



La très belle
équipée
des
cadets
de
l'A3
aux
pré-France
Cross
de
EU

Photo: P. Tranchant

Adieu à Claude ROUSSIN



Une grande figure de l'athlétisme normand s'est éteinte ce samedi 23 février. Coureur, entraîneur et speaker, c'est toujours avec passion qu'il a mené ses activités sportives. Sa voix va nous manquer.

Un mois fructueux

Ce mois de février 2013 restera dans les annales du club pour le nombre de titres et de podium engrangés par ses athlètes.

Il ne s'agit pas moins de 6 titres départementaux, 4 titres régionaux et 2 titres interrégionaux auxquels il faut ajouter 5 podiums départementaux, 5 podiums régionaux et 3 podiums nationaux, que ce soit en cross ou sur piste.

A ce palmarès, il convient de mettre en exergue le record de la Ligue d'Albin Foubert sur 1500 m en 4mn 14s 48.

Un grand bravo aux athlètes pour leur implication et de chaleureux remerciements aux entraîneurs, Janik, Vincent et Sébastien pour leurs conseils avisés.

Hivernale du Raid Normand / ROUTOT - LE TRAIT - samedi 2/3 février 2013 (132 km)

Classement 55 km par équipe de 3
17 équipes classées

6^e Emmanuel COQUIN, **Allain LEBOSSÉ**, Brice FOSSARD en 10 h 50 mn
↳ 46 balises pointées /46

Kid'Athlé et triathlon / ARGENTAN - samedi 2 février 2013 (48 km)

Le kids-Athlé a été remporté par une équipe mixte composée de 3 jeunes de l'APPAM et 4 de l'A3 ALENCON, Anna BESSON, Sabine RETO, Arthur BEUCHER, Hugo RACINET montent sur la première marche du podium. Une seconde équipe de l'A3 termine 4^e sur 7, avec Marie JOUATEL, Léo VAILLANT, Léandre FLEURY, Timothé LEMAIRE et Titouan TOUSSAINT.

TRIATHLON									
catégorie	Prénom Nom	place	points	50 m	1 000 m	longueur	hauteur	poids	
POM	Tangui TRANCHANT	🏆 1 ^{er}	73 points	7'' 7		3 m 79		(2kg) 8 m 51	
BEF	Marine DOUVENOULT	4 ^e	22 points		4' 23'' 0	2 m 52		(2kg) 5 m 01	D7
BEM	Samy EL GHRANDI	3 ^e	42 points		4' 29'' 0	3 m 04		(3kg) 6 m 93	D3
MIM	Léo EL GHRANDI	🏆 1 ^{er}	56 points	7'' 0			1 m 35	(4kg) 8 m 26	D1

Photo: Patrick Tranchant



Photo: Patrick Tranchant

Championnats régionaux de cross-country / SAINT-LO - dimanche 3 février 2013 (139 km)

Minimes Filles - 2 530 m
42 classées

36^e **Emilie PARPAILLON** en 14 mn 28 s

Cadettes - 3 280 m
32 classées

27^e **Joséphine DRION** en 17 mn 58 s qi
29^e **Gwladys DROUILLET** en 18 mn 07s qi

SOBHI Sport
Alençon

Votre magasin-conseil course à pied

29, cours Clemenceau à Alençon.
Tél. 06 65 70 20 81.
Ouvert du lundi au mardi, de 14 h 30 à 19 h.
Du mercredi au samedi, journée continue de 10 h à 19 h



ROY Sylvain

plaqueiste

- isolation - cloisons sèches
- faux plafonds - parquets
- pose de menuiserie
- bois - PVC - alu
- aménagement de placards

8, rue de la Gravelle - 61000 ALENÇON

02.33.31.73.23
06.14.60.61.28

Championnats Régionaux de cross-country / SAINT-LO - suite

Juniors Filles - 4 395 m

14 classées

2 ^e	Alix LEMASSON	en 20 mn 53 s	qi
	↳ Vice-Championne de Basse-Normandie junior F		

Benjamins Garçons - 2 530 m

83 classés

6 ^e	Alexis GAUTIER	en 10 mn 46 s	
----------------	-----------------------	---------------	--

Minimes garçons - 3 280 m

54 classés

2 ^e	Alexandre PLET	en 12 mn 49 s	
23 ^e	Romaric LARUE	en 14 mn 28 s	
43 ^e	Amaury RALU	en 16 mn 13 s	
44 ^e	Antoine GANNE	en 16 mn 46 s	
45 ^e	Maël de SUTTER	en 16 mn 52s	
↳ 6 ^e	par équipe		

Cadets Hommes - 4 395 m

42 classés

3 ^e	Basile LEDUQUE	en 16 mn 40 s	qe
6 ^e	Albin FOUBERT	en 16 mn 54 s	qe
7 ^e	Simon GANNE	en 17 mn 04 s	qe
12 ^e	Aymerick DROUILLET	en 17 mn 32 s	qe
13 ^e	Elias AYACHI	en 17 mn 33 s	qe
16 ^e	Pierre BADIÉ	en 17 mn 58 s	qe
17 ^e	Guillaume THIBAudeau	en 18 mn 02 s	qi
28 ^e	Benoît HUETTE	en 19 mn 17 s	qi
37 ^e	Maxime BREUX	en 20 mn 25 s	qi
40 ^e	Marc POTTIER	en 20 mn 55 s	qi
	↳ 1^{er} Champions de Basse-Normandie Cadets par équipe et 5 ^e par équipe		

Seniors Hommes - 10 095 m

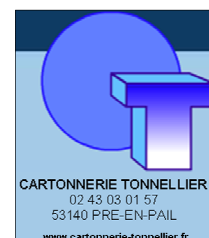
134 classés

41 ^e	Frédéric DUBOIS	en 40 mn 35 s	qi
50 ^e	Barthélemy FOUBERT	en 41 mn 11 s	qi
83 ^e	Nicolas MOISSERON	en 43 mn 20 s	qi
97 ^e	Aurélien SERRANO	en 44 mn 48 s	
113 ^e	Thomas VAILLANT	en 45 mn 50 s	
130 ^e	Pierre ALMIN	en 48 mn 32 s	

Vétérans Hommes - 8 160 m

205 classés

35 ^e	Mickaël POTTIER	en 33 mn 14 s	qi
43 ^e	Franck JOUATEL	en 33 mn 50 s	qi
64 ^e	Thierry DROUILLET	en 35 mn 11 s	qi
127 ^e	Jean-Paul HUETTE	en 38 mn 07 s	
128 ^e	Stéphane LARUE	en 38 mn 09 s	
250 ^e	Dominique GUERLOTTE	en 51 mn 18 s	
↳ 12 ^e	par équipe/30		



Championnats régionaux en salle / MONDEVILLE (110 km) samedi 9 février et dimanche 10 février 2013

200 m salle TCF	2 ^e CAM	Mariam MALANDA-KIBWETA ↳ Vice-championne de Basse-Normandie	en 28 s 25	R3
Triple-saut TCM	6 ^e CAM	Emeric TRANCHANT	avec 10 m 70	D3
200 m TCM	7 ^e CAM	Marc POTTIER	en 27 s 05	D5
Hauteur TCM	1 ^{er} CAM	Louis LEBRUN ↳ Champion de Basse-Normandie	avec 1 m 81	R1
400 m TCM	7 ^e CAM	Marc POTTIER	en 1 mn 00 s 84	D2
1 500 m TCC	1 ^{er} CAM	Albin FOUBERT ↳ Champion de Basse-Normandie	en 4 mn 16 s 2	R1
	2 ^e CAM	Basile LEDUQUE ↳ Vice-champion de Basse-Normandie	en 4 mn 23 s 3	R2
3 000 m TCC	1 ^{er} CAM	Guillaume THIBAUDEAU ↳ Champion de Basse-Normandie	en 10 mn 23 s 54	D2
	2 ^e CAM	Marc POTTIER ↳ Vice-champion de Basse-Normandie	en 12 mn 03 s 75	D8
60 m salle TCF	2 ^e CAM	Mariam MALANDA-KIBWETA ↳ Vice-championne de Basse-Normandie	en 8 s 45 ↳ 8 s 49 en série	R2
60 m haies TCM - série		Emeric TRANCHANT	en 10 s 85	D7
60 m TCM - série		Patrick TRANCHANT Emeric TRANCHANT	en 8 s 31 en 8 s 44	D2 D3
60 m TCM - demi-finale		Emeric TRANCHANT Patrick TRANCHANT	en 8 s 40 en 8 s 42	D3 D3

Championnats nationaux vétérans en salle / EAUBONNE (200 km) samedi 9 février et dimanche 10 février 2013

60 m - 40 M	5 ^e	Sébastien MARCHAL ↳ même temps que les 3 ^e et 4 ^e	en 7 s 51 ↳ 7 s 50 en demi-finale ↳ 7 s 53 en série	IR4
200 m - 40 M	2 ^e	Sébastien MARCHAL ↳ Vice-champion de France Vétérans 40M	en 24 s 45 ↳ 24 s 37 série	R3
1 500 m - 45 M	3 ^e	Didier DARCEL	en 4 mn 23 s 12	R2
3 000 m - 45 M	3 ^e	Didier DARCEL	en 9 mn 35 s 01	R3

Kid'Athlé et triathlon / MORTAGNE - samedi 16 février 2013 (48 km)

Pour le kid'athlé, sept équipes étaient en compétition.

Celle de l'A3 continue sa série victorieuse en terminant une nouvelle fois première. Elle était composée de Jo-Lynn Duval, Tanguy Tranchant, Marie Jouatel, Laura Logereau, Ilès Dargent, Timothé Lemaire, Hugo Radiquet et de Titouan Toussaint.

TRIATHLON							
catégorie	Prénom Nom	place	points	50 m	longueur	poids	
BEF	Marine DOUVENOULT	2 ^e	28 points	9'' 1	2 m 42	(2kg) 4 m 84	D6

Championnats Inter-régionaux de cross-country / EU - dimanche 17 février 2013 (250 km)

Minimes garçons / inter-comités- 3 620 m

109 classés

11^e **Alexandre PLET** en 15 mn 07 s

Juniors Filles - 4 550 m

66 classées

43^e **Alix LEMASSON** en 24 mn 05 s qi

Cadettes - 3 620 m

124 classées

115^e **Joséphine DRION** en 22 mn 23 s

120^e **Gwladys DROUILLET** en 22 mn 54s

Cadets Hommes - 4 550 m

158 classés

12^e **Simon GANNE** en 18 mn 05 s qe

13^e **Basile LEDUQUE** en 18 mn 10 s qe

27^e **Albin FOUBERT** en 18 mn 31 s qe

46^e **Elias AYACHI** en 18 mn 49 s qe

67^e **Guillaume THIBAudeau** en 19 mn 18 s qe

69^e **Aymerick DROUILLET** en 19 mn 21 s qe

110^e **Benoît HUETTE** en 20 mn 25 s

122^e **Pierre BADIÉ** en 20 mn 47 s

147^e **Maxime BREUX** en 22 mn 23 s

150^e **Marc POTTIER** en 22 mn 31 s

👉 **1^{er} Champion Inter-régions Cadets par équipe**

Cross court Hommes - 4 145 m

168 classés

62^e **Frédéric DUBOIS** en 15 mn 56 s

134^e **Jean-Paul HUETTE** en 17 mn 36 s

Vétérans Hommes - 9 805 m

240 classés

138^e **Franck JOUATEL** en 41 mn 18 s

164^e **Mickaël POTTIER** en 42 mn 04 s



Sablé
Couverture, Charpente

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

Mickael Sablé
Tel: 02.33.27.46.43 Devis gratuit
E-mail: mickaelsable@orange.fr
Le bourg 61170 Marchemaisons

R.C.S Alençon 508 562 642

Championnat départemental CD61 en salle / MONDEVILLE samedi 23 février 2013 (110 km)

50 m	BEM - séries	Maxence RALU	7 s 95	
		Adrien BADIER	8 s 49	
		Samy EL-GHRANDI	9 s 03	
1 000 m	BEM - finale directe			
	1 ^{er}	Adrien BADIER ↳ Champion de l'Orne	en 3 mn 31 s 51	
	2 ^e	Maxence RALU ↳ Vice-champion de l'Orne	en 3 mn 37 s 24	
Longueur	BEM -			
	4 ^e	Maxence RALU	avec 3 m 55	
	5 ^e	Samy EL-GHRANDI	avec 2 m 88	
Poids 3 kgs	BEM -			
	4 ^e	Maxence RALU	avec 5 m 46	
	5 ^e	Adrien BADIER	avec 4 m 72	
Triathlon	BEM CD14 et CD 61			
	25 ^e	Samy EL-GHRANDI	38 points	D4
50 m	MIM -			
	1 ^{er}	Léo EL-GHRANDI ↳ Champion de l'Orne	en 7 s 16	
	2 ^e	Maël de SUTTER ↳ Vice-champion de l'Orne	en 7 s 34	
1 000 m	MIM - finale directe			
	1 ^{er}	Alexandre PLET ↳ Champion de l'Orne	en 3 mn 05 s 14	
	3 ^e	Amaury RALU	en 3 mn 26 s 24	
	4 ^e	Maël de SUTTER	en 3 mn 28 s 47	
Hauteur	MIM - finale directe			
	1 ^{er}	Léo EL-GHRANDI ↳ Champion de l'Orne	avec 1 m 48	
	3 ^e	Amaury RALU	avec 1 m 28	
Longueur	MIM - finale directe			
	3 ^e	Alexandre PLET	avec 4 m 04	
Triple-saut	MIM - finale directe			
	1 ^{er}	Amaury RALU ↳ Champion de l'Orne	avec 8 m 72	
Poids 4 kg	MIM - finale directe			
	1 ^{er}	Léo EL-GHRANDI ↳ Champion de l'Orne	avec 7 m 89	
Triathlon	MIM CD14 et CD 61			
	5 ^e	Léo EL-GHRANDI	69 points	R5
	17 ^e	Amaury RALU	44 points	D3

Championnats Pré-France en salle / VAL-DE-REUIL (154 km) samedi 23 février et dimanche 24 février 2013

1 500 m TCM 5 ^e	Albin FOUBERT ↳ record de la Ligue	en 4 mn 14 s38	R1
60 m - séries	Mariam MALANDA-KIBWETA	en 8 s 52 en 8 s 39	R2 R1
Hauteur CAM 1 ^{er}	Louis LEBRUN ↳ Champion Inter-régions Cadets	avec 1 m 80	R2
200 m - salle TCF - finales directes	Mariam MALANDA-KIBWETA	en 28 s 32	R3

Cross de St-MARS-LA-BRIERE (70 km)

Benjamins Garçons 25 classés 3 ^e	Alexis GAUTIER	en 7 mn 42 s
Vétérans Hommes - 69 classés 4 ^e 7 ^e	Franck JOUATEL Mickaël POTTIER	en 27 mn 38 s en 28 mn 05 s
Cross long Hommes - 31 classés 4 ^e 14 ^e 17 ^e	Frédéric DUBOIS Aurélien SERRANO Thomas VAILLANT	en 31 mn 03 s en 33 mn 46 s en 34 mn 15 s

Course nature de la Baie d'ISIGNY-SUR-MER (171 km) - 17,5 km -

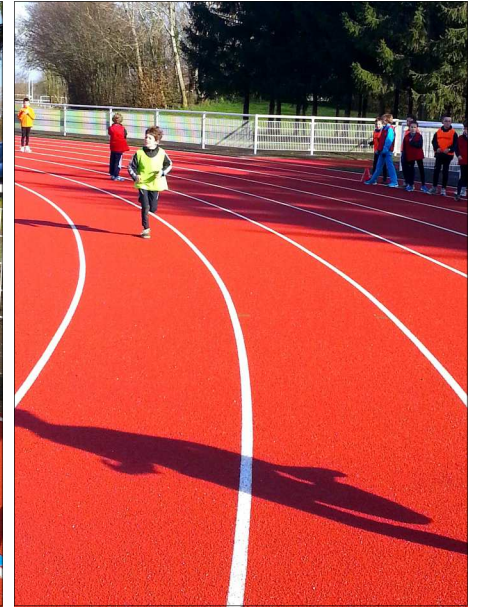
227 classés 197 ^e	Philippe PECCATE	37 ^e V2M	en 1 h 35 mn 03 s
---------------------------------	-------------------------	---------------------	-------------------



↳ Amaury, tout auréolé de sa 3^e place répond déjà aux sollicitations de la presse !

La tente, financée en partie par notre partenaire **profil+**, abrite désormais les sportifs du club lors des déplacements. ⇨





Photos: P. Peccate

L'entraînement à la Plaine des Sports

⇐ Albin Foubert sur l'anneau de la salle Jesse Owen de Val-de-Reuil s'envole vers le record de la Ligue sur 1500 m.



Photo: J.-M. Foubert

Prise de date:

Dans le cadre de l'action CNDS, le club va organiser un déplacement en car pour les jeunes, et moins jeunes du club, au

meeting AREVA

qui se tiendra le

samedi 6 juillet en soirée

au **Stade de France.**

Le retour s'effectuera dans la nuit. Des précisions seront données ultérieurement sur le blog.

Réunion du lundi 25 février 2013 Maison des Sports- Alençon

Présents : Patrick Tranchant, Allain Lebossé, Philippe Badier, Frédéric Dubois, Philippe Peccate,

Excusés : Serge Leduque, Hervé Roy, Thierry Drouillet, Sébastien Marchal, Jean-Paul Huette, Florent Douvry

Absent: Stéphane Larue

Début de la séance à 18h30

Le compte-rendu de la réunion du 28 Janvier 2013 est approuvé.

Compétitions :

◆ **Cross:**

Régionaux cross à Saint-Lô : Les résultats à ce championnat ont vu la qualification de 13 athlètes ainsi que de l'équipe cadets, avec un titre pour cette dernière et un accessit pour Alix Lemasson, ce dont se félicite l'ensemble du bureau.

Cependant, la logistique du déplacement a été soucieuse pour les organisateurs suite au désistement de Florent pour conduire le minibus de la ville et aux demandes de dernière minute pour des départs différés. Cela est compréhensible, mais il faut anticiper l'événement afin d'éviter une gestion de crise la veille. Le bureau remercie chaleureusement Barthélemy Foubert qui s'est rendu disponible en quittant Paris la veille pour conduire le bus. Il est regrettable également que des coureurs n'annoncent pas leur défection au dernier moment aux responsables du déplacement.

L'incident de course dont a été victime un athlète et les vols laissent un goût amer alors que le déroulement de la journée était totalement satisfaisant.

Interrégionaux à EU : Le déplacement très bien organisé est à mettre au crédit principalement de Frédéric DUBOIS qui a fourni à cette occasion un investissement en temps considérable.

Sur le plan sportif, le forfait de plusieurs athlètes n'a pas permis de présenter une équipe en vétérans, à contrario des cadets. Ceux-ci se qualifient, en obtenant le titre avec brio, pour les France avec Alix Lemasson en Junior.

Sur le plan humain, un comportement excessif d'un athlète a terni considérablement le bilan de cette compétition. Les membres du bureau n'acceptent pas de tels comportements et envisagent de prendre des dispositions particulières lors des prochains déplacements.

◆ **Triathlon et Kids' Athlé:**

Argentan le 3 février et Mortagne au Perche le 16 février.

On constate que les animations Kids' Athlé et les compétitions triathlon Benjamins Minimes sont délaissées par un certain nombre de jeunes athlètes du club. Janik l'entraîneur assiste aux déplacements et regrette cette situation où les jeunes devraient mettre en application les exercices réalisées pendant les séances d'entraînement.

Cependant, il faut saluer comme il se doit le bon comportement des jeunes des écoles d'Athlé et poussins avec deux victoires au Kids' Athlé.

◆ **Piste:**

Régionaux indoor à Mondeville:

Le bureau se félicite des très beaux résultats obtenus par Louis à la hauteur, Mariam en vitesse et Albin Foubert sur 1500m. Il note là encore le manque de participation d'athlètes aux compétitions inscrites au calendrier. Les compétitions fixent des objectifs personnels et permettent de maintenir un niveau de pratique certain. La remarque est identique pour les départementaux CD61 Benjamins- Minimes du 23 février à Mondeville où certains en raison de leur absence n'ont pas réalisé les performances pour de se qualifier aux régionaux qui se dérouleront le 17 mars 2013.

Inter-régionaux à Val de Reuil :

3 athlètes ont participé à cette compétition dans l'espoir de réaliser une performance, comme Albin Foubert qui améliore le record de Ligue sur 1500m en 4'14,38, Louis Lebrun Cadet 1^{er} année remporte la hauteur avec 1.80m et Mariam Malenda-Kibweta prend de l'expérience sur le sprint.

France Vétérans à Eaubonne :

Ce fut une première pour le club, avec un résultat plus que satisfaisant : 2 médailles de bronze pour Didier Darcel sur 3000 et 1500m ; 1 médaille de vice-champion sur 200m pour Sébastien Marchal et Finaliste sur 60 m (5^{ème})

Le déplacement a été organisé par Sébastien avec un hébergement d'un coût de 161 € incluant restauration et déplacement.

Au vu des résultats obtenus, Sébastien propose une commission Vétéran pour rendre accessible au plus grand nombre la compétition sur piste.

Ekiden

Une équipe vétérans et une équipe senior renforcée avec des cadets vont se préparer pour un Ekiden qualifiant soit celui de Laval, soit celui de Vendôme le 24 mars afin d'obtenir une qualification aux France le 13 octobre à Taverny.

◆ Déplacement France CROSS à Lignière en Berry

Suite à la qualification d'une équipe Cadet, la réservation du bus 9 places de la ville a été validée.

L'hébergement s'effectuera dans un gîte à 45 mn du site des épreuves..

Sur le plan sportif, on déplore le forfait d'Elias Ayachi qui avait un engagement familial prévu de longue date qu'il lui était très difficile de ne pas honorer.

◆ Inauguration de la piste:

L'organisation de la journée de compétition lors de l'inauguration de la piste le 25 mai prochain se poursuit. Nous avons confirmation par la Ligue de l'organisation d'un 5000 m senior régional ainsi qu'une épreuve supplémentaire, un relais 800x200x200x800 (épreuve par équipe), ceci ajouté aux épreuves ouvertes, nous devrions attirer un plus grand nombre d'athlètes.

Une démarche avec une enseigne nationale a été entreprise pour réaliser un contrat de partenariat correspondant à nos valeurs communes afin de faire face au budget financier important.

Une réunion spécifique pour organiser le programme de la journée se tiendra ultérieurement.

→ Les travaux de la tour de chronométrie sont à l'ordre du jour, une mise en relation des services techniques d'Alençon avec la Ligue a été proposée afin d'éviter tout problème d'utilisation lors des compétitions. Le club espère en disposer pour le 25 mai 2013.

Les haies ne sont plus aux normes. Un budget de l'ordre de 10 000 € serait nécessaire pour leur remplacement.

◆ Organisation des régionaux de Cross à ALENCON 2014 ?

La question est posée de savoir si le club peut se mobiliser sur plusieurs jours pour la préparation de cette compétition d'envergure. Elle fera suite aux épreuves départementales organisées conjointement avec la FSGT à la Plaine des Sports début janvier 2014.

Le cahier des charges à respecter est consultable sur le site de la Ligue. Il est demandé aux membres du bureau et du CA de bien mesurer l'ampleur de la tâche et de vérifier leur disponibilité à cette période, fin janvier début février 2014. Un engagement à la légère n'est pas concevable. En tout état de cause, une étude préalable devra être proposée au Comité départemental de l'Orne afin de valider l'ensemble des critères et cela pour un dépôt officiel de dossier à la Ligue au plus tard fin juin 2013.

Les membres du bureau sont favorables à une telle manifestation sous réserve de la mobilisation des membres du club et de bénévoles ; un groupe de travail sera mis en place pour en étudier tous les aspects.

◆ Inter-clubs

Les interclubs auront lieu les samedis **4 mai et 18 mai 2013**. *Le 4 mai correspond à la fin des vacances scolaires de printemps, le 18 mai se trouve dans le « pont » de la Pentecôte*. Le club a pour objectif sa qualification en **Nationale 3**, pour cela il doit produire au moins 50 performances. Avec 80 licenciés (à partir de cadets) et en tablant sur 2 épreuves par athlète plus les relais, il s'agit d'un objectif à sa portée, il y va de l'implication de tous ses licenciés à partir du niveau cadet. Pour information, la liste des épreuves est en annexe. Les athlètes peuvent dès lors commencer à se positionner sur les épreuves pour les **deux** dates.

Vie du club :

◆ Point sur les licenciés :

A ce jour, 133 athlètes sont licenciés soit une augmentation de + 20% par rapport à l'an dernier.

◆ **Entraînement** : Yann Degouet qui désire poursuivre sa formation entraîneur « jeune moins de 12 ans » et Stéphane Larué, cela sous les directives de Janik, apporteront une aide à l'entraînement des benjamins minimales le mardi. Le bureau se félicite de cette initiative et favorisera cette implication dans la structure d'encadrement.

◆ Pour la formation jury en lancers où sont inscrits Florent Douvry et Marc Pottier, les épreuves théoriques auront lieu à Mondeville le 16 Mars 2013.

◆ Une journée de prorogation des jurys est prévue le samedi 13 mars à Caen, Patrick Tranchant et Serge Leduque assisteront à cette mise à niveau. Philippe Peccate, absent, ne pourra y participer.

◆ Philippe Peccate a assisté à réunion de préparation à la journée multisports à Perseigne prévue le 1^{er} juin 2013. Le bureau se prononce, sous réserve des contraintes matérielles, pour un atelier saut en longueur. Par ailleurs, des flyers seront distribués au centre Paul Gauguin pour informer de la journée du 25 mai et des plaquettes informatives à la rentrée de septembre pour inciter les jeunes du quartier à fréquenter la piste.

◆ Entraînement du mercredi :

Rappel : Le mercredi, comme pour toutes les séances d'entraînement du club, la présence d'un membre du CA est requise. Le mercredi, Philippe Peccate assure cette fonction de représentation mais aussi, du fait du grand nombre de jeunes, prête son concours à la mise en place des ateliers proposés par l'entraîneur Janik. Cependant, Philippe Peccate a annoncé qu'il ne sera pas présent sur Alençon les 13 et 20 mars, et les 5, 12 et 19 juin. Il s'agit donc de lui trouver un ou des

remplaçants disponibles le mercredi après-midi. Il convient de proposer dès maintenant vos disponibilités, indispensable au bon déroulement des séances.

Le bureau adresse ses remerciements à Henri Blaise-Martin pour sa collaboration sur janvier.

Trésorerie

◆ Dossier CNDS :

Le bureau doit se prononcer sur les actions à mettre en place ou à reconduire.

Afin de respecter les orientations du CNDS et pour favoriser la pratique des athlètes féminines, le bureau réfléchit à la mise en place d'une journée « Athlétisme au féminin » afin de faire découvrir l'athlétisme aux femmes non-licenciées. Les clubs de gymnastique volontaire, de remise en forme pourront être sollicités afin de mobiliser les personnes intéressées. Cette journée sera annoncée avec des affiches et des flyers. Un moment de convivialité clôturera cette journée avec la remise d'un t-shirt souvenir.

Il est également possible de reconduire l'action «meeting » afin de faire découvrir le haut niveau aux jeunes du club peut-être en associant « un copain (ine) ».

La 3^{ème} action pourrait consister à l'achat de matériels spécifiques particulièrement onéreux pour l'organisation de compétitions officielles afin d'accompagner les jeunes, au sortir des kids' Athlé, dans leur parcours sportif au niveau départemental, régional et interrégional.

◆ Suite au vol de St-Lô, la collecte organisée pour pallier la perte des affaires et matériels des jeunes a été un succès; les jeunes ont ainsi pu récupérer leur matériel. A cette occasion, le bureau remercie l'implication du magasin SOBHI Alençon en la personne de Vincent Epiphane et remercie tout particulièrement Dominique Guerlotté.

☞ La prochaine réunion se tiendra le 25 mars 2013.

Fin de séance à 21h35



Photo: P. Tranchant / EU

Interclubs 2013

Les interclubs auront lieu les samedis **4 mai et 18 mai 2013**. Dès maintenant, il va s'agir pour les athlètes de se positionner sur les différentes épreuves. Le club a pour objectif sa qualification en **Nationale 3**, pour cela il doit produire au moins 50 performances. En tablant sur 2 épreuves par athlète, plus les relais, il s'agit d'un objectif à sa portée, il y va de l'implication de tous ses licenciés à partir du niveau cadet. Vous trouverez en annexe page 12 la liste des épreuves.

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

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

A 3Alençon / INTERCLUBS - 4 et 18 MAI 2013

EPREUVES femmes	choix 1	choix 2	choix 3	EPREUVES hommes	choix 1	choix 2	choix 3
100 m				100 m			
200 m				200 m			
400 m				400 m			
800 m				800 m			
1500 m				1500 m			
3000 m				3000 m			
				3000 Steeple			
				5000 m			
MARCHE				MARCHE			
100 Haies				110 Haies			
400 Haies				400 Haies			
HAUTEUR				HAUTEUR			
LONGUEUR				LONGUEUR			
Triple SAUT				Triple SAUT			
PERCHE				PERCHE			
POIDS				POIDS			
JAVELOT				JAVELOT			
DISQUE				DISQUE			
MARTEAU				MARTEAU			
4 X 100				4 X 100			
4 X 400				4 X 400			