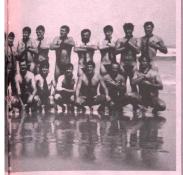
10Urnée 88 POUR - THAÏLANDE



naxon dont se servent les conducteurs : danesque !

Vers midi, nous nous arrêtons dans un villige d'artisans spécialisés dans la taille de dial'ants et nous y faisons quelques achats à bon l'ix. Nous voilà repartis dans l'enfer. La route hueuse s'élève vers les montagnes du centre pays. Le paysage que nous avons largement s' temps d'admirer compense les désagrénts du voyage. La végétation et la faune putique sont à portée de main. Nous nous unêtons pour croiser un éléphant domestique, ois pour regarder une équipe de mineurs au avail d'extraction de diamants; moyennaituse! Au détour d'un virage nous manquons in, collision avec un minibus rempli à ras bords us légumes. Le plus gros s'impose et le minis bascule lentement dans le décor (scène éjmortalisée par notre reporter Barbere) et mmobilise à deux mètres d'un ravin de 200 ètres.

ot Sueurs froides! nous proposons de remoneil e mini-bus sur la route mais les conducteurs najours souriants refusent; je dis bien les conditaites car, après enquête, l'un d'eux apprebait à conduire à l'autre, et au moment de cident, ils avaient tous les deux les mains te volant pour tourner qui à droite, qui à unue. Cet épisode tragi-comique nous a bien s'aitrire mais il faut repartir. La route s'élève tou-qui set la nuit tombant, seules de loin en loin, ille petites cahutes, chichement éclairées, où ille petites cahutes, or signe de vie.

br les 3 dernières heures se passent dans un ge^{ence} de mort, à travers un paysage que l'on te peut même pas distinguer. Enfin la ville, à gou d'altitude. Il fait frais et elle semble sertée.

sti. Nous sommes logés dans un hôtel au plus et l'estyle colonial, à la limite du salubre. Quelont et au traverseront même les couloirs.
ont elques-uns insistent pour visiter la ville :
ogline perdue ! Seul, un militaire arpentant les
outs pourra nous fournir du feu à l'abri de sa
hipote pour se protéger d'un vent frisquet qui
la chaussée. Pas un chat, pas un pub,
en lous faut rentrer et nous nous couchons la
30 at dans l'âme vers 23 h (Et oui, c'est arrivé
ssi !).

non 17.08. Tout le monde est debout à l'aube s dur un footing dans la fraîcheur cette fois-ci,

tio<mark>te journal et à la tournée</mark> eti Lanka 4[†]5 Alsace Lorraine BORDEAUX mais le manque d'oxygène est fatal aux gros et aux vieux. Nous tournons autour du Golf construit là par les Anglais et dont on se demande qui y joue et comment on arrive à l'entretenir. Titou Cantet ayant préféré s'abstenir ce jour-là (comme les autres jours d'ailleurs) perdra une occasion de transmettre le virus de la petite balle ronde aux allergiques à ce sport.

Nous voilà repartis pour redescendre dans la vallée, direction Kandy, la plus grande ville de l'intérieur, ancienne capitale des rois de Ceylan. Nous comprenons alors pourquoi on nous a fait passer par ici et nous ne regrettons plus les souffrances de la veille. La rue est magnifique, la route serpente au milieu des plantations de thé en terrasse ou à flanc de colline. L'ensemble donne l'impression d'un immense jardin, les cascades et rochers, les innombrables arbres fruitiers, arbres à fleurs multicolores ont été placés là par un jardinier anonyme mais génial pour le seul plaisir des yeux. Néanmoins nous redescendons sur terre en observant la nuée de paysans au travail courbés sur les petites plantes, et qui nous saluent du plus loin qu'ils nous distinguent.

Notre vitesse ne dépassant pas 30 km/h nous sommes bientôt assaillis par un groupe d'enfants qui veulent nous vendre des bouquets de fleurs odorantes.

Suivant en cela les recommandations de notre guide nous résistons mais les enfants nous suivent, coupant les lacets par des sentiers par eux seuls connus, à tel point que nous craquons prétextant que nous ne faisons pas l'aumone puisque nous achetons quelque chose. Un petivieux, au visage tout fripé, a laché prise 5 lacets plus haut croit-on, mais conscient de ses limites et fort de son expérience, il nous rattrape tout en bas alors que les enfants ayant couru plus que lui se sont arrêtés. Il fait le pitre et toutes les grimaces de sa bouche édentée nous arrachent bien des éclats de rire. Il reçoit une ovation, et nous lui payons le prix de ses efforts plus que celui de ses fleurs.

Mais nous rentrons nos rires dans nos gorges car nous constatons rapidement qu'il est sourd et muet; Et lorsque le bus redémarre entièrement fleuri, une boule au creux de l'estomac nous ramène à plus de dignité et d'humilité. Le voyage est ponctué d'une visite d'une fabrique de thé, d'innombrables arrêtsphotos (encore un éléphant au travail), et nous arrivons enfin à Kandy.

Après un entraînement au milieu de jeunes collégiens pratiquant eux-mêmes le rugby nous profitons de notre soirée libre pour aller essayer la cuisine du Sri Lanka au plus près des fourneaux et des cuistots. Les quelques adresses données par le «guide du routard» se révèlent certes bonnes pour ce qui est du typique, de la cuisine, mais l'hygiène en est totalement absente. Maya est même menacé de lynchage pour avoir fourni les adresses à tout le monde, si d'aventure, les amibes font leur effet cette nuit. (Heureusement pour lui il n'en sera rien).

Le match ayant lieu le lendemain, nous finissons la soirée au bord de la piscine de l'hôtel où notre aérienne première ligne donne des cours de natation synchronisée dans le plus simple appareil (sauf l'appareil photo d'Etché bien sûr). Cet épisode burlesque n'étant pas du goût du directeur de l'hôtel, la compétition est interrompue au bout d'un quart d'heure et nous nous couchons sagement après quelques parties de MUS.



18.08: Les entraîneurs remontent dans notre estime car nous sommes dispensés d'entraînement ce matin. Aussi tandis qu' un groupe va faire du shopping (peinture sur soie, épices) ou visiter le temple de la dent de Bouddha (relique pieusement conservée dans un temple scandaleusement riche), un autre va voir le spectacle du bain des éléphants. Chacun en profite pour se faire immortaliser sur le dos des pachydermes, nerveusement accroché au sarong des cornacs qui sourient de toutes leurs dents manquantes, ceux-ci montrent par là que leurs éléphants qui se baignent 20 fois par jour, goûtent ici une retraite méritée entièrement dédiée aux touristes.

Nous comprenons, au passage, pourquoi les routes sont en mauvais état dans ce pays où je n'ai vu en tout et pour tout qu'une seule pelle mécanique l

En effet ce sont les femmes, assises par terre le long des routes, qui cassent les cailloux à la main et fournissent le gravier. Nous décidons d'en faire des posters pour éclairer nos épouses sur le sort qui pourrait les attendre...

De la même façon des groupes d'hommes que l'on croyait au bain, vont chercher en apnée du sable au fond du fleuve à l'aide de petits paniers.

lci, les panneaux «travaux» sont construits en dur, pour l'éternité... La visite guidée continue par le jardin botanique de toute beauté mais déjà le gros de la troupe est en ville pou écumer le souk. Nous prenons le bus, ce drôle de véhicule qui roule sans clignoteurs, ni feux de stop, qu'on voit à des milliers d'exemplai res toujours bondés, qui viennent de nulle part pour aller, on ne sait où ! Nous renonçons à comprendre le réseau de transport en commun, prenons le bus à la volée et debouts sur le plancher nous arrivons à payer un voyage naginaire que nous abandonnons en plein milieu, sitôt aperçus les premiers étalages du marché. Les autochtones eux, ayant l'air de parfaitement savoir où ils l'ont pris et où ils doivent s'arrêter, nous observent en souriant ; comme d'habitude vient l'après-midi du match contre une sélection du centre, devant 1500 person nes, toujours dans un climat d'étuve. Les nôtres l'emportent 66-6 grâce à un bon jeu collectif, sur une équipe de faible niveau. Rien de bien significatif hormis les blessures de C. Gaudin (entorse du genou qui, finalement, ne le han-dicapera que très peu pour le reste de la tournée), et de T. Seguelong frappé en pleine course comme un lièvre qu'on abat par un cla-quage. Les joueurs refusant de boire l'eau du cru ont dû attendre la 2e mi-temps pour boire l'eau gazeuse de surcroît.

La réception tout à fait correcte a lieu dans un grand hôtel de Kandy et le comité des fêtes de Bidarray en profite, en guise de réconciliation, pour offrir un béret basque à notre président. Après quelques chansons pour la forme, nous renonçons à risquer une nouvelle déception et tout le monde va se coucher tôt. (Mais le journaliste n'est pas forcément au courant de tout...).

19-08. Lever à l'aube pour le départ vers Bentota, station balnéaire sur la côte, à 150 km de là. Etche jure ses grands dieux qu'il a été réveillé à 3 h du matin par les incantations d'une procession... Après tout, c'est bien possible.

Nous revoilà dans la cohue. Le chauffeur manque d'écraser 3 cyclistes, 14 piétons et 6 voitures, mais à chaque fois de peu... Nous traversons toujours le même genre de paysage. Les femmes se lavent dans la rivière, tout habillées...

Nous sommes accueillis à l'hôtel vers 14 h (moyenne 35 km/h), par l'inévitable éléphant qui doit passer son temps entre les nombreux hôtels égrénés le long d'une plage de sable fin. L'eau est chaude, les vagues impressionnantes mais pas trop dangereuses. Le cadre est idyllique. Immédiatement, nous explorons les environs et sommes raccolés par des maquereaux qui nous font admirer de pauvres filles quasi enchaînées dans des bouges sordides. Ayant déjà donné dans le genre, nous nous esquivons pour visiter le lagon, faire du surf sur la vague ou du water-polo dans la piscine. En fin d'après-midi, nous effectuons un long footing sur la plage suivi d'une bonne séance d'étirements sur une avancée de rochers fouet-tée par les embruns ; et dire que nos femmes croient que l'on s'amuse...

Le repas du soir est égayé par un chanteur et deux guitaristes, et nous nous languissons au son des rythmes tropicaux. Mais rapidement nous reprenons courage et l'enthousiasme aidant, nous revoilà partis écumer tous les hôtels du coin. C'est là que nous développons les échanges au sein de la communauté européenne, en tatant de la langue Italienne, langue douce s'il en est, avec des jeunes filles en vacances dans le coin. Vous jugerez de l'ambiance quand vous saurez que le comité des Fêtes de Bidarray est rentré par la plage, en chantant «Jeiki, Jeiki» à tue-tête.

20-08. La matinée est consacrée à la photo officielle. Nous étreinons pour la circonstance notre blazer bleu sorti de la naphtaline.

Suite du Journal de la Tournée 88 dans le numéro de Février 1989

AVENUE J.F. KENNEDY 33700 MERIGNAC

TEL. 56 97 72 73

Direction: M. DAULOUEDE





PRESSING MONDESIR

NETTOYAGE - BLANCHISSERIE

18, av. du Maréchal-Galliéni 33700 MERIGNAC № 56 24 13 59

Carnet

Naissances

Notre ex-secrétaire de la section pelote, le Docteur Philippe Marmiesse s'est adjoint Cathy Brachet pour procréer l'adorable ANNA le 16 Août 1988. Il paraît que l'enfant, surdoué, gratte déjà la barbe de son papa. Félicitations surtout à la maman et longue vie à ANNA.

Max Lassausaie, ancien joueur de hockey, est heureux de vous annoncer la naissance de EMILIE, sa petite-fille, fille de Brigitte et Marcel Gomez, le 18 Septembre 1988.

Après beaucoup d'hésitations, Roland Bouriat a réussi à appeler sa fille CECILE, après qu'elle eut été prénommée «J'en sais rien !». C'est Dominique qui l'a mise au monde le 7 Septembre 1988. Sera-t-elle une basketteuse ? Dans tous les cas, beaucoup de bonheur à CECILE.

Mariage

Le 8 Octobre : du petit-fils de notre ami Jacques Lillet, Magistrat honoraire, Maire de Podensac.

Nous ont quittés

Décès le 11 Août 1988. Marc DELAS, petit-fils du D' Delas «Papy Delas», fils du D' Pierre Delas (rugby), neveu de Bernard Delas (football).

Au rythme trop rapproché de nos «de Profondis» tragiquement mélodiés : notre partage du monde devient de plus en plus le partage de nos vies.

Parmi les souvenirs anciens ou récents : FEILLOU Fils, MIIe BAYLE, J. DELEAU,

J. MENJUCQ, J. HUMBERT, Marc DELAS... Comment traduire nos amitiés si sincèrement solidaires ? Comment nos esprits, perdus dans le silence, peuvent-ils reprendre souffle avec des pensées broyées ? Dans l'église qui réunissait auprès de deux cercueils une majorité de jeunesse, ne se disait pas l'accomplissement d'une vie, mais un devenir qui n'avait pas commencé. Chacun n'avait qu'un même élan vers tous, avec l'envie de se serrer et ne pas se quitter.

Cherchant à cacher ses larmes : comment oublier le rythme des machines et retrouver le chant des métiers qui aidaient aux mouvements alternés de nos cœurs et de nos bras ? En quelles ballades rejoindre la force de nos «Pater» pour savoir nous recréer ?

Prions pour tous, pitié pour nous, ô mes

G. PERKS

Le 1er Octobre 1988 : Dr Charles VERITE de Langon. Son état de santé nous faisait craindre le pire, et nous avons appris son décès sans pouvoir aller présenter nos condoléances à sa famille, que nous assurons de nos sentiments attristés.

Le 28 Octobre : Décès de la mère de Michel ALZATE à Saint-Jean-de-Luz.

Le 27 Juillet 1988 : Décès de David, fils de Jean-Bernard LHOSMOT, ancien rugbyman. Le BEC adresse à la famille toute sa sympathie en ces pénibles circonstances.

Récompense

Nous avons appris que notre doyen et Président d'honneur de la section Pelote Basque Pierre DUPRAT s'est vu attribuer la médaille d'Or de la Jeunesse et des Sports, récompense ô combien méritée pour tant d'années au service de notre sport roi.

Pour ne pas faire de jaloux, Peyo Duprat, le fils, a été récompensé par la médaille d'Argent du même ministère, tout ceci en date du 7 Juillet 1988.

Nous félicitons les récipiendaires.

C'est un Béciste

Il était une fois un jeune garçon qui pratiquait le golf en amateur ; plutôt bien. Ça et là il faisait des compétitions, d'abord en simple pélerin du dimanche, puis en universitaire (coupe du monde en 1987), puis sur tous les golfs de France et de Navarre. Jusque là rien d'exceptionnel.

Cette année il faisait partie des sept amateurs qui après les préqualifications se retrouvaient dans le tableau final de l'Open Passing Shot de Bordeaux-Lac. Non content de cela, en ramenant deux cartes à 74 il franchissait le Sacro-Saint Cut et se retrouvait samedi et dimanche seul amateur au milieu de 60 professionnels.

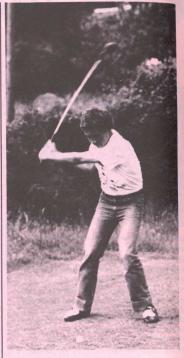
Alternant eagles et triple boggeys il réussit à ne pas finir dernier.

Il faut vous dire que son jeu est empreint de la plus grande fantaisie tantôt par des coups d'une longueur extrême il est en 2 au drapeau, tantôt il se noie dans des approches catastrophiques, surtout en fin de parcours, quand le temps est long à passer et que la pression monte.

Rien n'a l'air d'éprouver ce charmant garçon qui considère le golf comme un aimable passe temps. Pour la petite histoire sachez que dimanche sitôt son parcours terminé il prit tout juste le temps d'avaler un sandwich avant de rejoindre la réserve du BEC rugby, où il n'était pourtant que remplaçant.

Un vrai comportement béciste ! Bravo !

F. KLOZ



P.S.: Ce joueur Pierre Loumaigne, petit par la taille et grand par le talent était accompagné lors de cette mémorable compétition par son gros caddie Jean-Claude Teillagory.

Palombe blanche, raconte-moi

Il est, en Pays Basque, une mélodie qui fait raconter par l'oiseau son voyage au-delà des Pyrénées.

Cette chanson, c'est «L'Ursu Xuria», un air mélancolique, comme celui qui voit partir le volatile dans le ciel bleu de nos montagnes aux mille couleurs fauves.

Le 6 Novembre à St-Palais, une belle tablée d'anciens de la génération Lenguin s'était retrouvée pour une journée gibierrugby à l'occasion de la venue de notre XV béciste.

Devant nous, les capucins ou flamboirs, selon les convictions de chacun, devinrent aussi rouges que nos tuniques.

Les spécialistes, tels J.M. Jouaret et «Boboille», ont fait honneur à la table, l'oiseau étant suivi d'un très bon fromage de brebis de Garazi. Un grand moment d'amitié. Merci Gaston Trebesse.

Puis le match de rugby, quel plaisir de voir jouer les fils de certains d'entre nous tel Lenguin, Pouchucq et Janvier.

L'après match ne fut pas triste : le folklore a évolué : sur un fond de classicisme se sont greffés des rythmes modernes de très bon goût avec, en prime, un magnifique combat de sumo, très bien arbitré par Mailharin.

Dans ce monde où l'on dit que tout est pourri, nous avons retrouvé des fils comme leurs pères. Une très belle jeunesse dont tous les anciens peuvent être fiers.

La palombe blanche reviendra, l'année prochaine et toujours.

Et nous les vieux, ne soyons pas tris-

Il y aura encore et toujours au BEC de grands passages.

Pierre TARRAUBE le «fou chantant» des années 60

Soutien aux études : résultats universitaires

Voici les dernières performances universitaires de quelques jeunes bécistes.

La liste n'est évidemment pas exhaustive, elle concerne les bécistes qui ont suivi de près ou de loin les cours de soutien aux études. La situation sportive indiquée est celle de l'année 87-88.

- Pierre BONNAFOUS (rugby junior 2° A, né en 69): reçu brillamment à la 2° année de médecine: le plus jeune, le plus beau, le plus fort,... et quel placage!!! avis aux amateurs (trices).
- J. Philippe BONICHON dit Finot (rugby junior 3° A), n'a pas manqué un entraînement ou un match de la saison : a passé ses vacances de Pâques a accueillir les Gallois avec ses camarades... Math sup à Camille Jullian puis math spé à Montaigne, le seul de sa classe admissible au concours des Mines-Ponts !... ne s'est pas présenté à l'oral, n'étant pas informé... (... c'est le BEC, c'est le BEC... etc...) reçu à l'ENSERB de Bordeaux.

A-t-il fait exprès pour continuer à jouer au rugby au BEC ?... ce n'est pas impossible. Encore bravo et souhaitons-lui de finir major de sa promotion tout en jouant en 1re (talonneur...).

- Yvan SIBADEY (rugby junior 3° A): ex-capitaine de l'équipe cadets, a moins joué cette saison mais a atteint son objectif : devenir pilote. Après une math sup à Camille Jullian puis une math spé à Montaigne, a été reçu à l'ENAC (pilote de ligne) et à l'école de l'air. Il a opté pour l'école de l'air.
- Christophe CONGE (rugby junior 2° A) reçu à la 1° année de DEUG A.
- Pierre PISCIOTTI (rugby junior 2° A) reçu à la 1° année du DEUG A.

- Christophe ROBIN (rugby junior 3º A) reçu à la 2º année de médecine.
- Jean LENGUIN (... le fils, le père redouble !) (rugby junior 2° A) reçu à la première année de DEUG B.
- Pierre CUGNENC (... le fils, le père redouble !) (rugby junior 2° A).
- the :) (rugby Jamos L Y), (rugby junior 2° A), et Thierry CHOPINEAU (rugby junior 3° A) ont été reçus au BAC D ; Jean-Luc SERRANOU (foot junior) a été reçu au BAC C.

Soutien aux études :

Cela existe depuis toujours: j'en ai bénéficié en 65 au 3° étage cours d'Alsace...! Il s'agit d'aider ponctuellement des jeunes en difficultés. Cela concerne surtout les disciplines scientifiques et donc les élèves de la 1° S au DEUG (prépa. à médecine comprise). Des T.D. de sciences physiques et de maths ont commencé pour les lères S (deux cadets rugby et une cadette GRS suivent pour le moment). Après Pâques une préparation spécifique en sciences physiques est organisée pour les BAC C et D.

Tout bécise actif peut participer à ces T.D. ou (et) demander une aide éventuelle dans une autre matière ou une autre section. Les entraîneurs n'ont qu'à contacter R. OLAZ-CUAGA ou moi-même (A. ARBOUET) via l'impératrice... JOSIANE... évidemment.

Si d'autres «anciens» veulent participer à l'encadrement de ces TD ils seront les bienvenus. Je remercie dès à présent Hervé PAS-TEUR (ex-rugby junior étudiant en licence de math) et J. Philippe BONICHON (cf. plus haut) qui vont dès cette année aider les jeunes 1^{re} S en mathématiques.

Alain ARBOUET

Une nouvelle section béciste : le biathlon cyclo-pédestre européen



L'unique représentant béciste, Jean-Bernard VILLAFRANCA (à gauche), compte bien se distinguer dans cette dure épreuve qui le conduira de Paris à Lisbonne. Bon courage à notre

Natation Une structure d'accueil. Des performances. De l'ambition. Un IDEAL.

«Les préoccupations, les doutes, les craintes et les désespoirs, sont les ennemis qui, lentement, nous font pencher vers la terre et devenir poussière avant la mort».

«Les années rident la peau, renoncer à son idéal ride l'âme».

Parce que le BEC au plus profond de lui-même sentait que son cœur allait être mordu par le pessimisme et rongé par le cynisme et la fatalité. Après mûres réflexions, remise en cause, il lui est apparu un besoin immense d'innover, de réussir le mariage de la performance sportive, de la formation universitaire, de l'ouverture sur l'avenir social et professionnel.

C'est une évidence dans la société nouvelle qui se dessine, mais encore fallait-il avec détermination au travers d'un tissu relationnel trouver l'adhésion de partenaires, se donner des moyens, se fixer des objectifs. C'est aujourd'hui chose acquise, en créant une structure susceptible d'articuler et d'animer une telle concordance d'efforts, le BEC Performance Aquitaine permet au potentiel humain de s'épanouir et simultanément de redonner la foi qui étonne et émerveille.

la section natation impliquée dans le système entend bien jouer son rôle en restant jeune et réceptive au message de la nature, de l'homme et de l'infini.

La saison 1988-1989, présente un visage nouveau, derrière lequel il est facile de sentir toute la détermination des membres du Bureau qui, emportés dans un même élan, entendent bien défier les événements et trouver de la joie au jeu de la vie.

Le Président et tous les membres de la section entendent bien entreprendre tout ce qui sera nécessaire pour que sport

Paison sociale

de haut niveau et études ne soient pas un vain mot ou une pensée pieuse, et assurent tous les bécistes que toute action entreprise aura pour objectif principal de construire l'avenir sur du concret, du solide et du fiable.

Il est peut-être prétentieux d'écrire aujourd'hui que le principe est acquis dans les esprits. Pour ceux qui ont vécu la précédente saison, ils savent que le processus a pris forme depuis janvier 1988. Il suffit de reprendre un article paru dans la presse de cette époque pour déjà sentir la capacité de réalisation par rapport aux objectifs fixés.

En effet sous le titre : le BEC et son carré d'As, nous évoquions nos aspirations. Aujourd'hui qu'en est-il ?...

En plongeon: Frédéric BOURIAT confirma ses prétentions en s'octroyant le titre de Champion de France (haut-vol) en même temps que nous apprenions son succès en 3° année Kiné. Petit regret cependant, malgré sa très belle prestation et les minimas réussis pour Séoul, le règlement fédéral ne lui a pas permis de figurer sur la liste des sélectionnés.

En natation : Nous affichions des prétentions pour **Sandra JOFFROY** aux championnats de France F.F.N.

A Dunkerque au mois d'Août, elle s'aligna sur 5 courses, et accéda à 5 finales B, la situant dans les 15 meilleures nageuses françaises toutes catégories.

Peu de temps avant, **Marie-Pierre REYSSENT**, n° 1 en dos de la ligue, terminait 2° aux Championnats de France universitaires, ratant de 3/10° le titre suprême.

Enfin **Thierry KRAWIEC**, révélation de la saison, termina celle-ci splendidement aux Championnats de France, en enlevant la première place de la finale «B», du 50 m papillon. A noter qu'il avait réussi ses qualifications au 100 m papillon, au 200 m papillon et au 100 m nage libre et qu'il se classa dans les 20 premières places dans ces épreuves.

la saison 88 est terminée, et déjà pour ces quatre sociétaires se profilent d'autres ambitions, leur réussite étant pour nous le symbole de notre solidarité.

Pour autant qu'apparaisse notre satisfaction, il ne saurait être question d'envisager un avenir serein si, derrière ces individualités marquantes, d'autres bécistes ne venaient égayer cette photo de famille

L'arbre ne nous cache pas la forêt et dans le sillage de notre carré d'As, nous avons eu la confirmation de :

Nadia DESCOT (née en 1973) qui pour sa première année dans la catégorie espoirs A, s'est qualifiée à 4 épreuves.

Stéphane MOYNET (né en 1974) qualifié à 6 épreuves individuelles en Espoirs B. Il assura au cours du week-end toutes les courses et remporta la médaille d'or au 400 m nage libre, ainsi que deux médailles d'argent au 200 m nage libre et au 200 m (4 nages).

A leurs côtés deux bécistes (1974) : **Sébastien NOBLET et Sabine LAPOUGE** confirmaient leur qualification et honoraient les rangs bécistes.

Pour compléter le registre de nos valeurs sûres qu'il nous soit permis de citer :

Isabelle SATHICQ, car elle devrait dès cette saison se mettre en évidence ainsi que Claude FOREST, Cédric LESPAGNE, Fabien CAURRAZE et bien sûr Martine BAWEDIN-GRUE.

Les quelques rumeurs de juillet nous annonçant l'adhésion d'éléments de wtrès bonne compagnie», que nous aurons l'occasion de citer dans un prochain article s'étant confirmées ; nous sommes en droit de dire que 1989 nous apporte l'espair d'une belle saison. Pour cela, il faut que tous nos adhérents

Pour cela, il aut que tous nos aanerens conservent dans l'esprit que le succès appartiend à la jeunesse, qui n'est pas seulement une période de la vie mais surtout un trat d'âme, un effet de la volonté, et une qualité de l'imagination.

Notre succès sera le reflet du goût de l'aventure, sur l'amour du confort. Une équipe se la tit lentement avec des éléments qui progressent, d'autres qui vont s'affirmer, il y a peu de temps, faisaient anciens qui, il y a peu de temps, faisaient encore la une dans la rubrique des résultats sportifs.

Nous evons au BEC, la chance d'en conserver un bon nombre parce qu'ils ont compris en dehors des relations privilégiées qui existent dans la famille béciste qu'ils ne deviendraient jamais vieux en restant parril nous. Ils restent jeunes parce qu'ils conservent et ne désertent pas notre idéal. Merél à Nathalie GLINOS, Sylvie LAVERGNE, Stéphane HUGO, pour ne citer que ceux-là.

Pour conclure, merci aussi à Jacques LABOUTE cul, outre ses qualités physiques lui permetant d'être toujours performant, donne l'exemple aux jeunes, puisque 17 ans après avoir connu l'équipe de France et les championnats d'EUROPE (1971) en portant le maillot béciste, il vient le 3 septembre demier de remporter 2 titres de champion de France : catégorie «MASTERS» en tablissant deux nouveaux records de France.

1988 est déjà loin. 1992 : Barcelone, ne doit pas se passer sans béciste.

D. LALHEVE SUZA Président-Entraîneur

Vous voulez par votre publicité faire connaître votre entreprise.

Bon de réservation d'espace

Adresse	
Adresse	
Tél Resp	ponsable
déclare réserver	_ annonce(s) publicitaire(s)
format	_ au prix unitaire de
soit un total de	
(à l'ordre de : ANCIENS	ET AMIS DU BEC)
ci-joint bromure	Texte à composer
Date :	Cachet et signature

FORMATS ET PRIX DES ANNONCES

- 1/4 de page : 2000 F (128 × 185 mm)

- 1/16° de page : 700 F (60 × 90 mm) - 1/8° de page : 1000 F (128 × 90 mm)

 $- 1/32^{e}$ de page : 500 F (60 \times 45 mm)

BEC Médical

par le Docteur DAULOUEDE

Diététique du Sport

Fortement suspectée de se doper, Florence GRIFFITH au cours des Jeux Olympiques expliquait que ses victoires étaient le fait d'un travail acharné et d'une diététaiue appropriée.

Elle prétendait qu'un régime hyperprotidique avait largement contribué à l'acquisition de sa masse musculaire.

Il y a 4 ans, LENDL, après plusieurs finales perdes, a commencé à gagner des tournois du grand chelem. Parallèlement, tous les observateurs avaient noté un amaigrissement sensible. LENDL avait alors décrit par le «menu» sa nouvelle diététique (régime associé), lui attribuant quasiment la cause de ses nouveaux succès.

Les exemples de la sorte fourmillent. Quel sportif de haut niveau n'a pas clamé un jour ou l'autre sa foi en la diététique ?

Est-ce que la nutrition est importante pour le sportif moyen ? Valorise-t-elle la performance, prévient-elle la blessure, participe-t-elle à la guérison d'une maladie du sport ?

En un mot existe-t-il une potion magique ?

En matière de diététique sportive, il existe des degrés de valeur. Il y a des fautes graves, des données élémentaires fruits du bon sens, et enfin beaucoup de croyances en des «conceptions modernes» qui ne reposent sur aucune base scientifique sérieure.

L'exemple le plus connu est celui de notre nº 10 national du football qui, victime d'une pubalei, a été guéri en quinze jours par un «régime sans acide». Par contre, son compère (n° 8) de l'équipe de France, lui aussi pubalgique, a mis plus d'un an à guérir, au prix d'une intervention, ceci malgré un an de «régime sans acide» strict. O tempora o mores...

Que ne faut-il pas faire ?

1) Défaut d'hidratation : c'est le point le plus important, la base de toute diététique. L'eau c'est la vie. Il faut boire. Il faut boire 3 litres d'eau par jour en période d'entraînement, jusqu'à 5 litres en période de compétition. Il faut commencer à boire 1 à 2 heures avant l'effort. Si en cours de partie vous éprouvez une sensation de soif, vous avez perdu 30 % de vos possibilités physiques.

Il faut Beire de l'eau ou des boissons peu sucrées, Ce riest qu'en fin de partie ou après l'effort que vous Bouvez largement boire sucré ainsi qu'alcalin (1/2 litre de Vichy). Dans 70 % des cas de tendinité, on retrouve un défaut d'hydratation.

2) Deuxième règle stricte : manger peu après l'effort. Il est une croyance, largement répandue qui consiste à se recharger en calories, vitamines, sels minéraux, le soir même de la compétition.

A proscrite I L'organisme ne peut l'assimiler et au contraire cela va aggraver l'acidose. Nous reviendrons sur ce terme. Donc foin de festailles et autres banquets!

Une légère sensation de faim après le repas n'est pas mauvaise. Ce n'est qu'à partir du lendemain que l'on peut augmenter la ration calorique et surtout vironnique et de sels minéraux.

C'est une notion bien connue dite de balance «crédit-débit"

En résurré : la ration sera hypocalorique pendant les 24 reures après l'effort et hypercalorique les 24 heures suivantes. Elle sera hyperhydrique, hypoprotidique (pas de viande ou poisson) les 24 heures suivantes, hyperprotidique par la suite.

suite dans le numéro de FEVRIER.

Alphabet de la tournée Athlétisme

Nous vous présentons maintenant cet alphabet de la tournée. Petit pense-bête, pour ceux qui ont

A comme «Ananas». Si vous aimez l'ananas allez faire un tour là-bas, vous y goûterez la différence! L'ananas qu'on touche pour presque rien s'effeuille avec deux doigts et y a la peau douce et la chair appétissante et malgré la peur des pépins certains en ont croqué tous les jours !

B comme les Bouddhas et les Bonzes qui ont été les points communs de tous les pays visités, signe de l'extrême spiritualité de ces civilisations.

C comme manteau ? Indispensable instrument pour goûter à l'ananas ! Choisissez-le à col roulé et à la bonne taille vous nous éviterez ainsi quel-ques sueurs froides ! N'est-ce pas SAID ?

D comme la Diarrhée qu'aucun de nous n'a pu éviter, malgré les précautions prises pour ne con-sommer que de l'eau en bouteille. Mais il fait si chaud et l'eau paraît si claire...

comme les Eléphants du SRI LANKA dont on peut penser que dans quelques années, ceux qui sont dressés ne feront que l'accueil des touristes aux portes des hôtels.

comme ces Footings que nous avons faits dans la moiteur par 35° et après une nuit bien courte, quel calvaire! Celui de Chiengmai a donné lieu à un défi entre Pilou et Maya: 5 tours de Rocquencourt. Regardez bien Stade 2 pour connaître le résultat

G comme Grouiller. Au SRI LANKA les gens vivent dehors à cause de la chaleur et il y a si peu d'espaces aménagés que ça grouille partout, sur-

comme l'Honnêteté de ce chauffeur de taxi qui, à Bangkok, nous a ramené l'appareil photo oublié dans son véhicule. Chapeau !

comme ces Italiennes qui assurément aiment les voyages puisque nous en avons rencontrées dans tous les hôtels. A l'escale de Singapour, en période de pénurie, elles ont aidé certains à ne pas embras-ser Fanny...

J comme Jolies. Je ne sais pas si la plus jolie fille du monde est thaïlandaise mais au risque de déplaire, j'affirme que les plus jolies filles du monde sont en Thaïlande!

K comme le Klaxon aussi indispensable que le moteur sur les véhicules Sri Lankais. Chaque coup de klaxon a sa signification : pour avertir, pour dépasser, insulter, remercier, saluer... Ils couvrent le bruit de la ville.

L comme les faux Lacoste de Thaïlande que l'on a achetés pour 20 F. Au dire des anciens, les faux Benetton semblent aujourd'hui les supplanter.

comme, comme,... voyons comme quoi déjà ? Ah! comme le Marchandage, technique où nous sommes rapidement devenus experts ; plus de 60 % de rabais quelques fois ! Cela ne nous a pas empêché de faire quelques mauvaises affaires.

N comme le Numéro d'Etché au Goldfinger ou celui de Prat au Pink Panther, comme les numéros qu'il faut choisir pour le body-body (si vous ne savez pas ce que c'est voir à M), comme nos nuits qui ont été largement aussi belles que ce que seront nos jours!

O comme les magnifiques Ombrelles de Chiengmai (nous vous invitons à venir admirer un éventail de la même veine, aux couleurs du BEC), comme les oiseaux de Kandy, comme l'océan de

P comme la Pauvreté du SRI LANKA, qui nous a prise à la gorge, qui a heurté nos esprits de nantis, mais qui n'empêche pas de faire des Sri Lankais un peuple très accueillant. Nous avons pris une leçon

comme la nuée des Quémandeurs que nous avons eu accrochée à nos basques tout au long du voyage au Sri Lanka ; ils demandent de la mon-naie, des stylos, des briquets, etc... Malgré les recommandations de notre guide pour ne rien don-ner, nous avons plusieurs fois craqué en cachette.

R comme Rugby qui fut bien involontairement le parent pauvre de cette tournée, plusieurs équipes nous avant fait faux bond. Il ne manquait que cela pour que la fête fut complète. Néanmoins nous avons eu notre comptant de renvois, de corps à corps, de passes, de coups-francs et à chaque touche chacun a pu trouver chaussure à son pied même si elle était quelquefois crampon !

S comme le Serpent, animal familier de ces pays visités. Depuis les najas sortant de leur panier au son de la flûte jusqu'à celui qui a mordu C. Gaudin au petit matin, en passant par les pythons que l'on se met autour du cou et les cobras qui semèrent la panique dans le groupe lors de la visite de la ferme aux serpents à Bangkok.

T comme les Touc-touc, ces drôles de tricycles qui servent de taxis et dont les conducteurs se prennent pour Senna, nous causant souvent de belles frayeurs.

U comme l'Urbanisme effrené de Singapour, reléguant le quartier chinois au rang de musée ou de réserve, certes très élaboré mais qui retire à cette ville tout son cachet.

V comme nos Valises que nous avons réussi à ne pas perdre dans toutes nos pérégrinations sauf à l'arrivée à Roissy où nous avons oublié la pharmacie!

W comme Water, le mot magique en l'absence de vin ! Heureusement les repas pris dans les avions nous ont permis d'attendre le retour, d'autant que certains ont réussi à acheter du Pastis dans les duty-free-chops!

X comme X. Excusez-moi, je n'ai pas trouvé mieux ! Surtout qu'à la réflexion, c'est assez mieux ! adapté...

Y comme Yes. Encore un mot magique avec «how much», «give me a price» etc..., dans tous ces pays où l'anglais est la langue universelle, encore que l'on se débrouille très bien sans la connaître (n'est-ce pas Pargade ?).

Z comme Zygomatique, cette partie du visage que toutes les populations rencontrées savent si bien mettre en valeur par leurs sourires constants. Nous avons fini par prendre le pli, ce qui fait qu'au BEC tout le monde se sourit et c'est tant mieux l

BORDEAUX ETUDIANTS CLUB



Rocquencourt Domaine Universitaire 33405 TALENCE CEDEX - Tél. 56 37 48 48 Directeur de la Publication : J.-P. DUPRAT

PROCHAIN NUMERO: FEVRIER 1989

Vos articles doivent nous parvenir avant le 9 Janvier 1989.

Studio LAMOU, Le Bouscat Imprimerie : Balauze et Marcombe 231, av. du Docteur Nancel Penard. 33600 Pessac. Dépôt Légal : n° 2176.

Affilié à l'UNCU, à la FNSU, aux fédérations de : AIKIDO, ATHLETISME, BASKET-BALL, EDUCATION PHYSIQUE, EDUCATION PAR LE SPORT, ESCRIME, FOOTBALL, FOOTBALL AMERICAIN, GYM CORONARIENNE, GYMNASTI-QUE RYTHMIQUE, SPORTIVE, HAND-BALL, HOC-KEY, JU-JITSU, NATATION, PELOTE BASQUE, RUGBY, SURF, TENNIS, VOLLEY-BALL, YOGA. Terrains de sports :

Stadium Universitaire Rocquencourt à Pessa Maillot rouge, Association Loi 1901 déclarée à la Préfecture de la Gironde sous le n° 2613 - CCP 96 42 Z BORDEAUX.

Ont participé à la réalisation de ce journal :

Mme L. GARAT, MM. B. DELAS, J.-P. DUPRAT, J.-F. LASSAUSAIE, M. PERKS

Après les interclubs et la fin de la saison estivale qui a vu aux championnats de France Mlle Ravaonirina se classer 2e du 100 m en 11 s 40 et Rabenala 4e avec un bond de 15,91 m au triple saut, la saison 88-89 se prépare. La rentrée scolaire et universitaire a permis à chacun d'organiser son emploi du temps et l'on est fin prêt pour entamer son entraînement hivernal.

L'effectif béciste se voit renforcé par de nouvelles recrues de valeur qui ne manqueront pas de confirmer leurs performances à la première occasion.

Chez les féminines, notons l'arrivée de Mlle Lamant : poids et disque sénior ; de Mlle Salomon : 4e au championnat de France cadette du 1 500 m et de sa sœur; Mlle Bertin: sprinteur d'une valeur de 12 s 5 au 100 m.

Chez les masculins Termignon triple sauteur valant 15.50 m. Ambal plus de 7 m en longueur et Sigot sprinteur junior.

La période des cross commence avec

Par Max DESCHAMPS

l'épreuve de Saintes puis le cross de Gujan début décembre, ensuite Bègles 21 décembre, le 8 janvier les départementaux, le 15 les régionaux.

Sur piste couverte il semblerait que nous ne bénéficierons pas encore des installations en construction et l'on devra vraisemblablement se contenter de la piste de fortune du palais des expositions au lac de Bordeaux. La piste de vitesse est un véritable casse-pattes, il y fait un froid sibérien ; tout contribue à l'accident ! Souhaitons bien fort que le vélodrome qui doit accueillir l'anneau d'athlétisme soit terminé dans les meilleurs délais.

L'entraînement est toujours assuré par Jean-Marie Sanz pour le sprint, par Yves Durand Saint-Omer pour le 1/2 fond et le fond, par Nathalie Chapeau et Paul Perrot pour les lancers, aidés par Alain Guicharousse, par Michel Debeda pour les haies. La préparation physique générale est réglée par Eric Meyer et Alain Guicharousse.

2e OPEN DE GOLF 3 JUIN 1989 **GOLF DE CHANTACO** SAINT-JEAN-DE-LUZ

