo Seailles (4), Léna Sogno (2).
Pour ROC : Yelena Calmes (8), Anaïs Carlet (1), Virginie Causse (7), Mélanie Cosson (1), Noëlle Guibert (4), Laura Kouby (4), Emma Proenca (4), Estelle Sahuquet (4), Alexia Sempéré (2).

»C'est notre plus belle victoire de l'année », affirmait le coach David Mazars, en fin de rencontre. En effet, les Ruthénoises, en se rendant sur le parquet de Marmande, devaient tout donner pour obtenir la victoire. Les filles de Marmande, classées juste en dessous des Aveyronnaises, avaient la motivation de gagner ce match de rentrée et ainsi monter dans le classement. Dès l'entame de la rencontre, les locales se montraient impitoyables et les Ruthénoises balbutiaient leur handball. Fortes de ce déséquilibre, les Marmandaises prenaient le large au score. À la pause, la marque était de 18 à 16. David Mazars changeait alors de tactique et lorsque ses joueuses revenaient sur le parquet après la pause, c'est un tout autre jeu qui était fourni. Avec une Virginie Causse en forme et la jeune Yelena Calmes, le groupe de David Mazars reprenait de la force et surtout réussissait à réduire la marque. Un quart d'heure avant la fin de la rencontre, les deux équipes étaient dos à dos, 23 à 23. Sur une dernière impulsion, les Ruthénoises passaient devant et réussissaient à obtenir une précieuse victoire. « Nous avons eu très chaud et nous nous sommes posé de nombreuses questions en première période. Heureusement que notre gardienne a su gérer les tirs adverses. Mon changement de tactique pour la deuxième période a été payant. Cette victoire est précieuse pour nous car elle va permettre de nous donner un second souffle pour la suite de la saison », ajoutait le coach ruthénois.

Les joueuses du ROC ont mis de la détermination pour gagner ce week-end/DDM.CM

Lundi 15 janvier 20