



La vidéo

Découvrez l'un de nos partenaires de la prochaine édition de notre Raid : **HaudaCity** !



En bref

- Décembre 2017 : Recrutement d'un volontaire en service civique, Akram Bouacha, pour l'organisation du Raid 2018,
- Janvier 2018 : Rencontre avec l'inspecteur pédagogique de la zone du Saint-Gaudinois afin de mettre en place des journées de sensibilisation,
- Décembre 2017 : Accueil par le CDH 31 de la Journée Régionale jeunes du CR Handisport Occitanie,
- Février 2018 : Recrutement en cours d'un(e) chargé(e) de communication,
- Juillet 2018 : Trail de Luchon en préparation.

L'édito

Le Comité Départemental Handisport de la Haute-Garonne (CDH 31) vous souhaite une **bonne deuxième partie de saison sportive**.

David Renvazé, Président du CDH 31, ainsi que les membres du Comité Directeur adressent leurs vœux de réussite pour cette fin de saison sportive à l'ensemble des licenciés, clubs, partenaires, bénévoles et amis du Comité.

Nous restons présents pour accompagner chaque club dans les activités qu'il propose ainsi que dans leurs futurs projets et ceux de leurs sportifs. Ces accompagnements sont techniques, matériels et financiers moyennant l'implication des clubs dans le fonctionnement du Comité (présence à l'AG, rapport d'activité, adhésion à jour, etc.) Le document [aides aux clubs](#) est à votre disposition pour cela.

Actualités

Assemblée Générale CDH 31 – 15 février 2018

L'Assemblée Générale annuelle du CDH 31 s'est tenue le jeudi 15 février à la Maison des Sports de Labège.

Une vingtaine de représentants de clubs étaient présents à cette occasion ainsi que notre partenaire ENEDIS représenté par Messieurs Jean-Yves Dupouy et Léonard Dordolo.

Les bilans d'activité, sportif et financier ont été présentés.

À la suite de l'Assemblée Générale nous avons partagé un moment de convivialité autour d'un buffet ce qui a permis de prolonger les échanges entre les acteurs du mouvement Handisport de la Haute-Garonne.



Raid Handisport 2018 : samedi 9 juin

La 4^{ème} édition du Raid Handisport Haute-Garonne se déroulera le 9 juin 2018 à la base de loisirs de la forêt de Bouconne.

Pour ceux qui ne connaissent pas encore cette manifestation sportive et conviviale : le Raid se compose d'équipes mixtes (personnes en situation de handicap et valides) comprenant 6 participants et propose 4 grandes épreuves : cyclotourisme, tir de précision, course d'orientation et « détente ». Le Raid Handisport Haute-Garonne est ouvert à tous (débutants et sportifs).

Le matériel est mis à disposition des participants lors de cette journée.

Les inscriptions seront ouvertes très prochainement, tenez vous prêts !



Raid Handisport 2017

Week-end Ski – 24 et 25 mars à Peyragudes

Si vous êtes situation de handicap moteur, visuel ou auditif ce week-end ski est fait pour vous !

Envie de découvrir cette pratique ou en recherche de perfectionnement, l'équipe technique du CDH 31 est là pour vous accueillir et vous conseiller.

Du dual à l'uni-ski en passant par le tandem ou encore le ski-kart, un matériel adapté à votre situation de handicap vous attend.

Lors de ce week-end riche en émotions, chacun pourra se faire plaisir tant sur les pistes qu'en dehors.

Des questions ? N'hésitez pas à contacter Alexis Salles au CD Handisport 31 :

06 15 43 52 89 – cd31@handisport.org

À très vite sur les pistes !



Nouveaux clubs affiliés

Affiliation

Pour la saison 2017/2018 le département de la Haute-Garonne a le plaisir d'accueillir 4 nouveaux clubs Handisport. Le président et les membres du CDH 31 leur souhaitent la bienvenue dans le mouvement.

- SAINT-ORENS BADMINTON (SOBAD)

Créée en 1987, sous l'impulsion de Mady Sabadie, le club compte 220 adhérents dont 81 jeunes. Deux sportifs Handisport pratiquent dans ce club : une personne déficiente auditive et une personne en situation de handicap moteur qui pratique en fauteuil. Suite à plusieurs échanges le club a pris la décision cette saison de créer une section Handisport afin d'encadrer ces sportifs et leur permettre de participer aux différentes compétitions dans leur catégorie.



- MURET ATHLÉTISME CLUB

Créée en 1969 sous l'impulsion de Robert Villalva, le club connaît ces dernières années une forte progression du nombre de ses athlètes passant ainsi de 174 en 2011 à 345 en 2017 en lien notamment avec la mise en place de la « marche nordique ». Le club a souhaité ouvrir une section Handisport cette année afin de proposer une pratique de l'athlétisme adaptée.



- HOPE

Maxime Valet et Delphine Bernard ont créé cette association afin d'accompagner les sportifs de haut niveau dans la préparation et la qualification aux Jeux Paralympiques. Cette saison l'association HOPE s'est affiliée au CDH 31 pour la première fois afin d'être un club Handisport à part entière.



- GV TOUT MENU SPORT ET SANTÉ

C'est une association sportive de Muret qui accueille tout public individuel ou collectif, à domicile, en structure ou en plein air : sport, santé et bien être, activités physiques adaptées, selon le niveau et le rythme de chacun. Pour cette saison l'association a fait le choix de s'affilier à la Fédération Française Handisport afin d'ouvrir sa pratique à un public plus large.



10 BONNES RAISONS DE S'AFFILIER :

- Participer au développement du Handisport
- Assurance
- Communication
- Réseau
- Compétition
- Formation
- Financement
- Expertise
- Labélisation des clubs
- Reconnaissance

Portrait

Ugo DIDIER – Champion du Monde

Sacré Champion du Monde sur 100m dos à Mexico en décembre, Ugo Didier est licencié en Haute-Garonne au Cercle des nageurs de Cugnaux. Le CDH 31 est très fier de le compter parmi ses sportifs de haut-niveau.

- **Peux-tu te présenter en quelques mots ?**

Je m'appelle Ugo et j'ai 16 ans. Je suis en Terminale S au lycée Françoise de Tournefeuille. Je suis licencié au Cercle des Nageurs de Cugnaux avec comme entraîneur Samuel Chaillou. Je suis né avec des pieds bots et des genu-recurvatum. En dehors des mes études, la natation occupe quasiment tout mon temps libre. Je suis également passionné de sport en général.

- **Comment es tu arrivé à la natation ?**

J'ai commencé à nager à l'âge de 8 ans. Je nage donc depuis 8 années en compétition. Mon club a toujours été le Cercle des Nageurs de Cugnaux. Je suis arrivé à la Natation parce que c'était le seul sport que je pouvais pratiquer et puis j'ai toujours aimé l'eau (je ne peux pas courir et ne peux pas sauter).

Je nage en Handisport depuis 2014, suite à la rencontre, dans un club de vacances, d'une personne amputée d'un membre inférieur. Cela fait 3 saisons que je nage dans cette fédération, en plus de la fédération française de natation. Je m'entraîne avec des valides dans mon club car je suis le seul à avoir un handicap. Je suis classé dans la catégorie S9 (atteinte d'un membre inférieur complet ou incomplet ou d'un membre supérieur incomplet).

Je m'entraîne tous les soirs, pendant 2 heures (20 minutes d'échauffement hors de l'eau + 1h40 d'entraînement dans l'eau) à la piscine de l'Oasis de la Ramée, à 5 minutes en voiture de la maison. Ma spécialité est le 100m dos. Je suis Champion de France dans cette discipline. Je suis également Champion de France en 200 mètres 4 nages.

- **Tu es devenu Champion du Monde du 100 mètres dos en décembre à Mexico, raconte nous comment se sont passés pour toi ces Championnats ?**

Pour cette compétition, ma préparation était planifiée 6 mois à l'avance. Pendant ces 6 mois j'ai surtout travaillé pendant ma prise d'appui pour être plus efficace dans l'eau. J'ai également fait des stages nationaux et une compétition internationale, à Berlin.

Une semaine avant la compétition, je suis entré dans une période qu'on appelle l'affutage. Durant cette période j'ai augmenté l'intensité sur des efforts courts et j'ai pris mes marques dans le bassin. À chaque fois que je découvre un bassin j'ai besoin de faire des départs et des virages.

À Mexico, il a fallu s'adapter au décalage horaire, l'altitude (2200 mètres) et la pollution et tout cela en 5 jours.

Du fait du report des Championnats dû au tremblement de terre à Mexico fin septembre, toutes les nations n'ont pas pu envoyer leur délégation. Le niveau global de la compétition s'en est ressenti. Tous les nageurs présents ont bataillé pour les podiums.

Quel bonheur au moment de la Marseillaise !

J'ai également obtenu la 4^{ème} place en 400 mètres nage libre et en 200 mètres 4 nages.

- **Que pouvons nous te souhaiter pour la suite ?**

Les Championnats d'Europe auront lieu en août 2018, à Dublin, je compte bien revenir en France avec une médaille ! Les Championnats de France au mois de mai, à Saint-Raphaël, en même temps que ceux des valides, et la World Serie de Copenhague en mars seront des étapes essentielles de ma préparation pour les Championnats d'Europe.

Et bien entendu, j'ai en point de mire 2020 avec les Jeux Paralympiques à Tokyo !

