



## DRÔLES DE MARINS Equipage féminin de régates Saison 2011-12

### Qui sommes nous ?

L'idée de constituer un équipage féminin est partie en 2005 d'une participation au « Challenge Pluri'Elles » des Glénans, que nous avons gagné. Ce qui au départ n'était qu'un amusement entre copines, est rapidement devenu l'amorce de la constitution d'un équipage féminin pérenne. En effet, nous nous sommes aperçues, que nous étions tout à fait capables de gérer un bateau en régates en complète autonomie ce que nous ne faisons pas sur des équipages mixtes, et que nous aimions ça !! . Réfléchir à l'organisation de l'équipage, nous remettre en cause, travailler pour progresser tant sur le plan individuel que collectif, nous apparaît plus important que le volume de nos muscles.

L'Atscaf-Voile Paris nous a accueillies en son sein en nous offrant l'espace de développer notre projet. Issues d'horizons variés, pour la plupart engagées dans la vie active, mais aussi étudiantes, venant de la croisière ou de la voile de compétition, nous régatons essentiellement en Grand Surprise sur le circuit « Entreprise ».



### Notre projet

Drôle de Marin repose sur un noyau dur qui s'engage dans le projet sur 1 ou 2 ans et plus, auquel s'ajoutent des équipières qui participent plus ponctuellement selon leur disponibilité. Notre objectif est à la fois de consolider un équipage performant et d'intégrer tous les ans de nouvelles équipières. Pour cela, nous avons adopté un mode de fonctionnement de référence, que nous proposons à chaque nouvelle arrivante, lui permettant ainsi de s'intégrer dans l'équipage et de progresser rapidement.

Le projet de l'équipage est fondé sur la recherche de performance de toutes à la fois individuelle et collective par une préparation pointue sur l'eau et à terre .

- ⇒ des entraînements réguliers en Class 8 au Havre, suivis par notre entraîneur avec le soutien du club Paul Vatine, ce qui nous permet de faire le travail de fond sur les fondamentaux à moindre coût.
- ⇒ des réunions d'avancement à Paris sur les points essentiels techniques et d'organisation de l'équipage, pour débriefer et optimiser notre fonctionnement
- ⇒ avant chaque régates importante, un entraînement en Grand Surprise (Cherbourg ou La Rochelle) afin de caler l'équipage.

Dans ce travail, nous sommes suivies et aidées par notre entraîneur, Bernard Nouailhas.

## Notre programme de navigation

Nous avons un programme de navigation surtout axé sur les régates "corpo" qui se courent sur Grand Surprise ( 7 ou 8 équipiers) et notre objectif de chaque saison est la qualification pour le Championnat de France Habitable Entreprise qui a lieu en septembre. Nous participons chaque année à la sélective «Voile pour Tous » (Piriac) qui se double d'un Challenge Habitable Féminin.

Nous allons participé pour la première fois cette année à l'Obelix Trophy.

Si on était plus nombreuses, le programme pourrait s'élargir à d'autres régates, notamment celles du Circuit Atlantique : le Spi Ouest, Grand Prix du Crouesty, etc..

## Notre club d'appartenance

Nous adhérons à la section voile de l'ATSCAF-Paris (personnel administratif du Ministère des Finances) dont le pole régates comporte un autre équipage mixte. L'ATSCAF-Voile soutient notre projet en nous subventionnant.

Bien évidemment, en temps qu'adhérentes nous avons accès à toutes les activités de la section (Croisière, Voile légère) et, pour celles qui en ont la qualification, nous participons la mise en place et l'animation d'école de croisière. De façon générale, et dans la mesure des compétences de chacune, nous participons en tant que bénévoles aux actions du club.

## Quelle disponibilité cela demande-t-il ?

Pour pouvoir progresser sur son poste, participer à la construction du collectif et s'ajuster aux standards de l'équipage, il est nécessaire de participer au moins très régulièrement aux entraînements du Havre (1 mois ), et de participer à au moins 2 régates sur les 3 ou 4 auxquelles nous participons annuellement. Chaque régates est précédée d'un entraînement en Grand Surprise en équipage constitué.

Un 2<sup>ème</sup> mode de participation plus ponctuel est possible pour celles qui connaissent par ailleurs les fondamentaux de la régates ou pratiquent avec un autre équipage . Mais un minimum d'entraînement est nécessaire pour s'intégrer au collectif.

## Combien ça coûte ?

L'adhésion à l'ATSCAF est de 56 €/an.

- Un w-end en Class 8 revient à 30€/personne
- Un w-end en Grand Surprise revient à 75€ /personne
- Les régates nous coûtent entre 100€ et 250€

Tous ces prix s'entendent hors hébergement. Nous recherchons des solutions de logement peu onéreuses: auberges de jeunesse, bateau-logement, etc

Pour faire baisser ce coût, nous sommes à la recherche de sponsors.

Contact : Zoé Filippi 06 81 70 82 21 [zfilippi@hotmail.fr](mailto:zfilippi@hotmail.fr)