Dépêch'A3

*Bulletin de liaison de l'**A3 Alençon*** n° 2005 / 11

LE MOT DU SECRÉTAIRE

Samedi 12 janvier avait lieu notre Assemblée Générale.

Cet événement est censé être un moment privilégié dans la vie d'un club. C'est, en effet, l'occasion de se rassembler, de renforcer les liens entre les licenciés ou encore de faire part de ses opinions sur divers sujets concernant la vie de l'A3 ALENÇON.

Mais c'est aussi pour tous les bénévoles qui oeuvrent durant toute l'année, l'occasion d'être remerciés de leur travail par la présence des adhérents à cette soirée, 88 licenciés au 31/12/04 représentent une lourde charge.

Bien sûr, je conçois qu'il ne doit pas être évident pour tout le monde d'être présent ce soir-là - Les pouvoirs joints à votre convocation sont d'ailleurs prévus pour cela - mais il est regrettable que si peu de personnes aient été présentes ce samedi.

On pouvait compter autant de bénévoles du cross que de licenciés (23 licenciés seulement en comptant les membres du bureau et 29 bénévoles et invités), ce n'est pas très motivant pour ceux qui s'investissent et cela explique certainement la grande difficulté pour beaucoup d'associations à survivre, faute de bonnes volontés.

Comme je l'ai dit samedi, je remercie les quelques présents et, bien que déçu, je resterai quand même motivé pour me mettre à votre service.

Je profite de l'occasion pour souhaiter à ceux que je n'ai pas encore vus une bonne et heureuse année 2005 ainsi qu'à leurs proches.

Bonne saison à tous et à bientôt.

FRANCK

Composition du bureau de l'A3

Poste	Prénom	Nom
Président	**Maurice**	**JOUATEL**
Vice-Président relation avec la presse	**Patrick**	**DUGUE**
Secrétaire principal	**Franck**	**JOUATEL**
Trésorier principal	**Jean-Claude**	**BRODIN**
Secrétaire adjoint EA et Jeunes	**Denis**	**ALVERDI**
Secrétaire Adjoint Trail et Dépêch'3	**Philippe**	**PECCATE**
Trésorier adjoint	**Olivier**	**MORICE-MORAND**
Membres	**Henri**	**BLAISE-MARTIN**
	Frédéric	**DESIERREY**

Quelques adresses pour s'équiper:

Athle running, 7 rue nationale 72000 LE MANS
☎ 02 43 27 48 77 athlerunning72@aol.com
Animateur: Romain

Athle running, 5 rue de Falaise 14000 CAEN*
☎ 02 31 83 30 36 athlerunning14@aol.com
Animateur: Hervé
**nouvelle adresse à compter du 22 février 2005*

Endurance Shop, 27 boulevard Emile Zola
72000 LE MANS
☎ 02 43 24 05 89

SCORE, 9 avenue du 6 juin 14000 CAEN
☎ 02 31 86 11 49

La boutique Marathon, 26 rue Léon Jost 75007 PARIS
☎01 42 27 48 18

RESULTATS

OUEST-FRANCE - Le Mans 15 et 16 janvier 2005

10 km (2 204 classés)

classement scratch:	21e	**Florian LEBON**, 16e ESH en 34’20
	46e	**Stéphane JOUATEL,** 34e SH en 36’07’’
	68e	**Jean-Pierre CHAPELLIERE,**47e SH en 36’41

20 km (781 classés)

classement scratch:	37e	**Patrick PARIS**, 17e VH1 en 1 h 15’ 37’’

Cross court 3,4 km (125 classés)

Classement scratch :	11e	**Frédéric DESEIRREY,** 11e SH en 10’32
	15e	**Franck JOUATEL,**15e SH en 10’42
	21e	**Mickaël POTTIER,** 21e SH en 11’11
	24e	**Bruneau OLIVIER,** 23e SH en 11’16
	28e	**Stéphane JOUATEL,** 27e SH en 11’28
	29e	**Eddy CLOUTIER,** 28e SH en 11’31
	30e	**Jean-Pierre CHAPELLIERE,** 29e SH en 11’43
	44e	**Ludovic AMION,** 40e SH en 12’32
	68e	**Valérie BELLANGER,** 11e SF en 14’17

☛**A3** : 2e par équipe

CROSS VF - 3,4 km (46 classées)

Classement scratch :	5e	**Chantal LETOURNEAU**, 3e VF1 en 12’57

Cross VH2, VH3 - 6,4 km (44 classés)

Classement scratch:	23e	**Philippe PECCATE,** 19e VH2 en 26’48’’

Cross Junior, Senior H et VH1 - 6,4 km (130 classés)

Classement scratch:	12e	**Gil VERDU,** 3e VH1 en 21’13
	50e	**Ludovic ARTUS,** 17e SH en 22’50
	89e	**François CAILLY,** 41e VH1 en 24’39

Poussins et école d’athlétisme (226 classés)

Classement scratch :	33e	**Mathilde BERTRAND,** 8e PF en 8’37’’

TRIATHLON DE MORTAGNE - 22 janvier 2005

Catégories	nom	longueur	poids *2 kgs*	30m	total	classement
Benjamines	**Marion RAGOT**	3m30	6m21	5”3	43 pts	3e
	Marie-Aude PIROT	3m40	6m44	5”6	40 pts	5e
	Hélène RICOUP	3m19	5m56	5”5	35 pts	6e
	Ophélie CHAMBERS	3m18	4m79	5“7	28 pts	9e
	Hortense BEDAT	2m85	5m53	5“9	25 pts	11e
Minimes filles	*3 kgs*					
	Mathilde BEDAT	3m75	7m03	5”3	39 pts	🏆 1ère
Poussins filles	*2 kgs*					
	Anne-Lise PIROT	2m80	4m60	6”7	31 pts	2e
	Julie BONVILAIN	2m26	4m05	6”0	28 pts	4e
	Pauline DEROUET	2m44	3m85	6“2	27 pts	5e
Benjamins	*3 kgs*					
	Hugo OLIVIER	3m54	5m42	5”5	25 pts	6e
Ecole d’Athlétisme	*MédecineBall*					
	Maxime BREUX	2m10	8m05	5”8	42 pts	4e
	Aymerick DROUILLET	2m44	7m25	5“9	42 pts	4e
	Vivien VASEUX	2m27	6m31	6“7	32 pts	7e
	Corentin BAILLY	1m75	3m39	7”1	6 pts	15e
Minimes garçons	*4kgs*					
	Vincent AUPY	4m11	7m22	5”0	33 pts	3e
	Bastien THUAULT	3m80	6m09	5”1	26 pts	7e
Poussins garçons	*2 kgs*					
	Simon FOULON	3m08	7m24	5”4	56 pts	2e
	Valentin RADET	3m44	4m79	5“5	50 pts	4e
	Emmanuel CAMUS	3m16	6m42	5”8	48 pts	7e
	Nathanël GUESDON	3m05	4m88	5”8	41 pts	11e

DEPARTEMENTAUX CROSS FFA de la MAYENNE – Cossé-le-Vivien – 9 janvier 2005

8 900 m : 17e **Reynald CORMIER** en 32’30

Rappel

Championnats du monde de Cross

19 et 20 mars 2005

à

SAINT-GALMIER (42)

Reynald CORMIER Cross A3
décembre 2004 – Photo OH

RESULTATS

REGIONAUX de CROSS-COUNTRY à ARGENTAN le 31 janvier 2005

	Classés	Dist	Prénom NOM	Place	Place catégorie	Temps	Observations
VH	211	8300 m					
			Gil VERDU	8		29'28''	Equipe classée 4ème
			Michel BLIN	12		30'10''	
			Serge DESIERREY	34		31'18''	☞ Les 7 coureurs qualifiés à la ½ finale du Championnat de France
			Patrick DUGUE	39		31'39''	
			Patrick PARIS	47		31'56''	
			Patrice LAKAS	55		32'13''	
			Jean-Claude BRODIN	166		36'59''	
BF	45	2110 m					
			Ophélie CHAMBERS	36		9'10''	Pas de qualif en BF
BH	45	2110 m					
			Quentin ALVERDI	29		7'54''	Pas de qualif en BH
			Hugo OLIVIER	37		8'06''	Idem
MF	42	2600 m					
			Ségolène ALVERDI	13		11'27''	Pas de qualif en MF
			Laura SCELIN	29		13'16''	Idem
MH	64	3050 m					
			Antoine AILLARD	45		12'24''	Pas de qualif en MH
	83	3500 m	Cross Court Hommes				
			Ludovic ARTUS	43		10'14''	Qualifié individuel
			Olivier BRUNEAU	51		10'22''	Qualifié individuel
			Denis ALVERDI	73		11'14''	☞ 17ème équipe
	82	4980 m	Cross Long Femmes				
			Chantal LETOURNEAU	29	10ème VF	22'27''	Qualifiée individuelle
			Françoise ACCIARI	74	37ème VF	26'44''	
	114	9020 m	Cross Long Hommes				
			Frédéric DESIERREY	23	22ème SH	31'52''	Equipe classée 6ème
			Franck JOUATEL	31	30ème SH	32'16''	
			Reynald CORMIER	37	2ème ESH	32'38''	☞ Les 6 coureurs qualifiés à la ½ finale du Championnat de France
			Florian LEBON	40	3ème ESH	32'43''	
			Stéphane JOUATEL	44	41ème SH	33'01''	
			Eddy CLOUTIER	46	43ème SH	33'08''	
			Mickaël POTTIER	58		34'16''	Qualifié individuel
			J-Pierre CHAPELLIERE	63		34'35''	Qualifié individuel

☞ 18 coureurs qualifiés
à la demi-finale du Championnat de France de Cross-Country

INFORMATIONS

Composition du conseil d'administration de l'A3 ALENÇON
à compter du 22 janvier 2005

Denis	ALVERDI	Franck	JOUATEL
Henri	BLAISE-MARTIN	Maurice	JOUATEL
Jean-Claude	BRODIN	Stéphane	JOUATEL
Eddy	CLOUTIER	Olivier	MORICE-MORAND
Claude	CROISE	Eric	OLIVIER
Frédéric	DESIERREY	Philippe	PECCATE
Patrick	DUGUE	Michel	QUESNE
Eric	FOULON		

Course *coup de cœur*

LES FOULÉES DES SABLES

Dimanche 17 avril 2005 à CABOURG (14)

La distance à parcourir est de 12 kms. Le départ a lieu derrière le *Grand Hôtel* de Cabourg à 10 h 30. L'inscription est de 6 € avant le 5 avril, de 8 € après et 10 € le jour de la course.

Cette course se déroulera en grande partie sur la plage.

Un t-shirt sera remis à chaque participant, primes importantes aux coureurs classés (scratch et féminines) et tombola gratuite à la fin de la course.

Tous les bénéfices de la course seront remis à l'association RÊVE D'UN SOIR, association qui permet de réaliser les rêves d'enfants malades.

Contact :
Mairie de Cabourg
Avenue de la Mer
14390 CABOURG
✆ 02 31 28 88 88
busquetthomas@aol.com

Vous voulez connaître votre vitesse à la Plaine des Sports sur le circuit de 2 550 m (circuit habituel)

VOICI LES TEMPS DE PASSAGE AU TOUR

10 km/h	10,5 km/h	11km/h	11,5 km/h	12 km/h	12,5 km/h	13 km/h	13,5 km/h	14 km/h
15'08	14'34	13'54	13'18	12'45	12'14	11'46	11'20	10'55
14,5 km/h	**15 km/h**	**15,5 km/h**	**16 km/h**	**16,5 km/h**	**17 km/h**	**17,5 km/h**	**18 kmh**	**18,5 km/h**
10'33	10'12	9'52	9'33	9'16	9'00	8'44	8'30	8'

Une idée comme ça !

Vous voulez vous équiper à bon prix dans les meilleurs magasins ?
Pourquoi ne pas organiser un transport en car pour les membres de l'A3 et leur famille à destination de Paris pour profiter des soldes des magasins de sport comme **La boutique Marathon** ou **le Vieux Campeur** ? Avec une participation à définir, cela pourrait se faire au moment des soldes, un samedi de juillet ou de janvier prochain ? DONNEZ VOTRE AVIS !

TRIATHLON JEUNES

samedi 5 février 2005

HALLE AUX SPORTS de PERSEIGNE

CATEGORIES : Ecole d'Athlétisme à Minimes

OUVERT à tous, licenciés ou non licenciés

PRECISION: comme pour le Cross d'Alençon à la Plaine des Sports de Perseigne, route du Mans, prendre à gauche au feu du Lycée Marguerite de Navarre, mais en face du C.F.A, ne pas continuer vers vélodrome ou piste d'Athlétisme, mais prendre sur la gauche, la salle se trouve alors face à vous, à environ 150 m.

14 H 00 = début inscriptions des participants

= mise en place des jurys

Horaires	EA.F	EA.G	P.F	P.G	B.F	B.G	M.F	M.G
14 H 30	30 m	Long	30 m	Long		Poids 3 kg		Haut
14 H 45					30 m		30 m	
15 H 00	M.B 1 kg		M.B 1 kg			Long		Long
15 H 15		30 m		30 m	Poids 2 kg		Poids 3 kg	
15 H 30	Long		Long			30 m	Haut	Poids 4 kg
15 H 45					l			
16 H 00		M.B 1 kg		M.B 1 kg	Long		Long	30 m
16 h 30	REMISE des RECOMPENSES							

Contact: **Franck JOUATEL** 06.70.42.75.96 ou 02.33.27.11.02
f.jouatel@tiscali.fr

Maurice JOUATEL 06.89.62.42.70
maurice.jouatel@cegetel.net

A3 ALENÇON
BP 162
61005 ALENÇON CEDEX

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