

Interclubs du 5 mai 2012

Bravo aux athlètes de l'A3 qui vont défendre les couleurs du club à Hélitas:

Romain Bacoup, Maxime Breux, Kévin Chaumette, Laurent Douvenoult, Jimmy Douvry, Aymerick Drouillet, Frédéric Dubois, Albin Foubert, Simon Ganné, Basile Leduque, Marc Pottier, Mickaël Pottier Guillaume Thibaudeau, Thomas Vaillant, Jean-Baptiste Vannier, Véronique Vénard.

Serge Leduque. Philippe Peccate et Patrick Tranchant, assistés de Marc Pottier assureront la fonction de juges.

Le deuxième tour aura lieu le 19 mai 2012.



Les coureurs des **Foulées Rugloises** ont dû affronter des conditions bien difficiles.

Mickaël POTTIER, plein de détermination, prend la 4^e place avec un temps de 35 mn 39 s

A **Hérouville**, là au moins, baignade obligatoire!

Et on peut dire que Thierry JACQUET s'y est prêtée de bonne grâce!



⇨ Jean-Baptiste VANNIER au **trail de la Vère** s'essaie avec bonheur au trail!

Le blog de l'A3 :

www.a3alencon.fr

Retrouvez-y les informations essentielles à la vie du club

RÉSULTATS

Les 10 km de CHANGE - dimanche 1^{er} avril 2012 (564km)

599 classés :

36 ^e	Mickaël POTTIER	29 ^e SH	en 36 mn 45 s
65 ^e	Thomas VAILLANT	42 ^e SH	en 37 mn 41 s

Les 10 km de MONTAUBAN - dimanche 1^{er} avril 2012 (617 km)

1 069 classés :

133 ^e	Henri BLAISE-MARTIN	4 ^e VH3	en 44 mn 42 s	qi
------------------	----------------------------	--------------------	---------------	----

Marathon de CHEVERNY - dimanche 1^{er} avril 2012 (209 km)

1 026 classés :

412 ^e	Thierry GERMAIN	189 ^e VH1	en 3h 40 mn 11 s
------------------	------------------------	----------------------	------------------

ALENÇON ~ MEDAVY - dimanche 1^{er} avril 2012

3 001 classés :

21 ^e	Frédéric DUBOIS		en 56 mn 48 s
55 ^e	Barthélemy FOUBERT		en 1 h 00 mn 32 s
80 ^e	Thierry DROUILLET		en 1 h 02 mn 09 s
317 ^e	Marc LEFAUX		en 1 h 09 mn 06 s
334 ^e	Hervé ROY		en 1 h 09 mn 08 s
357 ^e	Jean-Paul HUETTE		en 1 h 09 mn 47 s
460 ^e	Thierry JACQUET		en 1 h 11 mn 23 s
491 ^e	Cyril CHEREL		en 1 h 11 mn 54 s
832 ^e	Philippe BADIER		en 1 h 16 mn 12 s
1086 ^e	Allain LEBOSSÉ		en 1 h 17 mn 59 s
1362 ^e	Anita TREGARO		en 1 h 21 mn 16 s
1364 ^e	Florent DOUVRY		en 1 h 21 mn 16 s
1497 ^e	Odile SELLIER		en 1 h 22 mn 34 s
1636 ^e	Pierre SOLE		en 1 h 23 mn 46 s
2578 ^e	Mickaël SOLE		en 1 h 34 mn 45 s

Les Foulées de Cadichon / AUBE (61) - samedi 14 avril 2012 (56 km)

- 10 km -

86 classés

8 ^e	Mickaël POTTIER	6 ^e SH	en 36 mn 06 s
16 ^e	Romain BACOU	12 ^e SH	en 39 mn 04 s
55 ^e	Pierre SOLE	2 ^e VH3	en 48 mn 17 s
71 ^e	Mickaël SOLE	26 ^e SH	en 51 mn 51 s

Marathon de NANTES - dimanche 15 avril 2012 (230 km)

2 533 classés :

346 ^e	Hervé ROY	150 ^e VH1	en 3h 13 mn 31 s
838 ^e	Thierry JACQUET	135 ^e VH2	en 3h 31 mn 25 s

Les 10 km du MARAIS-VERNIER (28) - dimanche 15 avril 2012 (133 km)

-

155 classés

31 ^e	Véronique VENARD	🏆 1 ^{ère} SH	en 41 mn 28 s
-----------------	-------------------------	-----------------------	---------------

Les Foulées de RUGLES - samedi 21 avril 2012 (78 km)

- 10 km -

111 classés

4 ^e	Mickaël POTTIER	3 ^e SH	en 35 mn 39 s
77 ^e	Anita TREGARO	3 ^e VF2	en 48 mn 51 s
90 ^e	Marie-France JOUATEL	1 ^{ère} VF3	en 51 mn 56 s

RÉSULTATS

Epreuves Ouvertes - préparation interclubs/ ARGENTAN - samedi 21 avril 2011 (48 km)

1 000 m Benjamins

1^{er} Romaric LARUE en 3 mn 22s 0

1000 m Benjamines

1^{ère} Gwladys DROUILLET en 4 mn 16 s 3

1 500 m Minimes G

1^{er} Albin FOUBERT en 4 mn 31 s 5 R4
2^e Basile LEDUQUE en 4 mn 45 s 2 D1
3^e Aymerik DROUILLET en 4 mn 50 s 7 D2
4^e Guillaume THIBAudeau en 4 mn 50 s 8 D2

Hauteur Cadets

1^{er} Basile LEDUQUE avec 1 m 50

100 m Cadets

1^{er} Marc POTTIER en 12 s 8

Javelot (700 g) Cadets

1^{er} Aymerik DROUILLET avec un jet de 31 m 89

Relais en duo du Pays de Pail / PRE-EN-PAIL - dimanche 22 avril 2012 (24 km)

3,5 km - 3,1 km - 3,1 km (parcours de type trail)

52 équipes classées :

30^e Philippe PECCATE / Thierry JACQUET en 47 mn 32 s

HEROUVILLE dans la course - dimanche 29 avril 2012 (112 km)

- 5 km - course avec obstacles

226 classés :

27^e Allain LEBOSSE 2^e VH2 en 30 mn 32 s

- 10 km - course avec obstacles

267 classés :

85^e Thierry JACQUET 14^e VH2 en 1 h 00 mn 15 s
143^e Philippe PECCATE 25^e VH2 en 1 h 08 mn 16 s

Le trail de la Vère / ATHIS-DE-L'ORNE - dimanche 29 avril 2012 (79 km)

- 22 km -

165 classés :

52^e Jean-Baptiste VANNIER 16^e SH en 2 h 07 mn 34 s
82^e Emmanuel PLANCHAIS 25^e SH en 2 h 20 mn 08 s

- 31 km -

167 classés :

22^e Barthélemy FOUBERT 8^e SH en 2 h 43 mn 05 s
125^e Dominique GUERLOTTE 5^e VH3 en 3 h 30 mn 40 s



PHOTOS du MOIS



Véronique VENARD
aux 10 km du MARAIS-VERNIER



Une arrivée en force des vétérans de l'A3
au relais en duo de PRE-EN-PAIL



Guillaume THIBAUDEAU
et Aymerick DROUILLET sur 1 500 m

et Basile LEDUQUE à la hauteur
aux Epreuves ouvertes de la BAYARD/ARGENTAN



LES CADETS EN STAGE

Cinq cadets du club (Aymerick Drouillet, Basile Leduque, Marc Pottier, Kévin Chaumette et Albin Foubert) participaient au stage traditionnel de Pâques, au **CREPS d'Houlgate**, du 12 au 14 avril 2012.

Pour Aymerick et Kévin, il s'agissait de leur première expérience. Basile avait déjà participé à ce genre de stage durant les vacances d'automne et avait trouvé cela dur. Il avait préféré laisser sa place à Marc lors du stage de Noël à la halle d'Ornano de Mondeville. Pour Albin, c'était son quatrième stage après le stage interrégional "1000 minimes", près de Lille, du 5 au 11 juillet 2011, celui d'Houlgate à l'automne et celui de Mondeville à Noël. Nos cinq larrons sont revenus enchantés et fatigués.

Voici leurs diverses réactions.

Aymerick Drouillet (demi-fond) :

"J'ai trouvé le stage très bien, car avoir deux entraînements par jour, c'est pas mal. Les entraîneurs sont géniaux. Ils font ça bénévolement. L'avantage des stages comme cela est que l'on fait de bonnes connaissances et cela nous donne des repères pour les compétitions. Cependant, le mieux est de se faire mal durant les entraînements !"

Basile Leduque (demi-fond) :

"J'ai encore une fois apprécié le stage malgré des jambes qui n'étaient pas au rendez-vous. Nous avons passé de nombreux moments agréables pendant et en dehors des entraînements. J'ai cependant encore des efforts à fournir pour participer à des stages plus régulièrement."

Marc Pottier (sprint) :

"Stage super, le CREPS est super et les équipements disponibles sont de qualité. De plus, nous avons reçu des entraînements de qualité avec de très bons coaches. Les entraînements ont permis de corriger certains défauts avec des exercices que nous ne sommes pas habitués à faire (PPG spécifique, travail de pied). En plus, l'ambiance était très bonne avec les autres athlètes. Cela nous permet d'avoir des contacts avec eux pour les prochaines compétitions."

Albin Foubert (demi-fond) :

"Stage une nouvelle fois sympathique et dur. Ce fut agréable d'être avec plusieurs autres copains du club, car précédemment nous n'étions que deux. Les jambes commencent à s'habituer aux deux entraînements quotidiens, pendant trois jours. Les entraînements ne nous font pas de mal, avec des analyses vidéos après les séances, dans le but de corriger les prises d'appuis, la technique des bras."

Ce fut donc une belle expérience collective, permettant, de bien préparer, la suite de la saison.

☞ Les photos signées Marc Pottier ont été prises lors des épreuves ouvertes d'Argentan le samedi 21 avril.



photo: Marc Pottier



photo: Marc Pottier



photo: Marc Pottier



photo: Philippe Peccate

COMPTE-RENDU

Réunion du comité de l'Orne - Argentan, jeudi 26 avril 2012

Présents: Daniel Boucher, Jean-Claude Beauteur (APPAM61), Carole Duchesne (Bayard), Bruno Martin (APPAM61), Evelyne Legout (Flers-Condé), Denis Léon (Flers-condé), Stéphane Bellanger (Bayard), Frédéric Andrieux (APPAM61), Patrick Tranchant (A3), Philippe Peccate (A3).

Préparation des championnats départementaux piste à Argentan le dimanche 10 juin 2012

Il sera mis en place une préinscription fin de gérer au mieux la gestion des résultats. Les horaires sont définis ainsi (sous réserve):

8h30:

- Marche

10 h 30 :

- Longueur (1) TC minimes/poussins et longueur (2) TC à partir de benjamins

- Poids TC à partir de cadets

- Hauteur (1) TC minimes/benjamins

- Javelot TC à partir de benjamins

11 h 30 :

- 50 m haies benjamins H et F

- 80 m haies minimes H et F

12 h 00 :

- 100 m benjamins et minimes H et F

12 h 15 :

- 50m séries Poussins H et F, finale à 14 h 00

12 h 30 :

- Poids poussins

- 400 m cadets, juniors, espoirs

12 h 45 :

- 1 500 m à partir de cadets

13 h 00 :

- 100 m séries à partir de cadets, finale à 16 h 50

15 h 10 :

- 110 m haies H

- 100 m haies F

17 h 30 :

- 800 m H

Départementaux cross

Cette année, le comité va respecter son engagement auprès d'Hervé Quettier et maintenir le cross de Montilly du 11 novembre comme support des départementaux. Cependant, chacun s'accorde à dire que cela pose problème au niveau du changement de catégories au 1^{er} janvier de l'année. Il est fait observer que l'édition 2011 de Montilly au niveau fréquentation n'a pas souffert de l'absence des départementaux qui avaient lieu à Mortrée en janvier 2012. Dans une logique de calendrier, le comité sera amené à situer les départementaux, comme pour les autres départements, en janvier.

Achat de matériel

Dans le cadre de l'organisation de compétition, le Comité s'engage à acheter du matériel spécifique couteux (toise de perche, anémomètre, balance,...) laissant à la charge des clubs les engins de lancer et autres petits matériels.

Calendrier hivernal (sous réserve)

23 septembre 2012

Les jeux du Perche / triathlon

29 septembre 2012

Triathlon de Flers

13 octobre 2012

Triathlon de Bellême (en salle)

17 novembre 2012

Triathlon d'Argentan

25 novembre 2012

Stage départemental à Mondeville + formation jury

8 décembre 2012

Triathlon d'Aube

19 janvier 2013

Triathlon de Mortagne

2 février 2013

Triathlon d'Alençon

16 mars 2013

Triathlon de L'Aigle

↳ Il n'y aura plus de classement individuel poussins sauf exception annoncée auparavant.

Divers

➤ Le Comité va se doter d'une adresse web:

www.cd61athletisme.com

➤ Le Comité tiendra son Assemblée générale le vendredi 28 septembre 2012 à Argentan.

➤ Le Comité donne son accord pour que les départementaux en salle (à partir de benjamins) se déroulent en même temps que ceux du Calvados à Hérouville.

COMPTE-RENDU

Réunion du bureau du 23 avril 2012

Présents : Patrick Tranchant, Serge Leduque, Franck Jouatel, Maurice Jouatel, Philippe Peccate

Excusés : Henri Blaise-Martin, Allain Lebossé

Approbation du compte-rendu du 28 mars 2012 :

➤ Maurice Jouatel et Franck Jouatel demandent qu'il soit notifié qu'ils partageaient le point de vue de Serge Leduque quant à ses réserves concernant le partenariat publicitaire. Patrick Tranchant précise alors que le partenariat *Groupama* s'est effectué sous la condition d'achat de matériel avec le visuel de la société. Le choix de faire bénéficier d'un vêtement aux enfants des catégories école d'athlétisme et poussins a été privilégié pour les inclure dans les actions du club, ceux-ci n'étant pas bénéficiaires de l'action "bons d'achats" à partir des benjamins. Il confirme bien le versement de 1 000 € de la part de *Groupama* sous forme de deux actions : 500 € pour une voile publicitaire et 500 € pour un vêtement logoté. Le choix d'un vêtement de loisir de type sweat permettra aux enfants de le porter en différentes occasions, mettant en valeur ainsi le nom du club. Concernant le « risque d'inflation » de publicités sur les vêtements, il est précisé que la distinction est bien faite entre les maillots de sport logotés au seul nom du partenaire *Profil +* et ces vêtements de loisir pour les enfants. Philippe Peccate précise qu'il ne partage pas cette appréhension et ajoute qu'autrefois le club avait fourni un sweat logoté au nom d'un sponsor, écrit en grand ! Par ailleurs, des coupe-vent au nom d'un autre sponsor avaient été offerts aux athlètes sans qu'il y ait eu d'état d'âme de qui que ce soit à l'époque !

Vie du club :

➤ Maurice Jouatel s'étonne de la disparition de la bannière Athlerunning sur la page accueil du blog du club. Le président lui répond qu'à cette date, cette enseigne n'est plus un sponsor du club et qu'en tout état de cause, il ne lui a pas été communiqué un quelconque document faisant état de ce partenariat antérieur. Il ajoute que, depuis sa prise de fonction, par ses démarches, 525 € en espèces ont été ajoutés au budget de fonctionnement du club et 1 000 € pour l'achat de matériel (*voir plus haut*). Il est rappelé que la plupart des enseignes spécialisées en athlétisme accordent des remises entre 5 et 10 % sur présentation de la licence FFA.

➤ Maurice Jouatel rapporte une réclamation concernant un bon d'achat Décathlon. Un athlète, présent à la soirée des remises des récompenses, s'est vu refuser l'utilisation de ce bon pour un achat ne concernant pas l'athlétisme. Il avait été bien précisé que ces bons n'étaient valables que sur le rayon running, chaussures et vêtements, lors de la soirée des récompenses.

➤ Patrick Tranchant fait part du refus de Valérie Bellanger, en tant que trésorière-adjointe, de prendre la fonction de trésorière suite à la démission du titulaire. Patrick Tranchant assumera l'intérim de la fonction jusqu'à la prochaine Assemblée Générale.

➤ Une rencontre est prévue mardi 24 avril avec Geoffroy Lefebvre pour le compte de la ville d'Alençon et les médiateurs de Perseigne avec le président et l'entraîneur du club suite aux incidents lors d'un entraînement précédent, un mardi. Des incidents de type provocation sont également rapportés lors des entraînements du mercredi.

➤ La réunion du Comité départemental qui devait avoir lieu mardi 24 est reportée au jeudi 26 à Argentan. Patrick Tranchant et Philippe Peccate représenteront le club.

➤ Le bureau donne son accord pour la prise en charge, comme par le passé, des frais de stage des 5 cadets à Houlgate (*voir le compte-rendu de ce stage par ailleurs et sur le blog*) et de Mariam Malanda Kibweta à Cherbourg.

➤ Frédéric Léon a annoncé qu'il quittait le club suite à une mutation professionnelle en Bretagne.

Comptes financiers :

➤ Les sommes disponibles sur les comptes s'établissent au 23/04/2012 de la manière suivante:

- Compte-chèques: 173,59 €
- Compte de la Ligue: 409,10€

COMPTE-RENDU

- Compte-livret: 4 100,00 €

➤Le président fait état d'un versement d'une somme d'argent par l'ancien trésorier à un membre du CA en contrepartie des travaux effectués pour le club. Il précise qu'en aucune manière un membre du CA ne peut être rétribué pour une action au sein du club, c'est le fondement même du bénévolat. Maurice Jouatel affirme que cela avait été décidé en réunion de bureau. Philippe Peccate, secrétaire de séance des réunions de bureau, dément qu'une telle décision de cette nature ait été prise.

Compétitions :

➤Le triathlon de L'Aigle se tiendra le samedi 28 avril. La convocation avec le programme a été adressée aux athlètes concernés et mise en ligne également sur le blog. A son issue, des épreuves ouvertes auront lieu. Des cadets (dont Albin Foubert sur 3000m) et Véronique Venard (sur 3 000m) ont annoncé leur participation. (Ce triathlon a été annulé pour cause d'intempéries)

➤La participation des athlètes aux **interclubs du 5 mai** n'est toujours pas arrêtée, certains n'ayant toujours pas communiqué leurs intentions. Le président effectuera une relance auprès d'eux par téléphone. La feuille d'engagement est à communiquer à la Ligue au plus tard mercredi 2 mai. A ce jour, 16 athlètes ont annoncé leur participation ainsi que 3 jurys officiels. Afin de respecter le règlement stipulant la présence de 4 jury dont 2 de niveau régional titulaire ou en formation pour 13 à 24 athlètes, un athlète ou un accompagnant devra assumer des fonctions de jury. Les épreuves commenceront à 13h15 par les épreuves de marche et les concours. Voir les informations sur le blog.

➤Le triathlon du club se tiendra le samedi 12 mai à la Plaine des Sports. Parallèlement, des épreuves ouvertes seront proposées : 100m, 400m, longueur, 1500m. Pour une bonne organisation, la présence de 35 bénévoles est requise. Les postes et les besoins en moyen humain et matériel ont été définis. Franck Jouatel assurera la gestion *logica* des résultats. Un appel aux bénévoles est lancé afin qu'ils apportent leur aide au bon déroulement de la journée (contact club: a3alencon@gmail.com).



prochaine réunion de bureau:

Lundi 21 mai à 18h30
à la maison des Sports

⇔ Frédéric Dubois à la lutte avec la première féminine, la kenyane Mercyline Ondieki à un km de l'arrivée d'Alençon ~ Médavy.

Sablé

Couverture, Charpente

Pour tous vos travaux de:

Couverture, Charpente, Zinguerie, Etanchéité, Ramonage, Démoussage,

Réparation, Neuf, Rénovation, Installation tuiles et panneaux photovoltaïques

Mickaël Sablé

Tel: 02.33.27.46.43

Devis gratuit

E-mail: mikaelsable@orange.fr

Le bourg 61170 Marchemaisons

R.C.S Alençon 508 562 642

Tous les numéros de la dépêch'A3 sont désormais en ligne sur le blog du club à la rubrique *dépêch'A3*! Le premier numéro est daté de mars 2004.

A3 ALENÇON
Le Rouillé 61250 St-Nicolas-des-Bois
☎ 06 16 86 38 40
www.a3alencon.fr
a3alencon@gmail.com

FITECO
Des experts à votre service

Coordonnées du rédacteur:

Philippe Peccate
24 rue du Chant des Oiseaux
61250 Damigny
☎ 06 08 03 70 04
✉ philpeccate@aol.com