

# LES POTINS DES PATINS

LA NEWSLETTER DU PAMIER ROLLER HOCKEY



Dans le rétro...

## Carnaval



Le samedi 15 février, c'était Carnaval ! Un cours unique pour les patineurs, avec une rando déguisée.

1ère rando pour les plus jeunes, quelques chutes, mais de beaux progrès tout au long de cette balade !

Un grand merci aux organisateurs et encadrant s qui ont sécurisé le parcours à travers le village auto et les rues du quartier!

Place ensuite aux gourmandises lors de l'auberge espagnole...

Des spécialités de Pierryl (miam les beignets et les crêpes), à celles de la maman d'Ali (ses petits gâteaux , un délice), tous se sont régalés lors de ce moment une fois de plus très convivial !

Vivement le prochain !



## Portrait d'un encadrant : Marianne Paillé, Roller Derby

Qui es-tu ?

Marianne et le derby...

Ce que je préfère dans le derby : la sororité

Ce que j'aime le moins : les chutes

Le portrait chinois de Marianne :

Si tu étais un héros/une héroïne ? Arya Stark

Si tu étais une personne célèbre ? Simone Veil

Si tu étais un super-pouvoir ? L'ubiquité

Si tu étais un plat ? Les lasagnes

Si tu étais un dessert ? Une tarte au citron meringuée

Si tu étais une boisson ? De l'eau

Si tu étais un sport ou une activité ? Le Roller Derby



## Focus sur ... Les Dégoupilleuses :

### L'unique équipe de Roller Derby d'Ariège !

Le club de roller de Pamiers, connu pour ses disciplines en roller en ligne, abrite aussi une équipe de roller derby qui carbure à l'adrénaline : **Les Dégoupilleuses !**

Notre spécialité ? Le roller derby sur quads : un sport intense, tactique et spectaculaire où vitesse et contact se mêlent sur une piste ovale.

Vous êtes curieux de découvrir ce sport hors du commun ? Accrochez vos patins, on vous explique tout !

### Un peu d'histoire : pourquoi du roller quad ?

Le roller derby est né aux États-Unis dans les années 1930 sous forme de courses d'endurance en patins à roulettes. Très vite, le sport a évolué vers un jeu de contact plus stratégique, et le roller quad (patins à 4 roues) s'est imposé comme l'équipement de référence.

Pourquoi ? Parce que le quad offre plus de stabilité et de maniabilité, permettant aux joueuses et joueurs de réaliser des appuis solides, des freinages précis et des déplacements rapides en latéral – indispensables pour ce sport ultra-dynamique ! Contrairement aux rollers en ligne, utilisés en randonnée ou en vitesse, le quad est plus adapté aux virages serrés et aux contacts du roller derby.

Dans les années 2000, le roller derby a connu une renaissance avec une forte dimension féministe. Aujourd'hui, le sport est pratiqué partout dans le monde, en équipes féminines, masculines et mixtes, toujours avec des valeurs de solidarité, d'inclusivité et de bienveillance.

*La suite en page suivante...*

Les potins des patins, la newsletter du Pamiers Roller Hockey  
N° 6, mars 2025



## Focus suite...

**Le roller derby, c'est bien plus qu'un sport de contact, c'est un véritable état d'esprit basé sur :**

**L'inclusivité** : peu importe ton genre, ton niveau ou ton âge, il y a une place pour toi !

**La solidarité** : on progresse ensemble, on se soutient sur le track et en dehors.

**L'autodérision** : on tombe ? Pas grave, on rigole et on se relève !

**L'adrénaline** : vitesse, contact, stratégie... une fois qu'on y goûte, impossible d'arrêter !

### Les règles du roller derby en 2 minutes !

Un match de roller derby, se joue en deux mi-temps de 30 minutes. Chaque mi-temps est découpée en petites manches appelées jams, qui durent 2 minutes maximum.

Sur le track (la piste), deux équipes de 5 joueuses ou joueurs s'affrontent :

- 4 bloqueur•euses qui forment un mur défensif,
- 1 jammeur•euse, reconnaissable à l'étoile sur son casque, qui doit dépasser les adversaires pour marquer des points.

**Comment marquer des points ?** L'étoile doit doubler les bloqueur•euses adverses après un premier tour de piste. Chaque bloqueur•euse dépassé rapporte un point !

**Un sport de contact ?** Oui, mais encadré ! Les contacts sont autorisés avec les hanches, les épaules et le torse, mais interdits avec les coudes, le dos ou la tête. Les fautes entraînent des passages en prison (la penalty box) pendant 30 secondes.

C'est un sport rapide, stratégique et ultra-dynamique où les équipes doivent constamment s'adapter pour attaquer ou défendre en fonction du jeu !

Au sein du Pamiers Roller Hockey, Les Dégoupilleuses défendent leurs couleurs dans des matches, trophées et scrimmages à travers la région.

Notre saison 2025 a commencé fort avec le Trophée Chocolatine ! Une compétition qui chaque année réunit 9 équipes, lors de 6 étapes organisées avec le soutien de la Fédération française de roller et skateboard (FFRS).

### Envie de tester ? Rejoignez-nous !

L'équipe de roller derby recrute toute l'année, alors si vous avez envie de découvrir un sport fun, intense et plein de bonne humeur, on vous attend !

**Entraînements** : Dimanche soir au gymnase Bayle et Mardi soir au gymnase Rambaud.



Que vous souhaitiez être sur le terrain, arbitre ou NSO (officiel sans patins), il y a une place pour vous ! Pas besoin d'être pro des patins, on apprend ensemble et toujours avec le sourire.

Contactez-nous par e-mail [lesdegoupilleusesrollerderby09@gmail.com](mailto:lesdegoupilleusesrollerderby09@gmail.com) ou via nos pages Facebook / Insta pour plus d'infos !



## Évènements à venir

Sur le site du club, <http://pamiersroller.com>, onglet calendrier, pour tout retrouver !



### COURSE :

-Les inscriptions pour les 6h de Carcassonne ont commencé, merci de se rapprocher de Bruno Corneloup pour finaliser les équipes.

-Les inscriptions de l'Ariégeoise Roller du 22 juin sont ouvertes. Cette année l'Ariégeoise roller est inscrite sur le calendrier national des randos vertes de la Fédération Française Roller et Skateboard.

Pour toute question, contactez :

Bruno au 06 86 56 16 45 ou Faustine au 06 83 26 75 28,

ou par mail au club : [pamiersroller@gmail.com](mailto:pamiersroller@gmail.com)



### ROLLER HOCKEY, PROCHAINS MATCHS :

#### SENIORS N3 :

-à domicile : Chiens fous de Colomiers, samedi 8 mars, 20h30 à Bayle.

-à l'extérieur : à Bordeaux Rive Droite le 22 mars

**U13** : plateau e 2 » mars à Saint Orens



### ROLLER DERBY

-le 9 mars, déplacement à Narbonne pour un match amical, l'occasion parfaite pour tester de nouvelles stratégies.

-5 Avril à Albi : prochaine manche du Trophée Chocolatine, une place à défendre!

-25 Mai à Pamiers : étape du Trophée Chocolatine.

On espère vous voir nombreux et nombreuses au gymnase Bayle pour encourager l'équipe locale !





## Résultats sportifs



### Roller hockey

**Séniors N3** : victoire sur le fil contre Artzak Anglet le 18 janvier, à domicile, 5 à 4. Victoire contre Toulouse B le 1 février 7 à 3. Défaites à Pessac et contre Bordeaux Rive Droite.

**U17** : Deux de nos hockeyeurs jeunesse, Adrian et Gaétan, sont cette année engagés en Championnat avec les clubs de Toulouse et Colomiers, dans le cadre de sélections d'athlète. Ils jouent donc avec ces deux équipes lors des journées de Championnat, et tiennent leur place ! Des buts pour chacun, des assist (passe décisive avant un but) et une super intégration dans les effectifs des clubs partenaires ! Ils sont maintenant en course pour la qualification aux phases finales, avec une dernière journée de championnat à Montpellier le 23 mars... Nous leur souhaitons le meilleur pour la suite !



*Deux maillots différents, mais une vraie amitié !*

Les potins des patins, la newsletter du Pamiers Roller Hockey

N° 6, mars 2025

Pamiers Roller Hockey - Siège social : Maison des associations - 7 bis rue St Vincent - BP 20170 - 09104 Pamiers Cedex

Président : Richard Alcaïde (06 08 43 39 48)

Site internet : <http://pamiersroller.com>

Email : [pamiersroller@gmail.com](mailto:pamiersroller@gmail.com)

N° FFRS : 160 95 78