



# FULL & LIGHT

## MARDI GRAS - Février 2013

### Déguisés pour boxer



S'amusant tout en s'entraînant. Ce fut possible cette semaine...

**E**n cette semaine de mardi gras, l'association Full & Light proposait de venir s'entraîner déguisé. Praticants et entraîneurs jouaient le jeu : vampire, pirate, agriculteur, clown, mousquetaire, tigre arrivaient sur les tatamis, avec pour principal objectif de s'amuser tout en enchaînant coups de poing et coups de pied. À la fin des cours, l'association offrait aux licenciés et à leurs familles un goûter composé de crêpes, gaufres, jus de fruit... et tous étaient ravis de ce moment d'activité carnavalesque à l'initiative de Stéphanie et David Rivera, entraîneurs au club. □





# FULL & LIGHT

## CHAMPIONNAT REGIONAL - Février 2013



### CHAMPIONNAT RÉGIONAL 2013

**SAMEDI 16 FÉVRIER**  
**VILLEFONTAINE (38) - GYMNASSE J. ANQUETIL**  
 90 AVENUE DES PINS

**LIGHT CONTACT**  
**PUPILLES À BENJAMINS**  
 PESEÉ : 9H-9H30  
 COMBATS : 10H00

**MINIMES À JUNIORS**  
 PESEÉ : FIN À 12H  
 COMBATS : 12H30

**SENIORS ET VÉTÉRANS**  
 PESEÉ : FIN À 14H  
 COMBATS : 14H30

**PRE-COMBAT, FIRST FULL, FULL CONTACT**  
 PESEÉ : FIN À 16H30  
 COMBATS : 17H

**ENTRÉE : 5 €**  
**GRATUIT -10 ANS**

**BUVETTE**  
**PETITE RESTAURATION**

**OSTÉOPATHIE**  
 POUR LES COMBATTANTS,  
 COACHS ET SPECTATEURS

**CLOTURE INSCRIPTIONS LE 8 FÉVRIER**  
 LIGUE RHONE ALPES DE FULL CONTACT  
 06 84 71 42 11  
 ligue.rhonealpes.fullcontact@gmail.com  
<http://club.quomodo.com/ligue-rhone-alpes-full-contact>

## “Full & light” : cinq jeunes au championnat national

Les compétiteurs de l'association "full & light" participaient samedi au championnat régional organisé à Villefontaine avec en "light contact", chez les enfants: Matis Meynier (pupille -34 kg) qui, pour sa première compétition, s'est hissé à la 2<sup>e</sup> place du podium, devenant ainsi vice-champion, Nolan Moyroud (pupille -38 kg) a quant à lui pris la 1<sup>re</sup> place. Kilian Farce (pupille -42 kg), par manque de combattant, a été surclassé en poussin et pour sa première participation, a terminé 4<sup>e</sup>.

**Victoires en série pour le club** Matys Hernandez (poussin -38 kg), a pris honorablement une 3<sup>e</sup> place, dans une poule très chargée. Enfin, Alexan-

dre Meyet, (benjamin -42 kg), après de magnifiques prestations, est devenu vice-champion régional. Tous se sont ainsi qualifiés pour se rendre au championnat national jeunes, le week-end de Pâques à Saint-Quentin (Aisne).

Chez les adultes, il n'y avait qu'une seule représentante du club, Brigitte Gil (vétérante -65 kg). Déclassée en senior par manque de combattante, avec une durée de combat plus longue, elle a pris la 2<sup>e</sup> place.

Une journée qui a su pleinement satisfaire leur coach, David Rivera, qui félicitait ses courageux combattants. Une fois de plus, ils ont su s'affirmer dans les victoires avec un comportement exemplaire sur les tatamis.



Le coach David Rivera a de quoi être fier de ses jeunes combattants, qui concourront à Pâques pour le championnat national.



# FULL & LIGHT CHAMPIONNAT NATIONAL - Mars 2013



## SPORT DE COMBAT

### Full & Light prépare ses champions

■ L'association Full & Light peaufine la préparation des trois combattants pour le championnat national qui se déroulera à Dongs (44), les 9 et 10 mars, organisé par la Fédération fighting de full-contact. Le club sera représenté en light contact et semi-contact par Antoine Chancrin, junior - de 69 kg, Brigitte Gil, vétéran - de 65 kg, et Stéphanie Rivera, vétéran + de 70 kg. Depuis près de deux mois, un gros travail sur la condition physique a été réalisé, et les enchaînements technico-tactiques semblent porter leurs fruits...

# Full & Light se démarque aux Nationaux



Stéphanie Rivera, Antoine Chancrin et Brigitte Gil se sont illustrés aux championnats nationaux, à la grande satisfaction de leur entraîneur, David Rivera.

Ce week-end, la Fédération Fighting de full-contact a organisé les championnats nationaux de Light contact et semis contact adultes à Dongs (44). Sur les neuf combattants engagés de la région Rhône-Alpes, trois d'entre eux représentaient l'association Full & Light.

#### La troisième place pour Antoine Chancrin

Antoine Chancrin, juniors de moins de 69 kg, a rencontré en light contact, dès les huitièmes de finale, un combattant très rapide en poings, lui laissant peu de chance de s'exprimer, et l'obligeant à s'incliner. Il a retrouvé ce mé-

me combattant en demi-finale du semi-contact. Malgré un second round efficace et un manque de points pour accéder à la finale, il a terminé 3<sup>e</sup>.

Brigitte Gil, vétéran de moins de 65 kg, a rencontré une adversaire très expérimentée, ayant participé aux derniers championnats d'Europe à l'automne 2012 en finale du light contact et semi-contact. Malgré la rapidité et la quantité de coups portés par son adversaire en light contact, elle a réussi à se remotiver pour le combat de semi-contact. Elle a terminé vice-championne nationale en light et semi-contact.

Enfin, Stéphanie Rivera,

vétéran de plus de 70 kg, était déclassée en seniors par manque d'adversaire. Ses qualités techniques et tactiques, acquises depuis plus de 20 ans, lui ont permis de finir sur la première place, en light contact et semi-contact. Ce week-end a donc été riche en émotions et en expériences pour les combattants. Ces derniers ont profité tout de même du dimanche pour découvrir les plages et marais salants de cette région.

Prochaine étape pour l'association : les championnats nationaux de light contact enfants et kick light adultes, les 30 et 31 mars à Saint-Quentin (02).





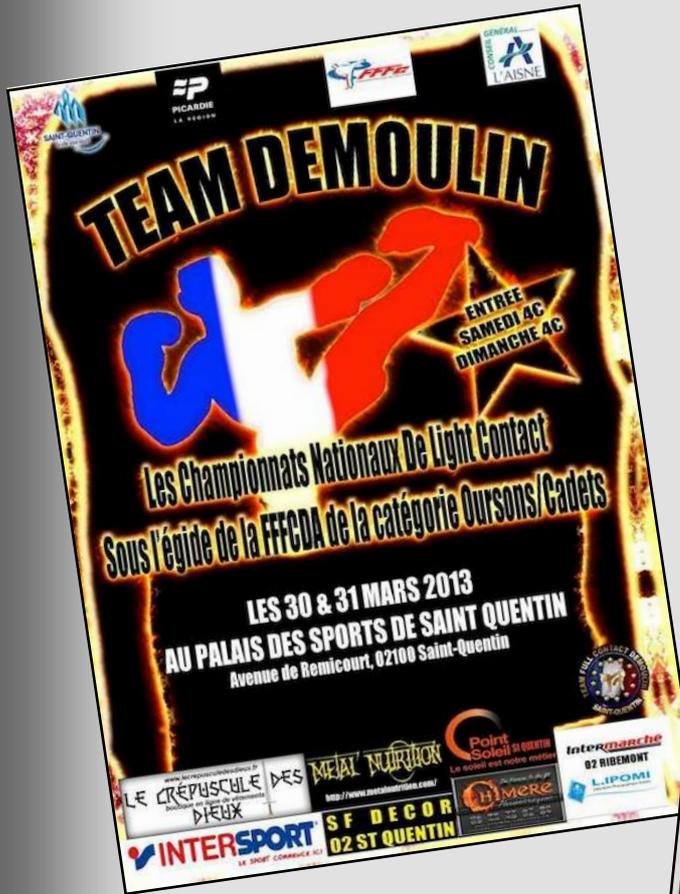
# FULL & LIGHT

## INTERCLUB A HEYRIEUX - Mars 2013





# FULL & LIGHT CHAMPIONNAT NATIONAL - Mars 2013



**SPORT DE COMBAT**  
**Full & light : 3<sup>e</sup> titre... en trois semaines**

■ Lors de ce week-end de Pâques, la fédération Fighting full-contact organisait les championnats nationaux light contact jeunes et kick light adultes à Saint-Quentin (02). Seulement trois pratiquants représentaient la ligue Rhône-Alpes, dont deux de l'association Full & Light. Alexandre Meyet, benjamin - de 42 kg, finit 5<sup>e</sup> sur les quatorze engagés. Stéphanie Rivera, vétéran + de 70 kg, était déclassée en senior par manque d'adversaire. Elle a décroché son 3<sup>e</sup> titre national en trois semaines. Prochaine étape pour les compétiteurs de l'association : le trophée régional le 33 avril à Villefontaine.





# FULL & LIGHT

## TROPHEE REGIONAL - Avril 2013

**TROPHEE REGIONAL**  
**SAMEDI 13 AVRIL 2013**  
**VILLEFONTAINE (38) - GYMNASE J. ANQUETIL**  
 90 AVENUE DES PINS

**LIGHT CONTACT**  
 PUPILLES A BENJAMINS  
 PESEE : 9H-9H30  
 COMBATS : 10H00  
 MINIMES A JUNIORS  
 PESEE : 10H-12H  
 COMBATS : 12H30  
 SENIORS ET VETERANS  
 PESEE : 10H-14H  
 COMBATS : 14H30

**PRE-COMBAT**  
**FIRST FULL**  
**FULL CONTACT**  
 PESEE : 10H-16H  
 COMBATS : 17H

**ENTREE : 5 €**  
**GRATUIT -10 ANS**

**BUVETTE**  
**PETITE RESTAURATION**

**OSTÉOPATHIE**  
**POUR LES COMBATTANTS,**  
**COACHS ET SPECTATEURS**

**CLOTURE INSCRIPTIONS LE 5 AVRIL**  
**LIGUE RHONE ALPES DE FULL CONTACT**  
 06 84 71 42 11  
 ligue.rhonealpes.fullcontact@gmail.com  
 http://club.quomodo.com/ligue-rhone-alpes-full-contact



### SPORT DE COMBAT

#### Full & Light : les Charantonnois assurent

■ Huit adhérents de l'association Full & Light, âgés de 8 à 36 ans, participaient au Trophée régional light contact samedi à Villefontaine. Nolan Moyroud, pupille -de 38 kg, finit 3<sup>e</sup>; Kilian Farce pupille - de 42 kg finit 4<sup>e</sup>; Allan Amarache poussin - de 26 kg 3<sup>e</sup>; Alexandre Chauffet poussin - de 55 kg finit 4<sup>e</sup>; Alexandre Meyet benjamin - de 42 kg termine 1<sup>er</sup>; Steven Jaubert junior - de 57 kg 1<sup>er</sup>; Pierre Emilien Viola senior - de 69 kg finit 2<sup>e</sup>; Brigitte Gill vétérane - de 65 kg, termine 1<sup>re</sup>.

À noter : les adhérents et les familles sont conviés en mai, à un week-end en Chartreuse, pour des jeux en plein air, des découvertes gastronomiques et des visites.



### FULL-CONTACT Villefontaine

■ Villefontaine a accueilli samedi le Trophée régional de full-contact. Les combats étaient en light, donc les coups moins portés, mais cela n'empêche pas que les combats furent rudes. Le Trophée a surtout réuni des jeunes pour finir la saison de la compétition dans cette discipline. Le "full" (plein) aura lui ses championnats de France dans quelques semaines. La journée fut une belle occasion pour les jeunes de trouver adversaires et combats tout au long de la journée. Les seniors ont moins participé, mais les spectateurs n'en ont pas moins apprécié la valeur des jeunes combattants.



# FULL & LIGHT

## INITIATION A L'ECOLE - Mars et Avril 2013



### Sport de combat pour les élèves de l'école du Château



Six semaines pour découvrir le full and light, tel était le challenge de Stéphanie et David Rivera, professeurs à l'association "Full and Light" à Charantonnay et depuis trois ans à Saint-Georges, venus bénévolement initier les jeunes.

Un cycle d'apprentissage proposé aux trente élèves des classes de CM1/CM2, au cours duquel, respect de l'autre, autonomie et techniques de base ont été enseignés aux enfants qui « ont énormément apprécié ces cours apportant confiance et rigueur ». Vendredi, lors de la dernière séance, les jeunes ont livré leurs derniers combats mettant en pratique l'enseignement acquis sur les tatamis tant au point de vue combat qu'au registre de l'arbitrage.

L'apprentissage des bases du full and light a été salutaire pour les jeunes qui ont repoussé leurs limites et acquis une assurance bénéfique.

