

NEWSLETTER

SEPTEMBRE 2023

RESULTATS

Trail du Bélier, La Clusaz

23 au 25 août 2023

Frederic DAVID en équipe avec Alain EMONET a participé au Trail du Bélier sur un parcours de 42km.

ils réalisent une course en 4:31:24 et décrochent la 11ème place en équipe homme

HUDRY Jean, de son côté se classe 2ème au 27km en 1:58:12 dans la catégorie senior.



UTMB (Ultra trail du Mont Blanc), Chamonix

28 août au 03 septembre 2023

1 précieuse médaille a été décrochée lors de cet événement !!!

Mathilde COULON termine 2eme à la MCC en 4h05:37 en 20-34W

YCC - U18 M

- Thomas BURILLIER 45ème en 1h00:28

YCC - U20M et W

- Nathan DESGRANGES 28ème en 1h49:48

- Laouen BERTIN 21ème en 1h42:16

- Maxence FENET 19ème en 1h41:53

- Léane ROSSAT 7ème en 1h57:04

YCC - 20-34 M

- Zian COLLOMBIER 12ème en 1h31:37

MCC - 20-34 M et W

- Yannis DUPONT 46ème en 4h14:20

- Louis THERON 5ème en 3h27:58

- Colin OLIVERO 19ème en 3h46:07

- Marine NORET 16ème en 5h06:40

MCC - 35-39 M

- Kelig HOUZE 254ème en 6h50:35

MCC - 40-44 M

- Vincent VIET 1er en 3h25:46

- Didier THAIFFEY-RENCOREL 4ème en 3h50:37

- Clément DESILLE 34eme sur l'UTMB



ACTUALITES



Préparation de la rentrée

A la veille de la rentrée, les coachs se sont réunis afin de présenter leurs plans d'entraînement pour la saison 2023/2024.

Parmi eux, sont arrivés cette année David FASSEU (coach sprint haies), Guilhem BARTHES (manager des coachs), Marie BARTHES (coach perche) et Claire (coach sauts).

Du côté des juges, on a le plaisir d'accueillir Sabine ROUX, juge fédéral.



Vital'sport 2023

Le week-end du 9 et 10 septembre 2023 a eu lieu l'édition 2023 du Vital'sport.

Le club était présent à cet évènement et proposait un parcours mêlant des petites haies, plots, cerceaux ainsi qu'un atelier d'initiation à la perche.

Merci à tous ceux qui sont venus nous aider durant le weekend !



Kinder enjoy of moving

Le club a participé à l'évènement proposé par la FFA : le *kinder enjoy of moving* proposé aux enfants âgés de 7 à 11 ans lors d'un samedi après midi.

Au menu : ateliers, défis sportifs et des récompenses à la fin de journée.



Assemblée générale

L'assemblée générale du club s'est déroulée le 29 septembre 2023. C'est dans un esprit de convivialité que le bilan de l'année 2022/2023 a été présenté..

La saison 2023/2024 étant déclarée ouverte avec un total de 320 licenciés et de nombreux objectifs.

Un grand merci, à la ville ainsi qu'au département qui nous apporte leur soutien pour cette année.

CALENDRIER - EVENEMENTS A VENIR



Equip'athlé tour automnal - U14/U16
Thonon- les-Bains



Interclubs jeunes U18 / U20 / U23
Aix-les-Bains



Meeting de Faverges - U14/U16
Faverges



finale interclubs jeunes
Sarran

Retrouver nous sur nos réseaux sociaux !



A LA RENCONTRE DE JEAN HUDRY



Philosophie de vie : se fixer des objectifs, essayer de les atteindre, mais toujours en gardant en tête que pouvoir se fixer des objectifs c'est déjà être privilégié

Trois mots pour se décrire : positif, déterminé, compréhensif

Péché mignon : pizza / glace (c'est tellement régulier que je ne sais si on peut parler de péché mignon)

Un mot pour décrire ton groupe : passion

Pourquoi as tu choisi de pratiquer le trail / running ?

Après avoir longtemps pratiqué le tennis j'ai senti le besoin de me fixer de nouveaux objectifs, d'explorer de nouveaux horizons.

Comment te prépares tu la veille d'un championnat/d'une course ?

J'aime bien essayer de nouvelles choses la veille d'une course au niveau de l'entraînement. Mais de manière générale, j'essaie de me reposer au maximum, de bien m'hydrater et de visualiser le scénario de course idéale !

Quel(s) conseil(s) pourrai tu donner pour atteindre ses objectifs ?

Avoir des objectifs et des séances d'entraînements qui font envie. Le plaisir doit rester au coeur de la pratique quelque soit le niveau du coureur.

" Savoir faire preuve de patience", c'est la maître mot dans la vie mais ça l'est encore d'autant plus en trail et dans le sport de haut niveau !

Quel est ton meilleure souvenir au sein du club et/ou de ton groupe ?

En tant que passionnée d'entraînement, j'aurai tendance à garder en mémoire certaines grosses séances d'entraînement sur piste ou sur les sentiers avec les copains !