

HAVRE ATHLETIC CLUB RUGBY SAISON 2023-2024

7€ Grand public

2€ Tarif réduit



13h30 Équipe Espoirs

15h15 Équipe Seniors



MATCH

FÉDÉRALE¹



HAC RUGBY
VS



VILLEFRANCHE

DIMANCHE 8 OCTOBRE

STADE JULES DESCHASEAUX

MAGAZINE DE MATCH #02 — SAISON 2023/2024

leHavre



LE BISTROT
PARISIEN



TRANSPORTS
DUBOC+

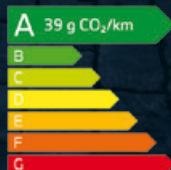
hacrugby.com





THE NEW 3

BMW VOUS OFFRE L'HYBRIDE RECHARGEABLE
SUR LA BMW SÉRIE 3 TOURING.*



*Exemple pour l'achat d'une BMW 320e Touring Hybride Rechargeable M Sport au prix de 54 000 € (intégrant un avantage client de 4 200 € sur le prix initial de 58.200 €) soit au prix de la BMW 318d Touring Diesel finition M Sport. Offre de BMW France, SA au capital de 2 805 000 € - RCS Versailles 722 000 965, domicilié au 5 rue des Hérons 78180 Montigny-le-Bretonneux, valable pour toute commande avant le 31 décembre 2022 d'une BMW 320e Touring Hybride Rechargeable M Sport neuve dans les concessions participantes et pour une livraison avant le 31 mars 2023. Modèle présenté : BMW 330e Touring finition M Sport au prix de 69 940 €, non éligible à l'avantage client.



GRUPE **BMS**
Le Havre • Evreux • Mantès



BMS Le Havre

BMS Evreux

BMS Mantès

Au quotidien, prenez les transports en commun. #SeDéplacerMoinsPolluer

Le mot de Tom GEFROY

Joueur du HAC rugby

BOULEVARD DES CHAMPIONS

Retrouvez les vidéos
de Tom GEFROY sur
boulevarddeschampions.com



L'interview "Ma 1^{ère} fois"

Peux-tu te présenter à nos lecteurs, s'il te plaît ?

Bonjour, je m'appelle Tom Geffroy, j'ai 26 ans, je suis originaire du Havre. J'ai toujours joué dans les clubs havrais.

Je joue 2^e et 3^e ligne et j'ai entamé en mars 2022 une reconversion professionnelle afin de devenir artisan indépendant dans le domaine de la rénovation intérieure des bâtiments.

Pourquoi avoir choisi de pratiquer le rugby et pas un autre sport ?

J'ai choisi de faire du rugby car j'aime les sports de contact. Avant d'en faire mon sport de prédilection, j'ai tout de même essayé plusieurs sports. J'ai commencé étant jeune par faire du judo, un petit peu de foot, du VTT, de la danse sportive avant de revenir à un sport de contact : le rugby. Un sport collectif dans lequel on peut se défouler dans les règles et qui est une véritable école de la vie.

Peux-tu me dire selon toi, quelles sont les principales qualités à avoir pour briller à ces postes de 2^e et 3^e ligne ?

Selon moi, un bon 2^eème / 3^eème ligne doit être rapide, explosif, endurant, assez costaud, bon plaqueur et il doit aimer le contact. Savoir faire de belles passes et lire le jeu sont aussi des atouts à avoir sur le poste de 3^e ligne car celui-ci se trouve souvent dans la ligne de 3/4.

Peux-tu nous parler de ton parcours avant d'être arrivé au HAC Rugby en 2016 ?

J'ai débuté le rugby en 1^{ère} année de -11 ans au HRC/RCPH pendant 2 ou 3 ans puis au HRC/HAC. J'étais licencié au HRC et c'est ce club qui m'a formé et m'a fait monter en compétences jusqu'en Séniors.

Entre les -13 ans et les Séniors, j'ai eu la chance de participer plusieurs fois au championnat de Normandie à XV et à VII, c'est d'ailleurs grâce à ces participations que j'ai rencontré Jérôme DUNAY. Ma dernière participation au championnat de Normandie m'a permis d'être retenu pour participer au Tournoi de l'Amicale des VI Nations en 2015 (rugby à VII) en Angleterre. J'ai fait une première année de seniors avec le HRC en honneur avant de devenir licencié au HAC rugby en Fédérale 3.

Quel est ton ressenti sur la saison à venir ?

Nous avons un bon groupe, quelques recrues sont venues renforcer l'effectif. Presque chaque poste est doublé ce qui permet de pouvoir tourner et d'instaurer une concurrence saine. On connaît le plan de jeu, on se connaît les uns les autres donc je pense qu'on peut surprendre certaines équipes de Fédérale 1.



L'histoire

du CSV



Stade : Complexe sportif de l'Escale
Classement Saison 2022/2023 : 8^e

L'histoire du club a commencé le dimanche 20 septembre 1908, par une réunion au Café Jarlat, place du Promenoir, d'une vingtaine de jeunes gens ayant pratiqué le rugby au collège Claude-Bernard, qui décidait la création d'une équipe de football-rugby. Une assemblée générale convoquée le 6 novembre 1908 entérina la création de la société, affiliée à l'USFSA, permettant la pratique – en tant que club omnisports – du rugby, de l'athlétisme, de la culture physique, puis plus tard de la boxe, des poids et haltères, du football et du tennis. Ce n'est que bien plus tard, le 28 décembre 1912, que les statuts de l'association allaient être déposés à la Sous-Préfecture.

Au fil de sa longue histoire, le CSV a connu des hauts et des bas, se séparant, au fil des années, des autres activités, ne gardant que le rugby qui était son principal objet.

L'équipe fanion a évolué au niveau régional puis national, accédant même, lors de la saison 1983-1984, au groupe B de la 1^{ère} division d'alors, côtoyant ainsi dans sa poule le Racing Club de France des Rives, Paparemborde ou Blanc. C'est le niveau le plus élevé jamais atteint par le club. Depuis, le CSV a évolué dans les trois divisions du championnat de France amateur, atteignant même la Fédérale 1 lors de la saison 2003-2004.

Depuis l'année 2013, le club s'était installé en Fédérale 2, avec des hauts et des bas, avant de vivre une saison sportive très aboutie en 2018-2019, qui l'a emmené jusqu'en quart-de-finale du championnat de France, synonyme de montée en Fédérale 1.

Au cours de toutes ces années, le CSV n'a cessé d'être un club formateur, récompensé par différents titres ou accessits au niveau juniors, cadets, minimes ou école de rugby.



Source : site officiel CS Villefranche

CALENDRIER FÉDÉRALE 1 2023-2024



JOURNÉE 2 - 17/09
35 VS DRANCY **21**

JOURNÉE 3 - 24/09
33 VS CHARTRES **25**

JOURNÉE 4 - FÉDÉRALE 1
8 OCTOBRE
 VS VILLEFRANCHE

JOURNÉE 5 - FÉDÉRALE 1
15 OCTOBRE
 VS COURBEVOIE

JOURNÉE 6 - FÉDÉRALE 1
21 OCTOBRE
 VS ORLÉANS

JOURNÉE 7 - FÉDÉRALE 1
5 NOVEMBRE
 VS NUITON

JOURNÉE 8 - FÉDÉRALE 1
12 NOVEMBRE
 VS GENÈVE

JOURNÉE 9 - FÉDÉRALE 1
19 NOVEMBRE
 VS SARCELLES

JOURNÉE 10 - FÉDÉRALE 1
3 DÉCEMBRE
 VS PUC

JOURNÉE 11 - FÉDÉRALE 1
10 DÉCEMBRE
 VS BEAUVAIS

JOURNÉE 13 - FÉDÉRALE 1
14 JANVIER
 VS DRANCY

JOURNÉE 14 - FÉDÉRALE 1
21 JANVIER
 VS CHARTRES

JOURNÉE 15 - FÉDÉRALE 1
28 JANVIER
 VS VILLEFRANCHE

JOURNÉE 16 - FÉDÉRALE 1
11 FÉVRIER
 VS COURBEVOIE

JOURNÉE 17 - FÉDÉRALE 1
18 FÉVRIER
 VS ORLÉANS

JOURNÉE 18 - FÉDÉRALE 1
3 MARS
 VS NUITON

JOURNÉE 19 - FÉDÉRALE 1
10 MARS
 VS GENÈVE

JOURNÉE 20 - FÉDÉRALE 1
24 MARS
 VS SARCELLES

JOURNÉE 21 - FÉDÉRALE 1
31 MARS
 VS PUC

JOURNÉE 22 - FÉDÉRALE 1
14 AVRIL
 VS BEAUVAIS



RÉSERVEZ VOS PLACES
DÈS À PRÉSENT EN FLASHANT

Les règles du Rugby

Qu'est-ce que l'en-avant ?



Obscures pour les néophytes, les règles du rugby peuvent paraître ardues de prime abord, voici un éclairage sur une des principales fautes.

L'En-avant

Un **en-avant** peut être commis n'importe où dans l'aire de jeu. Il y a **en-avant** quand un joueur entre en contact avec le ballon, le perd et que le ballon va vers l'avant. La définition ne concerne que les membres supérieurs, de l'épaule jusqu'aux doigts. En d'autres termes un joueur qui touche volontairement, ou non, le ballon de la tête ne fait pas un **en-avant**.

Donnée essentielle de la règle, il ne faut pas la direction du ballon. Un ballon lâché vers l'arrière (le joueur est tourné vers son camp) et qui rebondit dans



perdre de vue l'arrière (le joueur un second temps

Second cas de figure, la passe en avant. Si un joueur fait une passe à un autre joueur de son équipe et que celui-ci se trouve devant lui à la réception du ballon, la passe est dite «**en avant**», il y a donc faute de jeu. Le joueur réceptionnaire doit se situer en retrait du joueur porteur du ballon.

Une mêlée est ordonnée à l'endroit de l'**en-avant** pour l'équipe qui n'a pas commis la maladresse. Si le geste n'est pas une maladresse mais une faute intentionnelle du joueur pour endiguer une action adverse cela devient une pénalité contre le joueur fautif.

Il existe cependant des exceptions, en effet, il n'y a pas **en-avant** et le jeu continue si un joueur contre le jeu au pied d'un adversaire ou s'il lui arrache le ballon des mains.





LE CLUB 300 HACRUGBY

FÉDÉRER

300 Ambassadeurs autour du patrimoine et des valeurs du HAC RUGBY

COLLECTER

Des fonds sous forme de dons auprès de ces ambassadeurs

CAPITALISER

Sur un réseau de Femmes et d'Hommes de valeur

ÊTRE MEMBRE DU CLUB 300

- Ⓢ C'est faire partie des 300 premiers fondateurs reconnus (carte de membre et votre nom est inscrit sur un support dédié au club 300 à LANGSTAFF)
- Ⓢ C'est souscrire par une participation financière mensuelle, trimestrielle, semestrielle ou annuelle, 25 euros/mois (ou 300€/an) qui peuvent donner droit à une réduction d'impôts
- Ⓢ C'est être informé des projets et de l'utilisation des fonds collectés.

INTERESSÉ(E)S ? CONTACTEZ NOUS

**Catherine
DEBRIS**

06 33 85 72 43
club300@hacrugby.com

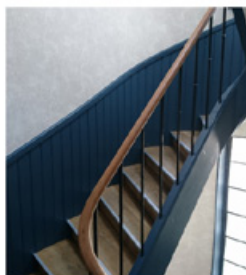
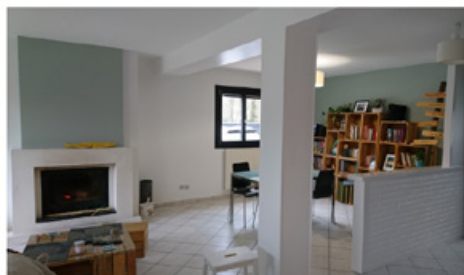
DECO *Siefridt*

P E I N T U R E













DEPUIS 1920

94 rue Alfred Sisley 76620 LE HAVRE
02 35 42 38 22













Seniors

Poule 1 – Journée 3

Beauvais		(0)	12	24	(2)		Sarcelles
Beaune		(0)	00	25	(0)		Genève
Drancy		(1)	16	13	(1)		Nuits Saint Georges
Chartres		(3)	33	25	(1)		Le Havre AC
Villefranche sur Saône		(3)	17	22	(3)		Courbevoie

Espoirs

Poule 1 – Journée 3

Beauvais		(2)	27	23	(2)		Sarcelles
Beaune		(0)	00	25	(0)		Genève
Drancy		(7)	43	08	(1)		Nuits Saint Georges
Chartres			17	24			Le Havre AC
Villefranche sur Saône		(4)	24	13	(1)		Courbevoie



Bonjour Ezequiel, peux-tu nous présenter le CEL ?

Le CEL (Club d'Entraînement Labellisé), c'est un dispositif d'accès au haut niveau qui est dans le club et qui est envisagé surtout dans la formation. Les tranches d'âges, c'est de 16 à 23 ans donc pour qu'on se rende compte un peu de l'idée, c'est les juniors jusqu'aux espoirs aujourd'hui. Nous nos espoirs, c'est les -25 c'est 2 ans de plus mais on peut quand même faire partie du centre d'entraînement. C'était un gros travail. Avec l'équipe que j'ai, j'ai pu obtenir La Belle donc c'est pour ça que c'est un centre d'entraînement labellisé, il est labellisé par la Fédération, donc la Fédération Française de Rugby, ce qui veut dire que ce statut valide notre formation en interne et ça permet aux joueurs d'accéder au Haut niveau. Donc j'essaie de créer des passerelles avec des travaux professionnels ou des passerelles qui sont notre objectif pour l'équipe 1.

Est-ce que tu peux me dire comment on peut contribuer au développement du CEL ?

Il y a un gros effort du club, au niveau financier, au niveau national donc tous ses moyens passent d'abord pour les partenaires, ce qu'ils apportent, mais aussi ça peut être juste nous accompagner avec des tâches assez simples, pour les jeunes par exemple on apporte un petit dej, ce sont des choses que l'on met en place, le fait d'aider à mettre en place le petit dej peut aussi nous aider, quelqu'un qui vient amener des partenaires, ça aide.

Pourquoi avoir nommé le CEL au nom de David Auradou ?

Je ne sais pas s'il y a beaucoup de gens qui le connaissent mais j'imagine que oui. David Auradou, c'était le 1er havrais qui était en sélection nationale du XV de France, on l'a appelé et comme il est entraîneur principal à Suresnes, on lui a posé la question s'il voulait que la première promo du CEL pour laquelle on a fait l'indemnisation porte son nom, il était d'accord du coup on l'a invité et c'est pour cela que l'on a décidé de nommer le projet comme ça.





**SPORT
CLUB**

LH SPORTCLUB

**VOUS INVITE À VENIR FAIRE UNE
SÉANCE DÈS AUJOURD'HUI !**

Préparez-vous à transpirer!

Vous voulez en savoir plus sur nous ?



Ouvert 7 j/7 de 6h à 23h
69 Bis rue du Général Sarrail
76600, Le Havre

Appelez nous au : 02 35 42 08 42

Pour tout remplacement de pare-brise

**Franchise
offerte**

+

Carte
cadeau **30€***

+ Balais d'essuie-glaces

Nous remplaçons votre pare-brise :



En agence



À domicile ou sur votre lieu de travail

Scannez ce QR code ou
prenez rendez-vous au

Contactez Aurélien
06 43 47 14 83



**Offre
HAC Rugby**



PROTECTHOMS

Distributeur d'Excellence

Vivez la rencontre **en direct**
sur la page Youtube du



BOULEVARD DES CHAMPIONS



Liens également disponibles sur



commentée par
Frédéric MARQUILLANES
et **Nicolas PIPY**

LA BOUTIQUE



Retrouvez vos articles préférés de la boutique
au Stade Langstaff pendant les entraînements
et au Stade Deschaseaux lors des matchs.



JEU CONCOURS

HAC vs VILLEFRANCHE

TENTEZ DE REMPORTEZ UN POLO,
UN T-SHIRT OXBRIDGE OU DES PLACES DE MATCH !

Qui a été élu homme du match
lors de la dernière rencontre à domicile ?



(Flashez le QRcode pour répondre sur le site du club)

STUDIO

**COM
DES
IMAGES**

Communication à 360°

Web Video Photo Design Print

260 rue du bois au cog - 76620 Le Havre

02 77 00 60 03 - 06 60 80 96 47

comdesimages.fr





Comment devenir partenaire du HAC Rugby ?

*Vous souhaitez rejoindre
une équipe dynamique,
un club **ENTREPRISES**
constitué de plus de 150 partenaires ?*

Contactez-nous !
sarahlaasri@newrevents.com
06 12 90 12 42

Ligue Havraise

contre le Cancer



Depuis combien de temps la Ligue contre le cancer existe et quelles en sont ses missions ?

La Ligue Nationale existe depuis 1918 soit plus de 100 ans d'existence. Le Comité 76 a été créé en 1962. Nous avons 4 missions :

Financement de la Recherche scientifique :

la Ligue est le 1er Financier non-gouvernemental de la recherche en cancérologie - financements projets/matériels - recherche fondamentale/clinique/épidémiologique - ainsi que les sciences humaines & sociales.

Information, prévention et sensibilisation aux dépistages :

aide aux Malades, améliorer la qualité de vie des Patients & des Aidants pendant et après la maladie, soutien financier, offre de soins de support et de Bien-être dans les 9 Espaces Ligue du département.

Démocratie Sanitaire : pour mobiliser la Société et changer les mentalités face aux cancer en levant les tabous..

Combien de Français sont atteints de ces cancers chaque année ?

60.000 nouveaux cas chaque année (chiffre en augmentation), **1 femme sur 8** au cours de sa vie sera confrontée à un cancer du sein. **12100 femmes en décèdent chaque année.** Seulement **1 femme sur 2** fait ses dépistages.

Quels sont les bienfaits du dépistage ?

Le dépistage permet un diagnostic précoce des cancers et de ce fait des traitements beaucoup moins lourds et une prise en charge beaucoup moins lourde.

Où peut-on se faire dépister ?

A partir de 25 ans, il est recommandé de faire chaque année, une visite chez un professionnel de santé (Sagefemme, gynécologue ou médecin traitant) comprenant un examen de la poitrine.

De 50 à 74 ans - les Femmes sont invitées à réaliser une mammographie, tous les 2 ans, prise en charge par la Sécurité Sociale.

Les mammographies sont réalisées dans les cabinets de radiologie au plus près du domicile dont la liste est communiquée sur le courrier d'invitation. Dans le cadre de ses interventions de sensibilisation au dépistage du cancer du sein, durant Octobre Rose mais aussi tout le reste de l'année, La Ligue recommande à toutes les femmes un

autoexamen régulier de sa poitrine afin de détecter au plus tôt une éventuelle anomalie. Des interventions auprès des femmes avec un buste d'autoexamen permet d'apprendre aux femmes comment réaliser efficacement cet examen..

Depuis quand Octobre Rose existe-t-il et quels en sont les objectifs ?

Octobre Rose existe depuis de nombreuses années, parti d'un mouvement anglo-saxon, il a ensuite été développé en France depuis une vingtaine d'années mais vraiment devenu populaire depuis une dizaine d'années. L'objectif aujourd'hui est de sensibiliser les femmes à partir de 25 ans de suivre les recommandations du ministère de la santé, à savoir :

- **À partir de 25 ans :** une visite chez un professionnel de santé (Sage-femme, gynécologue ou médecin traitant) comprenant un examen de la poitrine.

- **De 50 à 74 ans :** Réaliser une mammographie, tous les 2 ans, prise en charge par la Sécurité Sociale.

Afin d'attirer le public cible, **Octobre Rose** permet de réaliser de nombreuses manifestations avec un double objectif : Attirer le public cible à sensibiliser, collecter des fonds pour financer la recherche.

Comment peut-on aider la Ligue contre le cancer ?

En la soutenant financièrement pour assurer le financement de ses missions, par un don ponctuel, ou un don régulier (prélèvement automatique), par legs et assurances vies.

Mais on peut aider aussi en donnant de son temps et devenir bénévole sur une des missions de la Ligue.

Contact :
Laurence LANIEU
06 19 23 41 33
160 rue Massillon,
76600 Le Havre
Espace.ligue.lehavre@gmail.com





L'EAU TARIE

RestauBar

*Situé en plein cœur des rues piétonnes
du centre-ville du Havre, **L'EAU TARIE** anime
la vie havraise depuis plus de dix ans.*



86 rue Victor Hugo, Le Havre
02 35 41 39 83