



RINK-HOCKEY - ARTISTIQUE - ROLLER-DERBY
Salle de l'Angelmière - Chemin de l'Ornay - 85000 LA ROCHE SUR YON
Email : lavendeennerh@yahoo.fr
Web : www.lavendeenne.com



★ **Vous souhaitez rejoindre Les Passeuses Dâmes ?** ★
★ **Section Roller Derby du club de la Vendéenne** ★

Nous sommes un club de Roller Derby visant la compétition, engagé dans l'évolution de notre équipe et le développement de notre sport. Nous proposons donc une activité sportive avec pour objectif de former des joueuses qui intégreront notre équipe et qui seront amenées à se déplacer pour des matches.

JOUEUSES

Vous êtes majeure, débutante ou confirmée, sportive ou non, et vous n'avez pas peur de pratiquer un sport de glisse et de contact, le Roller Derby est peut-être fait pour vous.

Les seules conditions: la motivation, la détermination et le dépassement de soi, l'envie de s'impliquer dans la vie associative et surtout la disponibilité (et oui le Roller Derby est une activité très chronophage).

ARBITRES (Referee en patins et Non Skating Official)

Nous recrutons également des arbitres avec ou sans patins, que vous soyez patineur ou non, (les débutants peuvent suivre la formation patinage).
Les arbitres font partie intégrante de l'équipe et participent aux entraînements.
Ils sont essentiels au développement de la Ligue.

★ **Intégrer une équipe de Roller Derby, qu'est-ce que cela implique?**

Bien conscient que le Roller Derby véhicule une image fun et décalée, avec son originalité et son folklore, vous ne devrez pas perdre de vue qu'il s'agit avant tout d'un sport émergent et alternatif.

Nous ne disposons pas de gros moyens financiers pour faire vivre notre section, récolter des fonds et organiser nos manifestations, c'est du total DIY (Do It Yourself) et nous comptons sur chaque membre de l'équipe pour donner un coup de main selon ses compétences et envies, en plus des entraînements.

Les coachs et encadrants sont peu nombreux, entièrement bénévoles, et consacrent tout leur temps libre et énergie pour développer cette équipe grandissante et ambitieuse.

Pour toutes ces raisons, les objectifs fixés sont avant tout sportifs, c'est-à-dire que nous souhaitons renforcer, développer et pérenniser notre équipe en formant des joueuses compétitives, continuer de participer à des compétitions et améliorer nos performances au niveau national.



Champion de France : 1976 - 1978 - 1979 - 1982 - 1987 - 1989 - 1996 - 2003 - 2004 - 2005 - 2007 - 2016 - 2017 Coupe de France : 2002 - 2006 - 2007 - 2011 - 2014 - 2016

Association Loi 1901 déclarée le 11 Mars 1907, récépissé N°22 - JO n°2519 du 29 Mars 1907 - Agrément ministériel n° 54585 du 4 Juillet 1945 - Affiliée à la F.F.R.S depuis le 6 Décembre 1956



RINK-HOCKEY - ARTISTIQUE - ROLLER-DERBY
Salle de l'Angelmière - Chemin de l'Ornay - 85000 LA ROCHE SUR YON
Email : lavendeennerh@yahoo.fr
Web : www.lavendeenne.com



Nous n'avons pas la possibilité matérielle et humaine d'encadrer une activité purement «récréative ».

Nous vous demanderons donc d'être régulières et assidues car c'est la clé de la réussite de l'apprentissage de ce sport d'**ÉQUIPE** et de sa maîtrise.

Vous serez également souvent sollicitées pour aider à l'organisation des diverses activités du club: matchs, tournois, workshop, soirées de soutien, merchandising...

Nous nous répartissons le travail selon les compétences, les disponibilités et envies : logistique, communication, événementiel, graphisme, administration, recherche de sponsors...

Nous demandons une participation financière pour chaque déplacement pour jouer nos matchs en extérieur.

★ Entraînements

Début des entraînements : **1er septembre 2021**

Paillettes => Joueuse débutante

Gold'Ass => Joueuse confirmée

[Mercredi 19:00-22:00] - Salle Pelée (Les Terres Noires) :

> Paillettes + Gold'Ass sur 2 tracks (pistes) : OFF SKATE + ON SKATE.

[Samedi 12:15-14:15] - Salle de l'Angelmière :

> Paillettes + Gold'Ass sur 1 track : ON SKATE

Vous devez être disponible sur au moins un créneau par semaine. Cette disponibilité sera à valider avec les coaches.

En cas de crise sanitaire, vous vous engagez à respecter les règles sanitaires en vigueur.

Vous passerez une épreuve d'aptitude appelée « Minimum Skills » dit MS, qui passera en revue tout ce que vous avez appris et validera vos acquis.

Selon vos résultats et votre progression, vous continuerez à vous perfectionner afin d'atteindre le niveau requis, ou passerez dans le groupe d'entraînement plus avancé et participer aux matchs.



Champion de France : 1976 - 1978 - 1979 - 1982 - 1987 - 1989 - 1996 - 2003 - 2004 - 2005 - 2007 - 2016 - 2017 Coupe de France : 2002 - 2006 - 2007 - 2011 - 2014 - 2016

Association Loi 1901 déclarée le 11 Mars 1907, récépissé N°22 - JO n°2519 du 29 Mars 1907 - Agrément ministériel n° 54585 du 4 Juillet 1945 - Affiliée à la F.F.R.S depuis le 6 Décembre 1956



RINK-HOCKEY - ARTISTIQUE - ROLLER-DERBY
Salle de l'Angelmière - Chemin de l'Ornay - 85000 LA ROCHE SUR YON
Email : lavendeennerh@yahoo.fr
Web : www.lavendeenne.com



2h d'entraînement par semaine c'est peu pour connaître le sport dans son ensemble, c'est pour cela qu'il est important d'être assidue, car vous pourriez manquer des techniques importantes et nécessaires pour valider vos "MS", ce qui freinerait votre progression.

Il est fortement conseillé d'apprendre les rudiments de l'arbitrage sans patins (NSO) et de prêter main forte lors des scrimmages (matches d'entraînements) ou matches des équipes.

Plusieurs membres de l'équipe pourront vous accompagner dans cette démarche.

★ Un Training c'est quoi ?

Savoir patiner c'est essentiel pour le Roller Derby, mais avoir une bonne condition physique c'est indispensable pour encaisser les chocs et les chutes, développer de la puissance et de l'endurance.

OFF SKATE, c'est-à-dire des exercices sans patins, d'échauffements, de préparation et renfort physique: endurance, cardio, fractionnés, pompes, abdos, ect.

ON SKATE, c'est-à-dire des exercices avec patins, agilité, cardio, endurance, stratégie, contacts...

L'équipement complet est obligatoire pour tout entraînement :

- ▶ patins à roulettes
- ▶ protections genoux, coudes et poignets
- ▶ casque
- ▶ protège dent
- ▶ un maillot (t-shirt, débardeur) NOIR et un maillot BLANC

Vous devez également vous munir à chaque entraînement de vos baskets et d'une bouteille d'eau.

L'équipement complet est requis à tous les entraînements, nous ne sommes pas en mesure de le prêter.



Champion de France : 1976 - 1978 - 1979 - 1982 - 1987 - 1989 - 1996 - 2003 - 2004 - 2005 - 2007 - 2016 - 2017 Coupe de France : 2002 - 2006 - 2007 - 2011 - 2014 - 2016

Association Loi 1901 déclarée le 11 Mars 1907, récépissé N°22 - JO n°2519 du 29 Mars 1907 - Agrément ministériel n° 54585 du 4 Juillet 1945 - Affiliée à la F.F.R.S depuis le 6 Décembre 1956



RINK-HOCKEY - ARTISTIQUE - ROLLER-DERBY
Salle de l'Angelmière - Chemin de l'Ornay - 85000 LA ROCHE SUR YON
Email : lavendeennerh@yahoo.fr
Web : www.lavendeenne.com



BÉNÉVOLES : la deuxième équipe de la ligue, nous recherchons les profils suivants :

- T'as peur de prendre des coups, tu préfères en servir : le bar sera ton univers privilégié
- Tu es pompier, infirmier, urgentiste, Dr House : le poste de médecin est fait pour toi
- Ta passion c'est le Scotch (pas le whisky...) : aux premières loges, le track a besoin de toi
- Besoin de faire de la musculation, t'as 2 bras ? Tu peux porter des packs d'eau ?
Tu auras pour mission de ravitailler les vestiaires (collation, etc)
- Photographe, paparazzi, roi du selfie : viens immortaliser nos matchs !
- Tu te la joue Jean-Michel Larqué ? Ta voix est agréable et pas nasillarde ?
Tu connais les règles de Roller Derby ? Le micro est à toi !
- Tu aimes l'organisation, tu kiffes l'ordre et la discipline ?
L'espace VIP n'attend que toi ! (pôle restauration joueurs/ officiels)
- Tu aimes les gens, le contact, ton sourire sera apprécié pour accueillir le public du roller derby !



Champion de France : 1976 - 1978 - 1979 - 1982 - 1987 - 1989 - 1996 - 2003 - 2004 - 2005 - 2007 - 2016 - 2017 Coupe de France : 2002 - 2006 - 2007 - 2011 - 2014 - 2016

Association Loi 1901 déclarée le 11 Mars 1907, récépissé N°22 - JO n°2519 du 29 Mars 1907 - Agrément ministériel n° 54585 du 4 Juillet 1945 - Affiliée à la F.F.R.S depuis le 6 Décembre 1956