

FOOTBALL FÉMININ CÉBAZAT SPORTS

# Le ballon rond au féminin



En France, plus de 61 000 filles pratiquent le football, dont 2 200 en Auvergne. Le Puy-de-Dôme, avec 830 joueuses, marque une progression annuelle de plus de 10 %. 7 clubs dans le département ont des équipes de jeunes et 31 ont des équipes d'adultes.

Créée depuis trois ans, la section féminine de Cébazat Sports possède désormais 3 équipes ("débutantes", "benjamines", "13 ans"), soit 30 jeunes filles âgées de 6 à 16 ans. Comme les garçons, elles s'entraînent toutes les semaines (deux fois pour les grandes) et participent à des compétitions le week-end.

Il n'existe pas encore de championnat exclusivement féminin, donc les filles disputent des championnats contre des équipes masculines.

Des compétitions spécifiques réunissent occasionnellement les équipes de la région, comme la Coupe de France 16 ans ou la Coupe de France 13 ans. Une joueuse du club, Fiona Bellime, a disputé l'an dernier la finale du Championnat de France "13 ans" des districts avec l'équipe du Puy-de-Dôme.

Cébazat Sports cherche à augmenter ses effectifs et tout particulièrement pour les filles nées en 1999 et 1998 pour constituer une équipe poussines.

D'autre part, il est probable que



le club constitue l'an prochain une équipe adultes pour disputer un championnat exclusivement féminin.

**Contact : P. Levadoux - 04 73 24 78 32.**

## Centre d'accueil féminin

Le club fait partie des six clubs du département agréés par la Fédération française de football pour être centre d'accueil féminin. Les éducatrices et éducateurs du club animent une fois par mois une séance d'entraînement destinée aux jeunes filles des clubs du secteur, mais surtout aux jeunes filles qui souhaitent faire un essai (gratuit), pour mieux appréhender ce qu'est le football en club et, pourquoi pas, s'inscrire dans l'un d'entre eux.

**Prochaine séance :** mercredi 19 décembre à 16 h au complexe sportif.

## La Coupe de France 16 ans...

C'est au complexe sportif de Cébazat, devant plus de 300 personnes, que 8 équipes auvergnates se sont disputé le droit de représenter la région au niveau national, en football féminin moins de 16 ans. Les équipes de Nord-Allier et Le Puy ont obtenu les deux premières places qualificatives. Plus que la compétition, les spectateurs non avertis ont pu se rendre compte du niveau de jeu de certaines joueuses, qui n'ont rien à envier à leurs homologues masculins.

**Retrouvez toutes les infos du club sur [cebazat-sports.sporama.fr](http://cebazat-sports.sporama.fr).**

## AMICALE LAÏQUE

### Le yoga, union du corps et de l'esprit

L'amicale laïque proposait le 17 novembre un stage de perfectionnement en yoga, qui a accueilli une trentaine d'adeptes, débutants et confirmés. Animé par Marie-Pierre Boudeaud, professeur diplômée à la section yoga et par Marie-Aline Blancher, ce stage avait pour thème les bases du yoga : "Comment les appliquer dans la vie quotidienne ?"

Les participants ont découvert de nouveaux éléments sur cette pratique ancestrale, qui est revenue au goût du jour avec ferveur. Cette discipline a été représentée dans sa globalité, vantant ses bienfaits et sa capacité à redonner un bon équilibre physique et mental, nécessaire au contrôle du stress et des émotions. Marie-Pierre Boudeaud décrit le yoga comme "un art d'unir le corps et le mental".

Différents exercices basés sur des postures du corps pour l'équilibre et la souplesse ou encore sur la respiration et le souffle ont permis aux participants d'acquérir de nouvelles techniques qu'ils peuvent reproduire chez eux, pour aspirer au calme ou à la détente.

Les animatrices ont beaucoup travaillé sur la précision des gestes, leurs fonctions, sur la relaxation profonde et sur le mental.

Chacun est sorti régénéré et détendu de ce stage très instructif.

**Renseignements**

auprès d'Andrée au 04 73 25 28 72  
ou Christiane au 04 73 25 06 68.

