

Haut Val d'Oise Handball club (HVO)



Club Handball à partir de **3 ans** jusqu'à avec des sections féminines.

NOUVEAUTE 2021-2022 : Handfit "Sport Santé"

Le HANDFIT est une pratique innovante et moderne qui va agir sur l'ensemble des facteurs du bien-être et de la santé de l'individu. Cette pratique s'adapte à tous les profils : possibilité de réguler l'intensité à chaque exercice, corriger les postures. Le Handfit est un maintien ou une remise en forme à l'aide d'une pratique sportive autour du handball. Son développement vise à lutter contre toutes sortes de difficultés que l'on peut rencontrer à différents âges, et limiter les facteurs de risque d'obésité ou encore certaines dégénérescences musculaires. L'objectif est également de partager un moment convivial autour du handball! Cette Activité/Pratique fédératrice par excellence, et très bon outil pour créer la cohésion du groupe ou tout simplement pour se renforcer de manière ludique. Préparation à l'effort, chauffer les muscles, activation de la circulation sanguine, assouplissement du muscle, réduction de la fatigue, des courbatures (automassage) et des points de tension, prévention des chutes, amélioration de la stabilité neuro musculaire, lutte contre la prise de poids, entretien de la fonction cardiaque, détendre et relâcher les muscles, concentration sur soi, apprendre ou contrôler le retour au calme avec la respiration profonde qui permet la détente, diminution du stress et le contrôle de ses émotions, dépense énergétique, Plaisir et Partage.....

NOUVEAUTE 2022-2023 : Création d'une section Loisirs mixtes le mercredi soir à l'Isle Adam

Depuis Septembre 2023, le club HVO achète l'intégralité des tee-shirt / short d'entraînement et petits matériel au profil d'une entreprise sur Chambly « ILEAVEN » qui fait travailler des personnes à handicap => Le club attache une grande importance à cette démarche.

NOUVEAUTE 2024-2025 : Création d'une école d'arbitrage Enfants et Adultes - Création de licences blanches pour les parents qui intègre le club et qui participe à la vie de l'association (Encadrement, responsable de salle et de la table lors des rencontres à l'Isle Adam...)

Cette année, une fois de plus, le HVO a reçu cette année le Label pour la section Babyhand sur le Val d'Oise et deux fois Champions pour les -18 ans masculin et les -13 ans masculin

NOUVEAUTE 2025-2026 : Création d'une équipe féminine - 13 ans pour la pratique du Handball à 4.

Intervention via le Comité du Val d'Oise dans les écoles primaires de Persan et l'Isle Adam dans le but de planifier un tournoi inter-communal en Juin 2026.

SUIVEZ L'ACTUALITÉ DU CLUB

RETROUVEZ LE HVO SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX, l'actualité du club y est régulièrement publié

Nous sommes actifs sur FACEBOOK, notamment pour les informations pratiques, mais aussi sur INSTAGRAM (@hvo_hbc) pour les " médias " concernant l'actualité de nos équipes ! Rejoignez-nous !! [#tousderrierelehvo](https://www.facebook.com/hvo_hbc) [#gohvo](https://www.instagram.com/hvo_hbc)

FACEBOOK : [HVO Handball Club de L'Isle-Adam / Persan https://www.facebook.com/profile.php?id=100010736806619](https://www.facebook.com/HVOHandballClub) ou <https://www.facebook.com/HVOHandballClub>

INSTAGRAM : @hvo_hb

SNAPCHAT : @hvo_hb

TWITTER : @hvo_hb

Nous vous rappelons également que l'ensemble des informations dont vous pourriez avoir besoin concernant le club, est disponible sur notre site internet

Site Internet : hvo.clubeo.com

Coordonnées

HAUT Val D'Oise Handball
18 rue de l'Église
60530

Fresnoy-en-Thelle
5895019@ffhandball.net
[06 24 65 48 10](tel:0624654810)

Liens utiles

[Site Web](#)

[FACEBOOK](#)

Contact

Monsieur LAVAL Cyrille

Président

Portable : 06-24-65-48-10