

Vendée Va'a

les Sables d'Olonne

Du 24 au 27 mai 2017

COMMUNIQUE DE PRESSE – 28/02/2017

Le Va'a, c'est aussi une histoire de femme

Le va'a se décline aussi en version féminine. Présente depuis déjà de nombreuses années dans la pratique féminine et les compétitions sportives en Polynésie, les rameuses sont encore peu nombreuses sur le territoire Français et en Europe.

Cette année, l'organisation de la Vendée Va'a s'associe à La fabrique Sportive, une association Nantaise qui développe la pratique du sport au féminin, pour proposer à toutes les femmes un moment de découverte et de convivialité autour de la pirogue et du running.

La place du va'a féminin en Polynésie

En polynésie, le Va'a est plus qu'un sport, c'est un état d'esprit et une manière de vivre qui est présent dans chaque être, homme ou femme, sans distinction.

Les femmes Polynésiennes ont donc tout naturellement leur place dans la pratique du va'a, aussi bien en activité de loisir que lors des compétitions organisées sur le territoire. La Hawaiki Nui ne déroge pas à la règle et c'est d'ailleurs en 1995, seulement 3 ans après la création de la course, qu'une épreuve féminine fut mise en place.

Aujourd'hui c'est environ 25 équipes féminines qui s'affrontent durant 24 km autour de l'île de Raiatea, lors de la 2ème journée de course.

Une pratique encore peu développée en France

La pratique féminine du va'a est encore très confidentielle en France et en Europe avec peu licenciées et encore moins de rameuses engagées dans la compétition. Il faut dire que le nombre restreint de compétitrices n'a pas incité les club à développer les épreuves exclusivement féminines, au profit des équipes mixtes.

Le va'a, sport d'équipe convivial où l'on fait avancer une pirogue à son rythme grâce à une bonne synchronisation, est pourtant un sport accessible au plus grand nombre et un excellent moyen de prendre soin de son corps et de sa tête.

CONTACTS

Organisation

SAPOVAYE-Denys REMY
denys.remy@orange.fr
06-07-68-85-90

Communication

comvendeevaa@gmail.com
site web : www.vendeevaa.com

COURSE DE PIROGUES
ANIMATIONS ET VILLAGE POLYNÉSIENS

Vendée Va'a

les Sables d'Olonne

Du 24 au 27 mai 2017

Partage d'expérience

Myriam, rameuse au CKCL depuis 2012, nous fait partager sa découverte et son amour pour le va'a.

Comment as-tu découvert ce sport encore très confidentiel ?

J'ai découvert ce sport grâce à l'aquagym. Notre coach Armando, rameur au CKCL m'avait invitée à découvrir ce sport lors de la Vendée Va'a 2012.

Je m'étais dit dans un premier temps: "ça a l'air simple et cool"... Mais suite à ma première sortie d'environ 1h, je me suis rendue compte que c'était également très sportif.

J'ai commencé à ramer en V6 (pirogue 6 places), c'était totalement nouveau pour moi, car je ne connaissais pas le milieu du sport nautique. Je viens de Paris, donc le sport c'était plutôt en salle et en solo.

Qu'est ce qui t'attire dans cette pratique ?

J'ai été attirée par ce sport en découvrant son histoire, celle des Polynésiens qui utilisaient des pirogues doubles à voile, pour leurs expéditions, et tout ce qui en a découlé... ça m'apporte un intérêt majeur pour pratiquer du Va'a.

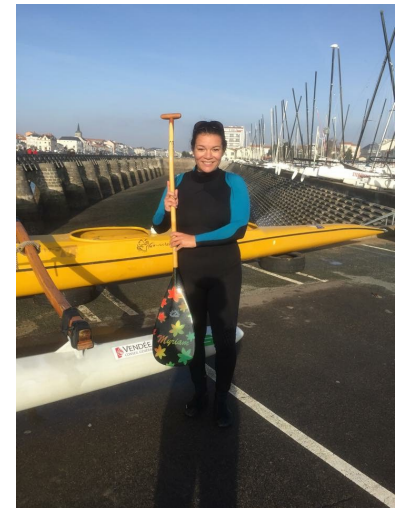
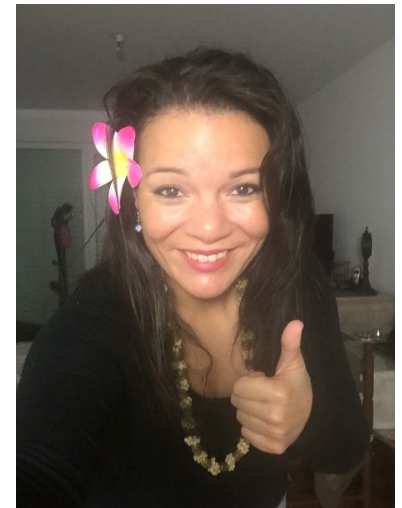
C'est un état d'esprit et des valeurs qui correspondent à ma vision de la vie.

Quand on rame en V6, on ne fait qu'un avec l'équipe et la pirogue. On ne rame pas pour soi mais pour l'équipe, avec les forces et les faiblesses de chacun, sinon on n'avance pas.

Qu'est ce qui différencie la pratique du canoë-kayak de celle de la pirogue ?

J'ai pratiqué le kayak et le canoë en vacances. La différence se fait sur deux aspects, d'une part les embarcations sont différentes, la pirogue est dotée d'un balancier qui la rend très stable et d'autre part, il y a la position du corps et de la rame. En pirogue nous sommes assis sur un "banc" et on alterne le côté où l'on rame sur un signal appelé le "tare". La rame est également différente.

MEDIAS



Myriam Huguet
Rameuse au CKCL

CONTACTS

Organisation

SAPOVAYE-Denys REMY
denys.remy@orange.fr
06-07-68-85-90

Communication

comvendeevaa@gmail.com
site web : www.vendeevaa.com

COURSE DE PIROGUES
ANIMATIONS ET VILLAGE POLYNÉSIENS

Vendée Va'a

les Sables d'Olonne

Du 24 au 27 mai 2017

Quels sont les bénéfices de cette pratique pour le corps et l'esprit ?

Comme beaucoup de sports, le va'a a des bienfaits sur le corps et l'esprit.

Pour le corps, ça m'a permis de me tonifier, perdre du poids, travailler ma respiration et le cardio. Pour l'esprit, ce sport fait du bien car on s'éloigne de notre quotidien, on s'évade, on apprécie l'environnement naturel. C'est du temps qu'on s'autorise pour soi. Il y a aussi cette proximité avec l'océan, cette osmose entre lui et le rameur ou la rameuse. Le bénéfice de l'océan et de pouvoir travailler avec sa force et pas contre lui.

Des sensations de vitesse et de glisse communes lorsque l'on rame en V6 en synchro et en harmonie, des frissons et une magie nous envahissent. UN PUR BONHEUR.

Quel a été ton parcours dans ce sport ?

J'ai commencé en 2012 en loisir pendant 1 an. 2013 j'ai fait ma première course en équipage mixte avec le club de Fontenay lors de la Chatel Va'a. Puis j'ai continué à faire des compétitions en équipage mixte 2013/2014/2015 : les sélectifs pour les Championnats de France, les Championnats de France, Ford Boyard challenge, chatel va'a, Bellharra race V6 mixte, hoalen en oc2, etc..

Tu as donc été attirée très vite par la compétition ?

Oui après un an de pratique en loisir, j'avais besoin de challenges.

Pourquoi peu de femmes qui pratiquent le va'a ?

Il y a plus de femmes qui pratiquent ce sport en loisir et beaucoup moins en compétitions. C'est un sport assez confidentiel, même au niveau de la Fédération de Canoë Kayak. Il y a peu de femme dans les compétitions, car comme dans beaucoup d'autres sports, la préparation demande beaucoup de temps, d'énergie et d'organisation. Certains sacrifices sont à prendre en compte. Ça peut freiner certaines femmes qui privilégient leur famille. Il y a aussi la difficulté à réunir 6 femmes minimum les mêmes jours aux mêmes heures pour faire les entraînements en V6. Avoir un noyau d'entraînement de minimum 7 - 8 femmes pour participer aux courses.

Qu'est ce qu'on pourrait leur dire pour leur donner envie de découvrir ce nouveau sport ?

Des super beaux gosses qui rament torse nu ça donne des envies ...;)

Une fois qu'on essaie le va'a, on devient vite accro ! Beaucoup de femme du stand up paddle commencent à se mettre à la pirogue pour s'entraîner, et des équipages féminins commencent à voir le jour.

Suivez nous sur....



COURSE DE PIROGUES
ANIMATIONS ET VILLAGE POLYNÉSIENS

CONTACTS

Organisation

SAPOVAYE-Denys REMY
denys.remy@orange.fr
06-07-68-85-90

Communication

comvendeevaa@gmail.com
site web : www.vendeevaa.com

Vendée Va'a

Les Sables d'Olonne

Du 24 au 27 mai 2017



Souhaiterais-tu ajouter autre chose ?

Oui, j'ai beaucoup appris sur moi, notamment à avoir confiance en moi. Pour moi le Va'a est synonyme de partage, respect de l'environnement, de l'océan, une bonne condition physique, l'union, l'harmonie, l'adrénaline, l'endurance, les entraînements, la rigueur, la solidarité, l'amitié et la découverte de personnes qui sont devenues des vrais amis en métropole et en Polynésie. J'ai trouvé une deuxième famille sur qui je peux vraiment compter.

La Course des Va'ahinés made in Les Sables

Afin de faire découvrir ce sport au public féminin et de développer la pratique féminine du va'a, l'organisation de la Vendée Va'a a choisi de s'associer à La Fabrique Sportive, une association Nantaise qui développe la pratique du sport au féminin, pour proposer « La Course des Va'ahinés », un défi de 6 km en pirogue ou en running.

Au programme, échauffement collectif « Pop-Pilates » pour les rameuses et les coureuses, avant le départ des pirogues sous les encouragements des runneuses. Puis lancement de la course sur la plage, accompagnée de l'équipe de La Fabrique Sportive, pour vous conseiller, échanger et partager, tout au long de la course. Enfin, retour des équipes féminines de Va'a et des coureuses, pour une phase de récupération active, le »Tahiti-Stretching », suivie d'une collation bien méritée !

Ces 2 activités gratuites et ouvertes à toutes, rassembleront les filles et les femmes voulant partager un agréable moment sportif.

Rendez-vous le vendredi 26 Mai sur La Grande Plage des Sables d'Olonne à 14H00 .

Informations et inscriptions :

Défi 6 km de pirogue : <https://www.vendeavaa.com>

Défi 6 km running : <https://www.weezevent.com/la-course-des-va-ahines>

MEDIAS

La Course des Va'ahinés

6KM RUN OU PIROGUE

INSCRIPTION GRATUITE

WWW.LAFABRIQUESPORTIVE.ORG WWW.VENDEEVA.COM

VENDREDI 26 MAI 2017
14 HEURES
LES SABLES D'OLONNE

Logos: Les Sables d'Olonne, STRONG GIRLS RUN, LA FABRIQUE sportive, Vendée Va'a



Photos disponibles pour une utilisation presse uniquement. Téléchargez l'ensemble des médias sur le FTP presse Vendée Va'a : <ftp://mutumx.armor.imagescreations.eu>
Login : vendeavaa-lso
Password : 3uMzx2D9

CONTACTS

Organisation

SAPOVAYE-Denys REMY
denys.remy@orange.fr
06-07-68-85-90

Communication

comvendeavaa@gmail.com
site web : www.vendeavaa.com

COURSE DE PIROGUES ANIMATIONS ET VILLAGE POLYNÉSIENS

