



# FULL & LIGHT

## FULL FIGHT - Mai 2015

**OBJECTIF COMBAT**  
2 MAI 2015  
Gymnase LÉO LAGRANGE  
68 Bld Poniatowski  
75012 PARIS  
Ligne 8 - Porte de Charenton

# FULL FIGHT OPEN

**FULL FIGHT**  
RÉCOMPENSES & DOTATIONS  
Valeur 1 000€ par catégorie

**FIRST CONTACT LIGHT CONTACT**

Tournois organisés par catégories d'âge et de poids, ouverts à tout pratiquant d'Art Martial ou Sport de Combat de contact (à partir de 5 ans)

renseignements & inscriptions : 01 40 35 05 05  
[www.enjoysport.fr](http://www.enjoysport.fr)

FRC, GK PRO, ISPE, VENUM, COMMANDO, Enjoy Sport



## Stéphanie Rivera, 2<sup>e</sup> à l'Open de Paris

Samedi, Stéphanie Rivera participait au Full Fight Open à Paris. Elle combattait en senior face à des adversaires affiliés dans différentes fédérations d'arts martiaux et sports de combat. En first contact (ou point fighting), toutes les seniors combattaient pour un seul titre, sans catégorie de poids.

Face à des adversaires de sa fédération, Stéphanie monte sur la 2<sup>e</sup> marche du podium. En light contact, la catégorie de plus de 60 kilos, Stéphanie finit également 2<sup>e</sup> sur huit adversaires. Pour les deux disciplines, elle s'incline



**Stéphanie Rivera (en vert) sur la 2<sup>e</sup> marche du podium.**

en finale face à son amie de l'équipe nationale de Full-contact, de dix ans sa benjamine. Une compétition très bien gérée donc, avec deux médailles autour du cou. Les valises sont pleines.

**PARIS**  
SAMEDI 2 MAI 2015

DIPLOME DE PARTICIPATION DÉCERNÉ À

RIVERA STEPHANIE

# FULL FIGHT OPEN

FIRST CONTACT LIGHT CONTACT FULL FIGHT

**OBJECTIF COMBAT**

VENUM

ISPE, COMMANDO, GK PRO, Enjoy Sport, FFKARATEMS, FRC, WUSHU, MMA



## FULL & LIGHT

### PASSAGE DE GRADES - Mai 2015

#### Full & Light fait passer des grades aux combattants

Cette semaine, tous les adhérents, petits et grands, qui s'entraînent en full-contact, étaient conviés au passage de grades annuel.

##### Les enfants ont bien progressé

Les moniteurs fédéraux constataient alors les progrès, acquis et non acquis des licenciés, via différentes unités de valeurs.

Pour les enfants-jeunes, ceinture blanche 2<sup>e</sup> barrette : Mathis Jeanjean ; ceinture jaune : Hugo Veyet, Léo Portos, Mathis Ruiz ; ceinture orange : Daryll Girodet, Alex Pompilio ; ceinture verte : Nolan Moyroud ; ceinture bleue : Allan Amarache.

##### Beaucoup d'absences chez les ados-adultes

Pour les ados-adultes, beaucoup d'absences pour raisons médicales ou encore personnelles. Ceinture orange : Louna Durieu, Salomé Soubeyrat, Jennifer Servanin et Jérôme Martins ; ceinture bleue : François Montagnat ; ceinture marron : Edhy Amarache, ceinture verte : Laurent Buchet Bully.

Ce dernier a montré une énorme progression tactique.

Les enfants et adolescents ont passé leur grade annuel au sein de l'association de full-contact Full & Light.



#### ENFANTS-JEUNES

Ceinture blanche

Mathis

Ceinture jaune

Hugo, Léo, Mathis

Ceinture orange

Daryll, Alex

Ceinture verte

Nolan

Ceinture bleue

Alan



#### ADOS-ADULTES

Ceinture orange

Louna, Salomé, Jennifer, Jérôme

Ceinture verte

Laurent

Ceinture bleue

François

Ceinture marron

Edhy





FULL & LIGHT

Ve RENCONTRE DES JEUNES - Mars 2015

FULL & LIGHT  
06 84 71 42 11  
<http://fullandlight.sportsregions.fr>  
Fullandlight@free.fr

Ve RENCONTRE  
DES JEUNES

SAMEDI 30 MAI 2015  
de 10h à 12h  
AIRE COUVERTE - STADE  
CHARANTONNAY

Pratiquants  
nés entre 2002 et 2008

ATELIERS  
SHADOW BOXING  
ASSAULTS LIGHT



## Rencontre entre jeunes combattants avec Full & Light



L'association Full & Light vient d'organiser son week-end rencontre des jeunes au dojo de Charantonay. Les licenciées de Full & light mais aussi ceux des clubs de Mions, Heyrieux, Villefontaine, tous âgés de 6 à 12 ans, se retrouvaient pour un petit échauffement. Puis les jeunes étaient répartis par trio d'âge et de taille proches, pour effectuer une dizaine d'ateliers ludiques d'opposition. S'ensuivaient de petits assauts (combats) en light contact, puis quelques étirements. Chaque participant recevait un diplôme et un cadeau aux couleurs du club.



# FULL & LIGHT BOOTCAMP - Mai 2015



**Stage Sportif  
BOOT CAMP**

Pour tous  
À partir de 15 ans



Parcours sportif ludique  
tous niveaux  
pour travailler  
votre cœur,  
votre corps  
et l'esprit de cohésion



**Une matinée  
hors du commun...**



**Dimanche 31 mai  
de 9h30 à 11h30  
Stade de Charantonnay**

**Renseignements et Inscriptions :**  
Sur le site de l'association : <http://fullandlight.sportsregions.fr/>  
Par courriel : [fullandlight@free.fr](mailto:fullandlight@free.fr)  
Par téléphone : 06 84 71 42 11  
Date limite d'inscription : le 22 mai 2015 - Places limitées





# FULL & LIGHT

## INTERCLUB REGIONAL - Juin 2015

**Full & Light organise**  
**INTERCLUB REGIONAL**  
**LIGHT CONTACT**  
**Pupilles à Vétérans**

**Dimanche 7 Juin**  
**de 10h à 18h**  
**Gymnase Montmeat**  
**St Jean de Bournay (38)**

Inscription jusqu'au 29 mai 2015

Renseignements, Règlements, Catégories de poids, Inscription  
 06 84 71 42 11 / fullandlight@free.fr

**ENTREE LIBRE**  
 Buvette - Restauration Rapide

### Sport de combat : une première dans le pays saint-jeannais

L'association Full and light de Charantonnay organise, en collaboration avec la ligue Rhône-Alpes de full-contact kickboxing, un interclub régional de light contact (touches contrôlées), au gymnase Roger-Montméat, à Saint-Jean-de-Bournay, à 10h. Il s'agit d'une discipline de boxe pieds-poings, d'origine américaine, dont les techniques de coups de poing sont issues de la boxe anglaise et les coups de pied inspirés du karaté. Une cinquantaine de combats devraient s'enchaîner.



Le matin, les enfants de 7 ans et plus. L'après-midi, les seniors et vétérans. Entrée libre.

Dimanche, le club Full and light organise le premier interclubs de boxe pieds poings dans le secteur du pays saint-jeannais. À Saint-Jean-de-Bournay, il réunira des enfants de 7 ans et plus et des adultes.

# Le Courrier Liberté fr

Hebdomadaire d'informations et d'annonces légales

SAINT-JEAN-DE-BOURNAY

Le club de full contact à l'honneur - 26/06/2015

"Full & Light" est un jeune club de full contact et de karaté basé à Charantonnay. Les 50 licenciés, tous fans de cet art martial, s'entraînent au gymnase de Saint-Jean-de-Bournay chaque semaine. Dimanche 7 juin, l'association organisait une rencontre interclubs de full contact pour la première fois. Les troupes du président David Rivera ont assuré. De nombreux bénévoles étaient sur le pont pour accueillir 80 combattants âgés de 7 à 52 ans. Huit clubs avaient répondu présent. Chaque concurrent a mouillé le maillot ! Les combattants du club local se sont illustrés. Ainsi, Darryl Girodet (poussins -34 kg), Nolan Moyroud (poussins -50 kg), Allan Amarache (benjamins -38 kg) et François Montagnat (vétérans -79 kg) ont remporté la 1ère place dans leur catégorie respective ! Quant à Alex Pompilio (benjamins -50 kg), Edhy Amarache (cadets -60 kg) et Noam Leroy (vétérans -89 kg), ils ne se sont inclinés qu'en finale. Bravo !



A.T.



# FULL & LIGHT

## INTERCLUB REGIONAL - Juin 2015



### Sports de combats : 1<sup>er</sup> interclubs régional réussi



→ L'association Full and light de Charantonnay organisait, dimanche à Saint-Jean-de-Bournay, son 1<sup>er</sup> interclubs régional en light contact, en partenariat avec la Ligue Rhône-Alpes de full contact kickboxing. Huit clubs et 80 combattants de 7 à 52 ans ont répondu présent. Une cinquantaine de combats ont eu lieu.

**Les résultats des locaux :** Pupille-poussin (- 34kg) : 1. Daryll Girodet. Poussin (50-60 kg) : 1. Nolan Moyroud. Benjamin (34-38 kg) : 1. Allan Amarache. Benjamin (-50 kg) : 2. Alex Pompilio. Cadet (55-60 kg) : 2. Edhy Amarache. Vétéran (69-74 kg) : 1. Pierre Montagnat. Vétéran (-79 kg) : 2. François Montagnat. Vétéran (-84 kg) : 4. Laurent Buchet-Bully. Vétéran (-89 kg) : 2. Noam Leroy (arrêt sur blessure).



### CHARANTONNAY - INFOS

JUILLET/AOÛT 2015

#### FULL & LIGHT

Pour clôturer cette 5<sup>e</sup> saison, l'association Full & Light organisait en collaboration avec la Ligue Rhône Alpes **DE FULL CONTACT KICKBOXING** son premier inter-club régional de Light Contact (touches contrôlées) au gymnase Roger Montméat de St Jean de Bournay ce dimanche 7 juin. Il s'agit d'une discipline de boxe pieds-poings d'origine américaine où deux adversaires de même catégorie d'âge et de poids combattent via une combinaison de techniques de coups de poing issus de la boxe anglaise et des techniques de coups de pied inspirées du karaté (sans coups en dessous de la ceinture).

**8 CLUBS** répondaient présents et inscrivait un peu plus de **80 COMBATTANTS DE 7 A 52 ANS.**

Les adhérents et famille de l'association s'activaient dès le matin pour installer la salle, puis tenir la buvette, et pour certains endosser le rôle de juge ou stagiaire. une cinquantaine de combats s'enchaînaient des plus jeunes au plus âgés de 10h à plus de 17h avec 3 remises de podium pour ponctuer la journée. Tous les clubs présents semblaient satisfaits de l'organisation et de l'état d'esprit des sportifs et du public.

Au niveau du club local, les résultats :

- Daryll GIRODET, Pupille-Poussin -34 kg : 1er
- Nolan MOYROUD, Poussin -50-60 kg : 1er
- Allan AMARACHE, Benjamin -34-38 kg : 1er
- Alex POMPILIO, Benjamin -50 kg : 2e
- Edhy AMARACHE, Cadet -55-60 kg : 2e
- Pierre MONTAGNAT, Veteran -69-74 kg : 1er
- François MONTAGNAT, Vétéran -79 kg : 2e
- Laurent BUCHET BULLY, Vétéran -84 kg : 4e
- Noam LEROY, Vétéran -89 kg : 2e (arrêt sur blessure)





### L'heure du bilan a sonné pour Full & Light



→ L'association Full & Light tenait vendredi soir son assemblée générale, pour présenter les rapports moral et financier, et valider les orientations pour la saison prochaine. Le nouveau comité directeur est composé de : David Rivera, Richard De Cadier, Stéphanie Rivera, Claire Sangouard, François Montagnat. Les adhérents et leurs familles étaient ensuite invités à partager un repas à la salle des fêtes.



# FULL & LIGHT

## OSTEOPATHIE - Saison 2014-2015



**ATSA FI**  
Établissement d'enseignement  
**OSTÉOPATHIE**

Une soixantaine de séances  
pour les adhérents et leur famille  
tout au long de la saison au cabinet de St Georges d'Espéranche.

Au sein de cabinet d'ostéopathie ou dans les clubs sportifs  
les étudiants sont soumis aux timings  
et aux impératifs des professionnels ostéopathes.

Un enseignant est présent sur tous les lieux de stage  
qui supervise et évalue les étudiants.





# FULL & LIGHT

## JOURNEE SPORT - Juin 2015

**DÉCOUVERTE, INITIATION, DÉMONSTRATION**

**EN FAMILLE, ENTRE AMIS**

**Journée Sport**  
**Samedi 27 Juin**  
**Charantonnay**

**TENNIS CLUB ST GEORGES D'ESPERANCHE**  
Pour les plus jeunes :  
matches en ballon roulé,  
différents jeux  
Pour les plus grands :  
matches

**TCSG**  
**ARTAS CHARANTONNAY FOOTBALL CLUB**  
Initiation avec ateliers  
Petits tournoi sur City Stade

**ACFC**

**FULL AND LIGHT**  
A 14h et à 16h, dès 7 ans :  
Initiation Full Contact  
A 15h, dès 14 ans :  
Circuit Training / Renf. Musculaire

**ENTRÉE LIBRE**  
Venir avec tenue de sport et eau  
Mineurs accompagnés  
ou avec autorisation

**DE 14H À 17H**  
**SALLE DES FÊTES**  
**PLATEAU SPORTIF**

**BUVETTE**  
Assurée par le  
Comité des Fêtes

**INFOS**  
06 84 71 42 11

### Les associations créent l'événement



→ Plusieurs associations sportives de la commune (ou de l'intercommunalité) – Full & Light, ACFC (football), entente Artas Charantonnay et le tennis club saint-georgois – organisaient samedi à la salle Alphonse Guinet et sur le plateau d'évolution, trois heures d'initiation et de découverte. Une quarantaine de petits et grands (dès 7 ans) pouvaient participer à des ateliers-jeux ou cours ludiques. Les plus jeunes repartaient fièrement avec leur diplôme. Une initiative à reconduire en 2016.

