



**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°15 – Septembre 2016**

Bonjour à tous et toutes adhérents et adhérentes

Nous espérons que vous avez passé de très bonnes vacances et que vous avez pu recharger vos batteries pour attaquer cette nouvelle saison de bon pied.

Après la Journée des Associations qui a eu lieu ce samedi et la course nature de Tournan en Brie pour 10 d'entre nous, dimanche, la semaine sera importante pour le club avec la reprise de l'entraînement pour les jeunes, le 05 septembre et la 25<sup>e</sup> édition de notre 10 km forestier (le 11/09).

D'ors et déjà, nous vous remercions pour votre participation en tant que bénévoles. Merci également à ceux ou celles qui souhaitaient courir le 10 km et qui ont joué le jeu en trouvant des bénévoles pour les remplacer.

Enfin, pour tous ceux ou celles qui souhaitent participer à une compétition courant septembre, n'oubliez pas de renouveler votre licence ou au moins d'avoir un certificat médical récent en votre possession.

Bonne rentrée à tous et à toutes

### **Au sommaire de ce bulletin :**

- Un retour sur la réunion de bureau du 30 août 2016
  - les résultats significatifs de l'été
- un focus sur le nouveau règlement du challenge club
  - les dates à retenir

### **1- Compte rendu de la réunion de Bureau du 30 août 2016 :**

Présents : Christiane, Françoise, Pascal, Nadège, Nathalie, Mickael, Jean-Pierre, Jean-Marie

#### **Point financier**

Les comptes ont été transmis par Christiane à Pascal Dumas et Nadège Ohrel (trésoriers de la section).

-Présentation du budget 2017 : 29787 € de dépenses prévues et 29827 € de recettes. Discussion sur l'augmentation des entraîneurs rémunérés : ils ont le même salaire depuis 10 ans.

Il a été décidé de les augmenter de 10€/mois (en indemnités kilométriques) ce qui correspond à une augmentation d'environ 5% mais il leur sera demandé de remplir les objectifs (engager leurs athlètes sur au moins 4 compétitions dans l'année). Ils seront indemnisés lors des déplacements aux compétitions.



### **Communication**

A été mis en place le système d'inscription par Internet (Inscription facile.com ou Doodle) aux différents évènements de la section : inscriptions aux courses OPC ou autres, entraînement du samedi matin à Décathlon, présence au Forum des Associations..., cela fonctionne bien mais ne remplace pas totalement le papier. A mettre également en place pour la communication avec les parents pour les compétitions des jeunes.

### **Rentrée sportive**

Pour les jeunes, la rentrée aura lieu le lundi 5 septembre.

Une permanence pour l'accueil des parents sera mise en place aux horaires d'entraînement :

Lundi à 17h45 : EA - PO - BENJ et à 19h MIN - CADETS - JUNIORS

Mercredi à 17h au Gymnase Mandela : EA

Jeudi à 17h45 : PO et à 19h MIN - CADETS - JUNIORS

Une décharge sera à remplir par les parents pour tout nouvel arrivant non inscrit. Il sera indispensable que tous les parents passent au secrétariat pour vérifier les inscriptions.

### **Compétitions**

- EA/PO : sont prévues 6 compétitions par an  
10 km Forestier - Cross du Coq - animations à voir avec les clubs de notre groupe (zone Nord) - course d'Ozoir
- Jeunes : les entraîneurs étant absents à la réunion. Il leur sera demandé de participer à 4 compétitions dans l'année + les Interclubs
- Adultes : courses OPC prévues
  - Provins le 18/09 - 16,7 km (A)
  - Nandy le 2/10 - trail du Four à Chaux de 26 km
  - St Pierre sur Nemours le 16/10 trail du Mont Sarrazin de 22 km
  - Montereau le 23/10 - 10 km (A)

Il est prévu de participer à l'Ekiden de Paris le 6/11 : relancer les adhérents pour constituer les équipes car il faut faire les inscriptions fin septembre.

### **Forum des Associations** samedi 3 septembre de 10h à 18h

Installation du stand vendredi après-midi : Christiane, Jean-Marie et Françoise (prévoir le matériel à apporter)

Permanence du stand : un Doodle va être envoyé à tous les adhérents avec les plages horaires

Animations EA : 10h30 - 11h30 Christiane Micka    14h - 15h et 15h30 - 16h30 :  
Christiane Nathalie Sottou



### **Formations**

Différentes formations sont proposées pour devenir entraîneur :

ABC : Savigny le 8/10

-12 ans : Savigny du 21 au 23 octobre

Bases athlétiques : Savigny du 28 au 31 octobre. Jean-Pierre s'inscrit à cette formation

### **Questions diverses**

- 10 KM Forestier : les bénévoles sont attendus pour le samedi 10 et le dimanche 11. Pour l'instant, la liste s'allonge et l'organisation se met en place.
- Lundi 26 septembre à 19h : réunion avec les parents pour donner des informations générales sur la vie au club et les entraînements (matériel nécessaire...), sur les compétitions, la communication par mail

**Prochaine réunion : jeudi 22 septembre à 20h45 (compte rendu dans le prochain bulletin)**

### **2- Les résultats significatifs de l'été :**

Comme chaque été, notre club a été représenté au-delà des frontières de l'Île de France, comme :

-le Golfe du Morbihan avec Nathalie **SOYER**

-la Corrèze avec Philippe **OHREL**

-la Corse avec David **GAUVIN** et le local Didier **KENNEL**

-la Vendée avec Annabelle et Thierry **JUSTIN**

A cette occasion, **Annabelle** a terminé brillamment à **la première place en Masters 1 sur le 10 km de Notre Dame de Monts. Bravo à elle qui en a profité également pour se qualifier pour les France du 10 km de 2017.**

Autre podium pour **Benjamin ROCCA** qui termine 3<sup>e</sup> en Masters 1 à Bourron-Marlotte sous une température de 36 degrés à l'ombre : **Bravo à lui aussi et aux 3 courageux (Philippe OHREL, Nadège OHREL et Pascal DUMAS) qui l'ont accompagné à cette course fin août.**

**Bravo également à notre présidente Christiane GAUDRIN, 1<sup>ère</sup> Masters 3 sur le 10 km sélectif de Dammartin sous Tigeaux**



### **3- L'agenda sportif de la rentrée :**

#### **Samedi 17 septembre 2016 :**

**OZOIR LA FERRIERE** – Meeting Relais (Piste -épreuves qualificatives pour les France) (Offerte par le Club)

Inscriptions auprès de Joël MARTIAL et de Françoise AMARY au local **AVANT LE 15 SEPTEMBRE 2016**

**De 15h à 17h : 4x100m 4x200m et 4x400m (H et F)**

#### **Dimanche 18 septembre 2016 :**

**PROVINS** - 16,7 km (Course sur route Challenge 77 - A) (Offerte par le Club)

Inscriptions au local ou par internet (voir courriel de J.P. CHASTANG du 30 août 2016) **AVANT LE 13 SEPTEMBRE 2016**

#### **Dimanche 02 octobre 2016 :**

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

Inscriptions au local ou par internet (courriel à venir) **AVANT LE 27 SEPTEMBRE 2016.**

**MARCQ EN BAROEUIL -Championnat de France – Semi-marathon**  
(Offerte uniquement aux qualifiées)

#### **Dimanche 09 octobre 2016 :**

**AMIENS** – 100 km (Championnats de France)

#### **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 au local ou par internet (courriel à venir) **AVANT LE 05 OCTOBRE 2016.**

### **4- Informations Diverses :**

Même si elle n'est pas offerte par le club, nous vous proposons de participer à l'Ekiden de Paris qui aura lieu le 06 novembre 2016. Si vous êtes intéressé, il conviendra de vous inscrire **AVANT LE 30 SEPTEMBRE 2016** sur la liste qui sera affichée au club ou par internet (voir courriel du 24 août 2016 de Pascal DUMAS) . En fonction du nombre de volontaires, nous établirons les équipes.

Les entraînements sur piste pour les adultes ont repris depuis le mardi 16 août 2016.

Tant que les conditions climatiques et la lumière du jour nous permettront de courir en forêt, nous éviterons la piste.



En effet, compte tenu des travaux pour l'installation d'un terrain synthétique pour le football, nous devons partager de temps en temps la piste avec la section football jusqu'à fin octobre.

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

**Un nouveau règlement du challenge club a été adopté par le bureau. Il est applicable depuis le 25 juin 2016. Voici l'intégralité du règlement :**

*Le challenge se déroule sur la période comprise entre 2 soirées Inter-Génération situées traditionnellement à la fin du mois de juin.*

*Lors de cette soirée, la section procède aux remises de récompenses du Challenge. Sont récompensés :*

- *le 1<sup>er</sup> homme et la 1<sup>ère</sup> femme du « challenge hors stade »,*
- *les 1<sup>ers</sup> et 1<sup>ères</sup> de chaque catégorie du « challenge athlétisme » sous condition d'avoir participé à au moins 4 compétitions durant la saison,*
- *les 1<sup>ers</sup> et 1<sup>ères</sup> de chaque catégorie du « challenge jeune » sous condition d'avoir participé à au moins 4 compétitions durant la saison.*

*Concourent à ce challenge tous les licenciés USRA qui participent à toutes courses à pieds hors stade ou compétitions d'athlétisme à la condition de courir au nom du club (inscription au moyen de la licence USRA) et sous les couleurs de l'USRA (port d'une tenue du club lors des compétitions et lors de la remise des récompenses).*

*Le challenge club se décompose en 3 classements : le « challenge hors stade », le « challenge athlétisme » et le « challenge jeunes » :*

- *Le « challenge hors stade » porte sur toutes les compétitions hors stade (route, nature ou cross) et concerne les catégories de cadet à master.*
- *Le « challenge athlétisme » porte sur toutes les compétitions d'athlétisme et concerne les catégories de cadet à master.*
- *Le « challenge jeunes » porte sur toutes les compétitions hors stade ou athlétisme et concerne les catégories d'école d'athlétisme à minime.*

*Les athlètes sont classés en fonction du nombre de points obtenus du plus grand nombre au plus petit selon les modalités suivantes :*

### **Athlétisme**

*- Ecole d'athlétisme à minime: Application des tables de cotation FFA attribuant un maximum de 45 points*

*- Cadet à master : Application du barème de la « Table Hongroise »*

*Bonifications pour toutes les catégories :*

- *Bonification de 100 pts par épreuve à des championnats de France,*
- *Bonification de 50 pts par épreuve à des championnats régionaux,*
- *Bonification de 30 pts par épreuve à des championnats départementaux.*



### **Hors stade**

*Points attribués en fonction de la place au classement général, rapporté au nombre de coureurs, dans la limite de 50 points + bonification de la distance de la course selon la formule suivante :*

*$$[(\text{Coureurs classés} - \text{classement scratch} / \text{coureurs classés}) \times 49] + 1$$
 + Distance de la course*

*Dans le cas d'une compétition comprenant moins de 50 coureurs classés, les points (hors distance) sont proratisés en fonction du nombre de coureurs classés. Dans la formule 49 sera remplacé par le nombre de coureurs classés.*

*+ Bonifications :*

- Bonification de 20 points attribuée à tous les coureurs participants (en individuel) à une course du challenge de Seine et Marne (route ou trail) à la condition qu'une équipe USRA soit classée.*
- Bonification de 20 points attribuée à tous les coureurs participants à une course en relais à la condition que tous les relayeurs soient licenciés USRA.*
- Bonification de 100 pts par épreuve à des championnats de France,*
- Bonification de 50 pts par épreuve à des championnats régionaux,*
- Bonification de 30 pts par épreuve à des championnats départementaux.*

*N'est retenue qu'une compétition par jour, celle qui produit le plus de point.*

### **NB**

- Les participants d'un relais, s'il est composé uniquement de coureurs USRA, marquent les points relatifs au classement de l'équipe et les points relatifs à la distance parcourue par chaque coureur*
- A partir de la décimale 5 les points sont arrondis au nombre supérieur (ex : 12,3 = 12 et 12,5 = 13)*
- Attribution d'1 point minimum par compétition terminée*

Voilà, c'est tout pour aujourd'hui, de nouveaux et nouvelles adhérentes vont nous rejoindre ce mois-ci, alors bienvenue au club !!!!!

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**