



LE BADAZINE DU HAC

Tournoi



NUMÉRO 5

FEVRIER 2024

AU PROGRAMME DE VOTRE
MENSUEL CE MOIS-CI

L'édito / Retour sur le tournoi / les Dép jeune / L'interview / l'Hactu du club

L'EDITO

Tournoi



L'année 2024 a commencé sur des chapeaux de roues au Hac Badminton avec l'organisation réussie du 5eme tournoi du club grâce à l'ensemble des bénévoles (video en page 6) puis la semaine suivante avec les supers résultats des jeunes d'Aurelie et sa bande aux départementaux, avant un stage d'une journée avec Maxime Renault pour les joueurs classés R+ !

Bonne lecture dans Ce nouveau numéro de votre Badazine !

L'interview du jour : Aurelie Martin, Qui es-tu ?



- **Bonjour Aurelie, tu es très investies au Hac, tu as toujours baigné dans le Badminton ?**

Depuis que j'ai mis le pied dedans en Unss au collège de Lillebonne je n'ai plus jamais lâché la raquette ! Et même si j'ai arrêté de jouer pour devenir une marathoniennne, le badminton reste ma passion et j'adore la partager.

- **D'où ta reconversion en tant qu'entraîneure.**

Au départ j'entraînais uniquement avec mon expérience de joueuse et ma pédagogie de prof (pour ceux qui ne le savent pas, je suis prof de SVT!) puis j'ai voulu me perfectionner et je me suis formée avant de passer mon CQP (*certificat de qualification Professionnelle*) avec la ligue du Nord. Carte professionnelle en poche, j'ai même pris l'an passé la décision de prendre un temps partiel dans mon travail (il n'est pas question d'arrêter mon métier que j'adore aussi!) pour m'investir davantage au club avec de l'énergie au collège comme au gymnase!

- **Énergie que tu partages avec tes 2 acolytes !**

Oui et heureusement qu'ils sont là car on entraîne sur 5 créneaux : les créneaux jeunes élite, les minibad/poussins pour les petits qui débutent, le créneau ados et adultes loisirs. A 3 on personnalise un peu plus les entraînements. Clément m'aide pour le créneau Élite et Ados du mercredi. Et Richard pour le créneau des plus petits. Il assure également l'entraînement du vendredi. Ce n'était pas forcément facile de prendre nos marques au début, mais maintenant on est rodés, on est tous les 3 sur la même longueur d'onde !

J'en profite pour remercier les parents aussi qui s'impliquent et sans qui rien ne serait simple. J'essaie de me déplacer régulièrement aux compétitions mais il y en a tellement que ce n'est pas évident d'autant que j'essaie de garder un peu de temps pour aller voir jouer Timéo.

- Gères-tu ces différents groupes de la même manière ?

L'attente est très différente selon le public. J'essaie d'apporter ce que les joueurs viennent chercher. Avec les adultes : conseils techniques, convivialité, remise en forme, détente (ainsi que le rituel de l'apéro avant les vacances !) le groupe est sympa. Avec les plus petits, de la technique dès le départ ! On fait des tas d'exercices, des jeux. Mon seul objectif c'est qu'ils accrochent tout en acquérant les bases. Certains s'orientent ensuite vers du loisir (les ados sont toujours aussi nombreux donc semblent s'y plaire!) et d'autre deviennent accros et viennent 3-4 fois la semaine pour devenir de futurs champions.

- Dirais-tu que l'on entraîne comme on est ?

C'est vrai que j'ai toujours adoré m'entraîner. Je suis une bosseuse. Ma devise : « qui peut le plus peut le moins » !!! Quand on veut être un champion, il faut s'en donner les moyens! L'exigence est au RDV! Avec les jeunes compétiteurs on passe beaucoup de temps ensemble, et c'est important que ce soit des moments sympas mais efficaces. Comme j'aime leur dire : « tant que le volant n'est pas au sol, le point n'est pas perdu »!. D'ailleurs le groupe est super et ils progressent tous énormément, j'en suis très fière!

Palmarès:

Joueuse n°16 française.

Interclub : N2/3 à Lillebonne puis Top 12 à Maromme

Vétéran : championne France 3 années d'affilées en DD,

2eme en mixte et bronze en simple

vice-championne d'Europe en simple au Portugal !

Résultats Départementaux jeunes :

EN DOUBLE

- _ DH poussins : Pacome et Sacha champions 🏆
- _ DD minimes : Margaux et Lina vice championnes 🥈 et Sidonie et Philippine 3eme place 🥉
- _ DD juniors, Chloé et Emma championnes 🏆

EN MIXTE :

- _ Philippine et Gabin, champion 🏆
- _ Margaux et Evan vice champion départemental 🥈

EN SIMPLE

- **minime** : Phillipine championne 🏆 et Margaux : demi finale, Sidonie et Lina : quarts et Sarah gagne un match 🏆
- **poussin** : Pacome vice champion 🥈 Sacha demi-finale Tristan : quarts.
- **junior** : Chloé, vice championne 🥈 Simon et Emma : un match gagné 🏆
- **cadet** : Leonie : demi-finale et Martin : quart de finale et Augustin gagne un match 🏆



Merci aux parents et aux coachs

Bravo aux participants du RDJ de Montivillers



L'HACTU du club...en vrhac



Le Havre Infos DU MERCREDI 10 JANVIER AU MARDI 13 FÉVRIER 2024 **SPORTS** 21

A 16 ans, Timéo est un espoir du badminton français

Originaire du Havre, Timéo Ternon, 16 ans, fait partie des dix meilleurs joueurs de badminton de sa catégorie. Rencontre avec cet ado qui veut vivre de sa passion.

Chez les Ternon, le badminton, c'est une affaire de famille. Sylvain, 34 ans, a été n°5 français. Son petit frère, Timéo, fait déjà partie des dix meilleurs de sa catégorie, à seulement 16 ans. L'adolescent originaire du Havre est le mieux classé de son club, le HAC Badminton. Il a surtout remporté plusieurs fois le championnat de Normandie en simple et en double, depuis 11 ans qu'il pratique ce sport.

On l'aura compris, Timéo Ternon est tombé dedans quand il était petit. Mais pas de potion magique au petit dej. Son secret ? Le travail. « C'est un bosseur, confie son père, Hervé. Je suis obligé de l'arrêter pour son intégrité physique. » C'est son papa qui l'entraîne, sept jours sur sept, par fois même deux fois par jour ! Si Timéo était à Ibiza il y a trois semaines, ce n'était pas pour fuir la bise normande et se dorer la pile au soleil. Sur l'île espagnole, il a remporté une compétition internationale en double en U17.

« Les JO ? Ce serait exceptionnel » Il faut dire que, si son manque de puissance peut le pénaliser à l'heure de marquer, ce n'est pas évident de lui mettre un point. Timéo court partout, et vite, sans s'arrêter. Il a aujourd'hui un niveau N2 (deuxième échelon national) et bosse comme un acharné pour réaliser son rêve.

« De plus en plus de monde arrive à vivre du badminton, j'aimerais le faire aussi, assure-t-il en reprenant son souffle après son entraînement. Je veux aller le plus loin possible. Les JO ? Ce serait exceptionnel. » C'est possible d'en vivre, mais il faut aller très haut, relativise son père. Les gens de son niveau sont déjà dans des pôles. On essaie de maintenir son niveau. »

L'ado avait tenté d'entrer dans le pôle espoirs de Caen, mais il battait déjà les joueurs. Il a donc préféré rester au Havre pour l'instant. Mais arrivera un moment où il risquera d'aller nourrir ses ambitions ailleurs. « Ça dépend de si le HAC met les moyens pour aller chercher des joueurs ou pas », glisse Hervé Ternon.

En attendant, Timéo s'éclate à dégommer des volants et c'est bien ça l'essentiel. Prochain objectif tout de même : un tournoi national, le 6 janvier 2024, à Rennes.

Victor Massias

la vidéo du tournoi:

Un grand club ne vaut que par ses membres et c'est grâce à eux, à vous que ce 5eme tournoi a pu avoir lieu ! Alors cliquez pour voir la vidéo !

Prochainement :

- départementaux adultes le we du 3/4 février
- interclubs :

la N3 joue un match contre un concurrent direct le samedi 10 février à MG !

Venez nombreux !



L'ex FaceBook Public du Hac n'est plus...place au nouveau! Cliquez et invitez les non-membres du club à en faire parti pour avoir des News!
Objectif: dépasser les 150 followers d'ici la fin d'année!

PLATEAU MINIBAD
 Minibads et Poussins débutants

Adresse Gymnase Mont Gaillard 41 Av. du Mont Gaillard, Le Havre	Date 10/02/2024 13h-15h
Contact roxane.cerize@gmail.com	Activités Ateliers + matchs Goûter + cadeau de participation
Inscription www.badnet.org	Qui? Tout participant licencié peut inviter un.e ami.e.s

Gratuit + cadeau

*Le préciser lors de votre inscriptions en commentaire

Un neveu, un cousin ou tout autre enfant a fait découvrir le Badminton ? La fête du minibad est pour eux !

L'image du mois

Encore une fois l'équipe de D3 des "ados du mardi" d'Herve ont fait preuve d'originalité après leurs victoires en interclub le we du 27/28 janvier . Vous les reconnaîtrez tous aisément sur l'image !

