



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°26 – Septembre 2017

Cher USRAadhérent, chère USRAadhérente,

Le temps est venu de ranger la crème solaire et de ressortir ses affaires de sport.

C'est la rentrée, une période chargée et importante pour notre club, car il faut préparer la journée des associations du 9 septembre, accueillir les nouveaux adhérents, enregistrer les renouvellements tout en préparant le 10 km forestier du 17 septembre qui sera cette année, support des championnats de Seine et Marne du 10 km. Chaque adhérent est donc le bienvenu pour aider le club à réussir ses différents rendez-vous.

En attendant, au nom des entraîneurs et des membres du bureau, nous vous souhaitons une très bonne rentrée 2017.

Nous souhaitons également la bienvenue aux nouveaux adhérents et bon vent à ceux et celles qui ont quitté le club pour cette saison, et notamment à **David Gauvin** qui a passé une quinzaine d'année au club aussi bien en tant que coureur mais également en tant qu'entraîneur des adultes.

Merci pour tout David et à bientôt, tu seras toujours le bienvenu parmi nous.

Pour ce numéro de septembre, vous retrouverez les résultats significatifs de l'été, l'agenda sportif, l'actu de chaque catégorie d'âge.

Bonne lecture,

1- Les résultats significatifs de l'été 2017 :

18 adhérents ont participé à 11 compétitions au cours de l'été.

Comme chaque année, le maillot de l'USRA a été vu dans toute la France à Vannes (Morbihan), Saint Hilaire de Riez (Vendée), Ressons Le Long (Aisne), Ospedale (Corse), Boyardville (Charente Maritime), Longeville sur Mer (Vendée), Saint Sauveur (Garonne), Montferrat (Isère).

Parmi les nombreux résultats, coup de chapeau à :

-**Stéphanie PIFFETEAU** : 3^{ème} Master 1 aux 10 km de Dammartin sur Tigheux

-**Thierry BOCHATON** : 1^{er} Master 2 sur les 5 km de Ressons Le Long et Montigny Lengrain

-**Christiane GAUDRIN** : 2^{ème} Master 3 sur les 10 km de Dammartin sur Tigheux

-**Nathalie SOYER** : 3^{ème} Master 1 sur les 10 km de Bourron Marlotte

2- L'agenda sportif de l'automne 2017 :

Course des Remparts – Provins (77) : Dimanche 10 septembre 2017

-6 km et 16,761 km (9h et 10h)

La Germinoise – Germigny L'Evêque (77) : Dimanche 10 septembre 2017

-14 km (9h45) – Course OPC –

10 km Forestier – Roissy en brie (77) : Dimanche 17 septembre 2017

-à voir avec le bureau si le nombre de bénévoles est suffisant



Championnat de France d'Ekiden – Liévin (62) : Dimanche 24 septembre 2017

-équipe féminine et master hommes qualifiés

Trail du Four à chaud – Nandy (77) : Dimanche 1er Octobre 2017

26 km (9h30) – Course OPC

Lien envoyé par Jean-Pierre CHASTANG vers le 10 septembre 2017

Foulées Monterelaises – Montereau Fault Yonne (77) : Dimanche 29 Octobre 2017

10 km (10h) – Course OPC

Lien envoyé par Jean-Pierre CHASTANG vers le 10 septembre 2017

Championnat de France du 10 km – Aubagne (13) : Dimanche 29 Octobre 2017

Minimas par catégorie à atteindre pour participer

*OPC : Offerte Par le Club

4-L'actu des différentes catégories :

Athlétisme Jeunes :

-EA/PO (entraîneurs : Jean-Pierre, Aomar, Christiane, Nathalie)

Reprise des entraînements le lundi 11 septembre 2017 à 18h.

1^{ère} compétition : le 17 septembre 2017 Course 1 km à Roissy en Brie

-BENJ/MIN (Entraîneurs : Elise et Joël)

Reprise des entraînements le lundi 11 septembre 2017 à 17h45 (Benjamins) et 19h (Minimes).

1^{ère} compétition : le 17 septembre 2017 Course 2 kms à Roissy en Brie

-CAD/JUN/ESP/SENIORS (Entraîneurs : Elise et Joël)

Reprise des entraînements le lundi 11 septembre 2017 à 19h.

Marche nordique : (Entraîneurs : Christiane et Patrice)

Reprise après la trêve estivale le mercredi matin (9h/10h30) et le samedi (14h/15h30). Comme la saison dernière, les « running Adultes » peuvent se joindre au groupe en complément de leur entraînement.

Running Adultes : (Entraîneurs : Pierre-Luc et Mickaël)

Les entraînements collectifs encadrés sur la piste ont repris depuis le jeudi 17 août 2017 à 18h45. Pas de changement rendez-vous tous les mardis et jeudi de 19h à 20h30 au stade



5- Compte rendu de la dernière réunion de bureau du 31 Août 2017 :

Compte-rendu Réunion Bureau du 31 Août 2017

Présents : Christiane, Françoise, Pascal, Jean-Pierre, Nadège, Pierre-Luc, Joël, Nathalie, Elise,

Excusés : Aomar, Mickael

Préparation rentrée 2017-2018 :

1) La rentrée

La rentrée pour les jeunes se fera le lundi 11 septembre.

Les inscriptions débuteront vers 17h15 et les 1er cours à 17h45.

Une réunion avec les parents aura lieu le lundi 2 octobre à 18h45 sur le stade.

Comme l'année précédente, on fera remplir une fiche à tous les enfants qui ne sont pas encore inscrits. On acceptera un cours d'essai et on demandera ensuite l'inscription de l'enfant.

2) Organisation pour les compétitions

On maintient les inscriptions par mail pour les EA/PO et aussi les autres catégories de jeunes. Il faudra peut-être revoir la formule pour obtenir une réponse « oui ou non ».

Le problème avec les jeunes est le manque de motivation car compétitions de haut niveau malgré les incitations de la part des entraîneurs.

On maintient la participation à 4 compétitions dans l'année.

3) Objectifs:

EA/PO :

Idem que l'année précédente

Jeunes :

Participation aux cross.

Cette année, les Minimes peuvent aller jusqu'en Championnat de France et les Benjamins jusqu'au LIFA

Petit rappel : la piste est disponible le mercredi de 17h à 20h

Adultes :

Inscriptions aux courses comme l'année précédente.

Maintenir les plans d'entraînement : route et trail + marathon pour les préparations. Ainsi les athlètes peuvent s'entraîner seuls si besoin.

Pierre-Luc continue les entraînements tant qu'il est disponible, Micka assure le mardi et Joël propose de faire le jeudi soir pendant 15 ' en début de séance un travail de foulées et de renforcement musculaire.

Objectifs : cross – qualifications aux Championnat de France (prévoir le financement car déjà 2 équipes en EKIDEN en 2017 et 2 athlètes qualifiés sur marathon Nathalie et Philippe) – Championnat de France du 800 m pour Elise en Master

Courses OPC du mois de septembre :

- Bourron-Marlotte le 2 septembre -10 km route

- Germigny l'Evêque le 10 septembre -14 km

Formations :

- Colloque Pass Athlé le 23/09 à l'Insep : Nathalie – Aomar – Jean-Pierre

- ABC le 30/09 à Savigny : Corinne Milesi

- Bases athlétiques les 01-07 et 08 /10 avec examen le 14/10 : Aomar ?

- Entraîneur -16 ans 1er degré : Aomar, Christiane, Jean-Pierre et Nathalie qui a déjà la formation Entraîneur -12 ans

- Formation Officiel Adulte à proposer aux parents intéressés les samedi 14/10 à Lagny et 24/11 à Melun

- Formation Animateur 1er degré marche Nordique : les 23-24/09 et 7-8/10 : Patrice ?

Forum des Associations :

Samedi 9 Septembre avec créneaux d'animations pour les enfants le matin et l'après-midi.

Installation soit le vendredi après-midi soit le samedi à 8h

Ouverture au public de 9h à 18h.

Tenue du stand USRA : pascal, Nathalie, Françoise, Christiane, Micka, Jean-Marie

Animation : Jean-Pierre (l'après-midi), Christiane, Micka,

Maillots :

Pour les jeunes, prendre systématiquement la taille à l'inscription.

Pour les EA/PO, actualiser le pool de maillots à emporter aux compétitions.

BENJ/MIN : donner les maillots aux entraîneurs en début d'année pour l'année.

CADETS : maillot offert à l'inscription mais si engagement aux compétitions.

Questions diverses :

Prochaine AG : vendredi 8 juin 2018

Propositions de sortie club : Trail Blanc dans le Jura en hiver, marathon du marais Poitevin en juin (avec marathon, marathon en duo, 10km et marches de 11 et 15 km) mais date pas Ok. A revoir

4 à 6 jeunes MIN et CAD du club de Triathlon de Champigny souhaiteraient courir les cross sous nos couleurs et prendraient seulement la licence FFA : on demanderait 60 € par athlète pour l'année.

Bonne rentrée à tous !!!!!!!!!!!!!!!

Prochain bulletin d'information début octobre

Mickaël, pour le compte de l'U.S.R.A.

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, Jean-Pierre CHASTANG, Aomar NAIT-DAOUD, Elise HURTEAUX, Joël

MARTIAL, Pierre-Luc GAGEY, Mickaël LEFEUVRE

Webmaster : Achour IDRES