ALENÇON Dépêch'A3

Bulletin de liaison de l'A3 Alençon n° 2006 / 31

CROSS DE L'A3

Plaine des Sports d'Alençon
organisé par l'***A3 ALENÇON***

Début des épreuves à 11 h 45

- 11h45: benjamin F et G
- 12H00: minimes F
- 12h20: cross court
- 12h40: minimes H et cadettes
- 13h05: cadets
- 13h20: juniors et vétérans hommes
- 14h15: poussins et EAF
- 14h20: cross des familles
- 14h30: juniors, seniors et vétérans femmes
- 15h00: espoirs et seniors hommes

Vincent MACQUART

Patrick PAPOUET

cross d'Allonnes

Photos: Franck Jouatel

Hugo OLIVIER

Antoine GANNNE

William BELLOCHE

Cross d'Allonnes

Il est toujours agréable de mettre à l'honneur les jeunes du club. Ce sont eux qui traduisent la vitalité du club et lui donnent son élan. Cela va non sans travail, sacrifice et courage. C'est pourquoi il faut les féliciter.

Mais nos félicitations doivent aussi se porter, comme l'a justement fait notre président à l'Assemblée Générale de notre club, sur les entraîneurs: Clothilde, Eric, Virginie, Eric et Yoann.

PP

RÉSULTATS

Le Tour des Etangs / CERGY-PONTOISE (95) / 8 octobre 2006
- 10 km -

94 classés

Classement scratch:	🏆 1er	**Eddy CLOUTIER**		en 34 mn 01 s

Tout Rennes court / RENNES (35) / 15 octobre 2006
- 10 km -

3 340 classés

Classement scratch:	822e	**Béatrice JAVAUDIN**	13e SF	en 47 mn 01 s (46' 38)

CROSS UNION SPORTIVE / LE MANS / 5 novembre 2006

Vétérans H - 7 120 m
152 classés

Classement scratch:	110e	**Philippe PECCATE**	30e VH2	en 31 mn 35 s

Femmes toutes catégories - 3 940 m
80 classées

Classement scratch:	31e	**Marie-France JOUATEL**	3e VF2	en 17 mn 54 s

Seniors ESH et H - 9 090 m
92 classés

Classement scratch:	8e	**Reynald CORMIER**	7e SH	en 31 mn 39 s
	13e	**Eddy CLOUTIER**	11e SH	en 32 mn 27 s
	14e	**Mickaël POTTIER**	12e SH	en 32 mn 32 s
	16e	**Bruno LECADRE**	14e SH	en 32 mn 39 s
	63e	**Emmanuel PLANCHAIS**	58e SH	en 37 mn 36 s

☞ 3e par équipe

CROSS INTERNATIONAL DE MONTILLY-SUR-NOIREAU / 11 novembre 2006

Cross court - 5 570 m
99 classés

Classement scratch:	24e	**Jean-Pierre CHAPELLIERE**	16e SH	en 19 mn 33 s

Le trail des 5 moulins / MONDEVILLE (91) / 11 novembre 2006
- 45 km -

208 au départ

Classement scratch:	59e	**Philippe PECCATE**	11e VH2	en 4 h 53 mn 40 s

Les Foulées Briouzaines / BRIOUZE / 19 novembre 2006
- 10 km -

365 classés

Classement scratch:	130e	**Florent DOUVRY**		en 42 mn 02 s 91

CROSS DE VILLERS-BOCAGE / 26 novembre 2006
- 8,5 km -

57 classés

Classement scratch:	16e	**Jean-Pierre CHAPELLIERE**	14e SH

- 4,8 km -

23 classées

Classement scratch:	15e	**Farida FZOUHI**	5e SF

RESULTATS

CROSS d'ALLONNES / 19 novembre 2006

Poussins et Eveil Athlétique masculin - 1 015 m
135 classés

Classement scratch:	3e	**Aymerick DROUILLET**	3e POM	en 3 mn 40 s
	80e	**William BELLOCHE**	58e POM	en 4 mn 39 s
	95e	**Antoine GANNE**	29e EAM	en 4 mn 48 s

Poussines et Eveil Athlétique fille - 1 015 m
137 classées

Classement scratch:	21e	**Enora TRUET**	20e POF	en 4 mn 24 s
	37e	**Ysaline BOUILLY**	35e POF	en 4 mn 33 s

Benjamines - 2 025 m
90 classées

Classement scratch:	21e	**Mathilde BERTRAND**	en 8 mn 37 s
	81e	**Maëlan LECLERC-KEROULLE**	en 10 mn 59 s

Minimes Garçons - 3 035 m
65 classés

Classement scratch:	25e	**Hugo OLIVIER**	en 11 mn 35 s
	38e	**Quentin ALVERDI**	en 12 mn 03 s
	57e	**Vincent MACQUART**	en 12 mn 52 s

Minimes Filles - 2 025 m
47 classés

Classement scratch:	32e	**Jessica DESNOTS**	en 9 mn 04 s

Cadets - 4 025 m
72 classés

Classement scratch:	33e	**Patrick PAPOUET**	en 14 mn 33 s

Cadettes - 2 385 m
49 classées

Classement scratch:	42e	**Laura SCELLIN**	en 10 mn 45 s
	47e	**Ségolène ALVERDI**	en 11 mn 24 s

Ysaline BOUILLY
Photo: Franck Jouatel

AS Hommes - 9 375 m
142 classés

Classement scratch:	82e	**Bruno LECADRE**	59e SH	en 32 mn 14 s
	92e	**Mickaël POTTIER**	66e SH	en 32 mn 56 s
	132e	**Emmanuel PLANCHAIS**	97e SH	en 37 mn 39 s

Vétérans Hommes - 6 385 m
166 classés

Classement scratch:	45e	**Bruno DELENTE**	42e VH1	en 24 mn 00 s
	75e	**Bruno DUPRE**	62e VH1	en 24 mn 56 s

AS Femmes- 4 025 m
149 classées

Classement scratch:	119e	**Marie-France JOUATEL**	3e VF2	en 17 mn 52 s
	121e	**Anita TREGARO**	15e VF1	en 17 mn 57 s
	123e	**Mariline BENESTON**	4e VF2	en 18 mn 03 s

RESULTATS

TRIATHLON d'AUBE - 18 novembre 2006						
Minimes Filles		50 m	longueur	Poids 3 kg	points	place
	Hélène RICOUP	7 '' 9	3 m 84	6 m 24	45	1ère
	Ophélie CHAMBERS	8'' 1	3 m 47	6 m 61	39	2e
EAM Garçons		50 m	longueur	Médecine-ball	points	place
	Malo MORICE-MORAND	10'' 3	1 m 95	3 m 36	23	7e
Poussins		50 m	longueur	Médecine-ball	points	place
	Aymerick DROUILLET	8'' 8	2 m 94	4 m 48	49	5e
	Mathieu MORICE-MORAND	8'' 9	2 m 55	3 m 72	41	10e
Benjamins		50 m	longueur	Poids 3 kg	points	place
	Rémi HERNANDEZ	8'' 5	3 m 44	5 m 82	29	3e
	Nathanaël GUESDON	8'' 5	3 m 29	5 m 12	25	5e
	Edouard GRISLAIN	8'' 9	2 m 98	3 m 88	18	8e
Minimes garçons		50 m	longueur	Poids 4 kg	points	place
	William BETIS	6'' 8	4 m 58	7 m 10	49	2e

CROSS de COUTANCES / 19 novembre 2006

9 350 m
Classement scratch: 18e **Reynald CORMIER** en 32 mn 45 s

MARATHON DE LA ROCHELLE / 26 novembre 2006

8 090 inscrits
Classement scratch: 1571e **Thierry JACQUET** 221e VH2 en 3 h 28 mn 37 s (3 h 27 mn 01 s)
2017e **Allain LEBOSSE** 295e VH2 en 3 h 35 mn 15 s (3 h 33 mn 35 s)

Photo: Dominique Seugé/NCAP

Farida FZOUHI
Cross de Villers-Bocage

Photo: Franck Jouatel

Maëlan LECLERC-KEROULLE
Cross d'Allonnes

Photo: Béatrice Dudragne

Allain LEBOSSE
Marathon de la Rochelle

Les Coureurs Célestes

« La Belgique, plat pays montagneux »

« Un jour du nouveau millénaire, un journal local les a surnommé les «Clochards Célestes», en référence à un ouvrage de Jack Kerouac. Eux ont préféré remplacer «Clochards» par «Coureurs». La joyeuse association informelle voire anarchique, des Coureurs Célestes (Belgique) est née et bien décidée à montrer que le «plat pays» recèle largement de quoi faire frémir les mollets des coureurs d'ultra les plus costauds. Le dimanche 8 juin 2003, elle a organisé l'une de ces courses dont elle a le secret: le Trail du Pays de Herve. Cent quatre kilomètres et la quatrième course organisée par ces «fous de nature» qui regardent la forêt ardennaise avec l'âme du papillon qui butine ses premières fleurs.

Tout a commencé aux alentours de 1993, quelque part sur les sentiers de leur forêt magique. Alain Charlier et Jean-Marc Decelle, marqués comme beaucoup d'autres par le mythique livre de Tom Mc Nab, *La Grande Course de Flanagan* (qui raconte une traversée des Etats-Unis pendant la grande crise des années 1920), ont imaginé *La Grande Course*. Bien sûr, il ne s'agit pas alors de traverser les Etats-Unis, ni même l'Europe... ni même la Belgique, mais d'emprunter un long sentier balisé de 49 km, aller et retour sur deux jours. Tous les deux ans en septembre, de plus en plus de coureurs se rassemblent un week-end pour ces presque 100 km "*de bois et de prés, de côtes et de descentes, de villages verts et sincères*". Entre les deux étapes, un bivouac, "*dans une prairie perdue au fond d'un vallon ardennais*".

Plus qu'une course, c'est un véritable esprit que les Coureurs Célestes veulent exporter hors de leurs frontières. Le principe est simple: "*Coureurs, venez chez nous, tout est offert*". Gîte, couvert, inscription à la course, feu de camp et sourire en prime, ils se réclament de l'esprit Spiridon, en référence à cette revue Suisse qui a été en son temps le véritable moteur de la course hors-stade en Europe. »

Extrait de Ultrafondus 2003

Si vous vous allez à la rencontre de ces coureurs hors du commun, voici leur site:

http://users.skynet.be/lescoureurscelestes/

Les coureurs célestes, un groupement d'amis, amoureux des sports NATURE outdoor (trails, raids, trekking, ski de fond, CAP, CO, VTT et VTT-O)

MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

à compter du 18 novembre 2006

Henri Blaise-Martin
Jean-Claude Brodin
Eddy Cloutier
Claude Croisé
Bruno Delente
Patrick Dugué
Bruno Dupré
Eric Foulon
Didier Guesdon
Béatrice Javaudin
Franck Jouatel
Maurice Jouatel
Olivier Morice-Morand
Eric Olivier
Philippe Peccate

Composition du bureau

POSTES	*Prénom Nom*
Président	*Maurice JOUATEL*
Vice-Président Relations Presse	*Patrick DUGUE*
Secrétaire Principal	*Franck JOUATEL*
Trésorier Principal	*Jean-Claude BRODIN*
Secrétaire Adjoint	*Didier GUESDON*
Secrétaire Adjoint Trail et DEPECH'A3	*Philippe PECCATE*
Trésorier Adjoint	*Olivier MORICE-MORAND*
Membre	*Henri BLAISE-MARTIN*
Membre	*Bruno DELENTE*

MOTS DU PRESIDENT

1er point :

Une précision qui s'impose, à l'attention des membres de l'association qui, pour des raisons personnelles ou indépendantes de leur volonté, n'ont pu assister à l'Assemblée Générale de l'A3.Alençon, le 18 novembre dernier, et rappel aux personnes présentes, cela fait plus de trente années que je participe, d'abord occasionnellement, à la bonne vie, en premier lieu, du C.S.A, puis à plein temps à l'Association Athlétique Alençonnaise, fondée le 18 novembre 1992, devenue, afin d'éviter toutes confusions avec un club sarthois et pour une prononciation et une sonorité plus agréable : l'A3.Alençon.

Cependant, quand cette participation empiète beaucoup trop sur la vie familiale, sur la partie réservée aux travaux personnels, voir même aux loisirs, je pense qu'il est temps qu'un renfort certain vienne palier à une inéluctable lassitude qui, au fil des années, pourrait se transformer en découragement…..

Si j'ai toujours été volontaire et si j'ai donné de mon temps afin que l'A3.Alençon perdure, il n'en est pas moins vrai qu'avec plus de bonnes volontés, cette tâche très prenante pourrait un temps soi peu devenir plus abordable et moins contraignante……. par avance, merci de votre éventuelle compréhension, puis aux futures bonnes volontés qui ,j'ose l'espérer, ne manqueront pas de se signaler !!!!!

2ème point :

RAPPEL, qui a son importance et fait suite aux précisions apportées dans la note parue au Dépech'A3 de septembre (INFOS – renseignements utiles) et qui était également jointe aux dossiers d'inscription jeunes

- à l'intention des parents qui ne l'auraient pas eue ou lu, afin d'éviter tous déplacements inutiles, **il n'y a pas d'entraînement** pour les catégories : éveil athlétique, poussines, poussins, benjamines, benjamins et minimes, **les jours fériés**, pendant **les congés scolaires**, ainsi que **les jours de compétitions** (triathlons et autres)

Seule exception éventuelle à l'intention des benjamines, benjamins et minimes confirmés qui, lorsqu'ils ne participent pas à ces compétitions, ont la possibilité de se joindre au groupe des cadettes, cadets et juniors si ces athlètes ont effectivement une séance d'entraînement encadrée par un éducateur.

3ème point :

Je vous confirme, si toutefois vous n'avez pas eu cette information, que pour la seconde année consécutive et donc depuis le début de cette nouvelle saison 2006/2007, notre accord de partenariat avec le magasin ATHLE RUNNING a été reconduit dans les mêmes termes, et pour une réduction de 15% (voir plus sur certaines marques et à certaines occasions) à l'encontre de tous les licenciés de l'A3.Alençon.

Cette enseigne se situe au 7 de la rue Nationale au MANS, et Stéphane saura vous conseiller au mieux.

De plus, celui-ci sera présent, avec un stand de présentation, le dimanche 17 décembre 2006, lors du Cross de l'A3.Alençon.

Si vous avez des besoins particuliers, n'hésitez pas à le contacter dès maintenant car s'il ne peut apporter tout le stock en magasin, il pourra au moins vous présenter plusieurs modèles en rapport à la demande que vous lui aurez formulée en temps utile, alors n'hésitez pas.

Le magasin est fermé le lundi, pour tous contacts, demandez Stéphane au 02.43.27.48.77 ou 06.68.87.67.96

4ème point :

La municipalité d'Alençon a sollicité l'ensemble des associations et donc l'A3.Alençon pour une participation au TELETHON.

Il s'agit de courir sur un tapis roulant afin que celui-ci soit en action le vendredi 8 décembre de 19 h 00 à 23 h 45 et le samedi 9 décembre de 9 h 00 à 19 h 00 et ce, dans la salle des spectacles de la Halle aux Toiles.

Il est difficile de ne pas répondre à cette sollicitation afin d'éviter un mauvais point lors des attributions de subventions, c'est pourquoi, j'ai retenu pour l'A3.Alençon, la tranche d'horaire du samedi, de 9 h 00 à 10 h 00 en espérant avoir une petite dizaine d'athlètes, la participation demandée étant de 1 € la minute (à la charge du participant ou éventuellement du club)

Merci de me contacter au 06.23.43.80.95 ou Franck au 02.33.27.11.02 ou 06.29.57.50.37

5ème point :

Nous souhaitons un maximum de participant de l'A3.Alençon à notre Cross du 17 décembre 2006 à la Plaine des Sports.

Que vous ayez des aptitudes pour le demi-fond et le cross ou même si ce n'est pas votre discipline de prédilection, l'essentiel n'est-il pas de participer.

Nous espérons donc vous voir très nombreux à notre organisation, afin de bien montrer les couleurs jaune et noire de votre club

Merci de votre attention et surtout compréhension.

INFOS

Réunion du bureau du 6 novembre 2006

Présents: Maurice JOUATEL, Patrick DUGUE, Franck JOUATEL, Philippe PECCATE, Olivier MORICE-MORAND, Henri BLAISE-MARTIN
Excusé: Didier GUESDON

➢ Un courrier a été adressé à la ville d'Alençon pour relater les disfonctionnements à la Plaine des Sports, concernant le vandalisme, les vestiaires et l'éclairage.

➢Examen fédéral du jury officiel le 25 mars 2007 à Granville; candidature à adresser au plus tard le 25 janvier 2007.

➢Demande de matériel à la ville d'Alençon: barres d'étirement et barres d'assouplissement.

➢A ce jour, le club compte 78 licenciés avec un dossier complet, et 7 dossiers sont en cours.

➢Mise à jour des adresses ***internet*** des licenciés.

➢Eric Olivier a participé à l'Assemblée Générale de la Ligue de Basse-Normandie qui se tenait à Avranches le 20 octobre 2006. Rapport d'activités.

➢Réunion du conseil d'Administration du Groupement des disciplines sportives de la Communauté Urbaine du 10 octobre 2006. Maurice Jouatel et Patrick Dugué étaient invités pour l'arbitrage et la validation des propositions à la DDJS des demandes de subventions 2006.

La subvention allouée pour le Groupement en 2006 s'élève à 76 0000 € : 73 000 € pour les clubs (seize disciplines) et 3 200 € pour le Groupement. L'attribution de la subvention à chaque club se fait selon deux critères:

- le premier sur l'aspect quantitatif et qualitatif
- le second sur la notion de projet de la discipline

Pour l'année 2006, nous avions demandé 2 500 €, le Groupement nous a alloué 2 290 €. Nous rappelons les dotations: 2004, 1 420€; 2005, 1 890€; 2006, 2 290€. La subvention de l'A3 augmente d'année en année alors que la subvention globale du Groupement reste inchangée, cela est la preuve que l'A3 présente un bon projet!

➢La ville d'Alençon vient de faire l'acquisition d'un logiciel pour la réservation des stades et des gymnases. Il est en essai en ***intranet***.
Une convention de mise à disposition des minibus, des stades et des gymnases va nous être adressée après mise à jour, pour signature.

➢Derniers préparatifs pour l'assemblée générale de l'A3 du samedi 18 novembre 2006 qui se tiendra à la salle de l'Equipement, rue Lazare Carnot (ZI Nord). Le programme est arrêté de la manière suivante:

- Rapport moral et d'activités
- Rapport financier
- Elections au Conseil d'Administration
- Questions diverses

L'Assemblée se terminera, pour ceux qui le souhaitent, par un repas (excellent moment de convivialité!). Une projection de photos de la saison passée est prévue.

➢Téléthon 2006 du vendredi 8 décembre au dimanche 10 décembre 2006: il sera organisé à la Halle aux Toiles. Le challenge consistera à courir la durée du Téléthon sur un tapis roulant, les modalités restant à définir.

➢La remise des récompenses 2006 par l'Office Municipal des Sports (OMS) se déroulera le vendredi 1er décembre 2006 à 19 h à la Halle aux Toiles, salle des spectacles.

➢Lecture est faite des différents courriers par le Président

☞ ***Prochaine réunion le lundi 4 décembre 2006 à la chambre d'appel de la Plaine des Sports.***

INFOS

CALENDRIER REGION 2007

Les webmasters, euh….. les responsables de sites font vraiment du bon boulot. Vous trouverez sur le site de **normandiecourseapied.com** de Wilhelm Roussin toutes les courses de Haute et Basse-Normandie et sur celui de **passion-photographique-sportive.com** de François Bellanger toutes les courses de la Sarthe.

100 km

Le Championnat de France des 100 km se déroulera le **samedi 19 mai 2007** à Chavagnes-en-Paillers (85). Le parcours se compose de 4 boucles de 25 km, avec le dénivelé incroyable de 18 m !!
www.100kmdevendee.com

ULTRA-MARIN

Le raid du Golfe du Morbihan prend le nom d'Ultra-Marin. Il se déroulera le 29, 30 juin et le 1er juillet 2007. Outre le raid de 175 km et le semi de 83 km, un relais sera proposé. Les inscriptions seront ouvertes à partir du 2 janvier 2007.
www.raid-golfe-morbihan.org.

CALENDRIERS BIS

Pour tous ceux qui recherchent le bon renseignement sur une course en France et ailleurs, pour bien préparer sa saison, deux incontournables:

- le numéro spécial de **Jogging international** qui propose le calendrier de toutes les courses sur routes et trails 2007 en France, en Belgique et en Suisse, plus les plus grands marathons du monde
à paraître en janvier.

- **Endurance Book 2007** avec les raids multi-activités, les raids et courses orientation et 650 trails -
à paraître en janvier 2007

NEIGE TOTALE

Ça se passe à Font-Romeu, le dimanche 21 janvier 2007. Trois distances de trail, 11, 23 et 51 km sont proposées aux amateurs de course dans la neige totale. Le départ a lieu à 8h du lycée climatique de Font-Romeu. Le repas d'après course est offert. L'inscription est de 25 € (11 et 23 km) ou 30 € (51 km). Clôture des inscriptions le 12 janvier.
www.trailblanch-fontromeu.org.

Dessin: P Peccate

SAISON 2005-2006

Je vous propose le montage photos de la saison 2005-2006 des coureurs de l'A3 que j'ai réalisé et qui a été projeté à l'issue de notre assemblée générale. Pour obtenir le DVD, il suffit que vous m'en fassiez la demande soit par tel soit par courriel et me fournir un DVD vierge.

Le rédacteur

A3 ALENÇON
BP162
61005 ALENÇON CEDEX **www.a3alencon.com**

Coordonnées du rédacteur: **Philippe Peccate** **24 rue du Chant des Oiseaux 61250 Damigny**
06 08 03 70 04 **philpeccate@aol.com**