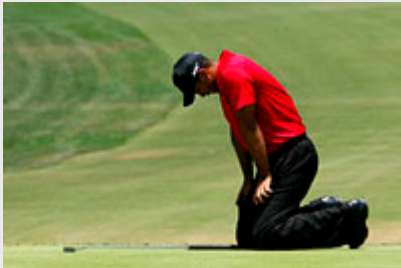


Golfers, attention à vos genoux !



Je vous propose ici un article que j'ai trouvé sur la page Facebook de Formule Golf. Il traite des genoux des golfeurs et des sollicitations qu'ils endurent tout particulièrement lors du swing.

Les pathologies du genou

Elles sont essentiellement micro-traumatiques avec la répétition de flexions-extensions mais surtout les rotations du tibia sous le fémur. Les lésions concernent le cartilage (ulcérations sous rotulien), les ménisques (fissures), les tendons (tendinites). Les ligaments sont eux rarement touchés et si c'est le cas, par de rares entorses.

L'articulation du genou

Relativement complexe, elle est constituée:

- de l'articulation fémoro-tibiale entre l'extrémité inférieure du fémur (condyles) et l'extrémité supérieure du tibia (plateau tibial) recouvertes de cartilage.
- de l'articulation fémoro-patellaire entre la face antérieure de l'extrémité inférieure du fémur (trochlée qui forme une gorge avec deux versants) et la face postérieure de la rotule formant une crête postérieure recouverte d'un cartilage épais mais fragile: le cartilage sous rotulien.
- de l'articulation tibio-péronéale supérieure entre la tête du péroné et la face externe de l'extrémité supérieure du tibia.

Entre le fémur et le tibia, il existe des ménisques: fibrocartilages en forme de croissants qui amortissent et stabilisent le genou.

Il existe des ligaments latéraux qui s'opposent au déboîtement du genou sur les cotés, et des ligaments croisés derrière la rotule qui s'opposent aux tiroirs antérieur et postérieur du tibia par rapport au fémur. Le ligament croisé antéro externe limite la rotation interne du tibia par rapport au fémur.

Les tendons rotuliens et quadricipitaux en-dessous et au-dessus de la rotule assurent la continuité de l'appareil extenseur du genou avec le quadriceps et la rotule.

Une membrane synoviale et une capsule articulaire englobent cette articulation cavitaire.

Le cas Tiger Woods

Tiger Woods s'est fait opérer 4 fois de son genou gauche:

- La première fois, rien à voir avec le golf. Il s'agissait de l'ablation d'une exostose fémorale (tumeur bénigne de l'os fréquente chez l'adolescent).
- La seconde fois, l'extirpation chirurgicale d'un kyste du creux poplité. Sorte d'exvagination de la membrane synoviale à travers un trou dans la capsule articulaire: la répétition des mouvements professionnels est un facteur favorisant le développement de cette « boule ».
- La troisième fois, ce fut le nettoyage par arthroscopie (caméra et pinces par deux petits trous en avant du genou) du cartilage sous rotulien souvent abîmé chez le golfeur du fait du conflit entre rotule et fémur lors des multiples rotations et flexions du genou.
- La dernière en date est l'opération du ligament croisé antéro-externe du genou gauche qui s'est rompu lors d'un footing mais qui devait déjà être pas mal distendu du fait de l'opposition de ce ligament à la rotation interne du genou gauche lors du downswing, impact, follow through et finish.

Que font vos genoux lors d'un swing ?

1 – Lors du backswing

Le genou gauche rentre légèrement vers l'intérieur avec une ouverture de l'interligne interne, il se fléchit plus qu'à l'adresse et la rotation du corps vers la droite avec le pied accroché au sol entraîne une relative rotation externe de la jambe (tibia) sous le fémur. La rotule s'encastre dans la gorge formée par la trochlée fémorale et se met en pression sur le versant externe de cette dernière.

Il existe un cartilage épais mais fragile derrière la rotule qui devant la répétition de ce conflit fémoro-patellaire peut s'abîmer, s'ulcérer. Cette chondropathie a imposé la troisième opération du genou de Tiger Woods

réalisant une arthroscopie curative nettoyant ce cartilage. Le plus souvent l'hyper pression est externe et les lésions cartilagineuses sur la face postero-externe de la rotule.

Le genou gauche ne doit pas trop s'effondrer vers le genou droit à la montée car il peut ainsi entraîner une compression trop importante de la corne postérieure du ménisque externe qui peut se fissurer à la longue. Cette erreur technique peut également, si le joueur est trop raide des ischios jambiers et adducteurs, entraîner une tendinite de la patte d'oie (zone d'insertion de ces muscles sur le tibia partie supéro antéro interne du tibia par traction excessive).

Le genou droit doit rester le plus longtemps fléchi comme à l'adresse, il s'étend un peu lors de la fin de la montée, la rotation du corps avec l'appui du pied au sol entraîne une rotation interne du tibia par rapport au fémur. La rotule se dégage un peu du fémur par rapport à l'adresse mais est attirée par le tendon rotulien vers le versant interne de la trochlée fémorale.

Attention à ne pas trop étendre le genou droit à la montée source de tendinite rotulienne et quadricipitale. On doit charger le côté droit en pivotant autour du genou droit: le tibia fixé au sol par l'appui du pied fait une rotation interne par rapport au fémur avec résistance du ligament croisé antero-externe.

Le genou gauche rentre légèrement vers l'intérieur avec une ouverture de l'interligne interne, il se fléchit plus qu'à l'adresse et la rotation du corps vers la droite avec le pied accroché au sol entraîne une relative rotation externe de la jambe (tibia) sous le fémur. La rotule s'encastre dans la gorge formée par la trochlée fémorale et se met en pression sur le versant externe de cette dernière.

Il existe un cartilage épais mais fragile derrière la rotule qui devant la répétition de ce conflit fémoro-patellaire peut s'abîmer, s'ulcérer. Cette chondropathie a imposé la troisième opération du genou de Tiger Woods réalisant une arthroscopie curative nettoyant ce cartilage. Le plus souvent l'hyper pression est externe et les lésions cartilagineuses sur la face postero-externe de la rotule.

Le genou gauche ne doit pas trop s'effondrer vers le genou droit à la montée car il peut ainsi entraîner une compression trop importante de la corne postérieure du ménisque externe qui peut se fissurer à la longue. Cette erreur technique peut également, si le joueur est trop raide des ischios jambiers et adducteurs, entraîner une tendinite de la patte d'oie

(zone d'insertion de ces muscles sur le tibia partie supéro antéro interne du tibia par traction excessive).

Le genou droit doit rester le plus longtemps fléchi comme à l'adresse, il s'étend un peu lors de la fin de la montée, la rotation du corps avec l'appui du pied au sol entraîne une rotation interne du tibia par rapport au fémur. La rotule se dégage un peu du fémur par rapport à l'adresse mais est attirée par le tendon rotulien vers le versant interne de la trochlée fémorale.

Attention à ne pas trop étendre le genou droit à la montée source de tendinite rotulienne et quadricipitale. On doit charger le coté droit en pivotant autour du genou droit: le tibia fixé au sol par l'appui du pied fait une rotation interne par rapport au fémur avec résistance du ligament croisé antero-externe.

2 – Lors du downswing

Les genoux font les mouvements inverses. Le genou gauche fait une rotation interne avec une résistance du Ligament Croisé Antéro Externe du fait de sa direction et de ses points d'insertion: cette phase du swing a du fragiliser le LCAE de Tiger Woods qui s'est rompu lors d'un footing lui imposant sa dernière opération.

La jambe gauche doit être solide pour résister au transfert de poids du corps sur la gauche, elle ne doit pas glisser latéralement vers l'avant car à la longue ce défaut peut générer une tendinite du tenseur du fascia lata sur le condyle externe du genou gauche par succession de frottement et/ou une compression de la corne moyenne du ménisque interne.

Les ménisques lors du swing glissent légèrement vers l'avant ou l'arrière en fonction de la pression exercée par les condyles fémoraux, il peut être à la longue le siège de fissurations et de dégradation dont le traitement est une arthroscopie curative avec menisectomie partielle.

CONCLUSION :

Vous l'avez compris toutes ces pathologies nécessitent une étude approfondie de vos défauts techniques favorisant l'apparition de vos douleurs.

Notre conseil pour les joueurs souffrant des genoux: éviter les parcours de montagne avec une forte déclivité. En plus du swing cette marche avec trop de montée et descente peut accentuer les conflits

In the latin version of the service, the phrase new commandment' is mandatum novum

Une Woods chasse l'autre



Tiger Woods ne gagne plus (pour le ,moment) mais il peut compter sur sa nièce, Cheyenne Woods, 20 ans, pour relever le niveau golfique de la famille.

Sa nièce vient de remporter le titre individuel dans l'ACC Women's Golf Championship. C'est sa première victoire cette année et la troisième de sa carrière au niveau universitaire. Son oncle n'a pas hésité à la féliciter sur son compte Twitter: « Ma nièce Cheyenne a remporté le tournoi de golf ACC avec sept coups d'avance! C'est super, je suis tellement fier d'elle. »

Cheyenne est la fille d'un des demi-frères de Tiger Woods (qui est le fils unique d'Earl et Kultida Woods et a deux demi-frères et une demi-soeur nés d'un précédent mariage de son père), Earl Woods Jr., avec lequel il ne semble pourtant pas avoir de relations.

Si Cheyenne ne joue qu'en amateur, Tiger ferait bien de rapidement se refaire avant de se faire voler la vedette.

Quelle cheyenne de vie, alors...

Voici le classement officiel de cette compétition

ACC Women's Golf Championship

Sedgefield Country Club
Greensboro, NC
Championship Tees
Dates: Apr 15 - Apr 17

Start	Finish	Player	Team	Scores			
T1	1	Cheyenne Woods	Wake Forest	70	70	68 (P)	208 -5
T1	2	Allie White	North Carolina	66	74	75 (P)	215 +2
T3	3	Catherine O'Donnell	North Carolina	75	67	75 (P)	217 +4
T9	4	Lindy Duncan	Duke	73	76	70 (P)	219 +6
T3	5	Jessie Hollandsworth	Maryland	71	71	78 (P)	220 +7
5	6	Katherine Perry	North Carolina	71	73	77 (P)	221 +8
T6	T7	Macarena Silva	Florida State	73	75	74 (P)	222 +9
T9	T7	Casey Grice	North Carolina	77	72	73 (P)	222 +9
T12	T7	Brittany Altomare	Virginia	73	77	72 (P)	222 +9
T6	10	Nicole Agnello	Virginia	72	76	76 (P)	224 +11
T18	T11	Jessica Negron	Florida State	73	79	75 (P)	227 +14
T16	T11	Natalie Sheary	Wake Forest	71	80	76 (P)	227 +14
T9	T13	Kim Donovan	Duke	74	75	79 (P)	228 +15
T6	T13	Stacey Kim	Duke	74	74	80 (P)	228 +15
T23	T15	Laetitia Beck	Duke	76	78	75 (P)	229 +16
T12	T15	Portland Rosen	Virginia	76	74	79 (P)	229 +16
T18	T17	Brittany Marchand	North Carolina State	78	74	78 (P)	230 +17
T12	T17	Maria Salinas	Florida State	75	75	80 (P)	230 +17
T32	T19	Michelle Shin	Wake Forest	77	81	73 (P)	231 +18
T25	T19	Aleja Cangrejo	Duke	78	77	76 (P)	231 +18
T16	T21	Ana Menendez	North Carolina State	76	75	81 (P)	232 +19
T32	T21	Maria Ronderos	Miami	76	82	74 (P)	232 +19
T18	T21	Hannah Thomson	Florida State	74	78	80 (P)	232 +19
T25	T21	Eleana Collins	Virginia	78	77	77 (P)	232 +19
T23	T21	Jackie Chang	North Carolina	77	77	78 (P)	232 +19
T21	26	Callie Nielson	Virginia	74	79	80 (P)	233 +20
T27	T27	Christina Hirano	Miami	73	83	78 (P)	234 +21
T27	T27	Christine Shimel	Maryland	76	80	78 (P)	234 +21
T12	29	Amanda Baker	North Carolina State	74	76	85 (P)	235 +22
T34	T30	Patricia Arana	Miami	74	85	79 (P)	238 +25
T30	T30	Kelsey Rockey	Boston College	80	77	81 (P)	238 +25
T30	T30	O. Kristinsdottir	Wake Forest	78	79	81 (P)	238 +25
T21	T30	Hilary Lawson	Maryland	75	78	85 (P)	238 +25
T27	34	Kaela Klune	Boston College	77	79	83 (P)	239 +26
T37	35	Brooke Baker	North Carolina State	83	78	81 (P)	242 +29
T39	T36	Kerri Connolly	Maryland	82	80	82 (P)	244 +31
T34	T36	Hayley Brown	Maryland	76	83	85 (P)	244 +31
T39	T38	Caroline Ellington	North Carolina State	83	79	83 (P)	245 +32
T44	T38	Carina Cuculiza	Miami	85	82	78 (P)	245 +32
T44	T40	Stephanie Hu	Boston College	81	86	80 (P)	247 +34
43	T40	Alexandra Bodemann	Wake Forest	79	85	83 (P)	247 +34
T37	42	Eunice Yim	Boston College	81	80	87 (P)	248 +35
T41	43	Andrea Kaelin	Florida State	81	82	89 (P)	252 +39
T41	44	Carrie Barbee	Boston College	76	87	91 (P)	254 +41
T34	-	Jennifer Hirano	Miami	79	80	W	- -

SOLPLETE COLLEGIATE SCORES SYSTEM
Mark Luech - COPYRIGHT © 2011. All Rights Reserved. Golfstat

Dieses thema im forum hausarbeiten / umfragen wurde essay preis erstellt von maren2011, 22 oktober 2013

Charl Schwartzel, le nouveau Maître



Le parcours d'Augusta en Georgie a livré son verdict hier soir en intronisant comme nouveau Maître le sud-africain Charl Schwartzel. Il a remporté la veste verte avec un score de -14, devant Jason Day et Adam Scott à -12, Tiger Woods, Geoff Ogilvy et Luke Donald à -10.

Charl Schwartzel a remporté ainsi le premier Majeur de sa carrière. Et les Australiens n'ont toujours pas réussi à s'imposer à Augusta, malédiction en cours.

Le temps très chaud et le manque de vent ont rendu cette dernière journée physiquement très pénible, malgré des positions de drapeau facilitant les birdies et les eagles.

Voici ci-dessous la carte de score du sud-africain.

 **Charl Schwartzel**

Position: 1 | Status: -14 | Currently: In the Clubhouse

SEARCH FOR A PLAYER:

PLAYER	SCORES & STATS	NEWS	PHOTOS	RESULTS															
HOLE	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	TOTAL
PAR	4	5	4	3	4	3	4	5	4	4	4	3	5	4	5	3	4	4	72
RD 1	4	4	4	3	4	2	4	3	4	5	4	3	5	4	5	2	4	5	69
RD 2	4	5	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	5	3	4	4	71
RD 3	4	4	3	3	5	3	3	4	4	5	4	2	5	4	4	3	4	4	68
RD 4	3	5	2	4	4	3	4	5	4	4	4	3	5	4	4	2	3	3	66

EAGLE +

BIRDIE

BOGEY

DBL BOGEY -

Ce dernier tour a été marqué par deux évènements très importants (en dehors de la victoire de Schwartzel) : le retour aux affaires du Tigre, qui semble maîtriser de mieux en mieux son nouveau swing mais qui devrait revenir à son ancien putter (et laisser le nouveau au garage) et l'effondrement de l'Irlandais Mac Ilroy, qui a explosé sous la pression, passant de -12 au départ à -4, jouant donc +8 sur la journée!! Ce fut un vrai chemin de croix pour Rory tout au long des 18 trous, lui qui avait dominé de la tête et des épaules les 3 premiers tours.

Your selected sections run in a scrollable column on the right side of the main page, which aggregates top stories from all of the sections in a swipe-ready set of starter pages

Martin Kaymer n°1 mondial



Ce week-end, l'allemand Martin Kaymer est devenu le nouveau n°1 mondial de golf, détrônant l'Anglais Lee Westwood. C'est en parvenant en finale du Championnat du monde de match-play qui se joue cette semaine en Arizona, à Manana, sur le parcours du Ritz-Carlton Golf Club, qu'il a subtilisé la place à l'anglais.

Il a encore une fois fait preuve d'un étonnant sang froid tout au long de cette compétition, réglant leur compte à S. Noh, Justin Rose au 20^e trou, Hunter Mahan 2 et 1, Miguel Angel Jimenez 1up et Bubba Watson 1 up en 1/2 finale.

Son adversaire en finale sera Luke Donald, qui lui a atomisé tous ses adversaires tout après tour, devenant ainsi le finaliste ayant joué le moins de coup.

Un pour qui la dégringolade continue, c'est Tiger Woods, sorti eu premier tour par Thomas Bjorn. Il descend encore au ranking mondial pour prendre la 4^e place, que détenait Luke Donald qui lui prend donc la 3^e place. On se demande où va s'arrêter sa chute !!

Football has been one of the most popular sports ever since the 19th century, although I dare add that the level of reviews write my papers popularity largely depends on the performance of your nation's team

Martin Kaymer n°1 européen



L'allemand Martin Kaymer est devenu dimanche à Dubaï n° 1 européen en finissant 13° de l'épreuve remportée par le suédois Robert Karlsson.

3 birdies au 18 pour Karlsson

Le n°1 européen 2008 a retrouvé toute sa splendeur lors de ce dernier tournoi signant dans le dernier tour 3 birdies au 18. Il n'en fallait pas moins pour priver Ian Poulter d'un 2ème succès consécutif. Le premier birdie sur ce redoutable par 5 a poussé Poulter au Play-off, le second a contraint l'Anglais à se rendre une 3ème fois au départ, et le dernier a surtout permis d'éviter que la saison ne s'achève sur une décision arbitrale sévère. Poulter ayant accidentellement déplacé sa marque sur le green et subi un point de pénalité. Vainqueur du Qatar Masters en début de saison Karlsson semble particulièrement apprécier les Emirats. C'est simplement son 3ème podium de la saison mais c'est une victoire qui le replace parmi l'élite du golf européen quelques mois après son opération à l'oeil. En 2011 Karlsson aura désormais 4 fois l'occasion de se réjouir, le circuit européen ayant annoncé l'émergence d'un nouveau tournoi au Royaume de Bahreïn.

Au classement de la Race Martin Kaymer devance Graeme McDowell, les 2 hommes terminant à la 13ème place de cette ultime épreuve de la saison 2010. L'allemand succède à Lee Westwood qui demeure n°1 mondial.

Quant aux français présents lors de cette dernière preuve de l'année, Grégory Bourdy a quitté le green du 18 du Earth Course avec un birdie, le 4ème du jour. A la faveur d'une première carte sous le par le Bordelais gagne quelques places au classement insuffisant toutefois pour atteindre l'objectif qu'il s'était fixé. Pour la première fois depuis 2007 Bourdy n'est pas parvenu à s'imposer sur le circuit européen.

Même sentiment d'inachevé pour Grégory Havret qui avoue « penser toujours à cet US Open » où le Rochelais a le sentiment d'être passé à côté de quelque chose d'immense. C'est évidemment indéniable. Cette semaine Havret a manqué

de tranchant pour rendre une dernière carte sous le par. Sa 35eme place finale est toutefois suffisante pour le maintenir au 27eme rang européen au terme de la saison. Il sera donc au départ de 3 majeurs l'an prochain. Ne reste plus qu'à profiter de ces opportunités pour décrocher sa place à l'US PGA en août.

Une satisfaction que ne connaîtra pas Raphaël Jacquelin. Dans le top 10 du tournoi à 2 trous du terme le Lyonnais a fini avec 2 bogeys très couteux. Si Jacquelin n'a pris que 28 putts dans ce dernier tour il a péché sur ses 2eme coups n'atteignant que 10 des 18 greens en régulation.

Dubai World Champ.			Fin du 4eme Tour		
1	KARLSSON, Robert	-5	18	-14 (victoire en play-off)	
2	POULTER, Ian	-2	18	-14	
T3	QUIROS, Alvaro	-5	18	-13	
T3	WESTWOOD, Lee	-4	18	-13	
T13	KAYMER, Martin	Par	18	-6	
T13	MCDOWELL, Graeme	-4	18	-6	
T21	JACQUELIN, Raphaël	-1	18	-5	
T35	HAVRET, Grégory	+1	18	Par	
T41	BOURDY, Grégory	-2	18	+2	

Race to Dubai		Classement final
1	KAYMER, Martin	4,461,011€
2	MCDOWELL, Graeme	3,896,996€
3	WESTWOOD, Lee	3,222,423€
4	POULTER, Ian	3,027,008€
5	MOLINARI, Francesco	2,799,692€
27	HAVRET, Grégory	928,672€
39	JACQUELIN, Raphaël	789,148€
55	BOURDY, Grégory	639,564€

Low facebook revenue increase by ten-fold historic <https://midnightpapers.com>
stock market average pe 15 price to earnings ratio earnings per share/stock
price facebook 0

Lee Westwood numéro un mondial



L'anglais Lee Westwood sera demain 1er novembre le nouveau n°1 mondial du golf, détrônant ainsi sa majesté Tiger Woods qui régnait en maître absolu depuis 281 semaines.

A force de jouer sans rien gagner cette saison, le Tigre savait qu'au fil des semaines, son sceptre ne tenait plus qu'à un fil. Phil Mickelson (Lefty pour les intimes), avait bien eu quelques possibilités de s'emparer de cette place si convoitée (12 en fait depuis le début de la saison), mais à chaque fois, il s'était pris les pieds dans le tapis.

Martin Kaymer, l'allemand, avait aussi la possibilité de monter sur la plus haute marche ce week-end en participant au tournoi l'Andalucia Valderrama Masters. Il se devait de terminer au pire 2ème pour cela. Malheureusement, lui aussi a échoué si près du but en terminant 21° de cette compétition.

Et c'est donc Lee Westwood qui s'empare de la couronne sans jouer, puisqu'il est en pleine convalescence. Le roi n'est pas mort, mais vive le nouveau roi du golf. Et souhaitons lui longue vie.

S distrust of strong federal government proessaywriting.org/ preferred states

Westwood ou Kaymer N°1 mondial ?



Qui de l'anglais Lee Westwood ou de l'allemand Martin Kaymer endossera la tunique de n° 1 mondial de golf dimanche soir?

Si Westwood est assuré du titre, Kaymer peut encore le devancer en terminant premier, seul second ou second avec un autre joueur de l'Andalucia Valderrama Masters. L'un ou l'autre deviendra le cinquième joueur européen à occuper la place après Seve Ballesteros, Nick Faldo, Bernhard Langer et Ian Woosnam depuis la création du classement mondial en 1986.

Voici le classement avant le tournoi de ce week-end.

Rank	Player	Pt.s Avg.	Tot. Pts.	# of Evts.	Pts. Lost	Pts. Gained
1	Tiger Woods, USA	8.31	332.55	40	-344.67	90.53
2	Lee Westwood, Eng	8.25	387.83	47	-234.37	279.11
3	Martin Kaymer, Deu	8.03	385.28	48	-177.76	330.02
4	Phil Mickelson, USA	7.98	343.01	43	-263.97	243.78
5	Steve Stricker, USA	7.33	307.70	42	-207.94	215.46
6	Jim Furyk, USA	7.19	323.53	45	-193.67	240.77
7	Paul Casey, Eng	6.11	268.75	44	-190.85	223.95
8	Luke Donald, Eng	5.63	292.70	52	-109.44	272.16
9	Rory McIlroy, Nir	5.43	304.25	56	-186.11	213.20
10	Matt Kuchar, USA	5.28	274.31	52	-88.84	254.96

Le malheureux Phil Mickelson aura

donc couru toute la saison derrière ce graal sans jamais pouvoir l'atteindre !!

Mais je pense quand même qu'il est un peu tôt pour enterrer Tiger Woods, maintenant qu'il a réglé ses problèmes de divorce avec son ex-femme Elin, et une fois son esprit complètement revenu au golf, il redeviendra le merveilleux joueur que nous connaissons.

Son golf n'a pas pu disparaître comme par enchantement, et tout golfeur sait très bien que la moindre perturbation dans la vie quotidienne a une influence sur la qualité du jeu.

Voici pour mémoire un best of des plus beaux coups de Tiger Woods depuis 1997.

Henris lehrer weiteres sauer nennt die sozialkompetenz als zugewinn beim inklusiven unterricht

Finale BMW Golf Trophy



Les 8, 9 et 10 octobre derniers je suis allé à La Baule pour participer à la finale nationale du BMW Golf Trophy. Pour ceux qui suivent ce blog, je vous en avais parlé [ici](#). Je n'étais pas tout seul bien sûr puisque mon partenaire Bernard m'accompagnait.

Je ne résiste pas à l'envie de vous narrer ce week-end absolument fantastique que je viens de passer. Information très importante : **il a fait un temps merveilleux tout le week-end.**

Vendredi nous avons donc pris l'avion à Lyon direction Nantes. Après une petite heure de vol, location d'une voiture (je vous conseille au passage de réserver à l'avance, cela vous évitera de vous faire racketter par le loueur à qui j'ai payé 240€ au lieu de 90 si je m'y étais pris à l'avance !!) direction la station balnéaire de La Baule.

Nous sommes arrivés à l'hôtel l'Hermitage, appartenant au groupe Barrière, vers 11h30. Et là, la féerie commence.

Un employé vient nous ouvrir la porte de la voiture et décharge le coffre de nos bagages. Il part ranger la voiture au garage et ensuite monte nos bagages dans nos chambres respectives.

Thierry Balas, le concessionnaire BMW de Grenoble étant déjà au golf de la Baule, nous nous y rendons après avoir défait nos valises. Thierry nous attendait pour le repas de midi, en compagnie des 6 autres joueurs qu'il a qualifiés dans les clubs de Charmeil, Corrençon et Valence.

A 14h40, reconnaissance du parcours bleu (il y a deux parcours, le bleu et le rouge). Je fais cette reco seul, Bernard désirant ne pas manger trop de force avant la compétition qui nous attend. Ce long par 72 de 6000 M des jaunes est un vrai délice. Mis à part les greens qui ne sont pas en bon état, le reste est parfaitement

entretenu. 5h après, retour à l'hôtel pour une douche, et nous rejoignons tous les participants dans le hall de l'hôtel pour un cocktail, l'enregistrement de notre présence, le programme des deux jours, et les petits cadeaux. Déjà à notre arrivée dans la chambre nous



attendaient un thermos en aluminium brossé offert par Bose, et une bouteille de vin du Relais de Durfort-Vivens, un Margaux 2006 !! Les hôtes de Promogolf nous remettent à tous un polo manches longues logoté BMW Golf Trophy. Puis repas au restaurant de l'hôtel, au bord de la plage de La Baule.

Retour à la chambre vers 23h30. Le sommeil a du mal à venir, mais c'est pas trop grave, j'ai l'habitude.

Samedi.

Les choses sérieuses commencent. Lever 7 h, arrivée au club vers 8h15, enregistrement, récupération des cartes de scores (que j'ai perdue, puis retrouvée ☐), des balles, des tees, des jetons de practice. A 9h, briefing pour les départs autour du putting-green. Deux groupes ont été créés, le blanc et le bleu (le notre). Les bleus commenceront le samedi en 4 balles sur le parcours rouge et joueront le dimanche en greensome sur le parcours bleu. Les blancs feront donc l'inverse.



Nous partageons notre partie avec deux Stéphanois très sympas, du même index que nous. Je joue très bien sur ce parcours totalement inconnu, 17 au dessus du par, donc mon index, ce qui me ravit. Mon manque de longueur au drive me pénalise un peu, mais j'ai la satisfaction de driver long (210-220 M ~) et droit quasiment tout le temps.

Autre motif de satisfaction, le putting. Jamais je n'ai pris plus de 2 putts sur tout le week-end!! Exceptionnel !! Des buffets pantagruéliques nous attendaient aux départs du 1 et du 11 afin que nous reprenions des forces.

Résultat de la journée : nous jouons 41 stableford, ce qui nous place dans les 10 premiers.

Après une bière bien fraîche, nous rentrons à l'hôtel pour une douche et un petit dodo d'une heure réparateur avant d'attaquer le dîner de gala du soir.

Tout le monde était sur son 31, de grandes tables rondes de 12 convives étaient installées dans la salle à manger de l'hôtel. Premières remises de prix du week-end, les concours d'approches et de drive. Un quizz par table ait distribué, avec des questions concernant BMW et le golf. Les Iphones et autres Android ont fonctionné à plein pour



trouver les réponses et c'est notre table, appelée Les Amis de Thierry (le concessionnaire), qui remporte ce quizz doté d'un parapluie BMW, de balles logotées, d'une serviette BMW, d'un relève pitch et d'un magnum de champagne que nous avons bu après le repas dans le salon de l'hôtel.

Le repas succulent était accompagné de vins non moins superbes. Bref, à minuit, tout le monde part se coucher pour tenter d'être en forme le lendemain.

Dimanche.

Lever 6h30, départ au golf à 7h30, enregistrement et départ sur le parcours à 8h45, pour la formule greensome. Je ne recommande pas cette formule à ceux qui ont des problèmes d'entente avec leur partenaire car ça peut vite tourner à l'aigre. La pluie prévue n'est jamais arrivée, au contraire du soleil qui a encore une fois inondé le parcours. Nous jouons très mal, +33, ce qui n'est pas compatible avec notre niveau de jeu moyen. Nous jouons cette fois avec des gars du Nord, des Ch'tis, très sympas également.

Fin de la compétition à 14h45, retour à l'hôtel pour se doucher et se changer, laisser à regret la chambre, et une collation nous attend au restaurant avant la remise des prix officielle de cette 23^e édition du BMW Golf Trophy.



3 joueurs (en fait une joueuse et deux joueurs) partiront en février à Phuket, pour disputer la finale internationale cette fois.

A 17h45, direction l'aéroport de Nantes pour un retour à la vie normale, après ces 3 jours extraordinaires.

Je voudrais remercier Thierry Balas et son épouse Marie, pour leur gentillesse et leur disponibilité, toute l'équipe de Promogolf (Audrey, Michel, etc....) pour leur efficacité, les employés de l'Hermitage pour leur accueil, et bien sur ceux qui ont partagé avec moi ces trois jours, les joueurs de Grenoble et Valence : Bernard, Marie, Didier, Michel, Fabien, Maryline, Alain.

Voici un petit diaporama de ce week-end.

You are critical company at least three times more likely to come across grandad, mum, and dad, in children's fiction than in adult fiction, and at least ten times more likely to find toffee and sweets