



Mars 2019

LES CHRONIQUES DU CHEVALIER

LE JOURNAL DU RUGBY CLUB
GENÈVE PLAN-LES-OUATES

LA COUPE DU MONDE DE RUGBY 2019

今年、日本にラグビーワールドカップがやってくる。アジアで初開催という画期的な大会は、9月20日、東京で行われる日本代表対ロシア代表の一戦で幕を開け、決勝戦が開催される11月2日まで、44日間にもわたって続く。

子供も、ジュネーブでラグビーをできません。女の子と男の子、6歳から。ラグビーをしてみましょう。

Cette année, la coupe du monde de rugby vient au Japon.

L'événement historique qui a eu lieu pour la première fois en Asie, le 20 septembre

Cela débutera avec un match de l'équipe nationale japonaise contre l'équipe nationale russe qui se tiendra à Tokyo et durera 44 jours jusqu'au 2 novembre, jour de la finale.

Poule A :

Irlande, Ecosse, Japon, Russie, Samoa

20 septembre, 12h45 : Japon - Russie
22 septembre, 9h45 : Irlande - Ecosse
24 septembre, 12h15 : Russie - Samoa
28 septembre, 9h15 : Japon - Irlande
30 septembre, 12h15 : Ecosse - Samoa
3 octobre, 12h15 : Irlande - Russie
5 octobre, 12h30 : Japon - Samoa
9 octobre, 09h15 : Ecosse - Russie
12 octobre, 12h45 : Irlande - Samoa
13 octobre, 12h45 : Japon-Ecosse

Poule B :

Nlle-Zélande, Afrique du Sud, Italie, Namibie, Canada

21 septembre, 11h45 : Nlle-Zélande - Afrique du Sud
22 septembre, 7h15 : Italie - Namibie
26 septembre, 9h45 : Italie - Canada
28 septembre, 11h45 : Afrique du Sud - Namibie
2 octobre, 12h15 : Nlle-Zélande - Canada
4 octobre, 11h45 : Afrique du Sud - Italie
6 octobre, 6h45 : Nlle-Zélande - Namibie
8 octobre, 12h15 : Afrique du Sud - Canada
12 octobre, 6h45 : Nlle-Zélande - Italie
13 octobre, 5h15 : Namibie - Canada



RUGBY WORLD CUP™ JAPAN日本2019

Poule C :

Angleterre, France, Argentine, Etats-Unis, Tonga

21 septembre, 9h15 : France - Argentine
22 septembre, 12h15 : Angleterre - Tonga
26 septembre, 12h45 : Angleterre - Etats-Unis
28 septembre, 6h45 : Argentine - Tonga
2 octobre, 9h45 : France - Etats-Unis
5 octobre, 10h : Angleterre - Argentine
6 octobre, 9h45 : France - Tonga
9 octobre, 6h45 : Argentine - Etats-Unis
12 octobre, 10h15 : Angleterre - France
13 octobre, 7h45 : Etats-Unis - Tonga

Poule D :

Australie, pays de Galles, Géorgie, Fidji, Uruguay

21 septembre, 6h45 : Australie - Fidji
23 septembre, 12h15 : pays de Galles - Géorgie
25 septembre, 7h15 : Fidji - Uruguay
29 septembre, 7h15 : Géorgie - Uruguay
29 septembre, 9h45 : Australie - pays de Galles
3 octobre, 7h15 : Géorgie - Fidji
5 octobre, 7h15 : Australie - Uruguay
9 octobre, 12h15 : pays de Galles - Fidji
11 octobre, 12h15 : Australie - Géorgie
13 octobre, 10h15 : pays de Galles - Uruguay

Les phases finales

Quarts de finale : 19 et 20 octobre

Demi-finales : 26 et 27 octobre

Match pour la troisième place : 1er novembre, 10h

Finale : 2 novembre, 10h

The Rugby Club Geneva Plan-les-Ouates (GEPLO) is offering rugby for 5 years old and older !



TU ES NÉ ENTRE
2013-2000

**OSE L'ESSAI
RUGBY !**

STADE DES CHERPINES, PLO

**Débutants et confirmés
Filles et Garçons**



3 entraînements
gratuits

Questions :
ecole@rcgeneveplo.ch

Plus d'infos :
www.rcgeneveplo.ch

Come and discover a world where friendship and values are at the very center.

About the Rugby school (2000-2013)

The aim of the rugby school is to develop players as men and women. Over the years, the player will need to develop his affective, motor and cognitive senses while sharing with people who will become friends for life !

Our rugby school welcomes every kind of players from 5 to 18 years old, boys and girls, small and tall, thin and plump, new or confirmed

Every child will find his strengths and his role according to it. As Fun, Respect are the goldrules of our sport, we encourage everyone to come and try. You only need sport shoes and clothes.



As we believe that every kids can choose, we give her/him 3 free training sessions in order to choose if she/he wants to continue.

If her/him and the parents are then satisfied, we will give the kid part of the uniform and a rugby licence will be done for official competition.

Our rugby school has diplomed coaches, who have human qualities and love rugby !

TOURNOIS U06-U12 PRINTEMPS 2019



SAMEDI 23 MARS A PLAN LES OUATES

RDV 9 :30 sur place.

Début des matches 10:00

Fin des matchs 12 :30

U08-U10-U12

U06-U08-U10-U12

DIMANCHE 1 MAI AU CERN MEYRIN

RDV 10 :45 sur place.

Début des matches 12:00

Fin des matchs 16 :0

SAMEDI 6 AVRIL A HERMANCE

RDV 09 :30 sur place.

Début des matches 10:00

Fin des matchs 13 :00

U08- U10

DIMANCHE 9 JUIN A PLAN LES OUATES

U06-U08-U10-U12

SAMEDI 6 AVRIL A PLAN LES OUATES

RDV 9 :30 sur place.

Début des matches 10:00

Fin des matchs 12 :30

U12

Le grand tournoi de notre club. Nous aurons besoin de tout le monde pour la réussite de celui-ci.

U06-U08-U10-U12

DIMANCHE 14 AVRIL A AVUSY

RDV 9:15 sur place.

Début des matches 10:00

Fin des matchs 13 :00

U08-U10-U12

DIMANCHE 16 JUIN à YVERDON

Déplacement en BUS

08:45 Rendez-vous au stade des Cherpines.

Retour sur Plan-les-Ouates vers 18h30.

SAMEDI 4 MAI A SAINT CLAUDE

Déplacement en BUS

07:15 Rendez-vous au stade des Cherpines

19h30 retour à Plan les Ouate

U08-U10-U12



TOURNOIS U14 PRINTEMPS 2019



SAMEDI 13 MARS A VESSY

Stage de la sélection cantonale ACGR.

Un grand nombre des Chevaliers GePLO U14 (10) en font partie.

SAMEDI 23 MARS

Route de Vessy 29, 1234 Vessy - Championnat Genevois

RDV 9:15 sur place.

Début des matches 10:00



**CHAMPIONNAT U14 INTERRÉGIONAL SUISSE.
MATCH À 15 CONTRE 15 CONTRE LES AUTRES ÉQUIPES DE SUISSE**

Samedi 30 mars à Bern Kick Off 10:30

Bern/Biel/Basel vs Plan-les-Ouates

Wurenlos/Zurich/Schaffhausen/Winterthur vs Neuchatel -Chaux-Yverdon

Samedi 06 avril à Plan-les-Ouates (GE) Kick Off 12:00

Bern/Biel/Basel vs Wurenlos/Zurich/Schaffhausen/Winterthur

Plan-les-Ouates vs Neuchatel -Chaux-Fri-Yverdon

Dimanche 05 mai à Wurenlos Kick Off 11:00

Bern/Biel/Basel vs Geneva Plan-les-Ouates

Wurenlos/Zurich/Schaffhausen/Winterthur vs Neuchatel -Chaux-Yverdon

Samedi 11 mai à Neuchatel Kick Off 10:30

Bern/Biel/Basel vs Neuchatel -Chaux-Yverdon

Wurenlos/Zurich/Schaffhausen/Winterthur vs Plan-les-Ouates



Les U16 et U18 en Sicile

Du 08 au 10 février les équipes ACGR et celle de Switzers Lady U18 sont allés à Catania.

Les trois équipes ont jouées contre des sélections regroupant les meilleurs joueurs et joueuses de de Sicile.

Difficile apprentissage pour les deux équipes de garçons et un bien beau comportement des filles.

Les trois équipes ont jouées contre des Ce séjour leur a permis de vivre quelque chose d'unique, des liens forts avec entre partenaires.

Et tout le temps, dans le vestiaire ou sur le terrain, avec l'envie de prendre du plaisir.. La défaite apporte des leçons. Ils l'acceptent aussi avec modération.



Des coachs encore plus formés



FORMATION FSR 02 MARS 2019 - 1ers soins au Rugby/Gestion des commotion cérébrales

Excellente première journée du deuxième super-weekend de formation. Félicitations aux 20 participants qui ont complété la formation médicale et aux 8 autres qui ont commencé la formation World Rugby Entraîneur

Félicitations à Célia Graf, Gilles Martino et Gaëtan Hirsch qui ont tous trois suivi et réussi la formation Premier Soins et Commotion World Rugby hier à Lausanne

Du Rugby à l'école

Au cours des mois de mars avril mai et juin, un éducateur agréé de l'Association Cantonale Genevoise de Rugby (ACGR) et de GEPLO se rendra dans 6 écoles pour plus de 80 interventions. Les écoles se situent sur les communes de Plan-les-Ouates, Onex, Veyrier et Carouge.



L'Association Cantonale Genevoise de Rugby (ACGR) et le club du RC Genève Plan-les-Ouates remercient les directeurs et directrices d'écoles, les instituteurs et institutrices de celles-ci, qui vont ouvrir leurs portes afin que les enfants découvrent le rugby.

L'école de Pré-Du-Camp à Plan-les-Ouates
L'école du Sapay à Plan-les-Ouates
L'école de Champ-Joly à Plan-les-Ouates
L'école des Pervenches à Carouge
L'école Belle Cour à Onex
L'école Salésienne à Veyrier.



LE RUGBY EN ÉTÉ



Pour les U08-U10. Nés de 2009 à 2012

Du 08 au 12 juillet 2019

Pour l'année 2019, l'association cantonale genevoise de rugby garde la même formule que l'an passé avec un camp destiné aux jeunes filles et garçons nés entre 2009 et 2012.

Les jeunes auront rendez-vous tous les matins à 8h30 au Centre sportif de Vessy. Durant la matinée, ils travailleront sur la technique individuelle, la condition physique, le collectif total et réduit.

Après un repas au restaurant du centre sportif, pour les plus jeunes des activités diverses telle que du Rafting seront organisées.

Et tout ceci, dans la joie et la bonne humeur !

Ce camp rugby aura lieu au centre sportif de Vessy.

Activités rugby le matin.

- Travail sur la technique individuelle du joueur
- Travail sur la condition physique
- Travail sur le collectif total et collectif de ligne

Activités loisir l'après-midi.

- Rafting
- Natation
- Marche

Pour les U12-U14. Nés en 2005, 2006, 2007 & 2008

Le 16, 17 & 18 juillet 2019

Pour l'année 2019, l'association cantonale genevoise de rugby réserve au plus grands, une version plus courte de son camps mais axé uniquement sur le rugby.

Les jeunes auront rendez-vous tous les matins à 8h30 au Centre sportif de Vessy.

Du rugby uniquement au programme..

**+ COURT
+ INTENSE
+ RUGBY**

Activités rugby intensives durant trois jours.

- Travail sur la technique individuelle du joueur.
- Travail sur la condition physique.
- Travail sur le collectif total et collectif de ligne.

INSCRIPTIONS

WWW.ACGR.CH/CAMP



LA REPRISE CHEZ LES + GRANDS

Le 09 mars à Lausanne.

Coupe FSR

Albaladejo Rugby Club Lausanne 9. Genève Plan-les-Ouates II 34

Coupe Suisse

Le 23 mars Genève Plan-les-Ouates contre le Stade Lausanne

LNA EXCELLENCE A

Le 30 mars à Plan-les-Ouates
Genève Plan-les-Ouates contre GC Zurich

LES CLASSEMENTS DE TOUS LES GRANDS

LNA	P	Joués	G.	Nul	Perdu	Bonus
1 GC Zürich	36	8	8	0	0	4
2 Nyon	34	8	7	0	1	6
3 Hermance	32	8	6	0	2	8
4 Genève PLO	22	8	4	0	4	6
5 Lausanne UC	14	8	2	0	6	6
6 Stade Lausanne	10	8	2	0	6	2
7 Neuchatel / Yverdon	8	8	2	0	6	0
8 Cern	5	8	1	0	7	2

EXCELLENCE A	P	joués	G.	Nul	Perdu	Bonus
1 Nyon 2	37	8	8	0	0	5
2 Genève PLO 2	30	8	5	2	1	6
3 Lausanne UC 2	29	8	5	2	1	5
4 Hermance 2	25	8	5	0	3	5
5 GC Zürich 2	20	8	4	0	4	4
6 Stade Lausanne 2	11	8	2	0	6	4
7 Cern 2	3	8	1	0	7	1
8 Neuchatel / Yverdon 2	-1	8	0	0	8	0

Championnat de Suisse U16

Le 16 mars à Hermance

Entente Genève U16 38 - 3 Lacs 19

Le 23 mars

Lausanne - Entente Genève U16

Le 30 mars

Zurich - Entente Genève U16

Championnat de Suisse U18

Le 16 mars à Hermance. Entente Genève U18 43 - 3 Lacs 21

Superbe victoire des U18, qui confirment la victoire contre Nyon d'avant la trêve, avec notamment une première mi-temps de feu.

Le 23 mars

Lausanne - Entente Genève U18

Le 30 mars

Zurich - Entente Genève U18



	P	Joués	G.	Nul	Perdu	Bonus
1 Morges U16	36	8	7	0	1	8
2 Entente Genève U16	26	8	5	0	3	6
3 Nyon U16	23	8	4	0	4	7
4 Entente des Alpes U16	23	7	5	0	2	4
5 ERL U16	22	8	4	0	4	6
6 Northern Lions U16	20	7	3	0	4	8
7 Zug U16	17	8	3	0	5	6
8 3 Lacs	2	8	0	0	8	3

	P	Joués	G.	Nul	Perdu	Bonus
1 ERL U18	20	4	4	0	0	4
2 Northern Lions U18	15	4	3	0	1	3
3 3 Lacs	11	5	2	0	3	3
4 Genève U18	8	5	2	0	3	4
5 Nyon U18	3	4	1	0	4	1

PARTENARIAT MÉDICAL

Descriptif partenariat médical et paramédical avec Hirslanden Clinique la Colline – Centre de Médecine du Sport et de l'Exercice

En tant que centre agréé Swiss Olympic Center par Swiss Olympic, le Centre de Médecine du Sport et de l'Exercice (CMSE) de la clinique la Colline Hirslanden se montre être un partenaire idéal pour les rugbymen du Rugby Club Genève Plan-les-Ouates.

Les membres du RC GEPLO peuvent bénéficier des professionnels de santé du CMSE.

- Accès privilégié dans les 72h si nécessaire aux consultations médicales et paramédicales du CMSE (médecin, physiothérapeute, ostéopathe),
- Jusqu'à 20% de rabais sur toutes les prestations de physiothérapie du sport au CMSE.
- Jusqu'à 20% de rabais sur un bilan complet.

6 joueurs élites (5 séniors et 1 U18) bénéficieront d'un bilan complet comprenant :

Romain - Maxime - Gaëtan - Adrian (U18) - Marius - Olivier

- Examens médicaux sportifs complets (type Swiss Olympic) + rapport
- ECG et examens sanguins
- Test d'effort et de performance par le préparateur physique tapis/vélo avec possibilité de tests
- spécifiques concernant articulations et tendons.
- Bilan et programme de prévention des blessures.

Financement pris en charge par l'assurance maladie/accident pour ce qui suit:

- En cas d'urgence, prise en charge dans les 24H et suivi prioritaire par un médecin ou physio/ostéopathe du sport.
- Accès rapide à l'imagerie (radio, CT, IRM, échographie) si besoin.
- Accès privilégié et rapide aux consultations médicales/paramédicales du CMSE sous 48h.

Mon enfant nécessite un rendez-vous médical du sport personnalisé, comment je procède ?

- J'appelle le Centre de Médecine du Sport et de l'Exercice.
- J'annonce que mon enfant est membre du Rugby Club Genève Plan-les-Ouates.
- Parallèlement, j'écris à medical@rcgeneve.ch pour annoncer que j'ai rendez-vous avec tel médecin.
- Ainsi, le responsable médical du club saura qu'il va recevoir un retour de la part du CMSE et pourra transmettre au plus vite aux éducateurs.

Il sera demandé aux parents de signer une autorisation au CMSE de communiquer les informations médicales pertinentes relatives à des accidents/maladies en relation avec la pratique du rugby au RC Genève Plan-les-Ouates.

En effet, le RC GEPLO et le CMSE souhaitent travailler ensemble afin d'améliorer la prise en charge des pathologies et du retour au sport des Chevaliers.

Ainsi, toute pression sur le joueur est retirée. Il existe un échange entre les professionnels de santé et les coaches du joueur concerné, par l'intermédiaire du Responsable Médical RCGEPLO. Ce dernier, assurera l'échange avec le CMSE et saura en mesure d'expliquer aux éducateurs les modalités de repos et de gestion de retour aux éducateurs, au joueur ainsi qu'aux parents.

HIRSLANDEN
CLINIQUE LA COLLINE



+ INFOS

medical@rcgeneve.ch

LA COUPE GENEVOISE DE RUGBY LE 23 FEVRIER



RESULTATS

Switzers Rugby 14 Ge PLO 7

Avusy Rugby 33 Servette Rugby 0

Servette Rugby 28 Switzers Rugby 12

Avusy Rugby 7 Ge PLO 14

Ge PLO 12 Servette Rugby 0

Switzers Rugby 68 Avusy Rugby 7

CLASSEMENTS

1. Switzers Rugby

2. Servette Rugby

3. Genève Plan - les-Ouates

4. Avusy Rugby





LES VALEURS DU CHEVALIER

INTÉGRITÉ

Le fair-play est une valeur centrale du Chevalier. L'honnêteté prime sur la victoire.

RESPECT

*Le respect. Pour tous et sans condition.
Arbitres, adversaires, spectateurs, coéquipiers, coaches.*

PARTAGE

Le partage multiplie le plaisir.

PASSION

A GEPLD, on joue avec passion pour le plus grand plaisir.

HUMILITÉ

Le Chevalier est fier sans être orgueilleux.

RIGUEUR

Travailler pour avancer, respecter les consignes, porter les valeurs du club.

Je suis un Chevalier de Genève PLAN LES QUATES, je suis le club de GEPLD, je porte et je défends ses valeurs.



LES VALEURS DU CHEVALIER

RESPECT

*Le respect. Pour tous/toutes et sans conditions.
Arbitres, Adversaires, Spectateurs, Coéquipiers, Encadrement.*

Les comportements attendus

- Je sers la main de tout le monde à la fin du match.
- J'écoute attentivement lorsque quelqu'un parle.
- Quand j'adresse la parole à quelqu'un, c'est uniquement pour aider/encourager.
- Sans arbitre il n'y a pas de match. J'accepte toutes les décisions arbitrales sans discuter.
- Seul le capitaine s'adresse à Monsieur/Madame l'arbitre.
- Je respecte tous les spectateurs et vais les applaudir à la fin du match/tournoi.
- Comme Chevalier, je traite mon adversaire comme j'aimerais être traité, quelque soit son comportement.
- À la fin du match, mon adversaire redevient mon ami.



LES VALEURS DU CHEVALIER

INTÉGRITÉ

Le fair-play est une valeur centrale du Chevalier. Ici, l'honnêteté prime sur la victoire.

Les comportements attendus

- Je suis honnête avec les autres et avec moi-même.
- Je reconnais mes erreurs.
- Je tiens mes engagements.
- Je viens à tous les entraînements, tournois, matchs.
- Je félicite les autres lorsqu'ils/elles font de bonnes actions.
- Je lève la main pour signaler mes fautes ou mon passage en touche.



LES VALEURS DU CHEVALIER

PARTAGE

Le partage multiplie le plaisir.

Les comportements attendus

- L'équipe passe avant les individus.
- Faire marquer son/sa copain/copine, c'est 1000 fois plus important que de marquer soi-même.
- Au Rugby, la différence fait la force. Je les accepte et profite de m'en enrichir.
- Je participe activement à la construction de l'équipe, du groupe et du club.
- Je me dépasse pour toujours être au soutien, sur et en dehors du terrain.
- Esprit d'équipe, mais aussi esprit club. Je soutiens les autres membres de GEPLD et participe aux événements.



PARTENAIRES

un grand merci à tous les partenaires et sponsors du RC Genève Plan-les-Ouates pour le soutien moral et financier.

Eux aussi, sont de l'équipe.



VIVITAS

Offrir l'excellence dans les soins à domicile



EIDIHAL

Bottle wear



Commune de

Plan-les-Ouates



PERSKINDOL



HIRSLANDEN

CLINIQUE LA COLLINE



Ad&Fact

PRINTING + SOURCING + BRANDING

Harba^{SA}

DETARTAGE - DESOXYDATION - EBOUAGE

EGGTELSA
Electricité • Télécom