

NEWSLETTER



ANNECY ATHLETISME

JUIN 2022



RÉSULTATS

1er
Mai

Deuxième tour Equip'Athlé, Grenoble

Les U16 3ème place avec 344 points

Les U14 6ème place avec 273 points

Meeting d'ouverture d'Aix-les-Bains

15
Mai

Championnats départementaux U14/U16, Bonneville

5 records du club, 6 or, 7 argent, 6 bronze

Abigail BAL 1ère au poids et à la hauteur

Thomas DURAND 1er sur 1000m

Jeanne REYNET SAFRA 1ère sur 200m haies

Liya LE TALLEC 1ère à la longueur

Myriam LAHOUSSE 1ère au triple sauts

10km de Genève

Stéphane MARTIN 36ème sur 3075 en 37'35.

29
Mai

Championnats du monde de Decacourses

Alexandre GERBER 2ème M30 avec 5668 points

Championnats de France de Trail, Salers

Trail court

Alanis DUC 3ème ESF

Camille MARTINS 22ème SEF

Ugo LEBESGUE 8ème ESM

Nino DIORIO 9ème ESM

Florian BERNABEU 21ème SEM

Trail Long

Anais LEROY 9ème SEF

Thomas BACHELET 17ème SEM

Florian CASTAGNETTI 31ème SEM



RÉSULTATS

29
Mai

Short Race

Léane ROSSAT 1ère JUF

Blandine CHAVAS JOSSERAND 2ème JUF

Oscar CRASSOUS 1er JUM

R Race

Relais à 4 avec Maxime GRENOT et Quentin CLERC PITHON, 2ème

Relais à 4 avec Louis SENECHAL, 10ème

Relais à 4 avec Frédéric DAVID, Stéphane COERCHON, Pierre SAULZE, Roland CLAVERIE, 19ème

Maxi Race

Guillaume LEROUX en 14h44

Championnats départementaux, Annecy

38 médailles : 11 argent, 6 bronze

21 titres :

Julie BADELIER sur 100m CAF

Juliette HACQUARD sur 200m et 400m haies CAF

Maëlys DESTREE à la hauteur CAF

Anthea ROBERT à la perche CAF

Charlotte IRLES au triple sauts CAF

Le relais 4 x 100m CAF

Mélanie PECCOUX sur 200m JUF

Line MONDIERE sur 100m ESF

Pierrick MOULIN sur 200m ESF

Le relais 4 x 100m ESF

Astrid PILLOT sur 100m et 400m SEF

Mélanie ARBEZ à la perche Master

Leopold PARENT sur 100m CAM

Tom GASSITA BONNETON sur 110m haies CAM

Luc ARBEZ au triple sauts CAM

Le relais 4 x 100m CAM

Mateo LE QUEINEC sur 100m JUM

Alain LETI au poids Master

Le relais U16 800-200-200-800



INTERCLUBS



Le club a participé en mai à ses premiers Interclubs, et quelle réussite ! Nous prenons la deuxième place de notre poule lors du premier tour dimanche 8 mai à Bonneville, avec 19 519 points. Deux semaines plus tard, le samedi 21 mai à St Jean de Maurienne, nous remportons la finale régionale Est en catégorie Honneur avec un total de 20 445 points, et prenons ainsi la première place régionale. Cette compétition festive, grand rendez-vous des clubs, marque souvent le début de la saison estivale. Nos athlètes ont défendu les couleurs du club avec énergie, certains et certaines ont fait preuve d'abnégation sur des disciplines qu'ils ou elles n'avaient jamais pratiqué. Un bel état d'esprit avec une équipe soudée dans une véritable ambiance Interclubs !



CALENDRIER DES EVENEMENTS A VENIR EN JUIN

4

Meeting d'Ambilly demi-fond

AMBILLY

5

Championnats des Alpes U18+

EVIAN-LES-BAINS

12

Championnats régionaux U16

AIX-LES-BAINS

18-19

Championnats de France Masters

CHATEAUROUX

18

Rencontre départementale Eveil Athlé/Poussins

ANNECY

19

Meeting BOUVET BIONDA U18+

THONON-LES-BAINS

26

Finale régionale Pointes de Couleurs U14/U16

LYON

Pour ne rien louper de notre actualité,

Suivez-nous sur les réseaux !



Anancy Athlétisme



anancy_athletisme

anancyathle.org

A LA RENCONTRE DE ALEXANDRE GERBER



Découvrez en quelques lignes le portrait de notre entraîneur Sprint/Haies, athlète et juge

Comment te décrirais-tu ? Bienveillant, juste, déterminé, fonctionne à l'objectif, sérieux sans se prendre au sérieux ;) Ah oui j'aime la victoire et j'ai horreur des défaites/échecs (même si par expérience, je sais maintenant que celles-ci sont utiles pour progresser)

Talent caché Il faut demander à ma femme ;)

Photographe amateur et pilote de drones de course

Pêché mignon La pizza et un bon poulet ou poisson braisé africain

Quelle est ta philosophie de vie ?

Je commencerai par une citation qui résonne en moi de Confucius: " Nulle pierre ne peut être polie sans friction, nul homme ne peut parfaire son expérience sans épreuve", mélangée avec cette citation "Hakuna Matata" (la vraie expression c'est Hakuna Matatizo) qui vient du swahilie (Afrique) qui veut dire "il n'y a pas de soucis". Cela résume assez mon état d'esprit à l'instant T et l'objectif que chacun devrait avoir : "devenir une meilleure version de soi-même de jour en jour". En effet, pour apprendre et progresser, il faut être mis à minima en difficulté. Cela peut poser des problèmes mais si on réfléchit, qu'on travaille de manière méthodique et rigoureuse, on trouve les solutions et il n'y a pas de soucis. Je pense qu'avec cette philosophie, je réduis énormément le stress provoqué par les différentes pressions de la société dans laquelle on vit et je préserve plus ma santé.

Quand as-tu commencé l'athlétisme ?

J'ai découvert l'athlétisme à l'AS au collège de Groisy en 2005, et je me suis inscrit dans un club en septembre 2005. J'étais minimes 2ème année.

Qu'est-ce que tu apprécies dans ce sport ?

J'apprécie le fait que l'athlé soit un sport individuel qui se pratique en groupe. Venant d'un sport co à la base, je voulais être le propre acteur de mes performances. Ce côté individuel me correspond : pas d'excuse si il y a une contre performance, on cherche à comprendre d'où vient le problème mais sans remettre la faute sur les autres de l'équipe comme j'ai pu constater cela dans le football à l'époque. Il y a aussi le fait de pouvoir se mesurer à soi-même et aux autres de manière objective (pas de jugement, juste un chrono ou un décamètre). On est vraiment dans la performance absolue. Pour arriver à faire des perfs, il faut construire celles-ci en prenant en compte plein de facteurs, c'est ce que je kiff en tant qu'athlète mais aussi dans mon métier d'entraîneur. J'aime le fait que nous sommes en groupe et que le groupe nous soutient dans les moments ou séances difficiles, ce qui nous pousse à devenir une meilleure version de nous-même. L'athlé est aussi riche en disciplines, il y en a pour tout le monde. C'est un sport qui sans arrêt me fait remettre en question plein de choses par l'intermédiaire des différents échanges que je peux avoir avec les athlètes ou d'autres entraîneurs, et tout cela dans le but de progresser mais tout en gardant un fil conducteur, une philosophie.

Ta discipline favorite ?

Je viens du sprint/haies/relais et, même si j'ai pratiqué d'autres disciplines, je choisirai le sprint/haies/relais et le saut en longueur. Pour les sensations de vitesse et de vol, et l'instinct animal où on donne tout, mais derrière cela il y a énormément de technique et de facteurs à maîtriser. On ne naît pas sprinter, on le devient.

A LA RENCONTRE DE ALEXANDRE GERBER

Si tu devais choisir un autre sport ?

Si je devais choisir une autre discipline en athlétisme, ce serait les Ultra combinés, que j'ai découverts en tant qu'athlète cette année lors des Championnats du monde de decacourses (discipline non reconnue par la FFA malheureusement). Il y a plusieurs formats d'épreuves très intéressants au niveau de l'UCAF (l'association nationale qui gère ces épreuves) : decacourses (le decathlon pour les coureurs au format ultra), tetradecathlon, icosathlon, icosathlon par équipe... Ambiance assurée !)

Si je devais choisir un autre sport cela serait peut-être un sport énergétique: aviron ou footbike. En sport collectif, le volley.

Tes objectifs de la saison ?

Sur le plan athlète, c'était de renouer avec la compétition en me fixant l'objectif des Championnats du monde de decacourses que j'ai disputé fin mai à Potsdam en Allemagne. Objectif plus que rempli avec la médaille d'argent obtenue dans ma catégorie.

Ton plus bel accomplissement personnel et/ou professionnel ?

Sur le plan personnel, la création de ma famille avec ma femme, ma famille et mon groupe d'amis avec un grand A. Des soutiens inconditionnels et infaillibles pour moi.

Sur le plan pro, il est difficile de faire ressortir un seul accomplissement car mon parcours a été riche en magnifiques expériences sportives et humaines. J'emploierai plutôt le mot expériences ou aventures qu'accomplissement, car cela est pour moi synonyme de fin. Chaque athlète avec sa singularité m'a posé des problèmes mais m'a fait progresser en tant qu'entraîneur, mais également en tant qu'homme. Je remercie tous les athlètes pour cela.

Je pourrais citer tout de même la formation de A à Z d'athlètes médaillés aux Championnats de France individuel, en relais, ou aux Championnats d'Europe qui sont des souvenirs forts. Le titre de championne de France de Flore au 60m et vice championne d'Europe au 4*100m avec l'équipe de France en 2017, le titre de champion de France au décathlon d'Axel Hubert et sa qualif pour les Europe en 2017, la génération 2001-2002 d'athlètes multiples médaillés aux Championnats de France avec des garçons qui m'ont apportés beaucoup et avec qui on a vécu des choses extraordinaires, des victoires, mais aussi des défaites qui nous ont fait grandir. Plus récemment, les athlètes Africains que j'entraîne qui se sont qualifiés pour les championnats d'Afrique 2022.

J'ai eu la chance d'avoir été formé par plusieurs personnes, et le fait d'avoir succédé à Philippe GUERIN en tant que directeur technique de mon ancien club a été un honneur. En effet, ce dernier m'a beaucoup apporté et cela m'a motivé à continuer à structurer le club et l'accompagnement vers la performance avec l'équipe qui m'entourait à l'époque.

Ton meilleur souvenir en compétition/course ?

Oula il y en a plein. En tant qu'athlète, la coupe d'Europe des clubs auquel j'ai participé en 2010 à Rieti en Italie sur 100m, 200m et 4*100m et les différents Interclubs pour l'ambiance festive et les performances.

Idole, figure emblématique, modèle dans la vie ?

Je n'ai pas de véritable modèle dans la vie car nous sommes tous différents. J'ai des personnes qui m'ont inspirées sur mon parcours et certains qui m'inspire toujours : ma mère, mon grand père. Sur la partie pro, certains entraîneurs que j'ai pu côtoyer, ou enseignant au STAPS comme Pierre Bavazzano ou des entraîneurs dans d'autres sports qui ont un parcours très intéressant comme Hervé Renard en football (né à Aix-les-Bains et qui a gagné 2 CAN avec la Zambie et la Côte d'Ivoire), Patrick Mouratoglou entraîneur de tennis qui est parti de rien et qui a monté son académie de tennis jusqu'à entraîner la numéro 1 mondiale Serena Williams, Philippe Lucas en natation, Jacques Piasenta en athlétisme.