



Le Maine Libre

Octobre 2011 - ManSge Disc propose une discipline addictive



Coulaines, samedi dernier. Comme Dorian, 5 ans, une vingtaine de discgolfeurs aiment à se retrouver sur les parcours.

ManSge Disc propose une discipline addictive

Depuis 2008, l'association ManSge Disc donne la possibilité aux amateurs de disc-golf de se retrouver pour partager leur passion.

La discipline est peu connue mais se développe de plus en plus ces dernières années. Le principe ? « Le disc-golf se joue comme au golf, le disque devant arriver dans une corbeille métallique », expose Gwenael Le Guevel, président du club.

L'association accueille aujourd'hui 25 joueurs. « On est sur une bonne dynamique compte tenu de l'effectif de départ. » Ces discgolfeurs se retrouvent chaque mois pour un entraînement spécifique, ce qui ne les

empêche pas de se regrouper ponctuellement pour se perfectionner.

Samedi dernier, un groupe avait rendez-vous au parc des Trois-Vallees à Coulaines. Le sport est ludique, la prise en main du frisbee facile. « Cette discipline s'adresse vraiment à tous », précise le président. La séance débute par un échauffement avant que deux groupes ne se forment pour partir sur un parcours de 18 trous.

Si certains imaginent qu'il suffit de lancer le disque, en réalité, il n'en est rien. Choix du disque, amplitude du mouvement, vitesse ou encore coordination bras-poignets : tout est tactique. Des paramètres sont aussi

à prendre en compte comme le vent ou les obstacles à contourner.

« Le disc-golf est un sport de plein air qui amène à travailler sur soi. Il faut une certaine intelligence émotionnelle. Il est nécessaire de se battre contre soi avant de se battre contre les autres. C'est ce qui le rend addictif », conclut Gwenael Le Guevel.

Les licenciés de ManSge Disc pratiquent également cette discipline en compétition. Lors de week-ends, ils affrontent des joueurs de Dijon, Rennes, Caen ou encore Tours.

Renseignements
au 02-43-14-10-24.

VENDREDI 07 OCTOBRE 2011
LE MAINE LIBRE