

NEWSLETTER



ANNECY ATHLETISME

AVRIL 2023



RÉSULTATS

5
Mars

Finale régionale triathlon U16, Lyon

10 athlètes qualifiés pour représenter les couleurs du club

4 records du club à la clé

Myriam LAOUSSE sur 50m haies en 8"01 en MIF

Aurélien REBAUD sur 50m haies en 7"90 et triple saut avec 10m70 en MIM

Remi FRECHOU-RENAULT Rémi au poids avec un jet de 9m94 en MIM

Trail du Bélier blanc, La Clusaz

6 athlètes étaient engagés, parmi eux 3 ont remportés leurs courses sur 14km

Frédéric BOURGEAIS en M1H

Laura MOUGEL en M0F

Frédéric DAVID M5H

Trail de Vulcain, Auvergne

Hélène HALLE-BERTRAND termine 1ère en M5/M6

18/19
Mars

Championnats de France de Trail, Cité des pierres, Montpellier le Vieux

23 athlètes engagés, 7 médaillés et 1 titre d'équipe

68km :

Anne-Lise ROUSSET championne de France en M0

Hélène HALLE - BERTRAND championne de France en M5

Simon MICHEL-BERGER champion de France en ESM

Benjamin ROUBIOL vice-champion de France en SEM

Vincent VIET prend la 3ème place en M1M

31km :

Laura MOUGEL vice-championne de France en M0

Roland CLAVERIE vice-champion de France en M2M

L'équipe du trail long (68km) remporte le titre de championne de France

25
Mars

Rencontre départementale U10/U12, Faverges

4 équipes engagées, 2 résultats au cross

Les guépards bleus termine 17ème en U12

Les kangourous termine 5ème en U12

Les rapidos termine 1er en U12

Les rois de l'athlé 11 en U10

Hugo LEMOINE termine 1er en U12

Maxime LIEFFROY termine 3ème en U12

 **ANNECY
ATHLETISME**



INTERVIEW CROISEE

NOS 3 CHAMPIONS DE FRANCE DE TRAIL SUR
68 KM



Anne - Lise ROUSSET



Simon MICHEL - BERGER



Hélène HALLE - BERTRAND

Dans quel état étais tu avant de débiter le championnat ?

« Aucune pression, mon objectif n'est qu'au mois de Juillet, je n'ai donc pas souhaité préparer spécifiquement cette course. Je voulais y aller seulement pour partager une belle Aventure avec les copains du club et courir sur des sentier Aveyronnais que j'apprécie tant, où j'ai vécu pendant 6ans avec mon mari coach. Mais aucune ambition de résultat de course ».

Comment as-tu géré ta course ?

« Je n'ai pas voulu partir trop doucement car je voulais être seule. Je n'aime pas la bagarre. J'aime bien courir pour moi, pour la plaisir, sans pression. Donc la meilleure solution pour moi de me retrouver seule pour respecter mon allure, mes moments faibles, sans jamais être stressée par le contexte de la course. J'ai fait une course à mon rythme, en levant le pied dans les côtes et en relançant un peu sur les parties roulantes pour gérer mon avance. Tout s'est très bien passé ».

Quel(s) sont tes prochains objectifs en termes de championnat ?

« Aucun championnat ! J'ai fais le choix de décliner ma sélection en Equipe de France, chère à mon mari qui en est le coach et sélectionneur, pour les championnats du monde. Mon objectif est la Hardrock le 14 Juillet prochain, la course qui m'a toujours fait rêver. C'est une course de 160km et 10000m D+ dans le Colorado, aux USA ».

Dans quel état étais tu avant de débiter le championnat ?

« Stressée, j'ai toujours couru seule ! Stressée par la peur de ne pas honorer le club ! Stressée de ne plus avoir le même niveau que les autres et donc pas les mêmes objectifs de performance ! Ayant été poussée je me suis cassée le bras à l'euro master de trail en Juillet dernier suivi de complications, je ne devais pas chuter ! »

Comment as-tu géré ta course ?

« J'avais bien noté les infos données par Adrien sur le parcours et je suis partie à la douce...mais avec quand même 30' sur mes prédictions au 2ème ravito ! Une assistance loupée avec Florian, j'ai devais m'arrêter au ravito. Pas de panique, l'objectif était de terminer malgré les conditions météo et mon bras. Un bénévole m'a encouragé en me disant que j'étais 1ère j'ai été booster sans trop y croire ! Cela m'étonnait et pourtant c'était vrai ! ».

Quel(s) sont tes prochains objectifs en termes de championnat ?

« J'ai une petite revanche à prendre sur l'Euromaster trial, j'aimerais y participer début Juillet en Suisse. Bien fini, me faire plaisir, ne pas m'abîmer ! performances des annéciens »

Dans quel état étais tu avant de débiter le championnat ?

« Cette année était ma dernière année en espoir et j'avais vraiment à cœur de réussir mes 1er championnats de France sur Trail long. Je voulais remporter ce titre en espoir avec comme objectif valider le chrono fixé. Je me suis donc entraîné ces derniers mois aux côtés de mon ami Antoine Thariat, vice champion de France en 2002 sur le trail long. Cette quête me tenait à cœur puisque c'est lui qui m'a mis sur la voie des distances longues ».

Comment as-tu géré ta course ?

« La gestion de la course a été simple. Pour une fois j'ai réussi à partir plus ou moins dans un rythme soutenu mais que j'étais capable d'encaisser. Au 1e ravito, j'étais dans le top 30 puis ensuite je suis revenu petit à petit sur des coureurs me permettant d'accrocher cette 21ème place au scratch.

Tout au long du parcours les amis m'ont encouragés et portés vers cette arrivée sans trop baisser le rythme ».

Quel(s) sont tes prochains objectifs en termes de championnat ?

« Concernant mes prochains objectifs on retrouvera la marathon race peut être le 55km du lavaredo, la dolomyths Run pour les golden Trail worlds series, le 55km de la KAT100 pour peut être aller chercher une place sur l'OCC. Pour finir la saison il y aura le 80km des Tempeliers et le 55km de Cap Town Ultra Trail ».

ACTUALITES



Remerciements aux personnes qui s'investissent pour le club

Le club tient à remercier toutes les personnes qui se sont formées ou qui sont en train de se former en tant que juge cette année :

- Notre juge régionale sauts Manon OUVRARD qui va passer son chef juge
- Nos juges assistants spécialité courses Thomas LAHOUSSE et Denis MOUGEOT
- Nos juges assistantes et assistant spécialité lancers Thomas REYNET et Fabienne DECHAMBOUD
- Nos juges assistantes et assistants spécialité sauts Alexandre GERBER, Thierry MARTEAU, Astrid PILLOT et Anthéa ROBERT

- Nos jeunes juges départementales Margot DUCHÊNE et Emma DA SILVA SANTA MARTA
- Nos assistantes et assistants juges en cours de formation Line MONDIERE, Julie BADELIER, William BERNOLLIN et Yannick BERNOLLIN



CALENDRIER DES EVENEMENTS A VENIR EN AVRIL

9
Avril

Trail d'Annecy - Les Glaisins
Annecy - le - Vieux

10 Avril -
15 Avril

Stage de performance U18 +
Aix - les - Bains

29
Avril

Meeting d'ouverture U18 +
Aix - les - Bains

29
Avril

Pointes d'or U14 / U16
Thonon - les - Bains



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



Annecy Athlétisme



annecy_athletisme

annecyathle.org

A LA RENCONTRE DE LEANE CROISSONNIER



Découvrez en quelques lignes le portrait de notre athlète

Philosophie de vie : « si tu veux tu peux, rien n'est impossible »

Trois mots pour se décrire : persévérante, optimiste, apathique

Pêché mignon : les pâtes carbonara et l'avocat

Un mot pour décrire ton groupe : cohésion

Quand as-tu commencé l'athlétisme ?

« J'en ai fait pendant 2 ans à l'Association sportive (AS) de mon collègue puis je me suis inscrite au club en 2021, je suis donc au milieu de ma deuxième année au sein du club ».

Parmi les 4 disciplines que tu pratique, y en a t-il une que tu préfères ? Si oui, pourquoi ?

« Je pratique le saut en longueur, le saut en hauteur mais également le 2000m sur piste et un peu de sprint ... J'adore le 2000m car c'est une discipline qui se pratique souvent pendant la saison estivale. Je cours jusqu'à ne plus avoir de poumons et je donne tout ce que j'ai et cela me libère ! ».

Quelles sont tes sources de motivations sportives ?

« J'ai vécu des moments compliqués comme le harcèlement il y a quelques années et le sport m'a aidé et surtout sauvé. Tous les jours j'ai la motivation de donner le meilleur de moi-même et de combattre mon passé. Mais surtout le sport est une passion ! ».

Quel est ton meilleur souvenir de compétition ?

« J'avais réussi à passer en dessous des 9"00 au 2000m mais j'avais participé à premier relais où l'on a gagné avec une équipe pleines de cohésions et d'amitiés »

Quel est ton prochain objectif pour la saison ?

« Battre mes records personnels en hauteur et au 2000m ».