

NEWSLETTER



ANNECY ATHLETISME

FEVRIER 2022



RÉSULTATS

Les noirs et bleus ont participé à différents événements et championnats depuis le début de la saison hivernale. En voici un résumé.

5
Décembre

Championnats Départementaux Indoor U14/U16, Lyon

Une cinquantaine d'athlètes engagées
Liya LE TALLEC Médaille de bronze

12
Décembre

Championnats Départementaux Indoor U18+, Lyon

Flore KRAKRE 1ère sur 60m toutes catégories
Carlyne BARRACHIN 1ère U23 sur 60m
Anthea ROBERT 1ère à la perche cadette
Mélanie ARBEZ 1ère à la perche master
Beaucoup de 2èmes et 3èmes places sur 60m, 200m, 400m

16
Janvier

Championnats des Alpes Indoor U18+, Lyon

19 athlètes engagées, 11 médailles
Anthea ROBERT 1ère à la perche cadette
Maélyls DESTREE 1ère à la hauteur cadette
L'équipe de relais Leopold PARENT, Ewen LE COGUIEC, Nathan BARRACHIN, Luc ARBEZ 1ers cadets au 4 x 200m
Mélanie PECCOUX 1ère junior sur 200m et 2ème sur 60m
Pierrick MOULIN 1ère espoir 60m toutes catégories
Flore KRAKRE 2ème sénior sur 60m et 200m
Astrid PILLOT 1ère sénior sur 400m
Mélanie ARBEZ 1ère master à la perche

22
Janvier

Kid Athlé, Annecy

Le club a organisé son premier Kid Athlé en salle. Nous remercions la ville d'avoir mis le lycée Baudelaire à disposition pour l'organisation de cet événement qui a rassemblé 37 enfants, réparties en 6 équipes.

Nous avons également des athlètes présentes et présents au Meeting de Lyon le 9 janvier, et sur le Perche Elite Tour de Nevers le 29 janvier.



RÉSULTATS

18
Décembre

Cross de Noël

Le club a organisé un cross en interne afin de terminer l'année sur une note festive. Cet événement a rassemblé 55 athlètes du club, des U10 aux U18+.



9
Janvier

Championnats de cross départemental, Aix-les-Bains

81 athlètes engagées

Didier THIAFFEY RENCOREL 1er master

Sébastien PIFFARD 2ème Master

Equipe U16 fille 4ème

Equipe U14 fille 5ème

Equipe U14 garçon 6ème

29
Janvier

Trail Blanc du Semnoz

Victor HECKMAN 1er toutes catégories sur 168

Maxence FENET et Nathan DESGRANGES 1er et 3ème cadets

30
Janvier

Championnats des Alpes de cross, Saint Ferréol

52 athlètes engagées

Équipe U14 fille 4ème, Thaïs ROCHE 5ème

Equipe U16 fille 5ème

Faustine HESLOUIS 10ème U20

Didier THIAFFEY RENCOREL 2ème master

Certains de nos trailers et runners ont aussi participé à la Course de l'escalade à Genève, au Menestrail en Bretagne, à la Corrida de Chavanod et au Trail de Noël des Saisies.

Notre partenaire Cryo Advance est un centre de cryothérapie corps entier basé à Annecy. Fondé par des passionnés, leur volonté est la démocratisation des thérapies complémentaires de santé, afin de rendre leurs bénéfices accessibles au plus grand nombre. Ces thérapies, appelées aussi médecines douces sont utilisées en complément des protocoles médicaux standards et ne sont donc pas remboursées par la sécurité sociale. L'objectif de ces thérapies complémentaires est d'améliorer significativement la qualité de vie des personnes touchées par des douleurs inflammatoires chroniques, mais également lors de blessures et traumatismes physiques.

Ces soins se développent autour de trois pôles principaux

A light blue circle with a thin border, containing the text "LA SANTE" in white, bold, uppercase letters.

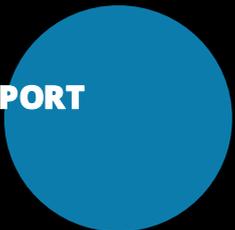
LA SANTE

Différentes techniques utilisées permettent :

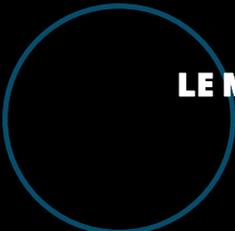
- La réduction des symptômes inflammatoires douloureux
- La réduction de la fatigue chronique
- L'optimisation de la cicatrisation musculaire
- L'amélioration du drainage

Que vous soyez pratiquant loisirs, amateurs ou professionnels, les parcours ont été pensés pour permettre à chaque personne d'atteindre le meilleur d'elle-même :

- Optimisation de la performance
- Prévention des blessures
- Récupération musculaire et tendineuse (réduction des micros traumatismes)

A solid blue circle containing the text "LE SPORT" in white, bold, uppercase letters.

LE SPORT

A light blue circle with a thin border, containing the text "LE MIEUX-ÊTRE" in white, bold, uppercase letters.

LE MIEUX-ÊTRE

Des services et des soins adaptés spécialement aux personnes souffrant :

- De stress
- De problèmes circulatoires
- D'insomnie, de fragilité immunitaire
- De fatigue chronique



Notre coach Alexandre Gerber a testé pour vous !

« Une super expérience chez Cryo Advance ! Sabine et Jean vous accueillent chaleureusement et sont à votre écoute tout au long de la séance. Ils mettent leur expérience et leurs compétences à votre service, leurs explications permettent de vous mettre en confiance, et ils répondent à toutes vos questions... Vous pouvez y aller les yeux fermés ! »

Adresse du centre **6 rue Jean Louis Grivaz 74000 ANNECY**

Téléphone **06.17.66.22.88**

Site internet **app.flexybeauty.com/cryo-go-annecy/home**

Les adhérents peuvent bénéficier d'avantages chez notre partenaire Cryo Advance

15% de réduction sur présentation de la licence

Séance découverte de cryothérapie corps entier :
29€ (valable 1 fois)

15% de réduction sur les séances unitaires
cryothérapie corps entier (36€ au lieu de 42€)

15% de réduction sur les packs de séances cryothé-
rapie corps entier et oxygénothérapie hyperbare

Les tarifs de groupe cryothérapie corps
entier sont l'occasion de faire une bonne
séance de récupération avec vos partenaires
d'entraînement !

À partir de 5 personnes : 34€

À partir de 10 personnes : 31€

À partir de 15 personnes : 29€

À partir de 20 personnes : 27€

AVANTAGES ADHERENTS

Les adhérents d'Anney Athlétisme peuvent bénéficier d'avantages chez tous nos partenaires. Ces avantages sont à retrouver dans l'espace membre de votre compte sur le site du club.



20% de réduction



20% de réduction



10% de réduction



10% de réduction

CALENDRIER DES COMPETITIONS A VENIR EN FEVRIER

5-6

Championnats régionaux AURA Indoor U18+

AUBIERE

12-13

Championnats de France Espoirs et Nationaux Indoor

LYON

13

Meeting 74 U14/U16 Indoor

FAVERGES

20

Championnat régionaux AURA Cross U16+

RIOM

25

Trail Blanc d'Agy 10km

SAINT-SIGISMOND

26-27

Championnats de France Cadets Juniors Indoor

NANTES

27

Challenge U14/U16

FAVERGES



Pour ne rien louper de notre actualité,
Suivez-nous sur les réseaux !



Anney Athlétisme



anney_athletisme

annecyathle.org

A LA RENCONTRE DE ADRIEN SEGURET



Découvrez en quelques lignes le portrait de l'entraîneur du groupe Trail / Running

Philosophie de vie Carpe Diem, mais en planifiant un peu quand même...

Trois mots pour se décrire Beau, fort, intelligent, en toute modestie :)

Talent caché Je n'en trouve pas, mais de sûr pas le ménage me souffle ma femme...

Pêché mignon Le foie gras fait par maman

Que voulais-tu faire plus jeune ?

Coach sportif

Quand as-tu commencé l'athlétisme ?

Tard !

Qu'est ce que tu apprécies dans ce sport ?

La simplicité d'équipement et la dimension de l'effort

Les séances que tu préfères préparer pour les autres ?

Les séances de côtes avec pré-fatigue

Celles que tu préfères faire pour toi ?

Les footing de récupération

Ta motivation quand tu t'entraînes ?

Aucune, c'est pour ça que je me suis mis à entraîner ;)

Si tu devais choisir un autre sport ?

Le Rugby, j'ai quelques restes du Sud-Ouest

Ton plus bel accomplissement personnel et/ou professionnel ?

Mes 2 enfants Robin et Faustin, et mon poste de sélectionneur de l'Équipe de France

Un modèle dans la vie ?

Ma femme :) (car elle est à côté de moi lorsque je suis en train de répondre à ces questions...)

Pardon, vous aurez compris que le sérieux n'a jamais été mon fort... ;)