



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

66è Bulletin d'informations de l'USRA – Juillet 2021

Il aura fallu attendre le mois de juin pour pouvoir (enfin) participer, pour cette saison, à des compétitions officielles et partager de bons moments. Tout le monde attendait cela avec impatience. Pour preuve, nous étions plus de 45 inscrits (25 adultes, 20 enfants) aux Foulées de Presles en Brie et plus d'une centaine de présents (un record) à notre soirée intergénérationnelle du jeudi 24 juin 2021.

Espérons que la coupure estivale ne va pas couper cet élan. En tout cas, nous pensons déjà à la rentrée et comptons sur votre présence, en tant qu'adhérent ou/et bénévole, pour le « 10kms forestier ». (Tableau d'inscriptions en tant que bénévole dans le local du club).

Petite nouveauté et bonne nouvelle pour les mineurs, le certificat médical **n'est plus obligatoire** pour le renouvellement de la licence.

Vous devez répondre au questionnaire de santé que Françoise vous a transmis par courriel. Le montant du renouvellement est de 120 € jusqu'en minimes (même tarif que l'année précédente). Vous avez la possibilité de régler la cotisation par virement ou par carte bleue : contacter le président pour qu'il vous ouvre l'accès. (pascal.dumas@gmail.com).

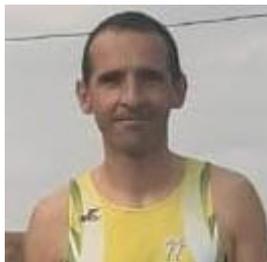
Profitez donc de l'été pour faire le renouvellement d'adhésion de votre enfant et être ainsi tranquille à la rentrée. Vous pouvez déposer les dossiers dans la boîte à lettres USRA à l'entrée du stade.

En attendant, je vous souhaite donc, au nom du comité directeur et des entraîneurs, de très bonnes vacances d'été.

Bonne lecture.

Mickaël

1. Le mot du président :



Pascal DUMAS

Un très grand merci à tous pour **notre excellente soirée inter-génération** du 24 juin dernier !

C'était vraiment très agréable, après plusieurs longs mois, de pouvoir se retrouver pendant cette traditionnelle fête de fin de saison de l'USRA. Vous pouvez retrouver les photos de cet événement (et d'autres) sur le site du club: <https://www.usra77.fr/articles/76992-la-soiree-intergeneration> ou bien ici : <https://photos.app.goo.gl/HC7m252ZZbaoa9yHA> (merci Christiane)

Je profite de ce bulletin pour vous rappeler que les ré-inscriptions sont ouvertes pour la saison prochaine. Notamment **chez les petits, le nombre de places étant limité**, n'hésitez pas à vous inscrire dès maintenant. Pour les adultes, là encore, attention, votre licence n'est valide que jusqu'au 31 août, alors anticipez votre ré-adhésion si vous souhaitez participer à des courses début septembre.

Enfin, n'oubliez pas, comme il est indiqué en introduction de ce bulletin que le **10KM FORESTIER**, se tiendra le **12 septembre 2021**, et nous avons besoin d'un **maximum de bénévoles**, comme chaque année, pour que l'événement se déroule dans les meilleures conditions. Un panneau d'affichage est déjà disponible au local pour



vous pré-inscrire en tant que bénévole. Vous recevrez également un lien par courriel dans les prochains jours pour pouvoir indiquer vos disponibilités. Les adultes du club souhaitant courir le 10 kms ou participer à la marche nordique doivent ramener un bénévole !

2. Compte-rendu de la dernière réunion du Comité directeur du 21 juin 2021 :

Présents : Pascal, Françoise, Christiane, Sandrine, Nadège, Stéphanie, Mickael, Pierre-Luc,
Excusée : Nathalie

Inscriptions 2021-2022

Il y a eu un couac dans l'envoi par mail des informations générales avec les tarifs erronés.
En définitif, on garde les tarifs de l'année précédente en incluant les 20€ de remboursement.

Reprise des entraînements

Tant que le couvre-feu reste à 19h, pas de changement au niveau des créneaux. Nous informerons dès que nous aurons plus d'information.

Recherche d'un entraîneur supplémentaire pour les adultes hors stade

Lors de l'AG, Philippe O. nous a parlé d'un entraîneur adulte de sa connaissance. Il s'agit de Mathieu Ganster, maître-nageur au Nautil et entraîneur Triathlon, donc possesseur d'un brevet d'état. Pascal l'a rencontré : il est d'accord pour venir au club mais le jeudi, il sera disponible qu'à partir de 19h45. Nous allons faire un test avec lui à la rentrée jusqu'à fin décembre, tout en conservant Michel. Nous verrons avec eux, comment ils peuvent cohabiter. Les créneaux suivants seront donc proposés à Mathieu : Le mardi de 19h à 20 h30 (1h30) et le jeudi de 19h45 à 20h30 (45 mn). Voir aussi le créneau du vendredi soir.

Organisation d'un stage sportif pour les adultes hors-stade

Il faudrait aussi demander une subvention type PSF pour obtenir des fonds si on justifie un stage. Christiane propose un stage aviron- course à pied en Auvergne.

Entraînement du dimanche matin

Pour certains adhérents, il y a trop de fractionné depuis quelques mois le dimanche matin mais cela a été mis en place pour remplacer le manque de compétitions.
Pour remotiver les adhérents plus Running Loisir, il faudrait trouver quelqu'un qui animerait ce groupe sur une distance de 10 à 13 km. Voir avec Jean-Pierre ou/et Aomar.

Soirée Inter-génération

Ce sera jeudi 24 juin à partir de 19h sans barbecue cette année et on demande à chacun d'apporter un petit quelque chose. Les entraîneurs vont préparer les parcours.

Sortie Club

Evoquée également lors de l'AG, Tony propose 2 sorties pour la rentrée :

- Sparnatrail le dimanche 14 novembre, plutôt une sortie Loisir
- Marathon de Rennes le 24 octobre avec un marathon relais, une course féminine de 7,5 km et un parcours de Marche Nordique mais c'est une semaine après le marathon de Paris et le 1^{er} week-end des vacances scolaires

S'il y a plusieurs sorties dans l'année, il faut trouver quelqu'un pour s'occuper de l'organisation (voir avec Tony) et prévoir un paiement à l'inscription avec Asso-Connect.

Proposer également une sortie autre que la forêt de Roissy un dimanche par mois.

10 km Forestier

- Les affiches (environ 100) et les dépliants (2000) sont arrivés
- Les coupes et médailles sont commandées
- Les récompenses (serviette de toilette) sont également arrivées
- Réunion le 1^{er} juillet avec la Police, le Service Technique (pour l'électricité) et le service des Sports

A faire :

- Une affiche pour les bénévoles
- Trouver des secouristes et un médecin. Pas de réponse définitive de l'UDPS à ce jour. Nadège se renseigne auprès de la Croix Blanche et Pierre-Luc va contacter les secouristes qui étaient sur la course de Presles.
- Il faut également trouver un médecin



- Contacter Aquatonic et Intermarché et d'autres partenaires

Le département attend la réponse pour la subvention municipale qui doit être discutée au prochain Conseil Municipal pour envoyer la sienne.

Nadège demande s'il sera possible d'avoir une tente pour l'association impliquée dans le syndrome d'Ehlers-Danlos (dont est atteinte Inès) afin de faire de l'information et de récupérer des fonds pour financer des exosquelettes. Voir également avec le site Le Sportif.com s'il est possible de donner en ligne.

3. Actualité des différentes catégories d'âge

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

Nous aurions été encore plus nombreux si les Eveils-athlétisme avaient pu participer à la course de Presles en Brie. C'est malgré tout 6 poussins et 5 poussines qui ont pris le départ du 1 500 m sur route avec des résultats récompensant le travail de toute la saison. Alors Bravo aux poussins et à l'ensemble de leurs entraîneurs.

Bonnes vacances et rendez-vous le **lundi 06 septembre** pour la reprise des entraînements.



Guillaume Noël Fleury ; Maël Armand ; Enrique Rosa ; Léa N'Sadissa ; Joyce Sidney ; Nahel Berkane ; Maelann Laurent ; Elyne Gailhard Marzloff ; Amine Mhiri

Benjamins/Minimes/Cadets/Juniors /Espoirs/Adultes Athlétisme (Entraîneurs salariés : Elise & Joël) :

Compte-rendu rédigé par Elise (un grand merci à elle)

Le club s'est illustré dans plusieurs compétitions durant ce mois de juin.

A Tournan, à l'issue d'une belle après-midi de compétition durant laquelle les Benjamins/ benjamines ont pu se confronter au club de Tournan sur 6 épreuves (courses, sauts et lancers), ils ont brillé en remportant les 7 premières places chez les filles et les 2 premières places chez les garçons.

Félicitations à Ana, Maiwenn et Maelyne (respectivement 1ère, 2ème et 3ème) ainsi qu'à Vincent et Corentin (1er et 2ème).

A Presles, là encore Roissy était bien représenté en alignant 1 junior, 1 minime fille, 5 benjamines et 1 benjamin.

Un grand bravo à Zahra, Elisa et Ana qui terminent respectivement 2ème en junior, minime et benjamine ainsi que Joyce 3ème chez les benjamines.

Enfin chez les minimes, bravo à Inès qui a battu son record en saut en hauteur (1m40) lors des championnats départementaux 77 et qui termine 14ème au triathlon.



Nos cadettes/juniors ont également représenté le club lors du meeting de Meaux le 25 juin (1500m) et à la soirée de St Maur le 30 juin (800m).



L'ensemble des représentants du club à la rencontre sportive de Tournan



Ana **Hernandez Sanchez** et Joyce **Sidney**, respectivement 2^è et 3^è au 1,5 kms de Presles en Brie



Elisa Vergne 2^e minime à Presles en Brie sur 1 kms 500



Inès Sainte-Luce aux départementaux à Meaux

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

L'ensemble des adultes hors stade ont enfin pu reprendre le chemin des compétitions aussi bien sur piste que sur route avant de reprendre celui des trails à la rentrée. Il convient de noter l'enthousiasme et la motivation de l'ensemble de nos adultes qui étaient 25 au 10 kms de Presles en Brie. Bravo à tous Cela promet. D'ailleurs, nos 3 entraîneurs ont concocté des plans d'entraînement spécifique pour juillet et août car nos athlètes ont un calendrier chargé avec dès le 04 septembre, 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'Ekiden le 26, sans oublier les marathons de Paris (18 octobre), les France à Rennes le 25 octobre et Nice-Cannes le 28 novembre.

Les coaches ne seront donc pas de trop à la rentrée avec l'arrivée d'un entraîneur supplémentaire, Mathieu **Ganster** (entraîneur des triathlètes de la Brie Francilienne). Bienvenu à lui.

Les entraînements sont maintenus tout l'été aux horaires habituels. Du 12 juillet au 15 août, nous n'aurons pas accès à la piste mais nous ferons les séances en forêt. Le rendez-vous se fera sur le parking du stade.



Une belle représentation à Presles en Brie avec 25 adultes et 15 jeunes

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

Nos marcheurs sont assidus et préfèrent pour l'instant s'entraîner dans les forêts proches de Roissy. Nous n'aurons donc pas de représentant à la marche nordique de St Germain Laval. Ce n'est que partie remise. Bel été à nos marcheurs qui doivent également encadrer la 1^{ère} édition de la marche nordique à Roissy en Brie qui aura lieu dans le cadre du 10 kms forestier le 12 septembre 2021.

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)

-dimanche 04 juillet 2021 : La Saint-Germ'Nature (Trail Découverte 13 km/ Marche nordique) OPC*

18 participants du club : les résultats dans le prochain bulletin

-dimanche 18 juillet 2021 : La course de l'heure de Montereau (piste) OPC* (réservé aux licences « compétition ») : un lien sera accessible prochainement

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

Sandrine Aabar, Stéphanie Piffeteau, Elise Hurteaux, Benjamin Rocca, Djamel Mankouri, Fabien Querol, Tony Courrivault, Arthur Vergne, Karim Benchabane, Jean Letabi sont qualifiés pour cette épreuve

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

Nous allons sélectionner les plus performants pour former 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 :

12/06/2021 : 11 kms de Nanteuil Les Meaux

Eddy BAUDEL : 49'34'' (18è – 5èM2)

12/06/2021 : 10 kms Officiel de Brunoy



Arthur VERGNE : 34'26'' (12è – 2è JUN) - Pascal DUMAS 37'34'' (54è – 8è M2) – Mickaël LEFEUVRE
41'35'' (134è – 8è M3)

13/06/2021 : meeting de Chessy 3 000 m



Sandrine AABAR : 12'13''16'' (5è)

20/06/2021 : Départementaux Minimes Triathlon à Meaux

Inès SAINTE-LUCE : 14è 76 pts (2è hauteur 1m40 (record personnel) – 6è longueur 3m88 – 2è 80m 11''18'')

20/06/2021 : Les Foulées de Presles en Brie 1500m

Guillaume NOEL FLEURY : 5'24'' (3è – 1^{er} Poussin) – Maël ARMAND : 5'41'' (8è – 2è Poussin) – Enrique ROSA : 5'59'' (12è – 3è Poussin) – Elisa VERGNE : 6'10'' (15è – 2è Minime) – Léa N SADISSA : 6'11''

(16è - 1^{ère} Poussine) – Ana HERNANDEZ SANCHEZ : 6'16'' (17è – 2è Benjamine) – Joyce SIDNEY : 6'16'' (18è – 3è Benjamine) – Nahel BERKANE : 6'17'' (19è – 6è Poussin) – Corentin SERODY COQUEBLIN : 6'32'' (22è – 7è Benjamin) – Maelyne CHARLERY : 6'41'' (24è – 5è Benjamine) –



Nessa **SIMONYAN** : 6'55'' (25è – 6è Benjamine) – Maelann **LAURENT** : 6'56'' (26è – 2è Poussine) – Maiwenn **GELEBART** : 7'10'' (29è – 7è Benjamine) – Elyne **GAILHARD MARZLOFF** : 7'13'' (32è – 5è Poussine) – Amine **MHIRI** : 8'03'' (40è – 13è Poussin)

Les Foulées de Presles en Brie 10 kms

Sandrine **AABAR** : 45'54'' (96è – 4èM1 **Vice-championne de Seine et Marne**) ; Zahra **AABAR** : 1h02'25'' (195è – 2è Junior et **Vice-championne de Seine et Marne**) – Eddy **BAUDEL** : 41'21'' (51è – 12è M2) – Karim **BENCHABANE** : 40'44'' (47è – 7è M3) – Vèranyne **CHARLERY** : 1h21'05'' (209è – 8è M1) – Isabelle **CONTANT** : 1h17'44'' (207è – 5è M3) – Tony **COURRIVAUT** : 39'07'' (29è – 7è M2) – Stéphanie **DA SILVA LEHOX** : 1h02'39'' (196è – 7è M2F) – Marie-Hélène **DESSAINT** : 43'53'' (75è – 3èM0) – Pascal **DUMAS** : 37'58'' (16è – 4èM2) – Stéphane **FEGEANT** : 41'39'' (54è – 13è M2) – Nicolas **GLENAC** : 46'27'' (100è – 14è M0) – Jean-Claude **GOISLARD** : 57'40'' (177è – 13è M5) – Elise **HURTEAUX** : 44'44'' (84è – 3è M1 - **Championne de Seine et Marne**) – Vanessa **LAURENT** : 1h11'13'' (203è – 8è M2) – Jonathan **LENORMAND** : 38'09'' (18è – 3è M1) – Jean **LETABI** : 41'35'' (53è – 2è M5) – Pascal **LOPES** : 43'52'' (74è – 21è M2) – Djamel **MANKOURI** : 40'54'' (49è – 5è M4) – Jérôme **OLIVIERI** : 45'33'' (92è – 24è M2) – Bruno **PARTHENAY** : 43'37'' (72è – 20è M2) – Christian **PERRIER** : 55'19'' (163è – 4è M6) – Stéphanie **PIFFETEAU** : 46'39'' (103è – 3è M2) – Fabien **QUEROL** : 39'58'' (38è – 4è M3)



Arthur **VERGNE** : 35'23'' (7è – 1^{er} Junior – **Champion de Seine et Marne**)

25/06/2021 : meeting de Meaux

1 500 m : Zahra **Aabar** : 6'19''83''' (13è)

3 000 m : Elise **Hurteaux** : 11'50''38''' (4è) ; Sandrine **Aabar** : 11'52''23''' (5è) ; Benjamin **Rocca** : 10'28''56''' (7è)

27/06/2021 : Les foulées Vairoises 12 kms

Benjamin **Rocca** : 55'00 (74è-22M2) ; Tony **Courrivault** : 48'26'' (22è – 8è M2)

30/06/2021 : Les soirées de Saint Maur (800 m)



Zahra **Aabar** : 3'02''38''' (7è) ; Marie **Houareau** : 2'43''14''' (11è)



6- Informations diverses :

Comme évoquée lors de la dernière réunion de bureau, une sortie club va être proposée. Sur une idée de Tony, **c'est Rennes qui a été choisi le week-end du 23 et 24 octobre 2021.**

Bloquez impérativement ce week-end dans votre agenda. En effet, nous vous proposons de participer à l'un des moments forts de la vie du club !

LE MARATHON VERT DE RENNES.

Ses formats nous offrent l'opportunité de répondre à la satisfaction de tous les coureurs du club :

- marathon relais en équipe de 5
 - marathon duo
 - marathon solo (support des championnats de France ou Open).
- et même
- marche nordique (11km)
 - course féminine (7,5km)

L'esprit club et convivial sera la thématique de ce moment de partage. Puisque vous allez dire oui, voici d'ores et déjà l'organisation :

Samedi 23/10 > rdv 9h30 au stade de Roissy pour un footing très léger de 10km puis chacun rentre chez soi vérifier qu'il n'ait rien oublié > rdv 13h30 au stade de Roissy pour le départ sur Rennes en covoiturage > sur place en fin d'après-midi, balade en centre-ville et restaurant italien pour une ambiance pasta et partage de veille de course > dodo à l'hôtel en chambre individuelle ou à 2 voire 3 selon les choix de chacun !

Dimanche 24/10 > rdv très tôt au petit-déjeuner de l'hôtel puis c'est parti sur le village départ > 9h à 14h, à nous le marathon de Rennes > début d'après-midi en crêperie > de retour en fin de journée sur Roissy ! Et plein de souvenirs pour les jours, semaines, mois, années...

Pour conclure, ce qui VALIDERA votre participation SERA votre inscription.

Plusieurs modalités envisagées :

Marathon en solo > chacun s'inscrit sur le lien ci-dessous

Marathon duo : une fois votre binôme constitué, vous vous inscrivez sur le lien ci-dessous

Marathon relais : une fois votre équipe constituée, vous vous inscrivez sur le lien ci-dessous

Marche nordique de 11km > chacun s'inscrit sur le lien ci-dessous

Course Féminine de 7,5km > chacun s'inscrit sur le lien ci-dessous

<https://www.usra77.fr/collect/description/185825-k-sortie-marathon-marathon-relai-marche-nordique-a-rennes-les-23-24-octobre-2021>

La date butoir pour s'inscrire est fixée au 14 juillet, ça se fête !

Et le budget alors :

En voiture sur une base 4 personnes par véhicule : 140€ A/R soit 35€/personne. L'hôtel kyriad à priori à 12 km du départ on pourrait s'en tirer dans les 60€ la chambre.

Et le tarif inscription est de 50€ pour le marathon solo et moins cher pour les autres, 100€ le relais et 58€ le duo en ce moment. Reste à prévoir la restauration sur place.

Voilà, c'est tout pour ce bulletin de juillet et c'est déjà pas mal 😊.

Nous vous souhaitons de très bonnes vacances.

Sportez-vous bien

Mickaël,

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

Comité directeur de L'US Roissy Athlétisme (2020/2021)

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

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