



# Dépêch' A3

Bulletin de liaison de l'A3 Alençon

n° 2004 / 02

## LA BELLE SAISON HIVERNALE

### de Chantal

Souvent handicapée toutes ces dernières années par des blessures et maladies à répétitions, on peut dire que cette saison, Chantal LETOURNEAU a fait carton plein, compte tenu des difficultés et des sacrifices nécessaires pour tenter d'accéder aux divers échelons du championnat FFA de Cross-Country.

Une préparation sérieusement suivie, orchestrée par Maurice JOUATEL depuis le mois de juin et plus élaborée depuis août ( pour cette nouvelle saison de cross-country qui débute en novembre ) avec quatre ou cinq entraînements hebdomadaires dont deux ou trois séances de qualité, ( sans oublier la tournée journalière à vélo, Chantal est factrice et bien connue sur Alençon ) voilà ce qu'il a fallu s'imposer pour accéder à cet échelon si convoité : le Championnat de France FFA de Cross.

Chaque année, l'A3 ALENÇON présente au minimum un voire deux athlètes qualifiés à ce haut niveau, c'est dire si les places sont difficilement accessibles. Ce ne sont pas les qualifiés méritants de ces dernières années qui me démentiront tels Didier DARCEL, Florian LEBON, Patrice LAKAS, Patrick DUGUE, Patrick PARIS, pour ne citer que ces derniers athlètes ayant réalisé des saisons toutes aussi exemplaires.

*Suite page 2*



photo Yves Branchard

## CHAMPIONNAT DE FRANCE DE CROSS

### **Chantal LETOURNEAU, 30<sup>e</sup>**

Les championnats de France de cross-country FFA se sont déroulés à St-Quentin-en-Yvelines ( 78 ) le 29 février.

Chantal Letourneau s'est classée dans la course seniors femmes et vétérans femmes, 186<sup>e</sup> au général sur 337 et 30<sup>e</sup> dans la catégorie des vétérans avec un temps de 27'14'' pour une distance de 6,900 km.

# ACTUALITÉ

La déterminante évolution de Chantal au cours de cette saison de cross-country a commencé en novembre lors du Cross de l'US LE MANS par une quatrième place prometteuse, suivi du très relevé Cross International d'ALLONNES avec une somptueuse 46<sup>ème</sup> position dans une course de très bon niveau, derrière les Kenyanes, Ethiopiennes, Russes, Espagnoles, Portugaises et quelques-unes des bonnes valeurs françaises.

La saison s'est poursuivie début décembre à HEROUVILLE St CLAIR avec une excellente 5<sup>ème</sup> place au général mais surtout 1<sup>ère</sup> vétérans F, et pour clore l'année 2003, l'incontournable Cross de l'A3 ALENÇON et une très belle 3<sup>ème</sup> place au classement général ( 2<sup>ème</sup> vétérans F ) mais, la cerise sur le gâteau, championne de l'Orne.

Une petite trêve pour profiter pleinement des fêtes de fin d'année, sans pour autant oublier les séances d'entraînement et redémarrer l'année 2004 par le Cross International OUEST-FRANCE au MANS où, dans une course réservée uniquement aux vétérans, elle s'octroie une 5<sup>ème</sup> position et 4<sup>ème</sup> de sa catégorie ( V1F de 40 à 49 ans )

Ce fut là une bonne préparation avant d'aborder les Championnats de Basse-Normandie à COUTANCES, sur un circuit très éprouvant, ce qui n'empêcha pas notre volontaire et déterminée factrice de décrocher à l'énergie une valeureuse 12<sup>ème</sup> place toutes catégories confondues, mais surtout la 3<sup>ème</sup> marche du podium vétérans femmes, synonyme de qualification à la demi-finale des championnats de France d'HEROUVILLE St CLAIR.

Dernier palier à franchir, cette ½ finale au terme de laquelle, exténuée, elle décrochera son billet pour les mythiques Championnats de France en terminant 45<sup>ème</sup> toutes catégories mais surtout une très difficile et méritoire 15<sup>ème</sup> place dans sa catégorie et avant dernière qualifiée.

Quel bonheur d'être présente sur la ligne de départ, dans le vent très frais de St QUENTIN EN YVELINES, sur un circuit on ne peut plus sélectif et vallonné où il fallait être costaud.

Je qualifierais la prestation de Chantal à cette compétition au plus haut niveau d'exceptionnelle surtout si l'on se remémore son parcours : 1<sup>ère</sup> au Championnat de l'Orne, 3<sup>ème</sup> au championnat de Basse-Normandie ( 3 départements ), 15<sup>ème</sup> à la demi-finale des championnats de France ( 3 régions soit 9 départements ) et seulement 30<sup>ème</sup> au Championnat de France qui rassemble les 9 régions c'est à dire 95 départements, excusez du peu, mais un seul mot me vient à l'esprit, chapeau Chantal et encore merci, quelle belle récompense pour l'ensemble du bureau et tous les Athlètes de l'A3 ALENÇON et aussi pour le nouveau président Maurice JOUATEL (qui a conçu et orchestré ses entraînements ).

Bonne chance pour la saison estivale pendant laquelle nous ne manquerons pas de suivre l'évolution de notre athlète ainsi que les performances de tous ses amis(es). MJ

Yves Branchard a souhaité donner un additif à l'article « Réponse à vos questions: suite à l'Assemblée Générale du 10 janvier 2004 » :

*Afin de lever toute ambiguïté quant à la forme de cet article, il est ici précisé que les chiffres présentés lors de l'Assemblée Générale par le trésorier-adjoint ( le président a été prévenu de la non présence du trésorier à l'Assemblée Générale seulement au cours de l'après-midi précédent cette réunion), ne concernaient pas « le solde du bilan » mais le solde au 31 décembre 2003 du compte ouvert à la Caisse d'Epargne ( 2 083,86 € ).*

*En l'absence de l'état de rapprochement – et ce, malgré plusieurs demandes formulées par l'ancien président – qui aurait dû être établi par le trésorier, il n'a pas été possible de déterminer précisément le montant réellement disponible au compte courant ; montant qui devait coïncider, si les écritures avaient été passées en bonne et due forme, au résultat du bilan.*

*Aussi et bien évidemment, en aucun cas, la responsabilité de l'ancien président ne saurait être mise en cause dans la situation financière qui est la nôtre.* YB

# RÉSULTATS

## TRIATHLON DE L'AIGLE – 28 février 2004

Catégories	Class. G <sup>al</sup>	Noms	Total points
<i>poussines</i>	3 <sup>e</sup>	Marion CHAUSSINAND	50
	7 <sup>e</sup>	Hortense BEDAT	36
<i>benjamines</i>	1 <sup>ère</sup>	🏆 Laura SCELIN 🏆	58
	4 <sup>e</sup>	Mathilde BEDAT	51
	5 <sup>e</sup>	Angèle PETIOT	43
	6 <sup>e</sup>	Marie-Aude PIROT	39
<i>minimes filles</i>	6 <sup>e</sup>	Julie FOULON	41
<i>Ecole d'athlétisme garçons</i>	3 <sup>e</sup>	Nathanaël GUESDON	45
<i>poussins</i>	6 <sup>e</sup>	Théo LEMEE	48
	8 <sup>e</sup>	Arnaud BESNARD	44
	11 <sup>e</sup>	Alexandre BRULIN	40
	12 <sup>e</sup>	Simon FOULON	39
	15 <sup>e</sup>	Quentin ALVERDI	38
<i>benjamins</i>	1 <sup>er</sup>	Antoine AILLARD	47
	2 <sup>e</sup>	Elie DOITEAU	39

## Les 10,400 km d'ARRAGON ( 56 ) - 13 mars 2004

Classement scratch : 17<sup>ème</sup> **Frédéric DESIERREY**  
 🏆 1<sup>er</sup> Espoir en 36'52''

## Les 10 km de CHANGE ( 72 ) - 14 mars 2004

Classement scratch : 199<sup>ème</sup> **Henri BLAISE-MARTIN**  
 20<sup>ème</sup> V2H en 41'54''

## Vétathlon de l'Arche de la Nature au bois de CHANGE ( 72 ) - 21 mars 2004

3 km course pédestre + 18 km VTT + 3 km course pédestre

Classement scratch : 81<sup>ème</sup> / 170 **Philippe PECCATE**  
 32<sup>ème</sup> VH / 65 en 1 h 19'58''

# RÉSULTATS

## CHALLENGE ORNE ATHLETISME

Catégories	Noms	Mortagne 24/01/04	L'Aigle 28/02/04	Argentan 20/03/04	Caen	Totaux*	Class.
<i>Ecole d'athlétisme filles</i>	Camille BELLAIS	22 pts					
	Margot BOUILLE	22 pts					
	Annelise PIROT	31 pts					
<i>Ecole d'athlétisme garçons</i>	Nathanaël GUESDON		45 pts	37 pts		82 pts	5 <sup>e</sup>
<i>Poussines</i>	Marion CHAUSSINAND	55 pts	50 pts	64 pts		119 pts	2 <sup>e</sup>
	Hortense BEDAT	49 pts	36 pts	55 pts		104 pts	3 <sup>e</sup>
	Chloë VINOT	44 pts		36 pts		80 pts	7 <sup>e</sup>
	Hélène RICOUP	50 pts					
<i>Poussins</i>	Simon FOULON	53 pts	39 pts	60 pts		113 pts	4 <sup>e</sup>
	Alexandre BRULIN	56 pts	40 pts	54 pts		110 pts	6 <sup>e</sup>
	Théo LEMEE	55 pts	48 pts	53 pts		108 pts	7 <sup>e</sup>
	Hugo OLIVIER	53 pts		55 pts		108 pts	7 <sup>e</sup>
	Quentin ALVERDI	49 pts	38 pts	50 pts		99 pts	13 <sup>e</sup>
	Arnaud BESNARD	55 pts	44 pts	43 pts		98 pts	14 <sup>e</sup>
	Sébastien COURDET	50 pts					
<i>Benjamines</i>	🏆 Laura SCELIN 🏆	59 pts	58 pts	62 pts	60 pts	122 pts	1 <sup>ère</sup>
	Mathilde BEDAT	56 pts	51 pts	57 pts	56 pts	113 pts	3 <sup>e</sup>
	Angèle PETIOT	57 pts	43 pts	54 pts		111 pts	4 <sup>e</sup>
	Marie-Aude PIROT	52 pts	39 pts			91 pts	8 <sup>e</sup>
	Ségolène ALVERDI	43 pts					
	Marion BELLAIS	59 pts					
<i>Benjamins</i>	🏆 Antoine AILLARD 🏆	60 pts	47 pts	60 pts	50 pts	120 pts	1 <sup>er</sup>
	Elie DOITEAU	48 pts	39 pts	51 pts	49 pts	100 pts	2 <sup>e</sup>
	Vincent AUPY	40 pts		41 pts		81 pts	6 <sup>e</sup>
	Christophe BRIAND	25 pts					
<i>Minimes filles</i>	Julie FOULON	52 pts	41 pts	50 pts		102 pts	4 <sup>e</sup>

\* Classement établi sur les deux meilleures performances.

🏆 Félicitations à tous ces jeunes 🏆

# RÉSULTATS

## Les 9,800 km de LA FERTÉ-MACÉ - 27 mars 2004

Classement scratch: 26<sup>e</sup> **Denis ALVERDI**  
9<sup>e</sup> VH1 en 37' 19''

70<sup>e</sup> **Isabelle LESELLIER**  
5<sup>e</sup> féminine, 4<sup>e</sup> SF en 40' 36''

113<sup>e</sup> **Valérie BELLANGER**  
9<sup>e</sup> féminine, 8<sup>e</sup> SF en 45' 36''

## La course du Val d'Ecouvres (10,311 km) – LIVAIE - 3 avril 2004

Classement scratch: 3<sup>e</sup> **Michel BLIN** sur 199 classés  
2<sup>e</sup> VH1 en 36' 19''

6<sup>e</sup> **Jean-Pierre CORMIER**  
4<sup>e</sup> VH1 en 38' 33 ''

7<sup>e</sup> **Raynald CORMIER**  
1<sup>er</sup> espoir en 38' 54''

96<sup>e</sup> **Patrice MENARD**  
en 48' 17''

## Marathon du Val Nantais – NANTES (44) - 4 avril 2004

Classement scratch : 3<sup>e</sup> **Franck JOUATEL** sur 801 classés  
3<sup>e</sup> SH en 2 h 37' 11''

7<sup>e</sup> **Patrick DUGUE**  
3<sup>e</sup> VH1 en 2 h 44' 30''

Le 23 juillet 2004

### MEETING DE LA GOLDEN LEAGUE

à partir de 19 h 30

STADE DE FRANCE - PARIS

Avec El Guerroy, Baala, Diagana, Galfione, Mesnil, ...

Offre spéciale jusqu'au 31 mai :  
prix de la place **15 €**

☛ minimum 10 places, possibilité de se regrouper  
Prendre contact avec Franck JOUATEL



Franck JOUATEL (archives)

## CALENDRIER PISTE

DATES	AVRIL	LIEU
Vendredi 23	Epreuves ouvertes soirée C-J-E-S-V	ARGENTAN
Samedi 24	Epreuves ouvertes	COUTANCES
Vendredi 30	Soirée Caen AC	CAEN

	MAI	
Dimanche 2	Triathlon jeunes, Challenge de l'Orne ( EA, pous., benj., min.)	L'AIGLE
Dimanche 2	Meeting national	L'AIGLE
Mercredi 5	Championnats d'Académie Individuels cadets juniors UNSS	TOURLAVILLE
Samedi 8	Championnats Régionaux interclubs 1 <sup>er</sup> tour ( Rég et N3 )	CAEN
Mercredi 12	Championnats d'Académie par équipes UNSS Lycées	SAINT-LO
Vendredi 14	Soirée Caen AC	CAEN
Mercredi 26	Championnats départementaux UNSS benj. – minimes	
Vend. 28 & Sam 29	Championnat de France Indiv. UNSS Lycées	TOURS
Vend. 28 → Dim 30	Championnats de France UGSEL ( min., cad., jun. )	DREUX
Sam 29 & dim 30	Championnats de France UNSS Lycées	TOURS

	JUN	
Mercredi 2	Championnat d'Académie ind. /équipes Collèges	CAEN
Jeudi 3	Régional de 5000 m H et F + soirée USOM	MONDEVILLE
Samedi 5	Régionaux Triathlon benj. et min. 2 <sup>e</sup> journée	FLERS
Samedi 12	Départementaux de l'Orne FFA M-C-J-E-S-V	ARGENTAN ?
Ven 18 → Dim 20	Championnats de France UGSEL benj. et minimes	QUIMPER
Lun 14 → dim 20	Jeux de l'UNSS	NANTES
Samedi 19	Triathlon jeunes, Challenge de l'Orne ( EA, pous., benj. min.)	Gué de la Chaîne
Dimanche 27	Championnats Régionaux cad., jun., esp., sen.	COUTANCES ?

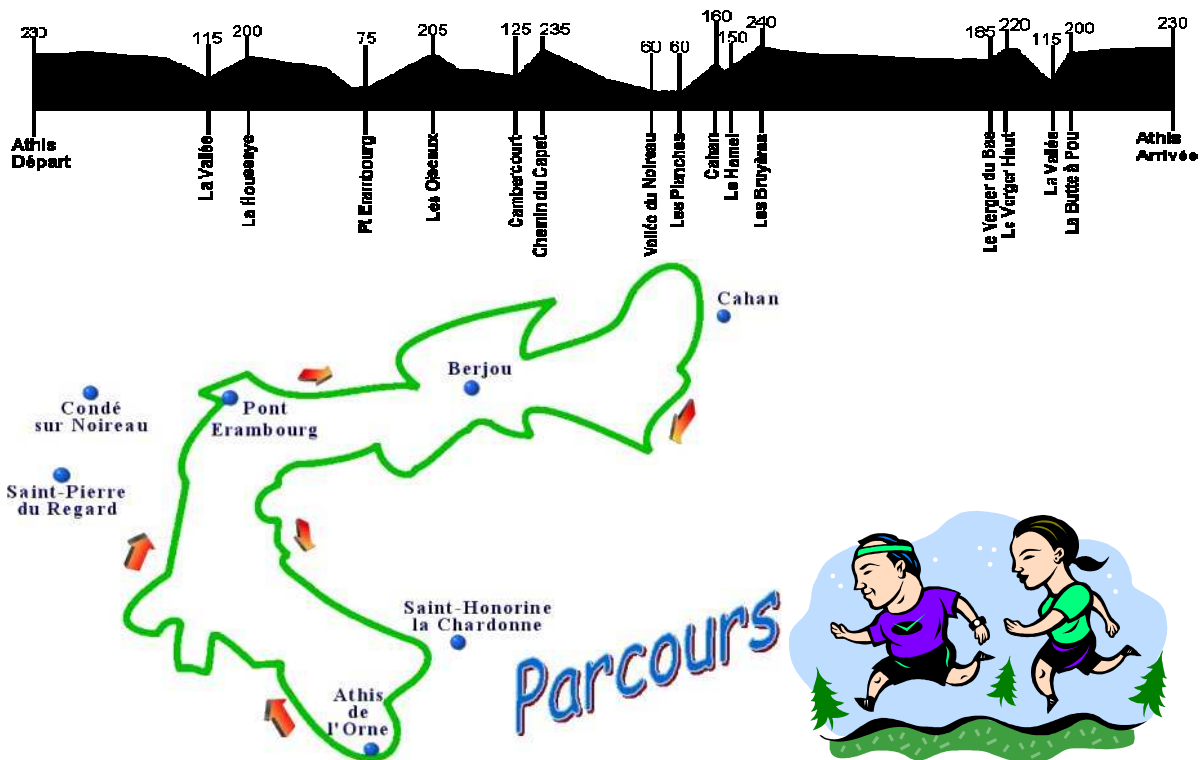
	JUILLET	
Dimanche 4	Meeting d'Argentan	ARGENTAN
Dimanche 4	Interrégionaux jeunes	
Sam 10 & dim 11	Championnats de France de Nationale	Mont de Marsan
Ven 23 → dim 25	Championnats de France Jeunes	

	SEPTEMBRE	
Dimanche 26	Jeux du Perche Triathlon Challenge de l'Orne (EA, po,be,mi)	MORTAGNE

SAISON ESTIVALE 2004 en SARTHE		
Samedi 14 avril	JSC/UAS Epreuves classantes	COULAINES
Vendredi 23 avril	ACMS Epreuves classantes	LE MANS Île aux sport
Vendredi 28 mai	JSA Epreuves classantes	ALLONES
Vendredi 4 juin	ABA Epreuves classantes	SAINT-CALAIS
Samedi 11 septembre	USM Epreuves classantes	LE MANS petit vauroze
Vendredi 17 septembre	ASL 72 soirée classante	LA FLECHE



# Trail de la vallée de la Vère



## BULLETIN D'INSCRIPTION

à transmettre à : **C.D. BOCAGE**  
**Mr NEVOUX Jacques - La Corbellière**  
**61430 ATHIS DE L'ORNE**

**Impérativement avant le 21 Avril 2004**

Aucun engagement sur place.

NOM : ..... Prénom : .....

Date de naissance :

Sexe :  M  F Tél. (obligatoire) : .....

Adresse complète : .....

Code Postal : .....

Ville : .....

Club : .....

• **Pour les coureurs : obligatoire : photocopie du certificat médical (moins d'1 an) contresigné par le concurrent, ou photocopie d'une licence sportive en cours de validité. (sans ce document l'engagement ne sera pas pris en compte)**

<input type="checkbox"/> Marche >>> 20 Km - 12 ans 3 € • + 12 ans 6 €	X..... = .....	€
<input type="checkbox"/> Trail >>> 30 Km	.....10 € X..... = .....	€
<input type="checkbox"/> Repas avant efforts (10 h - 12 h)	..... 3,5 € X..... = .....	€
<input type="checkbox"/> Repas à partir de 18 h 00	..... 8 € X..... = .....	€
<input type="checkbox"/> Accompagnateurs	..... TOTAL..... 8 € X..... = .....	€
<b>TOTAL</b>		

• Chèque à l'ordre de CD Bocage

• 1 bulletin par participant; (Photocopies acceptées).



le trail de la Vère (difficulté 2) aura lieu le 2 mai 2004 à Athis-de-l'Orne.

Rappel : Le niveau de difficulté des trails est noté de 1 à 5.

On distingue quatre types de trail :

- le trail court : moins de 45 km
- le trail moyenne distance : entre 45 et 65 km pour un dénivelé positif de 1 500 m à 3 000 m
- le trail long : plus de 70 km
- le trail par étapes

Coordonnées du rédacteur :

Philippe Peccate  
 24 rue du Chant des Oiseaux  
 61250 DAMIGNY

☎ 06 08 03 70 04

✉ [philpeccate@aol.com](mailto:philpeccate@aol.com)

**N'oubliez pas de communiquer au rédacteur vos résultats pour insertion dans le bulletin**

✉ **A3 ALENÇON**  
 BP 162  
 61005 ALENÇON CEDEX

---

# ENGAGEMENTS

---

## INSCRIPTIONS ou ENGAGEMENTS

### Aux compétitions HORS STADE

Quelle solution adopter afin de faciliter la tâche de chacun lors des engagements aux diverses courses sur route payantes dites « HORS STADE » y compris les compétitions officielles et qualificatives ?

Compte tenu des exigences de la réglementation imposée par la Fédération et des difficultés pour obtenir auprès des Athlètes les documents nécessaires aux inscriptions, deux possibilités s'offrent à vous :

#### Vous fournissez dans les délais requis pour votre inscription :

- la photocopie de votre licence ou d'un certificat médical de moins d'un an
  - la somme correspondant au montant de l'inscription
- au secrétaire du club : Franck JOUATEL  
ou au président : Maurice JOUATEL  
ou au vice-président : Patrick DUGUE  
et pour les Trails : Philippe PECCATE

#### Vous procédez vous-même à votre inscription :

- en remplissant très lisiblement votre engagement ( pour éviter toutes erreurs de saisie informatique )
- sans omettre de joindre les documents cités ci-dessus
- en précisant le nom exact du club : **A3 ALENCON**
- éventuellement, s'il vous est demandé : le N° du club **061012**

à vous de choisir la solution qui vous paraît la plus logique et facile, sachant malgré tout que pour tout **Championnat National**, votre inscription ne peut se faire que **par l'intermédiaire du bureau** pour cause de **saisie sur Internet** ( avec code d'accès )

Dans ce cas, il vous faudra donc signaler impérativement en temps et en heure votre désir de participer à ces divers Championnats Fédéraux ( 10 km, semi-marathon, marathon, 100 km, Ekiden par exemple ).

Nous vous demandons et remercions de communiquer tous vos résultats soit au secrétaire voire au président ( avec le classement justifiant de votre performance pour toutes les compétitions officielles classantes et ou qualificatives ).

Merci de respecter scrupuleusement ces consignes afin de ne pas provoquer votre non-inscription, indépendante de notre volonté, notre principal soucis étant au contraire que tout se déroule dans les meilleures conditions possibles, sans la moindre anomalie.

Dans notre prochain N° de DEPECH'A3, nous aborderons les participations aux frais d'engagement et ou de déplacement pris en charge par votre club.

Votre Président  
Maurice