



Union Sportive de Roissy en Brie
Section Athlétisme
Affiliation F.F.A. 077 119
Stade Paul Bessuard
Av. I. Rabin 77680 Roissy en Brie
Tel : 06 08 85 94 40 echosdlusra@hotmail.com
Site internet www.usra77.fr

La forme est là

Bulletin d'informations de l'USRA – Septembre 2021 – N°67

C'est la rentrée et nous espérons que vous avez passé un bel été.

L'heure est venue de reprendre le chemin du stade sans avoir oublié de renouveler votre inscription pour cette nouvelle saison 2021-2022. Vous pouvez, dès maintenant, déposer votre dossier complet dans la boîte aux lettres USRA à l'entrée du stade ou venir au local avant le début des séances d'entraînement des jeunes.

Les adultes hors stade ont déjà retrouvé la piste d'athlétisme depuis le **17 août**. Les séances de Paléo reprennent le mercredi **1^{er} septembre** à 18h30. Pour les jeunes, la reprise est fixée au lundi **06 septembre**.

Le club sera présent au forum des associations qui aura lieu le samedi **04 septembre** à partir de 10h au gymnase Nelson Mandela. Vous pourrez également, à cette occasion, mettre à jour votre dossier de réinscription.

A ce sujet, nous avons besoin de quelques personnes pour tenir le stand durant la journée. Si vous êtes intéressé, merci de vous rapprocher de Pascal ou Françoise.

Enfin, une autre date importante pour notre club, le dimanche 12 septembre pour l'organisation de la 29^e édition du 10 kms Forestier.

Pour les adhérents souhaitant courir le 10 kms ou participer à la marche nordique, il convient de nous en informer avant le 05 septembre et à condition d'avoir une personne pour vous remplacer en tant que bénévole.

Pascal, notre président, vous invite ci-dessous à nous rejoindre en tant que bénévole.

Bonne lecture.

Mickaël

1. Le mot du président :

Bonjour à tous,

La rentrée approche à grands pas, et avec elle notre traditionnel et festif "**10KM FORESTIER**" ! Après l'édition 2020 qui a dû être annulée pour cause de pandémie, nous nous sommes lancés à fond dans l'organisation de l'édition 2021, qui aura lieu le dimanche 12 septembre prochain.

Nous avons encore besoin de bénévoles pour que tout se passe pour le mieux.

Évidemment, bénévoles comme participants (majeurs) devront présenter un pass sanitaire.

Si vous ne vous êtes pas encore manifestés (panneau d'affichage au club, SMS, mail ...) mais que vous êtes disponibles le 12/09 et que vous souhaitez donner un coup de main, **n'hésitez plus et répondez à l'adresse courriel suivante** echosdlusra@hotmail.com.

Pas d'inquiétude, il y a toutes sortes de postes, adaptés aux compétences et aux capacités de chacun. Seul impératif, il convient de se lever tôt, la première course partant à 9h.

Merci



Pascal DUMAS
Président de l'USRA



2. Compte-rendu de la dernière réunion du Comité d'organisation du 21 août 2021 :

Présents : Nadège, Christiane, Françoise, Pascal, Micka, Pierre-Luc, Patrice, Jean-Marie,

Excusé(e)s : Stéphanie, Nathalie, Edith, Djamel

Protocole sanitaire :

Le Pass Sanitaire sera demandé à chaque personne adulte souhaitant accéder au Village. Il lui sera alors donné un bracelet en papier à garder durant toute la matinée ainsi qu'un masque jetable. Du gel hydro-alcoolique sera également à disposition.

Les coureurs doivent également montrer leur pass sanitaire pour obtenir le dossard.

Les bénévoles et les prestataires doivent également avoir un pass sanitaire.

Il faudra au moins 5 bénévoles plus un agent de la Police Municipale pour effectuer cette vérification.

Commande de 2000 bracelets : vert fluo avec 10KM FORESTIER en noir (Françoise).

Pascal a récupéré des masques auprès de La Pharmacie de la Gare.

Les coureurs ou marcheurs devront avoir un masque au départ des courses et le garder jusqu'au chemin qui mène à la forêt. Un panneau leur indiquera 'la Fin de Zone de port du masque'. Il devra être conservé pour le remettre à l'arrivée.

Village Partenaires :

- Ostéopathes : l'ISO nous lâche cette année : ils n'ont pas obtenu l'agrément pour ces stages étudiants. Voir avec l'autre école l'ESO. (Françoise s'en occupe)
- La Vignery : Pierre-Luc va les revoir
- Les 2 Roues : à revoir aussi (PL)
- Fitness Park : leur demander s'ils souhaitent faire un échauffement ou un parcours ludique pour les enfants (Françoise)
- Mauro : lui demander s'il souhaite tenir un stand (Françoise)
- Cryo77 (Nadège)
- Les Antillais : voir avec Johanna qui est trésorière de l'association (Pascal)
- Podologue (Pascal)

Gymnase :

- Pas de garderie

- Consignes

- Vestiaires fermés mais toilettes ouvertes

- Retrait des dossards adultes et enfants. Pour les retraits club, il faudra que chaque coureur vienne chercher son dossard. On prévientra les clubs au moment de leur inscription.

- Inscription sur place s'il y en a quelques-unes

- **Pôle bénévoles :** au moins 3 personnes pour bien expliquer à chacun leur poste, les mesures sanitaires à respecter et donner le sac de récompense. Prévoir des cafetières et commander des viennoiseries (voir chez Firmin pour 80 viennoiseries).

Zone départ :

Il faudra beaucoup de barrières surtout pour délimiter les sens de circulation à l'entrée du Village et orienter les coureurs vers le Village.

Pas de ravitaillement à l'arrivée et la remise du sac de récompense/ravitaillement se fera au sein du Village.

On va demander à Hatem de gérer l'entrée de la forêt.

Pierre-Luc sera en relation avec la Police Municipale qui doit être présente dès la fermeture de la rue.

Sac de récompenses/ravitaillement :

A faire le samedi car nous avons le ravitaillement le samedi matin.

A mettre :

- Adultes : la serviette cadeau, les flyers des partenaires, une bouteille de 0,5 l, un fruit et un gâteau ou madeleine
- Jeunes : médaille, bouteille d'eau, compote et petit gâteau plus un gadget

Podium :

Pour éviter que ce soit trop long, appeler en même temps l'homme et la femme par catégorie.

Voir si on peut avoir 2 escaliers (montée et descente)



Récompenses : chèques pour les 5 premiers au scratch (250, 150, 100, 70, 50 €), 150 € pour le record. Coupe aux 1^{er} et 1^{ère} de chaque catégorie, médailles aux 3 premières équipes. Coupes aux 1^{er} et 1^{ère} sur le 4,7 km et la Marche Nordique.

Commande de 10 petits bouquets de fleurs pour le podium scratch.

Responsables de secteurs :

Mickaël aidé par Christiane : départ /arrivée

Pierre-Luc : sécurité (police et secouristes)

Patrice et Jean-Marie : Marche Nordique

Djamel : forêt (à la place de Patrice)

Christophe Gidoin : Village Partenaires avec Stéphanie Piffeteau (Podium) et Stéphanie Lehoux (sacs récompenses)

Christian Perrier : contrôle anti-dopage avec 3 escorteurs H et 3 escorteurs F

Motards : Christian P, Olivier (scooter) et voir avec le mari de Vanessa (Françoise)

Nadège : Gymnase

Françoise : dossards et relation avec l'informatique

Elise souhaiterait faire la « mascotte » de la course : réfléchir à un déguisement

Meneurs d'allure :

40' : Tony

45' : Jonathan

50' : Fabien

55' : Marie

60' : Jérôme

Prochaine réunion prévue pour début septembre

3. Actualité des différentes catégories d'âge

Eveil Athlétisme/Poussins(es) : (Entraîneur salarié : Johan assisté de Sandrine, Zahra, Christiane, Fatima, Thomas)

Reprise des entraînements **le lundi 06 septembre 2021.**

Eveil d'Athlé (2013-2015) :

Lundi de 18h15 à 19h15 (stade)

Mercredi de 17h à 18h15 (Gymnase Mandela)

Poussins (2011-2012) :

Lundi et jeudi de 18h à 19h30 (stade)

Benjamins/Minimes/Cadets/Juniors /Espoirs/Adultes Athlétisme

(Entraîneurs salariés : Elise & Joël) :

Reprise des entraînements **le lundi 06 septembre 2021.**

Benjamins (2009-2010) :

Lundi et jeudi de 17h45 à 19h

Minimes (2007-2008) :

Lundi et jeudi de 19h à 20h30

Autres catégories (2006 et avant) :

Lundi et jeudi de 19h à 21h

Adultes Hors Stade : (Animateurs : Michel, Mathieu, Nadège et Pierre-Luc)

La plupart des adultes hors stade ont déjà repris l'entraînement sérieusement puisque les premières compétitions arrivent dès le week-end du 04 septembre avec les France du 10 kms à Langueux, les départementaux de Trail à Tournan le 05, les France de semi aux Sables d'Olonne le 19 et les France d'Ékiden le 26, sans oublier les marathons de Paris (18 octobre), les France à Rennes le 25 octobre et Nice-Cannes le 28 novembre.

Dès le 07 septembre, Mathieu **Ganster** (entraîneur des triathlètes de la Brie Francilienne) viendra renforcer l'équipe des coaches. Bienvenu à lui.



Pour rappel, voici les horaires d'entraînement :

Mardi et jeudi : de 19h à 20h30

Mercredi : de 18h30 à 20h30 (renforcement musculaire/paléofit) animé par Nadège à **partir du 1^{er} septembre.**

Dimanche : de 9h à 11h (en forêt)

Marche Nordique : (Animateurs : Patrice, Christiane, Jean-Marie)

Mercredi : de 9h à 10h30

Samedi : de 9h à 10h30

4- Calendrier des compétitions à venir :

Voici quelques dates de courses mais ce ne sont pas les seules programmées pour la rentrée de septembre. Pour retrouver l'ensemble du calendrier des courses Ile de France mis à jour, vous pouvez vous rendre sur le site <http://www.crchsidf.org>. (*OPC : Offerte Par le Club)

-samedi 04 septembre 2021 : Championnats de France du 10 kms à Langueux (22)

Sandrine Aabar, Stéphanie Piffeteau,, Benjamin Rocca, Djamel Mankouri, Arthur Vergne représenteront le club

-dimanche 05 septembre 2021 : Trail de Tournan en Brie (19 kms) (support des départementaux de Trail) (OPC*) et 10 kms de Cesson La forêt sur route

-dimanche 19 septembre 2021 : Championnats de France de Semi aux Sables d'Olonne (85)

Nadège Ohrel, Stéphanie Piffeteau, Nadia Rabier, Fabienne Launoy sont qualifiées pour cette épreuve.

-dimanche 19 septembre 2021 : Semi-marathon de La Grande Paroisse (77) (O.P.C.*)

(Lien à venir pour les inscriptions)

-dimanche 26 septembre 2021 : Championnats de France d'Ekiden à Liévin (62)

Une équipe masters et une équipe mixte

-dimanche 26 septembre 2021 : Oxy'trail de Noisiel (support aux championnats d'Ile de France de Trail pour le 23 kms)

-dimanche 19 octobre 2021 : Marathon de Paris

-dimanche 26 octobre 2021 : Championnats de France de marathon à Rennes (35) + plusieurs courses (relais, course féminine, marathon en duo, marche nordique)Le club a retenu cette manifestation pour organiser une sortie club où chacun trouvera l'épreuve qu'il lui convient le mieux.

5- Résultats des compétitions :

02/07/2021 : Grand raid de l'ultra-Marin du Morbihan (177 kms)

Belle performance de Christophe ISOLA qui a parcouru les 177 kms en **34h29'38''**





03/07/2021 Eco-trail de Paris – 30 kms -
Cyrille LE GALLIARD 3h35'45''

04/07/2021 La Saint Germain nature – 13 kms

Une avalanche de podium pour notre club en ce début juillet



Sandra **GREGOR** (1^èM3 – 1h25'28'') ; Elise **HURTEAUX** (1^èM1 – 1h04'48'') ; Nadège **OHREL** (1^èM2
1h25'22'') ; Zahra **AABAR** (1^è JUN – 1h23'17'') ; Marie **DESSAINT** – (3^è Scratch – 1h02'05'')



Pascal **DUMAS** (1erM2- 54'50'') ; Karim **BENCHABANE** (1erM3 – 57'17'')



Sandrine **AABAR** (2èm1 – 1h07'39'') ; Eddy **BAUDEL** (6èm1 – 1h01'16'') ; Tony **COURRIVAUT** (7èm2 – 1h02'06'') ; Stéphane **FEGEANT** (2èm2 -58'26'') ; Jean-Claude **GOISLARD** (11èm5 – 1h21'44'') ; Mickaël **LEFEUVRE** (7èm3 – 1h07'49'') ; Djamel **MANKOURI** (2èm4 -1h02'26'') ; Philippe **OHREL** (4èm3 – 1h02'50'') ; Jérôme **OLIVIERI** (8èm2 – 1h05'37'').

18/07/2021 : Course de l'heure de Montereau – Championnat départemental

Karim **BENCHABANE** (12è – 14 216 m en 60')



24/07/2021 : Trail de l'étendard – Bourg D'Oisans – 22 kms – 500 m D+
Stéphane FEGEANT (4^{ème} M2 – 3h24'04'')

6- Informations diverses :

Comme annoncé par le gouvernement, le pass sanitaire est obligatoire dès maintenant pour les pratiquants majeurs et à partir du 30 septembre 2021, pour les plus de 12 ans. Afin que vous puissiez pratiquer votre sport favori sur la piste, il sera nécessaire de l'avoir sur vous à chaque entraînement. En effet, nous sommes dans l'obligation de vous le demander pour accéder au stade.

Voilà, c'est tout pour ce bulletin de rentrée.

Nous vous souhaitons une très bonne reprise scolaire, universitaire, professionnelle et sportive.

Sportez-vous bien

Mickaël,

Rédacteur du bulletin, pour le compte du Comité Directeur de l'USRA

Comité directeur de L'US Roissy Athlétisme (2021/2022)

Président : Pascal DUMAS

Vice-Président : Pierre-Luc GAGEY

Secrétaire : Françoise AMARY

Trésorière : Stéphanie DA SILVA LEHOUX

Trésorière adjointe : Nadège OHREL

Membres actifs : Christiane GAUDRIN, Mickaël LEFEUVRE, Nathalie SOTTOU

Entraîneurs salariés : Johan HERNANDEZ, Elise HURTEAUX, Joël MARTIAL, Mathieu GANSTER

Entraîneurs bénévoles : Sandrine AABAR, Zahra AABAR, Pierre-Luc GAGEY, Christiane GAUDRIN, Fatima GOMES, Nadège OHREL, Michel PHILIPONEAU, Thomas SOTTOU

Pour toute question ou demande, vous pouvez écrire au comité directeur à l'adresse courriel suivante :

echosdlusra@hotmail.com