



# Dépêche A3

Bulletin de liaison mensuel de l'A3 Alençon

N° 102 / février 2013

## Régionaux et Régionaux

Lors de l'Assemblée générale du club le vendredi 26 octobre 2012, il avait été défini les objectifs pour l'année sportive à venir qui se déclinaient sur trois axes: les enjeux, les actions et la ligne de conduite.

Dans les enjeux, il était noté: susciter la participation du plus grand nombre aux différents championnats et encourager la performance à un plus haut niveau.

Dans les actions, entre autres, le club s'engageait à prendre en charge les stages de perfectionnement, à assurer la formation de jurys et d'entraîneurs et proposait un calendrier de compétitions.

La ligne de conduite, elle, définissait la structuration des entraînements et la définition d'objectifs sportifs individuels et collectifs.

A mi-parcours de l'année, alors que les grands rendez-vous régionaux et interrégionaux arrivent, force est de constater un grand déséquilibre en ce qui concerne la participation des athlètes aux championnats. Si les championnats de cross font pratiquement le plein, ceux concernant la piste indoor restent délaissés, notamment chez les jeunes, alors que le club a rempli ses objectifs: formation de jurys, stages de perfectionnement, entraînements spécifiques, calendrier défini. Il appartient donc aux athlètes concernés de remplir leur contrat moral vis à vis du club. Certes la pratique d'un sport plaisir est une valeur importante mais l'implica-



Alix LEMASSON au cross départemental de Falaise  
Elle sera au rendez-vous des régionaux de St-Lô!

tion dans la vie du club et la participation aux championnats inscrits au calendrier demeurent également des valeurs essentielles pour le club.

Concernant les championnats piste, deux grands rendez-vous sont au calendrier, les régionaux indoor à Mondeville les 9 et 10 février, le championnat départemental benjamins/ minimes indoor le 23 février à Mondeville. Le club se doit d'être également présents à ces rencontres sportives. Il y va de sa crédibilité.

Il est peut-être également utile de rappeler que les interclubs de mai sont un des objectifs majeurs pour l'A3.

Le club s'est renforcé dans ses effectifs, une dynamique est en action, elle doit se poursuivre dans les différentes directions définies.

Aux athlètes de s'engager dans tous les sens du terme.

PP



## Corrida d'ARNAGE - dimanche 30 décembre 2012 (63 km)

- 5 km -

235 classés  
45<sup>e</sup> **Céline LEGALLAIS** 8<sup>e</sup> SEF en 22 mn 01 s

- 10 km -

725 classés  
32<sup>e</sup> **Didier DARCEL** 10<sup>e</sup> V1M en 35 mn 24 s  
126<sup>e</sup> **Guillaume MATHIEU** 75<sup>e</sup> SEM en 39 mn 02 z

## Cross de MONTMIRAIL - dimanche 6 janvier 2013 (77 km)

☞ Départementaux cross 72, les cadets ont couru hors classement officiel

Cadets - 29 classés / 3 910 m:

2<sup>e</sup> **Simon GANNE** en 12 mn 34 s  
4<sup>e</sup> **Basile LEDUQUE** en 12 mn 55 s  
7<sup>e</sup> **Guillaume THIBAUDEAU** en 13 mn 19 s  
14<sup>e</sup> **Pierre BADIER** en 14 mn 15 s  
20<sup>e</sup> **Elias AYACHI** en 15 mn 05 s

## 20 km Ouest-France / LE MANS - samedi 12 janvier 2013 (54 km)

1 028 classés:

13<sup>e</sup> **Frédéric DUBOIS** 11<sup>e</sup> SEM en 1 h 13 mn 20 s

## Cross Ouest-France / LE MANS - dimanche 13 janvier 2013 (54 km)

Cadets/ cadettes - 47 classés / 3 600 m

5<sup>e</sup> **Aymerick DROUILLET** 5<sup>e</sup> CAM en 13 mn 13 s  
12<sup>e</sup> **Benoît HUETTE** 11<sup>e</sup> CAM en 13 mn 50 s  
44<sup>e</sup> **Joséphine DRION** 16<sup>e</sup> CAF en 18 mn 34 s

Minimes et autres catégories - 50 classés / 3 600 m

6<sup>e</sup> **Alexandre PLET** 6<sup>e</sup> MIM en 13 mn 17 s  
14<sup>e</sup> **Romaric LARUE** 13<sup>e</sup> MIM en 14 mn 07 s

Prix Région Pays de la Loire - 156 classés / 6 400 m

29<sup>e</sup> **Mickaël POTTIER** 6<sup>e</sup> V1M en 23 mn 21 s  
31<sup>e</sup> **Didier DARCEL** ☞ 1<sup>er</sup> V2M en 23 mn 24 s  
34<sup>e</sup> **Bruno LECADRE** 9<sup>e</sup> V1M en 23 mn 31 s  
43<sup>e</sup> **Franck JOUATEL** 15<sup>e</sup> V1M en 24 mn 11 s  
52<sup>e</sup> **Fabien LAMIRE** 20<sup>e</sup> SEM en 24 mn 41 s  
78<sup>e</sup> **Thierry DROUILLET** 27<sup>e</sup> V1M en 25 mn 33 s  
83<sup>e</sup> **Thomas VAILLANT** 31<sup>e</sup> SEM en 25 mn 39 s  
84<sup>e</sup> **Aurélien SERRANO** 32<sup>e</sup> SEM en 25 mn 41 s  
88<sup>e</sup> **Jimmy DOUVRY** 14<sup>e</sup> JUM en 25 mn 47 s  
106<sup>e</sup> **Baptiste NOUVEL** 38<sup>e</sup> SEM en 26 mn 39 s  
112<sup>e</sup> **Stéphane LARUE** 36<sup>e</sup> V1M en 26 mn 56 s  
131<sup>e</sup> **Pierre ALMIN** 42<sup>e</sup> SEM en 28 mn 24 s  
141<sup>e</sup> **Florent DOUVRY** 41<sup>e</sup> V1M en 29 mn 19 s

☞ 2<sup>e</sup> par équipe



## Cross départemental 14 / FALAISE - dimanche 13 janvier 2013 (70 km)

Cadets/ Juniors filles - 21 classés

16<sup>e</sup> **Alix LEMASSON** 2<sup>e</sup> JUF en 16 mn 14 s

## Championnat de France cross UNSS / CAEN - vendredi 18 janvier 2013 (100 km)

Cadets -

40<sup>e</sup> **Basile LEDUQUE** en 14 mn 30 s  
 48<sup>e</sup> **Albin FOUBERT** en 14 mn 34 s  
 57<sup>e</sup> **Simon GANNE** en 14 mn 44 s  
 108<sup>e</sup> **Guillaume THIBAudeau** en 15 mn 17 s  
 165<sup>e</sup> **Elias AYACHI** en 15 mn 50 s  
 226<sup>e</sup> **Marc POTTIER** en 16 mn 47 s

↳ 12<sup>e</sup> par équipe au scratch et 4<sup>e</sup> par équipe catégorie Etablissement

## Pré-régionaux en salle / MONDEVILLE - samedi 19 janvier 2013 (110 km)

200 m TCF

**Mariam MALANDA-KIBWETA** 29 s 23 R4

Hauteur

**Emeric TRANCHANT** 1 m 40 D5

200 m TCM

**Sébastien MARCHAL** 24 s 87 R5  
**Patrick TRANCHANT** 28 s 07 D6

## Meeting international de saut en hauteur d'HIRSON (02) - samedi 19 janvier 2013 (425 km)

Finale directe inter-région

9<sup>e</sup> **Louis LEBRUN** 2<sup>e</sup> CAM avec 1 m 80 R2

## 50<sup>e</sup> cross international d'HEROUVILLE - dimanche 20 janvier 2013 (115 km)

Cross CAM/JUF-11 classés

7<sup>e</sup> **Pierre BADIER** 7<sup>e</sup> CAM en 18 mn 12 s



Louis LEBRUN au milieu de l'élite du saut en hauteur à Hirson / Photo: organisation



Non, les cadets de l'A3, profitant de la neige, n'avaient pas revêtu une tenue de camouflage pour tromper leurs adversaires, simplement, ils portaient les « couleurs » du Lycée Alain dans le cadre des France Cross UNSS à Caen.



↑ Alexandre PLET et Romaric LARUE au départ du cross Ouest-France

⇐ premier podium à la première marche pour Didier DARCEL au cross Ouest-France après 25 ans de participation!



Photo: Ouest-France

**Hair.Vcoiffure**  
Coiffure mixte  
Distributeur L'Oréal professionnel

02 33 26 16 56  
62, Cours Clémenceau  
61000 Alençon  
e-mail: hair@vcoiffure.fr

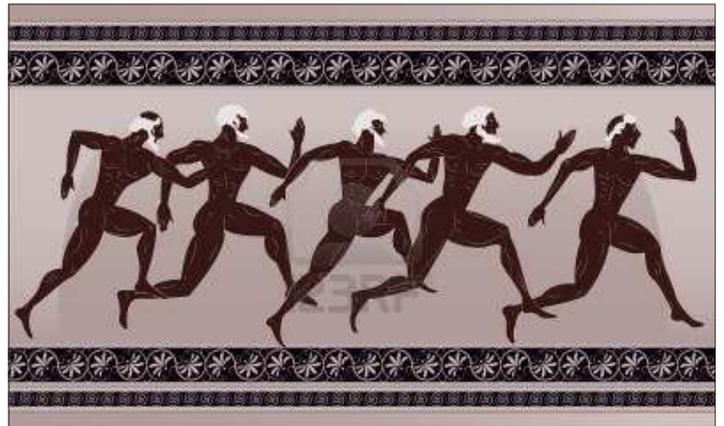
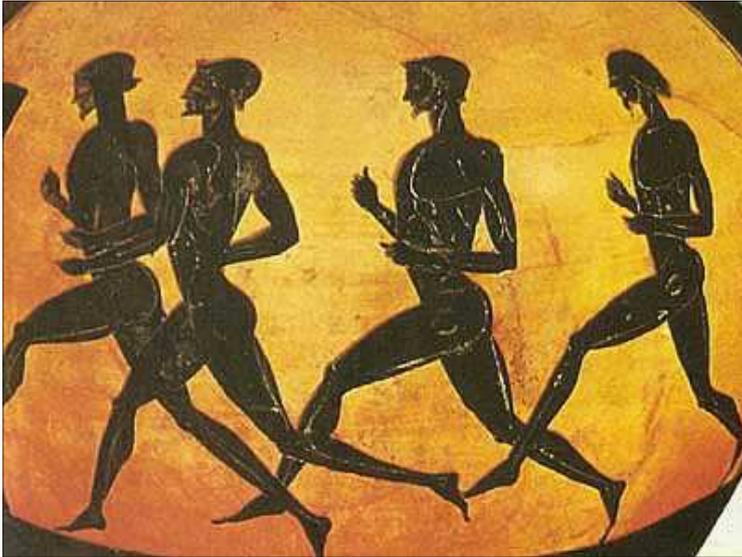
Etudiants & moins de 20 ans  
(- 20 %)

**CARTONNERIE TONNELIER**  
02 43 03 01 57  
53140 PRE-EN-PAIL  
www.cartonnerie-tonnellier.fr

## L'art et le sport

*La gestuelle sportive a toujours inspiré les artistes, le plus souvent dans le statuaire plus rarement dans l'art pictural. Voici une galerie imaginaire.*

⇐ Coureurs de *dolichos*, c'est-à-dire 24 stades, soit 4.250 m (vase grec à figures noires, VI<sup>e</sup> siècle avant notre ère).



⇐ Illustration pour le cross-country national de 1903 dans les bois de St-Cloud et de Ville d'Avray



### ⇐ **Les Coureurs**

Bronze d'Edouard DROUOT  
(1851-1945)

Voir également le site:  
<http://home.nordnet.fr/scharlet/histoire.htm>



⇐ **Le départ du sprinter**  
Superbe statuette art déco  
de Pierre TOULGOUAT (1925)



**Le coureur** ⇒  
statuette de Jean GARNIER  
(1853-1910)



⇐ **Jean Bouin**  
Bronze de Constant ROUX  
(1865-1945)



⇐ **La course à pied**  
Bronze de Henri FUGERE  
(1872-1944)



⇐ **Le coureur**  
Bronze de Germaine RICHIER  
(1902-1959)



**Le relais** ⇒  
Sculpture de  
Gerhard MARCK  
(1889-1981)



⇐ **Paavo Nurmi**  
*Le jardin d'Olympie à Lausanne*  
Puissante sculpture de Gabriel STERK (1997)



**Emil Zatopek** ⇐  
*Le jardin d'Olympie à Lausanne*  
sculpture de Jaroslav BROZ



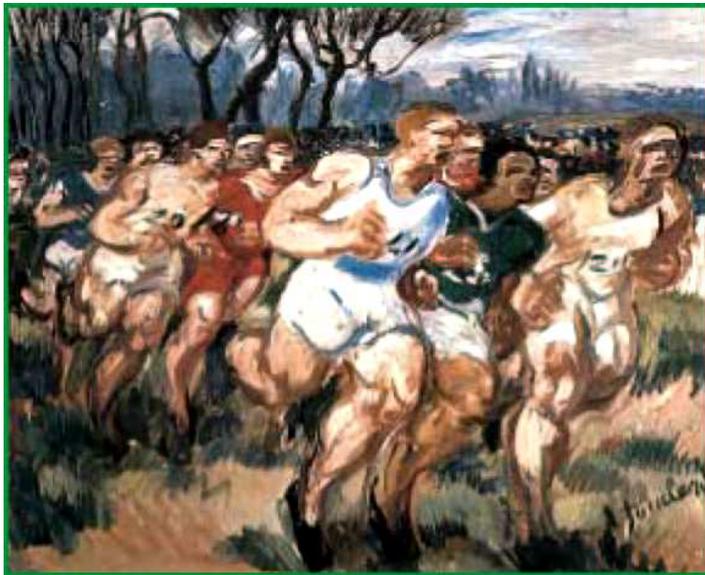
⇐ **Les coureurs**  
Gilles CANDELIER (né en 1942)



**Le coureur** ⇐  
Monumentale sculpture  
sur une place d'Athènes  
de Varostsos COSTAS

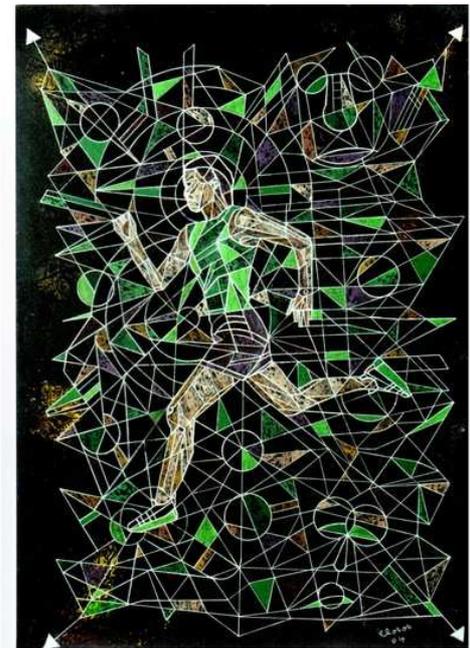


⇐ **Les coureurs** ( 2 versions)  
Robert DELAUNAY ( 1885-1941) ↓



⇐ **Les coureurs**  
Adrienne JOUCLARD  
( 1881-1971)

⇒ Claude ROSSIER  
( né en 1950)  
Artiste peintre  
suisse qui peint  
en courant !



↑ œuvre puissante de Ahmed SHAHABUDDIN  
( né en 1950)

⇒  
Février 2008/ Performance artistique de Martin CREED  
Photo de Shaun CURRY  
Musée Tate Britain de Londres.  
*Des coureurs se sont élancés à tour de rôle sur une distance de 86 m dans une salle du musée sous les yeux des visiteurs. Martin Creed considère que son œuvre célèbre la vie. Selon lui, courir c'est vivre !*



## Réunion du lundi 28 janvier 2013

Présents : Allain Lebossé, Hervé Roy, Frédéric Dubois, Philippe Badier, Sébastien Marchal, Florent Douvry, Philippe Pecate, Patrick Tranchant

invités en tant que consultants techniques: Didier Darcel, Vincent Epiphane

*Début de séance à 18h35*

Le compte-rendu de réunion du 17 décembre 2012 est approuvé.

### Compétitions :

◆ Cross Ouest-France : la participation aux différentes épreuves de ce cross semble être en retrait par rapport à une certaine époque, le cross des As étant l'épreuve phare qui attire ...les spectateurs! Il se félicite cependant des performances obtenues par l'ensemble des athlètes dont le podium de Didier Darcel en V2M et celui de l'équipe vétérane.

◆ 50<sup>e</sup> cross de Beauregard : la défection des athlètes inscrits est due aux intempéries.

◆ Kid Athlé et Triathlon de Mortagne-au-Perche: de même, le déplacement à cette épreuve a été annulé en raison des mauvaises conditions météo du jour.

◆ France cross UNSS : les cadets qui couraient sous les couleurs du lycée Alain ont atteint leur objectif de belle manière. Cependant, ils devront tirer les conséquences d'un départ raté pour certains. Une stratégie de départ doit être absolument mise en place pour les prochaines échéances régionales.

◆ Les pré-régionaux indoor à Mondeville: là encore, le bureau déplore un manque de participation. Certes, c'est la saison des cross, mais le bureau note le manque d'objectifs pour certains au niveau de la compétition piste. Il propose de renforcer notamment un entraînement spécifique piste pour les benjamins et les minimes le mardi avec la collaboration d'un athlète référent. Il sera également proposé aux jeunes, à partir de Minimes, qui viennent le mardi de participer également aux entraînements piste du jeudi.

Il est rappelé que les athlètes ont la possibilité de s'entraîner au saut en hauteur le samedi matin à la halle des Sports.

◆ Régionaux Cross à St-Lô: deux départs seront proposés, un à 8h00, l'autre à 11 h30.

◆ Régionaux piste à Mondeville 9 et 10 février: Les inscriptions sont à faire d'urgence auprès de Sébastien Marchal. Patrick Tranchant et Philippe Peccate seront jurys ce week-end.

◆ Départementaux piste 23 février. Mondeville accueillera les départementaux de l'Orne Benjamins / Minimes le samedi 23 février.

### Vie du club

◆ Inauguration de la piste du 25 mai:

Le bureau a retenu la date du samedi 25 mai 2013 pour organiser le Kid'Athlé et le triathlon estival du club, ce programme sera complété par des épreuves ouvertes. Il met à profit cette série de compétitions pour servir de cadre à l'inauguration sportive de la piste. Dans un calendrier sportif très chargé à cette période, le choix de cette date n'a pas été facile. Il est inévitable d'avoir d'autres compétitions durant ce week-end.

Au programme des épreuves ouvertes, il peut être déjà prévu un 100m, un 400 m, un concours à la hauteur et au lancer de javelot. Un 1000 m open (licenciés et non licenciés - sous réserve et conditions) est à mettre au programme également.

Ce programme sera complété par une épreuve phare. En accord avec la Ligue de Basse-Normandie, il sera proposé un championnat régional FFA sur 5 000m en fin de programme, vers 18h30.

Par ailleurs, il faut prévoir la présence d'un athlète de renom. Des athlètes sont évoqués comme :

Jimmy Vicaut 100m (Paris)

Cédric Lavanne 110 m haies ( Tourlaville)

Laurent Rauld (Caen)

↳ Pour cela, il faudra prendre contact avec le manager Dana sport.

Ces actions ont un coût financier très important. Des sponsors seront sollicités pour abonder le budget de cette réunion sportive et servir de support de communication à nos partenaires privés.

◆ Calendrier des réunions :

- mercredi 30 janvier : Comité de l'Orne. Patrick Tranchant représentera le club.

- lundi 4 février : réunion à la Maison des sports sur le CNDS.



**Sablé**  
**Couverture, Charpente**

*Pour tous vos travaux de:*  
Couverture, Charpente, Zinguerie, Etanchéité, Ramonage, Démoussage,  
Réparation, Neuf, Rénovation, Installation tuiles et panneaux photovoltaïques

**Mickael Sablé**

Tel: **02.33.27.46.43** Devis gratuit  
E-mail: [mickaelsable@orange.fr](mailto:mickaelsable@orange.fr)  
Le bourg 61170 Marchemaisons R.C.S Alençon 508 562 642

- jeudi 7 février : Centre Paul Gauguin pour la journée Inter-sport du 1<sup>er</sup> juin 2013. Philippe Peccate représentera le club.  
- vendredi 8 février: soirée des récompenses Cercle Fabien Canu: Serge Leduque accompagnera son fils Basile Leduque qui fait partie des lauréats.

## ◆divers :

- L'inventaire du matériel a été effectué lors du rangement du local à la Plaine des Sports. Le club devra procéder à l'achat d'une vingtaine de cerceaux de 50 cm de diamètre.

- Une petite armoire sera demandée aux services techniques de la ville pour être placée dans la chambre d'appel et ainsi permettre le rangement de documents divers.

- Le Cycle Alençonnais a concrétisé son partenariat qui concerne 13 de ses athlètes par l'envoi de la part financière concernant l'entraînement du jeudi avec Vincent Epiphane. Nous les en remercions.

- La nouvelle tente logotée aux couleurs de la ville, de l'A3 et de Profil + est prête. Elle sera opérationnelle dimanche 3 février à l'occasion des régionaux cross à St-Lô. Il faudra prévoir cependant l'acquisition d'un diable pour un transport plus fonctionnel.

- Le club peut répondre à des demandes de formations, notamment pour l'encadrement des jeunes.

- Le bureau remercie très chaleureusement Henri Blaise-Martin qui a assuré la permanence du mercredi en l'absence de Philippe Peccate. Un renforcement de permanent est souhaitable sur ce créneau.

- Le club compte à ce jour 132 licenciés, soit une augmentation de plus de 20 % à pareil époque.

- Il est rappelé que les inscriptions à la course Alençon-Médavy sont individuelles, le remboursement de la moitié de l'engagement est sous-tendu au port du maillot durant l'épreuve.

## Finances :

Les attestations fiscales d'abandon, au profit du club, des frais de déplacements vont être envoyées prochainement.

↳ Prochaine réunion le lundi 25 février à 18h30 à la Maison des Sports

*Fin de séance à 21 h 30*

## **Au calendrier février 2013**

- Dimanche 3 février: régionaux cross à **St-Lô**
- Samedi 9 et dimanche 10 février: régionaux salle à **Mondeville**
- Samedi 9 et dimanche 10 février: France vétérans Indoor à **Eaubonne**
- Mercredi 13 février: épreuves ouvertes salle à **Mondeville**
- Dimanche 17 février: Pré-France cross à **Eu**
- Samedi 23 février: départementaux piste Benjamins/minimes à **Mondeville**
- Samedi 23 et dimanche 24 février: interrégionaux salle à **Val-de-Reuil**

## **Interclubs 2013**

Dès maintenant, reprenez les dates des week-ends du **4-5 mai et 18-19 mai 2013** afin de participer aux interclubs de Basse-Normandie 2013!

**A3 ALENÇON**  
Le Rouillé 61250 St-Nicolas-des-Bois  
06 16 86 38 40  
[www.a3alencon.fr](http://www.a3alencon.fr)  
[a3alencon@gmail.com](mailto:a3alencon@gmail.com)



**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)