

JEUNESSES SPORTIVES DE COULAINES

Votre Club Omnisports



Newsletter n°7 - Mai 2025

Édition spéciale Agenda - Fin de saison

Sommaire

1. Des montées et des titres !
2. Agenda de juin
3. Les stages des vacances d'été

1. Des montées et des titres !

Basketball : le titre régional et la montée en nationale 3 pour l'équipe féminine



Richard Brulé - Coach
Romain Quette - Assistant

"L'objectif était de monter en NF3, moi, les joueuses, le staff et les dirigeants. Nous avons réussi, et même mieux encore, car nous avons fini premières du championnat."

"Nous n'avons pas survolé le championnat, mais nous avons été constantes et avons su réagir après chaque défaite."

"Cette continuité peut s'expliquer par la qualité du groupe en termes d'humains, de bonne humeur, d'investissement et de niveau basket. Nous avons constitué

un groupe de 11 joueuses, auquel nous avons ajouté 8 U18F aux entraînements et sur certains matchs."

"Cette montée va permettre de pérenniser le projet du club, qui est de former de jeunes joueuses et de leur proposer, à court terme, d'évoluer au niveau du championnat de France."

Instagram Basketball

Volleyball : une montée en pré-nationale pour l'équipe masculine



Corentin Ringard - Coach
Yann Segalen - Entraîneur

"L'objectif de la montée en Pré-Nationale (échappée de peu la saison dernière) a été fixé dans le vestiaire avant le premier match de la saison contre Le Mans, avec une décision unanime : cette année, on monte !"

"Dès cet instant, tous les entraînements et tous les matchs ont été orientés vers cet objectif. On a augmenté le niveau d'exigence au fur et à mesure de la saison et cela a payé. Notre jeu au filet est devenu de plus en plus fort, que ce soit offensivement ou défensivement. Nos travers sur le jeu arrière ont été gommés grâce à notre bon jeu d'attaque, avec une diversité que peu d'équipes du championnat proposaient."

"Avec seulement 11 sets concédés en 18 matchs et deux défaites, à deux journées de la fin du championnat, nous étions mathématiquement sûrs d'accéder au niveau supérieur, avec 10 points d'avance sur notre dauphin.

Nous avons également eu la chance d'affronter une équipe de Nationale 1, soit 4 niveaux au-dessus de nous, lors de la Coupe de France. Nous avons perdu ce match 3-1, mais nous avons proposé une belle confrontation."

"Notre effectif va sûrement évoluer d'ici à septembre, entre départs pour les études et arrivées dues à la montée de niveau, mais le noyau principal va rester stable. On sait qu'on a du pain sur la planche, mais avec force et détermination, on peut soulever des montagnes."

Instagram Volleyball

Twirling : l'équipe Fédéral Excellence championne régionale



Audrey Menager - Coach
Anaïs Coquelin - Coach

"**29 mars**, on apprend qu'il y a eu une erreur d'inscription d'un de nos deux duo dans sa catégorie et quelques jours avant, nous avons malheureusement eu une blessée au sein du deuxième duo ce qui a amputé sa saison de duo. **30 mars**, on décide donc de constituer une nouvelle équipe avec les athlètes ne pouvant plus concourir : elles acceptent."

1er avril, la chorégraphie est montée par Anaïs et Audrey dans un salon de manière express, ce qui était un gros challenge quand on sait qu'en temps normal, les chorégraphies sont montées au moins 5/6 mois avant la première compétition. **2 avril**, on réunit nos 5 athlètes pour leur apprendre la nouvelle chorégraphie. **11 mai**, elles rentrent sur le terrain et remportent le titre départemental. **18 mai**, elles participent au régional, et obtiennent à nouveau le titre. Nous ne pouvons qu'être fières de la motivation et de la détermination de nos athlètes (Marley, Myelle, Clara, Rachel et Alison) mais également de leurs coaches (Anaïs et Audrey) pour avoir relevé ce challenge de cette manière. Ce fût une très belle surprise. Il nous reste maintenant à concourir au championnat national équipes et duos le **28/29 juin** à Vannes pour présenter une dernière fois cette chorégraphie en compétition. Nous ne leur souhaitons que de se faire plaisir au maximum sur le praticable pour continuer de vibrer à travers leur passion qu'est leur twirling. Nous sommes vraiment très fières."

[Instagram Twirling](#)

2. Agenda de juin

NOS GRANDES MANIFESTATIONS



CHAMPIONNAT DE FRANCE
ROLLER PISTE

20-21-22
JUN 2025

COULAINES
ESPACE SPORTIF GEORGES
BOLLENGIER STRAGIER
Restauration sur place - Entrée gratuite

Crédit Mutuel Coulaines JSC

Championnat de France Roller Piste

20, 21 et 22 juin 2025

Évènement phare de l'année, le championnat de France de roller de vitesse sur piste réunira les meilleurs patineurs français, qui s'affronteront sur des épreuves de sprint et d'endurance pour décrocher le titre. Plus de 400 patineurs sont attendus. Le spectacle promet d'être au rendez-vous !

- Entrée gratuite

Facebook Roller



LES JSC PRESENTENT

summer BAD
28 & 29 JUIN
COULAINES

Catégories
NC à R4
simple, double, mixte
2 sortants par poule

15ème édition
14€ = 1 tableau
18€ = 2 tableaux
bons d'achats & lots

Contacts
tournoi.bad.coulaines@gmail.com
Marine 06 14 24 73 78
William 06 45 94 64 50

Crédit Mutuel o3c -2 BAD Le Crapeaud Guindé

autorisation 24.000L.72/73.016

15ème édition !

Summer Bad

28 et 29 juin 2025

Affichant complet depuis plusieurs semaines, l'évènement réunira plus de 200 joueurs venus principalement de la Sarthe, mais aussi de l'Orne, des Pays de la Loire, de Paris et même de l'Hérault.

Un grand week-end de sport, de convivialité et de compétition s'annonce à Coulaines !

Facebook Bad'

LES GALAS DE NOS SECTIONS

6
JUN

GYMNASTIQUE JEUNES

Le vendredi à 20h

- Gymnase Marius Guillotin

Entrée 3€
sur place
à partir de 14 ans

13
JUN

DANSE

Le vendredi à 20h

- Espace Culturel Henri Salvador

Entrée 6€
sur place

14
JUN

TWIRLING

Le samedi à 18h30

- Gymnase Marius Guillotin

Entrée 4€
sur place
(gratuit pour
les -6ans)

27-28
JUN

NATATION SYNCHRONISÉE

Le vendredi à 21h et le
samedi à 19h

- Piscine de Coulaines



NOS PROCHAINS ÉVÉNEMENTS SPORTIFS



18
JUN

FÊTE DU MUTISPORTS



26
JUN

FÊTE DU SPORT ADAPTÉ



28
JUN

12H DE PÉTANQUE (Boulodrome)

3. Les stages des vacances d'été



Stage multisports

Juillet et août 2025

De 6 à 13 ans

Inscription



Stage de tennis

Juillet 2025

De 6 à 16 ans

Inscription



Stage de roller

Août 2025

De 5 à 14 ans

Inscription



Stage de basketball

Juillet 2025

De 8 à 18 ans

- Inscription sur place

Informations



JS Couaines Club Omnisports

12 rue de Paris, 72190 Couaines

Cet email a été envoyé à {{contact.EMAIL}}.

Vous avez reçu cet email parce que vous vous êtes inscrit à notre newsletter.

[Se désinscrire](#)

