



Genève le, 13 septembre 2023

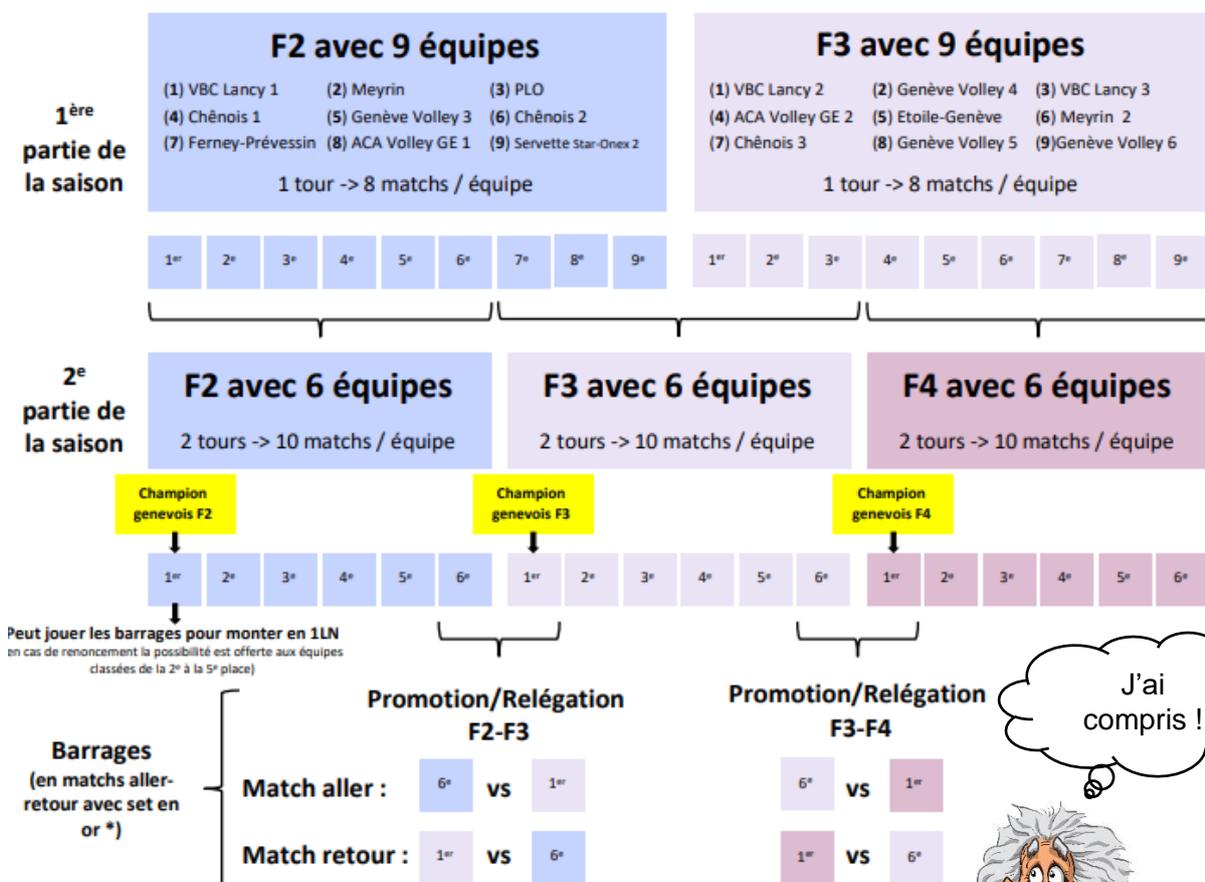
Chère académicienne, cher académicien,  
Chers parents,

### 1. Groupe ESI (CO) - filles :

Les championnats régionaux vont commencer dans quelques jours. Les joueuses du groupe ESI (CO) – CRE sont concernées par ces compétitions régionales seniors puisqu'elles évolueront dans l'une ou l'autre des 2 équipes de l'AVGe. Le modus a été établi par la Commission Régionale des Compétitions (CRC) de SVRG (voir ci-dessous).

## Modus LR féminines pour la saison 2023-2024

modus validé lors du CLR du 15 mai 2023



\* Les résultats des deux matchs donnent des points comme en saison régulière :

- 3 points pour une victoire, 3-0 ou 3-1
- 2 points pour une victoire de 3-2,
- 1 point pour une défaite 2-3,
- 0 point pour une perte 1-3 ou 0-3.

Le set en or sera joué si, à la fin des deux matchs, les équipes sont à égalité de points.

## Equipe : AVGe – Catégorie F2 :

Calendrier de la 1<sup>ère</sup> partie de la saison :

Jour	Date et heure	Equipe recevante	Equipe visiteuse	Salle	Lieu salle
jeu.	21.09.23 19h30	VJGS-SSO F2	AVGe	Vélodrome	Plan-les-Ouates
mer.	04.10.23 20h15	Chênois F2	AVGe	Claparède 2	Conches
jeu.	05.10.23 19h30	AVGe	VBC Plan-les-Ouates	Bois-des-Frères 2	Châtelaine
jeu.	12.10.23 19h30	AVGe	Meyrin VBC F2	Bois-des-Frères 2	Châtelaine
mer.	18.10.23 20h15	Chênois Volley 1	AVGe	Gradelle	Chêne-Bougeries
jeu.	02.11.23 19h30	AVGe	Ferney-Prévessin F3	Bois-des-Frères 2	Châtelaine
jeu.	16.11.23 19h30	AVGe	Genève Volley 3	Bois-des-Frères 2	Châtelaine
jeu.	23.11.23 20h30	Lancy F2	AVGe	Ecole de Mécanique	Petit-Lancy

La rencontre du 23.11.23 est susceptible d'être déplacée au 24.11.23 (A confirmer)

## Equipe : AVGe 2 – Catégorie F3 :

Calendrier de la 1<sup>ère</sup> partie de la saison :

Jour	Date et heure	Equipe recevante	Equipe visiteuse	Salle	Lieu salle
mer.	20.09.23 21h00	Genève Volley 4	AVGe 2	Henry-Dunant 1	Genève
jeu.	28.09.23 19h30	AVGe 2	Lancy F2 II	Bois-des-Frères 2	Châtelaine
lun.	02.10.23 19h30	VBC Servette Star-Onex	AVGe 2		
mer.	11.10.23 20h15	Chênois F3	AVGe 2	Claparède 2	Conches
jeu.	19.10.23 19h30	AVGe 2	Genève Volley 6	Bois-des-Frères 2	Châtelaine
mar.	31.10.23 20h30	Genève Volley 5	AVGe 2	Ecole de l'Étang 1-2	Vernier
jeu.	09.11.23 19h30	AVGe 2	Meyrin VBC 2	Bois-des-Frères 2	Châtelaine
jeu.	23.11.23 19h30	AVGe 2	Etoile-Genève F3	Bois-des-Frères 2	Châtelaine

La composition des équipes de l'AVGe sera indiquée aux académiciennes par les entraîneurs.

## 2. Groupe ESI (CO), ESII et parents : Swiss Sport Integrity :

Pour tous ! Athlètes, parents, entraîneurs, ... Le site internet de Swiss Sport Integrity : [www.sportintegrity.ch/fr](http://www.sportintegrity.ch/fr) offre la possibilité d'obtenir de nombreuses et pertinentes réponses aux questions touchant à la prévention du dopage et à l'éthique du sport.

Au sujet de la prévention du dopage et des règles antidopage : pour les parents de sportifs, vous avez la possibilité de vous inscrire dès maintenant à une séance d'information pour les parents organisée par Swiss Sport Integrity : Au cours de cette séance d'information en ligne d'une heure, vous en apprendrez davantage sur les règles antidopage et les risques de dopage et recevrez des conseils concrets pour les parents sportifs :

Séance en français (vidéo conférence ZOOM) : Inscription avec le lien suivant :

<https://us02web.zoom.us/meeting/register/tZ0od-mtpzguGt2MK0kzm7B1bJqEFPoFFeHv#/registration>

C'est long ? Hein ???



## 3. Prévention des accidents :

Le BPA (Bureau de Prévention des Accidents) et Swiss Volley unissent leurs forces en faveur de la prévention des blessures dans la pratique du volleyball en lançant une campagne de prévention active.

Pour plus d'informations : [www.bfu.ch/fr/le-bpa/magazine/volleyball-securite-au-filet](http://www.bfu.ch/fr/le-bpa/magazine/volleyball-securite-au-filet)

Après quelques considérations générales, on trouve sur cette page un lien permettant d'accéder à un flyer indiquant quelques exercices simples à réaliser à la maison (pour celles et ceux qui sont en manque d'entraînement) à l'aide d'une mini bande élastique. On peut acquérir ces mini bandes élastiques pour un prix raisonnable dans une enseigne de matériel sportif comme :



Crétin ! On a dit une MINI bande !!!!!

Tout en restant à votre disposition, je vous adresse, chère académicienne, cher académicien, chers parents, mes salutations sans fins



Jean-Jacques von DÄNIKEN  
Administrateur