



HANDBALL

Gymnase du Grand Coudret  
100 rue du Dr Jean  
17100 SAINTES  
Tél. : 05 46 93 66 80  
@ : 6017000@ffhandball.net  
@ : handball.cd17@free.fr  
Site : www.comite-17-handball.fr

Bulletin officiel du Comité Départemental de Handball de la Charente-Maritime  
Responsable de la rédaction et de la publication : Michel AUDOUARD

SAISON 2022 - 2023

Date de parution :

Dimanche 16 avril 2023

19:39



Numéro

680



LES PROCHAINES RÉUNIONS DU COMITÉ :

- Bureau Directeur jeudi 20 avril à 19 h.
- Commission Arbitrage lundi 24 avril à 19 h.



A voir notamment

- Page 5 : Les désignations des arbitres
- Page 7 : Chez les jeunes

COMITÉ CHARENTE MARITIME  
FFHANDBALL



Champ. de France	RÉSULTATS EN NATIONALE		Du 15 et 16 avril	
N1 Elite Masc.	ANNECY	SAINTES	33	22
N2 Fém.	AUNIS	LANESTER	23	28

HAND17EXPRESS

**1er tour des Inter-Comités Nationaux**  
Du samedi 8 au lundi 10 avril 2023 à Tournefeuille (31)

- Oscar GIRAUDEAU - Aunis
- Mathéo GIRARDIN - Saintes
- Valentin GUY - Aunis
- Hugo ROBIN - Aunis
- Ewann BRÉARD - Aunis
- Mathéo DEVER- Saintes
- Nathan LAVIDALLE - Saintes
- Louka CHOPPIN - Haute Saintonge
- Camille LEMERCIER - Surgères
- Gabriel KENGNI - Royan St Georges
- Louis POCHON - Oléron
- Hamilton COQ - Pays Gâtinais
- Martin PELLETIER - St Xandre
- Titouan AUGERAUD - Courçon

Staff : Adriana PLEYBER - Anthony BIANUCCI  
Chef de délégation : Thibaut VAN ROYE

**1er tour des Inter-Comités Nationaux**  
Du samedi 8 au lundi 10 avril 2023 à La Flèche (72)

- Sian ROBERT - Royan St Georges
- Ines MORIN - Haute Saintonge
- Emma LEMOINE - Aunis
- Léa TORCHUT - Pays Gâtinais
- Camille BONNOUVRIER - Surgères
- Romy JULIOT ENFRIN - Courçon
- Emma LANDRY - Aunis
- Ilyana JORDANOV - Aunis
- Calixte BUSSELEZ - Aunis
- Clara BANZANTE - Aunis
- Amandine POINTIERE - Rochefort
- Anais LOVATO - SHS
- Ines BASSIMON - Courçon
- Capucine CHAPUZET - Haute Saintonge

Staff : Pierre DAVID - Mathilde CONSTANTIN

**Les Inter-Comités Nationaux à St Junien (87)**  
LES JUGES ARBITRES JEUNES

Elsa & Agathe de Rochefort  
Robin & Lucas d'Aunis

Les PROCHAINES MATCHES NATIONAUX

Date	Division	Horaire	RECEVANT	VISITEUR
Samedi 22/04	N2 Fém.	20 h. 45	AUNIS	BLANQUEFORT
	17NF P4	18 h. 30	AUNIS	SAINT FLOUR



# Résultats Départementaux

P 2

J18	PRDF Féminines	Pts	J	G	N	P	BP	BC	GA	For	Pén
1	SAINT XANDRE 1	50	17	16	1	0	508	325	183	0	0
2	SAINTES	44	17	13	1	3	436	313	123	0	0
3	HTE SAINTONGE /PONS-G	43	17	12	2	3	402	317	85	0	0
4	RE	37	17	9	2	6	384	365	19	0	0
5	TONNAY-CHARENTE	37	17	9	2	6	346	344	2	0	0
6	ATLANTIQUE SEUDRE	35	17	8	2	7	383	337	46	0	0
7	AULNAY	32	17	6	3	8	394	371	23	0	0
8	ST HILAIRE/ST JEAN	31	17	6	2	9	386	387	-1	0	0
9	SURGERES	30	17	6	1	10	336	338	-2	0	0
10	SAINT XANDRE 2	30	17	6	1	10	325	391	-66	0	0
11	MATHA	22	17	2	1	14	300	436	-136	0	0
12	MONTGUYON	17	17	0	0	17	241	517	-276	0	0

PRDF Féminines	au	15/04/2023	J1
SAINTES	24	ST HILAIRE/ST JEAN	21



Coupe 17 Seniors Masculins	Principale 1/2 Finales	J3	
ROCHEFORT 2	NC	ROYAN / ST.GEORGES	NC
PONS-GEMOZAC 1	22	SAINTES 2	24

## Les Résultats Régionaux

J9	N3 Fém.Play Down P1	Pts	J	G	N	P	BP	BC	GA	For	Pén
1	EYSINES	21	8	6	1	1	241	178	63	0	0
2	LEZAY	20	8	5	2	1	249	222	27	0	0
3	PALAIS AMBAZAC	16	8	5	1	2	234	208	26	0	3
4	TYROSSE	15	8	3	1	4	215	233	-18	0	0
5	PERIGUEUX	9	8	2	0	6	205	205	0	0	3
6	AUNIS 2	9	8	0	1	7	159	257	-98	0	0

N3 Fém.Play Down P1	au	15/04/2023	J1
PERIGUEUX	26	PALAIS AMBAZAC	27

J19	Excellence Masc.PA	Pts	J	G	N	P	BP	BC	GA	F	P
1	LIMOGES 87 3	52	18	16	2	0	642	471	171	0	0
2	ENTENTE TER.CHARENTE 3	46	18	13	2	3	560	495	65	0	0
3	LIBOURNE 2	45	18	12	3	3	553	487	66	0	0
4	PANAZOL	42	18	11	2	5	537	471	66	0	0
5	BLANQUEFORT	38	18	9	2	7	527	493	34	0	0
6	CAPO LIMOGES 2	35	18	8	1	9	531	511	20	0	0
7	CANEJAN 2	33	17	7	2	8	430	462	-32	0	0
8	TER. AUXANCES ET CLAIN	32	18	7	0	11	538	581	-43	0	0
9	AMBARES	28	17	8	0	9	527	532	-5	0	5
10	PAREMPUYRE	25	17	4	0	13	430	500	-70	0	0
11	NIORT SOUCHEEN 2	22	17	2	1	14	451	590	-139	0	0
12	LA MOTHE	21	18	1	1	16	486	619	-133	0	0

Excellence Masc.PA	au	15/04/2023	J7
AMBARES	32	PAREMPUYRE	25



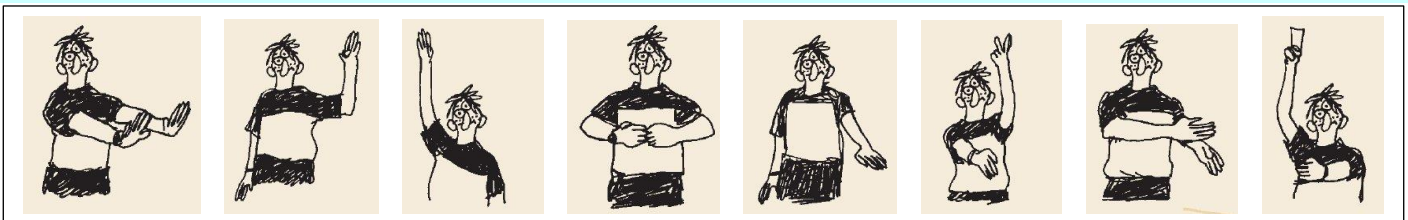
J7	18Fém.Excellence Ple B	Pts	J	G	N	P	BP	BC	GA	For	Pén
1	LESCAR HB	16	6	5	0	1	203	170	33	0	0
2	SUKILHAND - IRISARTARR	16	6	5	0	1	183	153	30	0	0
3	BRUGES EYSINES	14	6	4	0	2	172	175	-3	0	0
4	PESSAC	7	5	1	0	4	130	157	-27	0	0
5	STADE MONTOIS	6	4	1	0	3	107	112	-5	0	0
6	BLANQUEFORT	5	5	0	0	5	114	142	-28	0	0

18Fém.Excellence Ple B	au	15/04/2023	J6
BLANQUEFORT	21	LESCAR HB	30
BRUGES EYSINES	27	SUKILHAND - IRISARTARR/	28



Les matches des catégories - de 15 ans et - de 13 ans (Masculins et Féminines) sont arbitrés par les JA des clubs recevants.

J	N°	Code	J	Date	Heure	RECEVANT	VISITEUR	ARBITRE	CLUB
29	1	EDM	S	22-avr.	17:00	RE 2	ATLANTIQUE SEUDRE 2	PERRIN J.	ST. XANDRE
29	2	EDM	S	22-avr.	19:30	HAUTE SAINTONGE 2	COURCON / SURGERES	DAUTRICHE A	ST HILAIRE / ST JEAN
29	3	EDM	S	22-avr.	19:00	PONS / GEMOZAC 2	PONS / GEMOZAC 3	REUTENAUER RL	ROCHEFORT
29	4	EDM	S	22-avr.	19:00	ST HILAIRE / ST JEAN 2	MONTGUYON	GACHES C	SAINTES
29	5	PRDF	S	22-avr.	21:00	RE	AULNAY	GOURSEAU C.	TONNAY CHARENTE
29	6	PRDF	S	22-avr.	19:30	SURGERES	HAUTE SAINTONGE	SELTZER A	ROCHEFORT
29	7	PRDM	S	22-avr.	20:30	SURGERES / COURCON	ROCHEFORT 2	CARRY J	SAINTES
30	1	PRDM	D	30-avr.	16:00	OLERON	SAINTES 3	GOURSEAU C	TONNAY-CHARENTE
30	2	PRDM	S	29-avr.	21:00	HAUTE SAINTONGE	TONNAY-CHARENTE	GACHES C	SAINTES
30	3	PRDM	S	29-avr.	21:00	ST XANDRE 2	MATHA	CARRY J	SAINTES
30	4	PRDF	D	30-avr.	16:00	RE	ST XANDRE 2	ROCHEFORT	ROCHEFORT
30	5	PRDF	S	29-avr.	19:00	ST XANDRE 1	ST HILAIRE / ST JEAN 2	CHARLES M	RE
30	6	PRDF	S	29-avr.	19:00	HAUTE SAINTONGE	SAINTES	DAUTRICHE A	ST HILAIRE / ST JEAN
30	7	PRDF	S	29-avr.	20:30	MATHA	MONTGUYON	MAMBO H	ST XANDRE
30	8	PRDF	V	28-avr.	21:00	TONNAY-CHARENTE	SURGERES	NGOME J	SAINTES
30	9	EDM	S	29-avr.	20:30	MONTGUYON	ATLANTIQUE SEUDRE 2	SETLZER A	ROCHEFORT
30	10	EDM	D	30-avr.	16:00	COURCON / SURGERES	PONS / GEMOZAC 2	VALLET R	ATLANTIQUE SEUDRE
30	11	EDM	D	30-avr.	14:00	RE 2	HAUTE SAINTONGE 2	REUTENAUER RL	ROCHEFORT
30	12	EDM	S	29-avr.	19:00	PONS / GEMOZAC 3	ST HILAIRE / ST JEAN 2	LAMIAU L	COURCON
30	13	-18F	S	29-avr.	16:45	AUNIS	PONS / GEMOZAC / HTE SAINT.	SOULET L	ST XANDRE
30	14	-18F	S	29-avr.	16:00	ATLANTIQUE SEUDRE	COURLAY / MAULEON	BREGAINT N / BAQUE M	RE
30	15	-18F	D	30-avr.	14:30	SURGERES / COURCON	OLERON	PONS / GEMOZAC	PONS / GEMOZAC
30	16	-18M		29-avr.		COGNAC	ST XANDRE 1	CD 16	CD 16
30	17	-18M	S	29-avr.	17:00	PONS / GEMOZAC -17	ROCHEFORT	PARISOT G	ATLANTIQUE SEUDRE
30	18	-18M	S	29-avr.	18:00	ATLANTIQUE SEUDRE -17	AUNIS -17	DE SOUSA FAURE S.	ROYAN / ST.GEORGES
30	19	-18M	S	29-avr.	19:00	GOND PONTOUVRE	TONNAY-CHARENTE	CD 16	CD 16
30	20	-18M	S	29-avr.	19:00	ROYAN ST GEORGES -17	COURCON / SURGERES	PONS / GEMOZAC	PONS / GEMOZAC
30	21	-18M	S	29-avr.	17:00	ST XANDRE 2	RE -17	CAILLAUD S	ST HILAIRE / ST JEAN
30	22	-17RM	S	29-avr.	18:30	TERRITOIRE ANGERIEN MATHALIEN	LIMOGES HAND 87	JOLY T / ROMEZ CUILLEZ T	AUNIS





## LES RETRANSMISSIONS À LA TÉLÉVISION



	Date	Match			Chaîne
			vs		
	ven. 21 avril. 20h00	Chambéry	vs	Nantes	beIN SPORTS MAX 3
	sam. 22 avril. 20h00	St.Raphaël	vs	Nîmes	beIN SPORTS MAX 3
	sam. 22 avril. 20h00	Toulon St.Cyr	vs	Brest	beIN SPORTS MAX 3
	dim. 23 avril. 17h00	PSG	vs	Montpellier	beIN SPORTS MAX 3
	sam. 29 avril. 16h00	FTC Rail Cargo	vs	Metz	EUROSPORT
	ven. 05 mai 20h00	Limoges	vs	PSG	beIN SPORTS MAX 3
	sam. 06 mai 20h00	Nantes	vs	Dunkerque	beIN SPORTS MAX 3
	dim. 07 mai. 14h00	Metz	vs	FTC Rail Cargo	EUROSPORT
	mer. 10 mai. 20h45	Kiel	vs	PSG	EUROSPORT
	mer. 17 mai. 20h45	PSG	vs	Kiel	EUROSPORT
	jeu. 18 mai 20h00	Chambéry	vs	Toulouse	beIN SPORTS MAX 3
	ven. 19 mai 20h00	Montpellier	vs	Istres	beIN SPORTS MAX 3
	sam. 20 mai 20h00	Créteil	vs	Nantes	beIN SPORTS MAX 3
	dim. 21 mai 17h00	PSG	vs	Chartres	beIN SPORTS MAX 3

HandballTV, la plateforme vidéo de tous les handballs : <https://www.handballtv.fr/>

Compétition	Date	Match			Chaîne
LIQUI MOLY STARLIGUE -	ven. 21 avril 20h00	CHARTRES	vs	CESSON-RENNES	
LIQUI MOLY STARLIGUE -	ven. 21 avril 20h00	DUNKERQUE	vs	IVRY	
LIQUI MOLY STARLIGUE -	ven. 21 avril 20h00	LIMOGES	vs	AIX	
LIQUI MOLY STARLIGUE -	ven. 21 avril 20h30	CRÉTEIL	vs	ISTRES	
LIQUI MOLY STARLIGUE -	ven. 21 avril 20h30	SÉLESTAT	vs	TOULOUSE	
LIQUI MOLY STARLIGUE -	jeu. 04 mai 20h00	NÎMES	vs	CRÉTEIL	
LIQUI MOLY STARLIGUE -	jeu. 04 mai 20h30	CESSON-RENNES	vs	MONTPELLIER	

**je joue au handball dès l'âge de 3 ans**

- 1-3 ans : babyhand
- 4-8 ans : hand 7 ans
- 9-12 ans : minihand

**je joue au handball pour améliorer ma santé**

pour tous les handballers, le handball est un sport complet qui favorise la confiance et la coordination.

**je joue au handball pour choisir ma pratique**

le handball est un sport complet qui favorise la confiance et la coordination.



**CALENDRIERS TOURNOIS « BENJAMINS (ES) »**  
SAISON 2022 - 2023



<b>-11 ans (12,13 et 14) BENJAMINS (ES)</b>	<b>SAMEDI 6 MAI ou DIMANCHE 7 MAI 2023</b>			
<b>T1 LOISIRS à SURGERES</b>	<b>Surgères 1</b>	Surgères 2	Courçon	Tonnay Charente
<b>T2 LOISIRS à LA TREMBLADE</b>	<b>Atl. Seudre 1</b>	Atl. Seudre 2	St. Xandre 1	St. Xandre 2
<b>T3 LOISIRS à SAINTES</b>	<b>Saintes</b>	Rochefort 2	Oléron 1	
<b>T4 LOISIRS à ST. HILAIRE</b>	<b>St. Hilaire / St. J</b>	Ré	Montguyon	
<b>T5 CHALLENGE à HTE SAINTONGE</b>	<b>Haute Saintonge</b>	Aunis 1	Aunis 2	Pons /Gem 1
<b>T6 CHALLENGE à ROYAN</b>	<b>Royan St.G.1</b>	Royan St.G.2	Rochefort 1	Aunis 3
<b>T7 FEMININ à ROCHEFORT</b>	<b>Rochefort 3 FEM</b>	Oléron 2 FEM	Royan St.G. FEM	
<b>T8 FEMININ à AUNIS</b>	<b>Aunis 4 FEM</b>	Pons Gém.3 FEM	Surgères 3 FEM	

**LES ENCOURAGER, C'EST  
LES RESPECTER !**



**CALENDRIERS STAGES « POUSSINS (ES) »**  
SAISON 2022 - 2023

<b>-9 ans (14,15 et 16) POUSSINS (ES)</b>	<b>ZONE NORD</b>	<b>ZONE CENTRE</b>	<b>ZONE SUD</b>
<b>DIMANCHE 30/04/2023</b>	<b>COURCON</b>	<b>ROYAN (Cordouan)</b>	<b>ST.HILAIRE</b>





**PRESTA<sup>®</sup>**  
**LELONG**  
Traiteur - Réceptions

- Mariage, baptême,...
- Communions,...
- Cocktail dînatoire, lunch,
- Buffets froids ou chauds
- Plateaux repas

43, route de Brasseur - 17460 RÉTAUD - Tél. 06 11 29 81 44  
Fax : 05 46 92 93 27 - E.mail : prestalelong@laposte.net

QR CODE pour accéder à notre nouveau Site.



*« Il faut avoir vécu dans cet isolement qu'on appelle l'Assemblée nationale, pour concevoir comment les hommes qui ignorent le plus complètement l'état d'un pays sont presque toujours ceux qui le représentent. »*

Pierre-Joseph Proudhon (1809 - 1865)

Journaliste, économiste, philosophe.

## Les SOUVENIRS en PHOTOS



50 ans du Comité 17  
Le 16 juin 2018  
A Ronce Les Bains



50 ans du Comité 17  
Le 16 juin 2018  
A Ronce Les Bains

# Les Résultats Nationaux

J24	Liqui Moly StarLigue Masc.	Pts	J	G	N	P	BP	BC	GA	For	Pén
1	PARIS	42	24	21	0	3	854	717	137	0	0
2	MONTPELLIER	42	24	21	0	3	768	659	109	0	0
3	NANTES	41	24	20	1	3	818	696	122	0	0
4	CHAMBÉRY	35	24	17	1	6	746	690	56	0	0
5	NÎMES	30	24	15	0	9	764	737	27	0	0
6	TOULOUSE	29	24	13	3	8	769	738	31	0	0
7	LIMOGES	22	24	10	2	12	727	740	-13	0	0
8	AIX	22	24	10	2	12	699	730	-31	0	0
9	CESSON-RENNES	21	24	10	1	13	652	661	-9	0	0
10	SAINT-RAPHAËL	20	24	10	0	14	725	742	-17	0	0
11	DUNKERQUE	20	24	9	2	13	718	768	-50	0	0
12	CRÉTEIL	14	24	6	2	16	728	809	-81	0	0
13	CHARTRES	13	24	6	1	17	687	739	-52	0	0
14	IVRY	13	24	5	3	16	705	776	-71	0	0
15	ISTRES	11	24	4	3	17	720	782	-62	0	0
16	SÉLESTAT	9	24	4	1	19	674	770	-96	0	0

Liqui Moly StarLigue Masc.	au	14/04/2023	J24
NANTES	33	SAINT-RAPHAËL	29
AIX	37	CRÉTEIL	35
MONTPELLIER	34	SÉLESTAT	25
NÎMES	32	DUNKERQUE	28
TOULOUSE	39	CHARTRES	32
CESSON-RENNES	22	PARIS	28
ISTRES	35	CHAMBÉRY	37
IVRY	28	LIMOGES	32



J26	ProLigue Masc.	Pts	J	G	N	P	BP	BC	GA	For	Pén
1	DIJON	43	26	20	3	3	876	705	171	0	0
2	TREMBLAY	42	26	20	2	4	828	735	93	0	0
3	SARAN	40	26	19	2	5	834	738	96	0	0
4	PONTAULT-COMBAULT	39	26	19	1	6	801	735	66	0	0
5	FRONTIGNAN	37	26	18	1	7	866	784	82	0	0
6	CAEN	27	26	12	3	11	760	766	-6	0	0
7	BILLERE	26	26	12	2	12	766	743	23	0	0
8	BORDEAUX	24	26	12	4	10	740	732	8	0	4
9	SARREBOURG	24	26	12	1	13	723	759	-36	0	1
10	NANCY	23	26	10	3	13	782	802	-17	0	0
11	MASSY	22	26	10	2	14	760	788	-28	0	0
12	CHERBOURG	21	26	9	3	14	694	716	-22	0	0
13	VALENCE	17	26	6	5	15	696	788	-92	0	0
14	BESANCON	16	26	8	0	18	812	882	-70	0	0
15	VILLEURBANNE	8	26	3	2	21	694	767	-73	0	0
16	STRASBOURG	-3	26	0	1	25	593	788	-195	0	4

ProLigue Masc.	au	15/04/2023	J26
BORDEAUX	30	STRASBOURG	23
VALENCE	32	VILLEURBANNE	29
MASSY	26	TREMBLAY	30
PONTAULT-COMBAULT	28	SARREBOURG	29
CHERBOURG	25	BILLERE	32
BESANCON	31	NANCY	33
DIJON	38	FRONTIGNAN	32
SARAN	39	CAEN	26



J23	N1 M ELITE	Pts	J	G	N	P	BP	BC	GA	For	Pén
1	ANGERS	57	21	17	2	2	679	604	75	0	0
2	ANNECY	49	21	13	2	6	631	588	43	0	0
3	MULHOUSE/RIXHEIM	48	21	12	3	6	590	567	23	0	0
4	COURNON	47	22	11	3	8	620	610	10	0	0
5	MARTIGUES	46	21	11	3	7	618	573	45	0	0
6	PSG 2	43	21	11	0	10	610	587	23	0	0
7	SAINTE	43	22	9	3	10	547	598	-51	0	0
8	ELITE VAL D'OISE	41	22	9	2	11	626	637	-11	0	0
9	PAU NOUSTY	39	21	9	2	10	557	581	-24	0	1
10	HAZEBROUCK	38	20	8	2	10	517	531	-14	0	0
11	GONFREVILLE	33	20	6	1	13	543	566	-23	0	0
12	LANESTER	31	21	3	4	14	593	625	-32	0	0
13	DREUX VERNOUILLET	30	21	4	1	16	538	602	-64	0	0
14	VENISSIEUX (FG)	-7	0	0	0	0	0	0	0	1	7

N1 M ELITE	au	15/04/2023	J23
PAU NOUSTY	29	ELITE VAL D'OISE	25
GONFREVILLE	29	ANGERS	31
ANNECY	33	SAINTE	22
MULHOUSE/RIXHEIM	27	MARTIGUES	26
HAZEBROUCK	27	COURNON	31
LANESTER	30	PSG 2	38
VENISSIEUX (FG)	0	DREUX VERNOUILLET	0



J23	N1 M Poule 2	Pts	J	G	N	P	BP	BC	GA	For	Pén
1	A,C BOULOGNE BILLANCOURT	59	23	16	4	3	727	646	81	0	0
2	VERNON - ST.MARCEL	56	23	16	1	6	648	645	3	0	0
3	CESSON RENNES 2	53	23	13	4	6	704	651	53	0	0
4	NANTES 2	51	23	13	2	8	717	716	1	0	0
5	REZE	48	23	11	3	9	702	682	20	0	0
6	SAINT CYR	47	23	10	4	9	645	626	19	0	0
7	GIEN	46	23	10	3	10	653	649	4	0	0
8	MAINVILLIERS-CHARTRES	45	23	9	4	10	676	671	5	0	0
9	GRAND POITIERS	45	23	9	4	10	637	650	-13	0	0
10	C.P.B RENNES	41	23	9	0	14	664	689	-25	0	0
11	HENNEBONT-LOCHRIST	39	23	7	2	14	611	643	-32	0	0
12	MASSY 2	39	23	7	2	14	668	701	-33	0	0
13	POUZAUGES	38	23	7	1	15	625	662	-37	0	0
14	SAVIGNY	37	23	7	0	16	677	723	-46	0	0

N1 M Poule 2	au	15/04/2023	J23
SAINT CYR	30	CESSON RENNES 2	31
NANTES 2	34	REZE	32
GIEN	25	MASSY 2	28
C.P.B RENNES	33	MAINVILLIERS-CHARTRES	27
A,C BOULOGNE BILLANCOURT	32	POUZAUGES	24
SAVIGNY	29	GRAND POITIERS	30
VERNON - ST.MARCEL	28	HENNEBONT-LOCHRIST	24

J23	N1 F Poule 1	Pts	J	G	N	P	BP	BC	GA	For	Pén
1	STADE PESSACAIS U. C.	63	21	21	0	0	716	432	284	0	0
2	MIOS BIGANOS	61	22	19	1	2	721	501	220	0	0
3	ROCHECHOUART-ST-J.	47	22	11	3	8	577	555	22	0	0
4	BERGERAC	43	21	10	2	9	611	634	-23	0	0
5	ANGOULEME	43	21	11	0	10	546	574	-28	0	0
6	COTE BASQUE	41	21	10	0	11	535	524	11	0	0
7	BRUGUIERES	41	21	9	2	10	625	631	-6	0	0
8	MONTLUCON	41	21	8	4	9	555	590	-35	0	0
9	LA ROCHE / YON	40	21	9	1	11	497	543	-46	0	0
10	MERIGNAC 2	40	21	8	3	10	516	584	-68	0	0
11	MONCOUTANT	36	21	6	3	12	542	547	-5	0	0
12	BORDES	35	22	6	1	15	479	551	-72	0	0
13	COGNAC ALJO	21	21	0	0	21	377	631	-254	0	0
14	EXEMPT	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

N1 F Poule 1	au	15/04/2023	J23
LA ROCHE / YON	25	ROCHECHOUART-ST-J.	18
MIOS BIGANOS	31	ANGOULEME	26
MERIGNAC 2	23	BORDES	17
STADE PESSACAIS U. C.	31	BERGERAC	20
MONTLUCON	25	COTE BASQUE	24
COGNAC ALJO	18	BRUGUIERES	29
EXEMPT	0	MONCOUTANT	0

J19	N2 Féminines P1	Pts	J	G	N	P	BP	BC	GA	For	Pén
1	TARDETS	47	19	13	2	4	475	419	56	0	0
2	LEGE CAP-FERRET	45	19	13	0	6	521	472	49	0	0
3	GAN	44	19	12	1	6	462	441	21	0	0
4	NARBONNE	43	19	11	2	6	545	511	34	0	0
5	FLOIRAC CENON	42	19	11	1	7	469	408	61	0	0
6	PAU NOUSTY 2	41	19	11	0	8	520	478	42	0	0
7	C.A. BEGLAIS 2	40	19	9	3	7	526	490	36	0	0
8	URRUNARRAK	37	19	8	2	9	511	524	-13	0	0
9	TOURNEFEUILLE	35	19	7	2	10	462	480	-18	0	0
10	BORDES 2	33	19	7	0	12	427	466	-39	0	0
11	OSSAU	28	19	4	1	14	432	515	-83	0	0
12	ANGLLET BIARRITZ	21	19	1	0	18	451	597	-146	0	0

N 2 Féminines P1	au	15/04/2023	J19
NARBONNE	28	GAN	22
URRUNARRAK	29	TARDETS	33
TOURNEFEUILLE	33	PAU NOUSTY 2	29
LEGE CAP-FERRET	32	BORDES 2	28
FLOIRAC CENON	33	ANGLLET BIARRITZ	25
C.A. BEGLAIS 2	23	OSSAU	23

J19	N 2 Féminines P2	Pts	J	G	N	P	BP	BC	GA	For	Pén
1	CELLES / BELLE 2	57	19	19	0	0	595	412	183	0	0
2	BLERE	45	19	13	0	6	527	460	67	0	0
3	MAMERS	44	19	12	1	6	563	511	52	0	0
4	ST LOUBES	44	18	13	0	5	478	437	41	0	0
5	LIMOGES 87	44	19	12	1	6	487	452	35	0	0
6	ST SEBASTIEN /LOIRE	37	18	8	3	7	499	481	18	0	0
7	LA ROCHE / YON 2	36	19	8	1	10	424	461	-37	0	0
8	LANESTER	34	19	7	1	11	467	498	-31	0	0
9	CARQUEFOU	31	19	5	2	12	504	495	9	0	0
10	AUNIS	29	19	4	2	13	457	538	-81	0	0
11	BLANQUEFORT	29	19	5	0	14	393	524	-131	0	0
12	CHATEAUNEUF EN THYM.	22	19	1	1	17	437	562	-125	0	0

N 2 Féminines P2	au	15/04/2023	J19
BLANQUEFORT	16	CELLES / BELLE 2	41
CHATEAUNEUF EN THYM.	23	ST LOUBES	34
AUNIS	23	LANESTER	28
ST SEBASTIEN /LOIRE	19	LIMOGES 87	30
CARQUEFOU	25	BLERE	32
MAMERS	27	LA ROCHE / YON 2	18



Connexion à Facebook

<https://www.facebook.com/CD17handball>





## Les résultats de la BUNDESLIGA



### COUPE D'ALLEMAGNE MASCULINS 1/2

Flensburg-Handewitt	31	Rhein-Neckar Löwen	38
SC Magdebourg	33	TBV Lemgo Lippe	31

### COUPE D'ALLEMAGNE MASCULINS FINALE 3/4

Flensburg-Handewitt	28	TBV Lemgo Lippe	23
---------------------	----	-----------------	----

### COUPE D'ALLEMAGNE MASCULINS FINALE 1/2

Rhein-Neckar Löwen	36	SC Magdebourg	34
--------------------	----	---------------	----

	EQUIPES	Pts.	J	G	N	P	BP	BC	GA
1	THW Kiel	43	26	21	1	4	821	705	116
2	SC Magdebourg	41	26	19	3	4	855	758	97
3	Füchse Berlin	41	25	20	1	4	802	710	92
4	Flensburg-Handewitt	39	25	18	3	4	776	661	115
5	Rhein-Neckar Löwen	37	26	18	1	7	872	778	94
6	TSV Hannover-Burgdorf	30	26	14	2	10	753	743	10
7	Hambourg HSV	26	25	12	2	11	753	742	11
8	Bergischer HC Solingen	26	26	12	2	12	722	743	-21
9	Erlangen HC	24	24	11	2	11	738	727	11
10	VfL Gummersbach	24	25	11	2	12	746	754	-8
11	DHfK Leipzig SC	24	26	11	2	13	753	768	-15
12	MT Melsungen	24	27	9	6	12	709	726	-17
13	TBV Lemgo Lippe	19	25	8	3	14	727	756	-29
14	Frisch Auf Göppingen	17	26	6	5	15	714	746	-32
15	TVB 1898 Stuttgart	16	26	7	2	17	680	762	-82
16	HSG Wetzlar	13	26	6	1	19	673	744	-71
17	TSV GWD Minden	11	24	5	1	18	646	742	-96
18	ASV Hamm-Westfalen	5	26	2	1	23	668	843	-175

### CHAMPIONNAT FEMININ Allemagne

#### RESULTATS JOURNEE N° 20

Bensheim-Auerbach	31	TuS Metzingen	TuS Metzingen	32
Neckarsulmer SU	31	Blomberg-Lippe		37
Thüringer HC Erfurt	33	Bad Wildungen		26
Borussia Dortmund	35	BSV Sachsen Zwickau		28
SV Union Halle-Neustadt	30	VfL Waiblingen		23
TSV Bayer 04 Leverkusen	33	SG BBM Bietigheim		46
VfL Oldenburg	25	Buxtehuder SV		22

### CLASSEMENT CHAMPIONNAT FEMININ Allemagne

	EQUIPES	Pts.	J	G	N	P	BP	BC	GA
1	SG BBM Bietigheim	38	19	19	0	0	693	477	216
2	Thüringer HC Erfurt	35	19	17	1	1	622	475	147
3	BV Borussia 09 Dortmund	27	19	13	1	5	597	516	81
4	Blomberg-Lippe	25	20	12	1	7	595	558	37
5	TuS Metzingen	24	19	12	0	7	590	547	43
6	VfL Oldenburg	24	20	11	2	7	580	588	-8
7	Buxtehuder SV	22	20	10	2	8	520	512	8
8	Bensheim-Auerbach	17	20	8	1	11	560	564	-4
9	TSV Bayer 04 Leverkusen	17	20	8	1	11	581	606	-25
10	Bad Wildungen	13	20	5	3	12	564	637	-73
11	BSV Sachsen Zwickau	12	20	5	2	13	516	603	-87
12	SV Union Halle-Neustadt	11	20	5	1	14	533	582	-49
13	Neckarsulmer SU	9	20	4	1	15	521	618	-97
14	VfL Waiblingen	2	20	1	0	19	477	666	-189



## Les résultats en ESPAGNE



### CHAMPIONNAT MASCULIN Espagne

#### RESULTATS JOURNEE N° 25

CB Benidorm	Cuenca CB Ciudad Encantada	20 - 26
Adelma BM Sinfín	Bidasoa Irún	32 - 32
AD Ciudad de Guadalajara	Barcelone Lassa	R - R
Helvetia Anaitasuna	CB Torrelavega	34 - 26
Fraikin BM Granollers	Huesca	35 - 32
BM Logroño La Rioja	Atlético Valladolid	37 - 28
Ademar Leon	Puente Genil	34 - 32
BM Cisne	FM Cangas	33 - 31

### CHAMPIONNAT FEMININ Espagne

#### RESULTATS JOURNEE N° 22

Aula CVH Valladolid	28	BM Granollers	28
Bera Bera San-Sebastian	41	Zuazo Baracaldo	17
CD Beti Onak	15	CB Elche	21
Mecalia Atlético Guardés	27	Malaga Costa del Sol	24
BM Gijon	26	Sporting La Rioja	20
Porriño	24	Rocasa Gran Canaria	24

### CLASSEMENT CHAMPIONNAT FEMININ Espagne

	EQUIPES	Pts.	J	G	N	P	BP	BC	GA
1	Bera Bera San-Sebastian	39	22	19	1	2	690	511	179
2	Malaga Costa del Sol	30	22	14	2	6	602	554	48
3	Rocasa Gran Canaria	29	22	13	3	6	619	574	45
4	CB Elche	27	22	12	3	7	542	504	38
5	Porriño	26	22	12	2	8	567	550	17
6	Mecalia Atlético Guardés	23	22	11	1	10	548	528	20
7	Aula CVH Valladolid	22	22	9	4	9	584	596	-12
8	BM Gijon	20	22	10	0	12	519	562	-43
9	BM Granollers	18	22	6	6	10	525	535	-10
10	CD Beti Onak	15	22	7	1	14	525	589	-64
11	Zuazo Baracaldo	8	22	2	4	16	525	614	-89
12	Sporting La Rioja	7	22	3	1	18	476	605	-129

	EQUIPES	Pts.	J	G	N	P	BP	BC	GA
1	Barcelone Lassa	52	26	26	0	0	10	11	682
2	Fraikin BM Granollers	34	26	16	2	8	84	48	810
3	Cuenca CB Ciudad Encantada	34	26	15	4	7	76	67	748
4	Bidasoa Irún	30	25	15	0	10	81	13	722
5	Ademar Leon	30	27	13	4	10	88	88	896
6	BM Logroño La Rioja	29	25	13	3	9	75	58	755
7	CB Torrelavega	26	25	12	2	11	77	70	782
8	Puente Genil	26	25	12	2	11	77	74	810
9	Huesca	23	25	10	3	12	78	83	779
10	BM Benidorm	21	25	9	3	13	73	34	767
11	Helvetia Anaitasuna	19	25	8	3	14	73	38	738
12	Adelma BM Sinfín	19	25	8	3	14	70	01	770
13	Atlético Valladolid	17	25	7	3	15	71	19	779
14	FM Cangas	17	25	7	3	15	69	96	770
15	AD Ciudad de Guadalajara	14	24	6	2	16	67	73	768
16	BM Cisne	13	25	6	1	18	70	06	803

Coupe EHF Hommes 1/2 FINALES ALLER			
IL Runar Sandefjord (NOR)	27	Nærbø IL (NOR)	29
Alingsås HK (SUE)	25	Vojvodina Novi Sad (SRB)	24

MATCHES AMICAUX INTERNATIONAUX FEMININS			
France	23	Brésil	18
Danemark	28	Suède	26

En rouge les équipes qualifiées

SEHA 1/4 DE FINALE RETOUR		
HT Tatran Presov (SVK)	RK Eurofarm Pelister (MKD)	26 - 36
Telekom Veszprém (HON)	Partizan Belgrade (SRB)	19 - 21
PPD Zagreb (CRO)	Nexe Nasice (CRO)	R - R
Vojvodina Novi Sad (SRB)	RK Vardar 1961 (MKD)	26 - 32

Coupe EHF LEAGUE Hommes 1/4 ALLER			
Fraikin BM Granollers (ESP)	30	Flensburg-Handewitt (ALL)	31
Frisch Auf Göppingen (ALL)	32	Nexe Nasice (CRO)	23
Kadetten Schaffhausen (SUI)	37	Füchse Berlin (ALL)	33
Sporting CP Lisbonne (POR)	32	Montpellier HB (FRA)	32

En rouge les équipes qualifiées

CHAMPIONNAT DU MONDE FEMININ QUALIFICATIONS ZONE EURO			
Kosovo	20	Pologne	32
Serbie	32	Turquie	25
Croatie	31	Slovaquie	18
Rép. Tchèque	36	Suisse	27
Portugal	24	Roumanie	8
Espagne	26	Autriche	24
Hongrie	34	Islande	28
Slovénie	33	Italie	21
Ukraine	31	Macédoine Nord	22
Grèce	20	Allemagne	36

## Médicale

# Comment appliquer l'huile de massage ?



La règle d'or : masser depuis les extrémités vers la racine.

Pour que le massage soit bien effectué, il est important de masser **dans le sens de la circulation sanguine**. Concrètement, il faut remonter des extrémités vers la racine.

Exemple 1 : un joueur de tennis ou de volley agira en priorité pour la relaxation de ses bras. Il devra commencer son massage de la main pour remonter jusqu'au coude, puis il fera de même du coude jusqu'à l'épaule.

Exemple 2 : un footballeur ou un rugbyman, lui, devra favoriser la récupération rapide de ses jambes. Il débutera donc son massage par la cheville et remontera à la hauteur du genou.

Exemple 3 : un coureur soignera ses pieds avec attention. Le sens de son massage ? Des doigts de pied jusqu'à la cheville.

Laissez couler quelques gouttes d'huile de massage sur la paume et frottez vos mains pour répartir le liquide. Ensuite, massez en premier lieu **les parties du corps les plus tendues**, celles qui ont le plus subi l'effort.

## Choisir son huile de massage



Des huiles de massage sont fabriquées spécialement pour les sportifs.

Vous pouvez opter pour des huiles de massage "classiques", mais sachez qu'il existe également des huiles spécialement fabriquées pour la récupération des sportifs. Les marques Aptonia ou Weleda, notamment, commercialisent de tels produits. Vous pouvez vous les procurer dans des magasins de sport ou dans des centres de soins.

Les **huiles à l'arnica** sont recommandées pour soulager les douleurs ou la fatigue musculaires. De manière générale, toutes celles fabriquées à partir d'**extraits de plantes** (tournesol, eucalyptus, lavande...) possèdent des vertus apaisantes indéniables.

## Gel et patch, l'autre solution

A défaut d'huile de massage, tournez-vous vers les gels tonifiants, qui s'utilisent de la même manière. Après l'effort, ils raccourcissent les temps de récupération. Enfin, dernière solution : les **patches chauffants**, qui décontractent les muscles tendus.

## Les différents massages



Le massage aux pierres chaudes.

Pour effectuer un massage complet, voici une combinaison possible :

Commencez par une série d'effleurages : vous massez la partie concernée (le dos, les jambes...) en effectuant des aller-retours rapides mais peu appuyés.

Ensuite, appuyez avec force sur les grandes masses musculaires à l'aide de vos pouces et de la paume de vos mains. L'huile doit entrer en profondeur dans la peau. Les mouvements doivent être beaucoup plus lents mais, cette fois, vous devez masser en profondeur.

Terminez par une séance de percussions : avec le tranchant de votre main, donnez des petits coups successifs sur les zones musculaires susceptibles de devenir douloureuses.

## Le massage aux pierres chaudes

Avant le massage à proprement parler, les masseurs disposent des pierres de basalte chauffées sur les muscles fatigués. Des pierres froides sont ensuite utilisées au cours du massage pour décupler la sensation d'apaisement (en savoir plus).

## Les appareils de massage à percussions



Les appareils reproduisent le mouvement des massages de percussions.

Si le massage manuel vous effraie, reportez-vous sur les appareils de massage à percussions : c'est simple, ils font tout le travail à votre place ! Enfin presque, car ils ne parviendront jamais à être aussi précis que les mains peuvent l'être.

Vous le promenez sur vos **lombaires, cervicales, jambes**, pieds et mains en choisissant la vitesse d'action. L'appareil peut envoyer plusieurs milliers de tapotements à la minute. Il est le plus souvent livré avec plusieurs boules pivotantes, de poids différents. Les boules moyennes sont celles qu'il faut utiliser pour régénérer les muscles.

Certains de ces appareils sont équipés **d'infra-rouges**, technologie qui favorise la remise en forme des articulations

A SUIVRE ...