

25ÈME JOURNÉE - 29 MARS 2022 : LIMOGES CSP - ORLÉANS

CSP MAG

MAGAZINE OFFICIEL DU LIMOGES CSP #198



 **VEOLIA**
PARRAIN DU MATCH



Ville de LIMOGES



PARTENAIRE PUBLIC DU CSP

La Ville de Limoges est le
premier partenaire du CSP.

Outre le soutien matériel et financier annuel qu'elle apporte, la Ville est présente aux côtés du CSP pour l'aider à traverser la crise sanitaire en l'exonérant de redevances d'occupation du Palais des Sports dues pour les années 2018/2019, 2019/2020 et 2020/2021, évaluées à plus de **300 000 €**.

La Ville prépare aussi l'avenir du club avec le projet de transformation du Parc et du Palais des sports qui avance bon train. Trois cabinets d'architecture de renom et ayant des références remarquables de réalisation récente de complexes destinés au sport professionnel indoor, planchent actuellement pour présenter le meilleur projet. La compétition est lancée.

L'objectif est, dans un écrin moderne mais respectueux de l'identité du Palais des sports, de développer la formation des meilleurs talents, de consolider un modèle économique pérenne pour le sport professionnel, et de faire vivre à tous une véritable « expérience Beaublanc ».

Vive Limoges, Vive le CSP,
Vive Beaublanc !



© Nassir Mokhtari

limoges.fr





A PARRAINÉ LA RENCONTRE : LIMOGES CSP - METROPOLITANS 92



LES RÉSULTATS DE LA 24^E JOURNÉE DE BETCLIC ELITE

 Cholet	78-54	Limoges CSP 
 Le Mans	82-75	Roanne 
 Nanterre 92	104-107	Paris Basketball 
 Champagne Basket	75-81	JDA Dijon 
 Orléans	Reporté	JL Bourg 
 Monaco	105-103	SIG Strasbourg 
 Metropolitans 92	04/04/2022	Fos Provence 
 Le Portel	95-111	Gravelines-Dunkerque 
 LDLC ASVEL	26/04/2022	Pau-Lacq-Orthez 

LES RÉSULTATS DE LA 24^E JOURNÉE ESPOIRS ELITE

 Cholet	71-61	Limoges CSP 
 Le Mans	63-60	Roanne 
 Nanterre 92	79-60	Paris Basketball 
 Champagne Basket	81-71	JDA Dijon 
 Orléans	69-86	JL Bourg 
 Monaco	Reporté	SIG Strasbourg 
 Metropolitans 92	66-68	Fos Provence 
 Le Portel	74-101	Gravelines-Dunkerque 
 LDLC ASVEL	26/04/2022	Pau-Lacq-Orthez 



CLASSEMENT APRÈS LA 24^E JOURNÉE DE BETCLIC ELITE

Pos.	EQUIPE	% vict.	Matches			Points		Moyenne	
			MJ	V	D	+	-	PR	CTR
1	Boulogne-Levallois	70.8%	24	17	7	2099	1897	87.5	79.0
2	Monaco	70.8%	24	17	7	2065	1921	86.0	80.0
3	Lyon-Villeurbanne	66.7%	24	16	8	2003	1884	83.5	78.5
4	Dijon	62.5%	24	15	9	1926	1915	80.3	79.8
5	Le Mans	62.5%	24	15	9	1990	1901	82.9	79.2
6	Pau-Lacq-Orthez	60.9%	23	14	9	1897	1886	82.5	82
7	Strasbourg	58.3%	24	14	10	2030	1940	84.6	80.8
8	Nanterre	54.2%	24	13	11	2046	2004	85.3	83.5
9	Limoges	54.2%	24	13	11	1880	1787	78.3	74.5
10	Gravelines-Dunkerque	45.8%	24	11	13	1968	1961	82	81.7
11	Bourg-en-Bresse	45.8%	24	11	13	1827	1777	76.1	74.0
12	Cholet	45.8%	24	11	13	1914	1965	79.8	81.9
13	Roanne	40 %	25	10	15	2148	2190	85.9	87.6
14	Paris	37.5%	24	9	15	1937	2059	80.7	85.8
15	Orléans	34.8%	23	8	15	1773	1938	77.1	84.3
16	Le Portel	33.3%	24	8	16	1823	1963	76.0	81.8
17	Châlons-Reims	29.2%	24	7	17	1948	2111	81.2	88.0
18	Fos-sur-Mer	26.1%	23	6	17	1622	1797	70.5	78.1

CLASSEMENT APRÈS LA 24^E JOURNÉE ESPOIRS ELITE

Pos.	EQUIPE	% vict.	Matches			Points		Moyenne	
			MJ	V	D	+	-	PR	CTR
1	Espoirs Lyon-Villeurbanne	95.7%	23	22	1	2067	1556	89.9	67.7
2	Espoirs Cholet	87.0%	23	20	3	1777	1343	77.3	58.4
3	Espoirs Limoges	69.6%	23	16	7	1733	1495	75.3	65
4	Espoirs Pau-Lacq-Orthez	69.6%	23	16	7	1816	1607	79.0	69.9
5	Espoirs Dijon	62.5%	24	15	9	1862	1718	77.6	71.6
6	Espoirs Boulogne-Levallois	62.5%	24	15	9	1779	1666	74.1	69.4
7	Espoirs Châlons-Reims	62.5%	24	15	9	1838	1750	76.6	72.9
8	Espoirs Bourg-en-Bresse	62.5%	24	15	9	1882	1868	78.4	77.8
9	Espoirs Fos-sur-Mer	50 %	24	12	12	1770	1750	73.8	72.9
10	Espoirs Le Portel	45.8%	24	11	13	1838	1923	76.6	80.1
11	Espoirs Le Mans	37.5%	24	9	15	1650	1776	68.8	74
12	Espoirs Roanne	36 %	25	9	16	1747	1916	69.9	76.6
13	Espoirs Strasbourg	34.8%	23	8	15	1666	1895	72.4	82.4
14	Espoirs Nanterre	33.3%	24	8	16	1553	1822	64.7	75.9
15	Espoirs Monaco	30.4%	23	7	16	1733	1911	75.3	83.1
16	Espoirs Gravelines-Dunkerque	29.2%	24	7	17	1789	1895	74.5	79.0
17	Espoirs Paris	17.4%	23	4	19	1503	1818	65.3	79.0
18	Espoirs Orléans	16.7%	24	4	20	1653	1947	68.9	81.1



Agence de services
aux particuliers

Tél. 05 55 49 04 62

- Garde d'enfants +/- 3 ans
- Aide aux personnes
- Ménage & Repassage
- Jardinage/Petit bricolage

74 bis, Av. Garibaldi - 87000 Limoges
limoges@aidesetservices87.com
Agrément préfectoral : SAP795209469

crédit ou réduction
5%
impôts possible

services à domicile





LIMOGES CSP



#1
MASSINBURG
CJ
1,90 m / 24 ans
USA / Poste 1/2



#5
CRUSOL
Timothé
1,91 m / 20 ans
FRA / Poste 1/2



#9
JAKOVICS
Ingus
1,86 m / 28 ans
LVA / Poste 1



#10
INVERNIZZI
Hugo
1,98 m / 28 ans
FRA / Poste 4/3



#11
PINKINS
Kruize
2,01 m / 28 ans
USA / Poste 4/5



#13
BAZILLE
Timothée
2,04 m / 22 ans
FRA / Poste 5/4



#14
PAUMIER
Grismay
2,05 m / 33 ans
CUB / Poste 5



#15
LANG
Nicolas
1,97 m / 31 ans
FRA / Poste 2/3



#17
DESSEIGNET
Hugo
1,72 m / 18 ans
FRA / Centre de Formation



#19
BELLIL
Mehdi
1,93 m / 20 ans
FRA / Centre de Formation



#20
NDOYE
Assane
1,96 m / 25 ans
FRA / Poste 4



#22
HARPER
Demonte
1,93 m / 32 ans
USA / Poste 1/2



#24
SPENCER
Horace
2,03 m / 24 ans
USA / Poste 5

STAFF : CANCELLIERI Massimo Coach, CHENAUD Romain Assistant, VILLEGER Benjamin Assistant, AOUADI Yacine développement des joueurs et CAVALLARI Andréa Préparateur physique



ORLÉANS



#3
WARREN
Chris
1,77 m / 33 ans
USA / Poste 1-2



#4
SCHWARTZ
Loïc
1,97 m / 29 ans
BEL / Poste 2-3



#5
PAIGE
Marcus
1,83 m / 28 ans
USA-SRB / Poste 2



#6
MBIDA
Junior
2,04 m / 32 ans
FRA / Poste 3



#7
DAVENPORT
Kyvon
2,03 m / 24 ans
USA / Poste 4



#9
NZEULIE
Jérémy
1,88 m / 30 ans
FRA / Poste 2-3



#15
ULMER
LaMonte
1,98 m / 35 ans
USA / Poste 3-4



#16
BOUNGOU COLO
Nobel
2,02 m / 33 ans
FRA / Poste 3



#19
CINGALA-MATA
Bruno
2,00 m / 28 ans
FRA / Poste 4



#21
MUTUALE
Malela
1,88 m / 30 ans
FRA / Poste 1-2



#25
NDOYE
Youssou
2,13 m / 30 ans
SEN / Poste 5

STAFF : Germain Castano coach, Thomas Drouot & Pierre Tillay assistants coach



sas Desplombins & Fils

29, rue Guy Môquet
87280 LIMOGES
Tél. 05 55 38 95 25
Fax 05 55 38 95 26
Port. 06 74 93 42 19
sarldesplombins@wanadoo.fr

Peinture
Revêtement mural
Ravalement
Imperméabilisation façade
Revêtement de sol
Placoplâtre & Isolation
Faux-Plafond
Isolation par l'extérieur

DÉCHARGE RECHARGE RECHARGE



Pour affronter les défis écologiques, il ne suffit plus de s'adapter.
Changement climatique, effondrement de la biodiversité,
pollutions multiples, raréfaction des ressources :
nos sociétés ont besoin de solutions qui changent radicalement la donne,
comme faire de nos déchets une matière première.

La transformation écologique, c'est notre raison d'être.

Plus d'informations sur [veolia.com/transfo-eco](https://www.veolia.com/transfo-eco)

Ressourcer le monde



BUT

MOBILIER

DÉCORATION

ÉLECTROMÉNAGER

IMAGE & SON

LITERIE

CUISINE

BUT LIMOGES – FAMILY VILLAGE - RUE AMÉDÉE GORDINI
Ouvert du lundi au samedi de 9h30 à 19h30



la-maison-du-cbd.fr

Venez découvrir notre sélection de produits à base de CBD

60 avenue Georges Dumas - 87000 LIMOGES
(proche Mairie)

-15% sur présentation de ce bon

DIONISIO
Lutte anti-nuisibles *Services*

2 Entreprises à votre service

ALLO DEBOUCHAGE EXPRESS
par DIONISIO services

LIMOGES - 05 55 90 20 00

Plâtrerie
Isolation intérieure
et par l'extérieur
Peinture
Faux-Plafonds
Carrelage - Faïence
Revêtements de sols et murs

Martinet

<https://martinet-sarl.com>

Siège social et bureaux :
Rue du Petit Châtenet
87000 Rochechouart
Tél. 05 55 03 65 38
sarlmartinet@wanadoo.fr



L'ADVERSAIRE VU PAR YACINE AOUADI

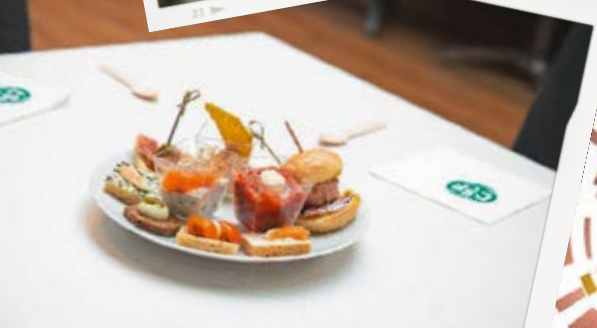
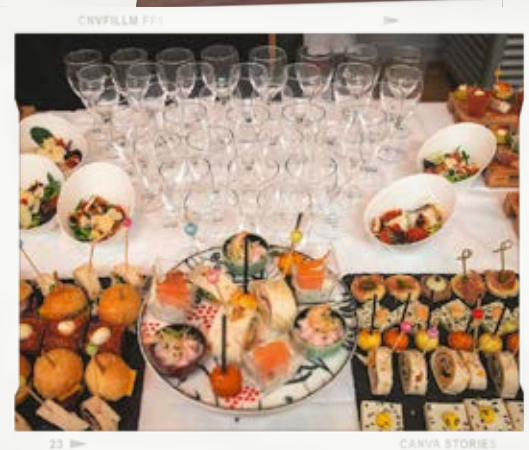
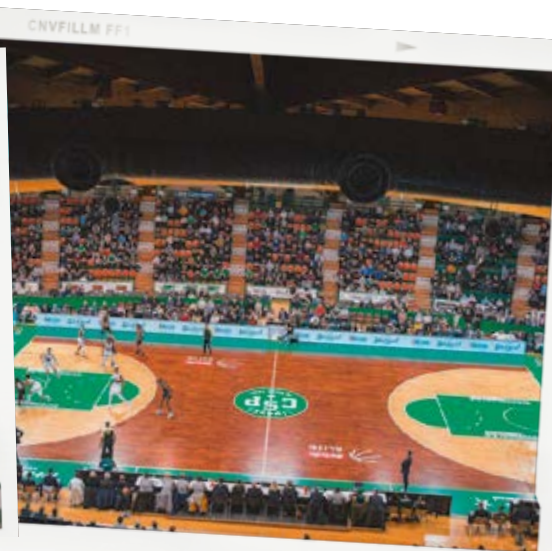
Orléans est une équipe imprévisible. Sur le plan offensif, compte tenu du nombre de joueurs de talents qu'elle possède, il est extrêmement difficile d'anticiper quel joueur pourrait ou non faire la différence. Leur trio Chris Warren (16 pts 4.6 pds), Youssou Ndoeye (17.6 pts et 7.5 rbs) et Lamonte Ulmer (12.1 pts,

3.9 rbs) était leur principale force au match aller. Aujourd'hui, la montée en puissance de Marcus Paige, le fait que Jérémy Nzeulie prolonge son contrat jusqu'à la fin de la saison et la récente arrivée de l'ancien Limougeaud Nobel Boungou Colo (15.7 pts en moyenne en 3 matchs) multiplient les dangers autour de ce trio.

**LA SOLUTION CAFÉ
ADAPTÉE À VOS BESOINS**

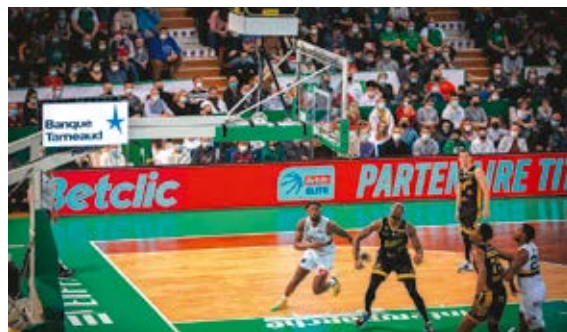
DISTRIBUTION AUTOMATIQUE | CHR | OFFICE CAFÉ SERVICES | BOUTIQUES

WWW.GROUPEMERLING.FR



VIVONS L'EXPÉRIENCE ENSEMBLE

Le Limoges CSP, véritable Institution du basket français, propose un savoir-faire, une expérience et des solutions, sur et en dehors du terrain. Le club bénéficie d'un réseau de partenaires important (plus de 350) et il est un outil de communication et de transmission de valeurs dans le monde professionnel.



POURQUOI DEVENIR PARTENAIRE?

Devenir **PARTENAIRE** du Limoges CSP, c'est :

- Bénéficier d'avantages, de prestations adaptables aux **BESOINS** et aux envies de tous et de toute taille.
- Favoriser les **ÉCHANGES** : permettre de développer les échanges commerciaux.
- Multiplier les **CONTACTS** et se construire un réseau.

Le Limoges CSP est plus qu'un club, il devient un vecteur d'**EXPOSITION** publicitaire.



148.000

followers



HOSPITALITÉ

Loge, tribune...

VISIBILITÉ

Maillot, LED, digital...

ÉVÈNEMENTIEL

Parrainage de match, Inside...

Rejoignez-nous



partenaires@limogescsp.com



Limoges CSP

#CSPARTNERS

RETOUR EN IMAGES SUR LE DERNIER MATCH





#15 Nicolas Lang





**Confiez votre projet de vente à
votre professionnel immo local**

Une Estimation Précise...

...C'est Mieux !

**BO-MON Immobilier
10 rue de la Boucherie
87 000 Limoges**

Suivez nous sur



05 55 79 66 00 - contact@bo-mon.com - www.bo-mon.com



MAISONS



**VOTRE
MAISON
SUR-
MESURE**

PROPRIÉTAIRES SATISFAITS.



POUR
L'AMOUR
DU
MAILLOT

REJOINS-NOUS SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX



limogescsp



limogescsp



LimogesCSP



LIMOGES CSP



LIMOGES CSP



limogescsp



www.limogescsp.com



LIMOGES CSP



BASIC FIT

BASIC-FIT EST VOTRE PLUS GRAND FAN !

SARL AB EMBALLAGES
Le cluzeau - 87140 THOURON

Tél : 0033 5 55 75 81 17

Fax : 0033 5 55 75 83 57

Portable: 06 76 12 04 97



CARRIÈRES
DE CONDAT

NOVOTEL



R.A.S.

INTÉRIM 24/7



Votre partenaire pour la transition énergétique:

Chauffage, climatisation et solaire.

06.87.99.80.71 / 06.62.47.32.40

contact@impact-energiesnouvelles.com



Chloé GUILLOT

Conseillère en protection sociale et patrimoniale

📞 06 10 74 20 34

✉ chloe.guillot@ag2rlamondiale.fr



"vous avez le devoir de cotiser mais surtout le droit de savoir"

L'avec 3N

projets

INSERTION

compétences

solidarité

SERVICES

formation

façonnage

logistique

sous-traitance

archivage

centre d'appels

La bonne solution au bon moment. La solidarité en plus.

Qui sommes nous ? Une entreprise d'insertion et une entreprise adaptée, toutes deux spécialisées dans la sous-traitance industrielle au service des entreprises.

Nos métiers ? Logistique, solutions de stockage, prestations de conditionnement et façonnage des arts graphiques (assemblage, encochage...), prestations d'archivage et centre d'appels, entretien des espaces professionnels (extérieurs et intérieurs) !

Pour plus d'info ? Visitez notre page linkedin ou notre site internet.
Mieux ! Contactez nous directement par téléphone ou par mail.

@a23n

www.a23n.fr

05 55 31 98 54

secretariat@a23n.fr

Prenons rendez-vous!
Nous parlerons un tout petit peu de nous, mais surtout de vous : de vos attentes et besoins.

TAXE D'APPRENTISSAGE

TRANSFORMEZ UNE OBLIGATION FISCALE EN SOUTIEN POUR UNE ÉCOLE LOCALE

OR ESCSP



BPJEPS
PROMOTION I 2021-22

L'objectif de notre organisme de formation est d'offrir un enseignement de qualité à nos étudiants et d'adapter notre programme pédagogique aux besoins des entreprises qui font confiance à notre savoir-faire.

La **taxe d'apprentissage** représente une aide précieuse au développement de l'excellence et contribue à l'amélioration constante des parcours de formation jusqu'au plus haut niveau. Elle permet ainsi la rémunération d'intervenants hautement qualifiés et le financement de matériels performants.

En versant la taxe d'apprentissage à l'ESCSP, vous contribuez ainsi au soutien d'une École qui s'inscrit dans une stratégie de renforcement de l'attractivité territoriale et de formation de proximité des jeunes débouchant sur l'emploi.

RÉALISONS ENSEMBLE LE DÉVELOPPEMENT DES COMPÉTENCES DE VOS COLLABORATEURS DE DEMAIN

L'ESCSP est habilitée à percevoir en direct le solde de votre taxe d'apprentissage, soit **13 %**.

Depuis la réforme relative à la loi pour la liberté de choisir son avenir professionnel du 5 septembre 2018, vous pouvez verser le solde de votre taxe d'apprentissage à l'organisme de formation de votre choix.

Pour rappel, depuis 2020, les entreprises doivent verser cette taxe en deux parties :

- Une contribution unique à la formation professionnelle et à l'alternance comprenant la formation professionnelle continue et 87 % de la taxe d'apprentissage. Cette partie est collectée désormais par les URSSAF ;
- Un solde de 13 % de cette taxe d'apprentissage directement aux organismes habilités (figurant sur les listes d'habilitation préfectorales).

En tant qu'organisme habilité à percevoir ce solde, et contre votre versement **avant le 31 mai**, nous vous ferons parvenir un reçu libératoire conformément à la législation en vigueur.

Pour tout renseignement : Fawzi LARBI - fawzi.larbi@escsp.fr - 06 51 61 18 82



Centre commercial CORGNAC
Super U - 14 rue Georges Briquet
87100 LIMOGES

Ouvert du lundi
au samedi 10h - 19h¹

09 84 03 13 36

MediaClinic Limoges-Cognac limoges@mediaclinic.fr

www.mediaclinic.fr

Rejoignez-nous !

**JOURNÉE MONDIALE
DE LA SANTÉ**

DON DE SANG STANDS PARTENAIRES SANTÉ ET 1^{ER} SECOURS

ESTER LIMOGES TECHNOPOLE
Coupole d'ESTER Technopole

JEUDI 7 AVRIL 10H - 16H

Logos: LIMOGES, LIMOGES ville santé citoyenne, REPUBLIQUE FRANÇAISE ar.s, CHU, LA LIQUE, FRANCE ADOT, E.S.T.E.R., ASSOCIATION PREVENTION ROUTIERE, 75015, 75017, 75018, 75019, 75020, 75021, 75022, 75023, 75024, 75025, 75026, 75027, 75028, 75029, 75030, 75031, 75032, 75033, 75034, 75035, 75036, 75037, 75038, 75039, 75040, 75041, 75042, 75043, 75044, 75045, 75046, 75047, 75048, 75049, 75050, 75051, 75052, 75053, 75054, 75055, 75056, 75057, 75058, 75059, 75060, 75061, 75062, 75063, 75064, 75065, 75066, 75067, 75068, 75069, 75070, 75071, 75072, 75073, 75074, 75075, 75076, 75077, 75078, 75079, 75080, 75081, 75082, 75083, 75084, 75085, 75086, 75087, 75088, 75089, 75090, 75091, 75092, 75093, 75094, 75095, 75096, 75097, 75098, 75099, 75100.

PRENEZ RDV

dondesang.efs.sante.fr 0 800 744 100 Service à votre disposition

Du 23 mars au 5 avril 2022

DESTOCKAGE
DANS VOS MAGASINS KIABI
LIMOGES NORD ET SUD

JUSQU'À
-50%
sur articles signalés*

KIABI.COM
f @ i n

KIABI EUROPE SAS RCS Lille Métropole B 344 103 270 *Remise effectuée en caisse sur les articles signalés, sur le prix de vente initial.



NOS BOUTIQUES VOUS ATTENDENT !

CRAFT



OSports
EQUIPEMENTER SPORTIF

SWEAT
ADULTE 50 €



T-SHIRT SUPPORTER
ADULTE 30 €



POLO
ADULTE 45 €



CETTE ANNÉE SERA VERTE !

SAC À DOS 25€



BODY 20 €



SWEATSHIRT
ADULTE 50 €



MI-MARINIÈRE
ADULTE 30 €



MAILLOT EXTÉRIEUR 65 €



MAILLOT DOMICILE 65 €

FAN STORE : 7 RUE FERRERIE 87000 LIMOGES
DU MARDI AU SAMEDI 10:00-12:30 / 14:00-18:30*

*HORS JOUR DE MATCH

SOIRS DE MATCH : À L'OUVERTURE DES PORTES,
MI-TEMPS ET ARPÈS-MATCH

EN LIGNE : BOUTIQUE.OSPORTS.FR/LIMOGES-CSP

"L'IMPORTANCE DE LA PRÉPARATION ET DE LA GESTION PHYSIQUE DES JOUEURS" : ENTRETIEN AVEC ANDREA CAVALLARI

Bonjour Andrea, peux-tu te présenter et expliquer ton travail au sein du club ?

Andrea : Je suis le préparateur physique du Limoges CSP. Mes principales responsabilités sont, d'une part, la conception de programmes spécifiques adaptés aux besoins individuels de chaque joueur afin d'améliorer leurs performances et, d'autre part, de limiter les risques de blessures lorsque cela est possible.

Comment préparez-vous physiquement les joueurs en début de saison ?

Andréa : Tous les joueurs, avant de commencer le travail physique d'avant-saison, sont soumis à une série de tests médicaux et physiques nécessaires pour me donner, ainsi qu'à l'ensemble du personnel médical, une idée complète de l'aspect du travail physique sur lequel les athlètes doivent principalement se concentrer. L'objectif principal du travail de pré-saison est de "construire la base" pour soutenir les besoins physiques des matchs.

Et pendant l'année ? S'agit-il d'un travail d'entretien ? De points spécifiques à travailler/développer ?

Andrea : Durant la saison, le travail de développement physique dépend fortement de l'âge et du nombre de minutes jouées par chaque joueur. Personnellement, je considère l'intersaison, en raison de sa longueur, comme un moment précieux pour continuer à pousser le développement des joueurs, surtout pour les plus jeunes.

Avec qui travaillez-vous pour la préparation et la gestion physique des joueurs ?

Andréa : D'une part, je travaille avec le staff médical et notamment avec notre kinésithérapeute (Clément Sartel). Nous partageons continuellement des informations et des suggestions sur la façon de mieux gérer chaque situation. D'autre part, je travaille avec l'entraîneur chargé du développement des joueurs (Yacine Aouadi), en particulier dans la dernière partie du protocole de retour au jeu des joueurs blessés.

Utilisez-vous des outils pour mesurer les efforts et les performances des joueurs ? Si oui, à quoi servent-ils ?

Andrea : Bien sûr. Tout d'abord, le test de saut pour évaluer la force, la puissance et les déséquilibres

des membres. Puis, un accéléromètre (Catapult) pour surveiller la charge interne et externe de chaque entraînement et de chaque entraînement.

Ces appareils, combinés à la conversation individuelle, donnent des informations très importantes à l'ensemble du staff.



Comment les absences peuvent-elles déstabiliser un groupe ?

Andrea : Les absences ne déstabilisent pas toujours un groupe. Dans certaines situations, elles peuvent en fait rassembler le groupe et le rendre plus résilient et prêt à se battre.

Comment préparez-vous un joueur à se surpasser ?

Andrea : Une combinaison d'entraînements et d'exercices bien conçus préparera les gars au pire des scénarios. Ce n'est qu'une partie du puzzle, parfois, c'est la force mentale qui fait la différence, bien au-delà de la préparation physique.

Quels sont les outils que le club met en place pour reposer les joueurs après tant d'efforts physiques ?

Andrea : Il y a un traitement manuel par un kinésithérapeute et un ostéopathe. Mais, il y a aussi le sauna, le bain froid, le bain chaud, les bottes de compression et la cryothérapie avec notre partenaire Team Fit. Mais les plus importants de tous restent le sommeil et une bonne alimentation !

Comment prévenez-vous les blessures en tant que préparateur physique ?

Andrea : Lorsque je travaille avec les joueurs, j'essaie de travailler sur des aspects qu'ils n'ont pas l'habitude de bosser lorsqu'ils sont sur le terrain, comme l'amélioration de la force musculaire et de la puissance grâce au travail à la salle de musculation.

Comment préparez-vous les joueurs qui reviennent de blessure ou de Covid ?

Andrea : Ça passe par augmenter progressivement la charge de travail jour après jour et en travaillant simultanément sur le renforcement des muscles qui n'ont pas été entraînés pendant la période d'absence.

Un mot pour nos supporters et partenaires ?

Andrea : Merci de mettre le feu à Beaublanc à chaque fois que les gars entrent sur le terrain !



**PAIN
RESTAURANT
CAFÉ
TRAITEUR**

7J/7

Commande en ligne sur www.patapain.com



BigMat
Depuis 1981

DEPUIS PLUS DE 40 ANS BIGMAT VOUS ACCOMPAGNE DANS VOS PROJETS



CALENDRIER

MARS 22

🏠 **SAM. 05 | 20H00**
STRASBOURG

✈ **SAM. 12 | 18H30**
LE PORTEL

🏠 **DIM. 20 | 18H00**
BOULOGNE-LEVALLOIS

✈ **VEN. 25 | 20H00**
CHOLET

🏠 **MAR. 29 | 20H00**
ORLÉANS



#CSP4EVER



AÉSIO MUTUELLE

SPECIALISTE DU COSTUME À LIMOGES

Depuis 2004
LORENZO VISCONTI
Limoges

9 Place d'Aine
87000 Limoges
05 55 32 62 76

**PARTENAIRE
ÉLÉGANCE DU
LIMOGES CSP**



GL CENTRE DE
SOINS
ESTHÉTIQUES



SOINS DU VISAGE HAUTE TECHNOLOGIE SIGNATURE
SOINS DU CORPS SIGNATURE
TOUS NOS SOINS SONT PERSONNALISÉS

20€ DE REMISE
POUR TOUT NOUVEAU CLIENT
OFFRE VALABLE JUSQU'AU 31/03/2022

DU LUNDI AU VENDREDI DE 9H À 19H
& LE SAMEDI DE 9H À 13H
1 RUE FITZ JAMES - LIMOGES

05 55 33 11 83
MPRENAULT87@YAHOO.FR
WWW.LOJTEKGISELE.FR

LUXOPUNCTURE®
LA TECHNIQUE REFLEXE INNOVANTE
QUI STIMULE VOS ÉNERGIES



11 Avenue Montjovis
87000 Limoges

05 55 33 60 09
www.pizzapezzo.fr



**CARRELAGE
FAÏENCE**

**RÉNOVATION
SALLE DE BAINS**

06 10 34 63 15 – 06 58 24 69 66

sarlatipr87@hotmail.fr



SAM. 02 AVRIL - **20H00** PALAIS DES SPORTS DE BEAUBLANC

LIMOGES CSP ROANNE



PARRAIN DU MATCH

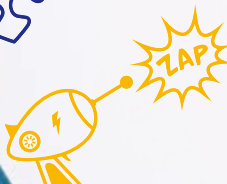
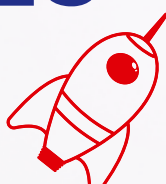


#CSP4EVER

GO!     **BANG!**

JouéClub!

LIMOGES

1h Commandez en ligne & retirez en magasin sur [JouéClub.fr](https://www.jouecub.fr)

VOS AVANTAGES FIDÉLITÉ EN UN COUP DE CARTE MAGIQUE

Demandez-la gratuitement en magasin.



Z. A. Moulin du Martinet - 160 route de Nexon



groupe

P
éricaud
AUTOMOBILES

www.pericaud.com



MAISONS ARLOGIS®
Bâtisseur de bien-être.

Constructeur
de maisons
individuelles
sur-mesure
en France.