



La forme est là

Union Sportive de Roissy en Brie
Section Athlétisme
Affiliation F.F.A 077119
Stade Paul Bessuard
Av. I. Rabin 77680 Roissy en Brie
Tel : 06 12 02 23 80 echosdlusra@hotmail.com
Site internet www.usra77.fr

Bulletin d'informations USRA N°16 – Octobre 2016

USR Adhérent et USR Adhérente bonjour,

Je ne peux pas commencer ce bulletin d'octobre sans avoir une pensée pour notre Phiphi national qui nous a quitté mi-septembre.

Généreux, discret et éternel insatisfait, il enchaînait les marathons et les qualifs pour les France tout en étant mécontent de ses chronos. Nous perdons un pilier du club.

Une grosse pensée à ses proches et tout particulièrement à Joëlle.

Tchao Champion !!!!

Malgré cet évènement tragique, nous souhaitons la bienvenue aux nouveaux et nouvelles qui nous ont rejoints en septembre.

Très beau succès de notre 25^e édition du 10 km Forestier avec 609 arrivés sur le 10 km et un nouveau record de l'épreuve avec un temps canon au-dessous des 30 mn.

Rendez-vous le 17 septembre 2017 pour la 26^e édition qui sera également support du championnat de Seine et Marne.

1- Faits Marquants du mois :

Athlétisme Jeunes :

La reprise a eu lieu le lundi 05 septembre 2016 pour tous avec des effectifs en hausse dans chaque catégorie, ce qui nous a obligé à refuser des inscriptions.

Une réunion d'informations pour les parents a été organisée lundi 26 septembre 2016. Les grandes lignes de la saison ont été présentées :

- 16 Octobre : Challenge de Savigny Le Temple (de Benjamin à Sénior)
- 12 Novembre : Départementaux piste à Fontainebleau (Minimes)
- 20 Novembre : Départementaux piste à Fontainebleau (Cadets à Masters)
(200/1500/hauteur/Triple saut)- 1^{ère} journée et 2^{ème} journée le 4 décembre
- 20 Novembre : Cross de Torcy (Eveil Athlé et Poussins)
- 04 Décembre : Cross du Coq à Roissy/pontault (Eveil Athlé à Masters)
- 11 Décembre : Départementaux de cross Court à Meaux (Cadets à Masters)
- 17 Décembre : Meeting régional (200/400/800/3000)
- 6 Janvier : Meeting régional (200)
- 08 Janvier : Départementaux de cross long à Bussy Saint Martin (Poussins à Masters)

Belle participation des Eveil Athlé, Poussins et Benjamins à la course de Roissy en Brie (23)



Marche nordique :

La marche nordique a repris ses quartiers le mercredi matin de 9h à 10h30 et samedi après-midi de 14h à 15h30.

Les premières sorties ont eu lieu sous le soleil avec de nouveaux et nouvelles pratiquantes encadrés par les anciens (1 an de pratique au club) et animées par Christiane.

A ce propos, Christiane partant en congés pendant 1 mois, les séances du samedi seront animées par Patrice FLOT, secondé par Pierre Luc GAGEY et le rendez-vous sera décalé de 15 mn soit un départ à 14h15.

Nous vous rappelons qu'avec votre licence d'athlétisme vous pouvez vous joindre à eux. Un bon complément de la course.

Running Adultes :

2 plans d'entraînement vous seront proposés en octobre dont un spécifique à la préparation du 10 km de Montereau

Pour ceux ou celles qui se sont fixés des objectifs sportifs pour cette fin d'année, n'oubliez pas de l'indiquer à l'un de vos entraîneurs afin qu'il personnalise votre plan d'entraînement et vous aide à atteindre le but fixé.

N'hésitez pas non plus à faire vos remarques sur le contenu des entraînements.

La nuit tombe de plus en plus tôt, pensez à venir aux entraînements avec votre lampe frontal ou autre. Dans la mesure du possible, nous essayerons de faire quelques sorties en forêt.

2- Les résultats significatifs de septembre :

Retour gagnant pour Elise **HURTEAUX** qui termine 1^{ère} Séniors Femme aux Trails de Tournan et de Germigny l'Evêque.

Un grand bravo à Nathalie **SOYER** qui termine 20^{ème} Masters 1 au Championnat de France de Marathon de Tours en battant son record personnel et celui du club en **3h37'42''**

Félicitations à :

- Nadège **OHREL** pour sa 2^{ème} place en Masters 1 au Trail de Tournan en Brie
- Annabelle **JUSTIN** pour sa 1^{ère} place en Masters 1 au Trail des vendanges à Quincy
- Benjamin **PREVOST** pour sa 3^{ème} place en Espoir à Roissy et sa 1^{ère} place en Isère sur un 11 km avec du dénivelé.
- Pascale **TANGUY** qui se qualifie pour les France du 10 km sur le 10 km forestier de Roissy
- Mathis **JANSSENS** 1^{er} Benjamin à Roissy
- Thomas **SOTTOU** 3^{ème} Benjamin à Roissy
- Maïwen **GELEBART** 2^{ème} Eveil Athlétisme à Roissy
- Christiane **GAUDRIN**, notre présidente, 2^{ème} Masters 3 à Provins



Nos encouragements également à :

- Laurence **BELEYER** , 6è au trail de Fontainebleau, après une longue absence

Et aux nouveaux et nouvelles venues au club qui se sont testés sous les couleurs du club au 10 km forestier

- Pascal **ALBERTALLI**
- Christophe **ISOLA**
- Natacha **FOISSY**
- Carlos **GOMES**
- Aurélie **ROSA**
- Karine **DARNET-GINOTA**

Et à ceux qui nous ont rejoints après s'être testé sur le 4,8 km ou 10 km Forestier

- Myriam **BENZIDANE**
- Christiane **NOA BILOA ETOGA**
- Christian **BRUNET**

Petite info ou rappel pour les autres, dès que vous participez à une course, n'oubliez pas de transmettre vos résultats à Roland à l'adresse suivante rbdq@hotmail.fr.

3- L'agenda sportif de l'Automne :

Dimanche 02 octobre 2016 :

NANDY - 26 km (Trail du Four à chaux) Trail Challenge 77) (Offerte par le Club)

MARCQ EN BAROEUIL - Championnat de France – Semi-marathon
Tous nos encouragements à nos 2 représentantes Nadège OHREL et Nathalie LUVET

Dimanche 09 octobre 2016 :

AMIENS – 100 km (Championnats de France) : Tous nos encouragements à Philippe OHREL, Jean-Pierre CHASTANG et Nathalie SOYER

Dimanche 16 octobre 2016 :

ST PIERRE LES NEMOURS – 22 km (Trail du Mont Sarrazin) (Trail challenge 77) (Offerte par le Club)

Inscriptions au local ou par internet (courriel à venir) **AVANT LE**

09 OCTOBRE 2016.



Dimanche 23 octobre 2016 :

MONTEREAU FAULT SUR YONNE – 10 km (Route Challenge 77 – A)
(Offerte par le Club)

Inscriptions par internet (courriel du 23 septembre de J.P. Chastang)

AVANT LE 05 OCTOBRE 2016.

Dimanche 06 Novembre 2016

PARIS : Ekiden (équipe de 6) : 3 équipes ont été constituées pour représenter le club dont une 100 % féminine

Voilà, c'est tout pour aujourd'hui,

N.B. : Compte tenu de la disparition de Philippe ROUX, la réunion de bureau du 22 septembre 2016 a été annulé (jour des obsèques)

Sportivement vôtre
Mickaël
Pour le compte de l'USRA

Comité directeur de L'US Roissy Athlétisme :

Présidente : Christiane GAUDRIN

Vice-Président : Jean-Pierre CHASTANG

Secrétaire : Françoise AMARY

Trésorier : Pascal DUMAS

Trésorière adjointe : Nadège OHREL

Coordinateur Jeunes : William MOUKOURI KWEDI

Entraîneurs : Nathalie SOTTOU, Elise HURTEAUX, Joël MARTIAL, David GAUVIN, Pierre-Luc GAGEY, Mickaël LEFEUVRE

Webmaster : Achour IDRES