



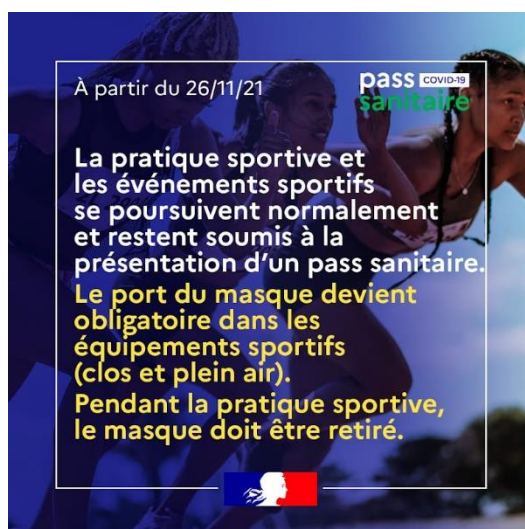
Union Sportive de Roissy en Brie
Section Athlétisme
Affiliation F.F.A. 077 119
Stade Paul Bessuard
Av. I. Rabin 77680 Roissy en Brie
Tel : 06 08 85 94 40 echosdlusra@hotmail.com
Site internet www.usra77.fr

La forme est là

Bulletin d'informations de l'US Roissy en Brie Athlétisme – Janvier 2022 – N°71

Tout d'abord, au nom des membres du comité directeur et de l'ensemble des entraîneurs, je vous souhaite tous nos vœux pour cette nouvelle année.

Prenez bien soin de vous et de vos proches car malheureusement, l'année commence avec la prolongation des mesures sanitaires jusqu'au 24 janvier inclus (pour l'instant) et applicables dans les espaces sportifs.
(Présentation du pass sanitaire à chaque début d'entraînement pour les personnes majeures et les plus de 12 ans, port du masque obligatoire excepté au moment de la pratique sportive).



Face à ces mesures, nous avons décidé, avec l'aval du service des sports de la ville, de maintenir les entraînements tout en laissant le choix à chacun d'y participer ou pas.

Sportivement et bonne lecture

Mickaël

1. Le mot du président

J'ai tardé un peu à vous présenter mes vœux pour 2022, car j'ai longtemps espéré que nous puissions se retrouver à l'occasion de notre traditionnelle galette des rois...

Malheureusement, le variant Omicron ne nous en laisse pas l'occasion, cette année encore !

Je vous souhaite donc, une très bonne année 2022. Qu'elle soit placée, évidemment, sous le signe de la santé, mais aussi de la course à pied ! Continuez à prendre soin de vous et de vos proches.

J'en profite pour vous rappeler que dimanche prochain aura lieu le premier tour des championnats de cross, à Meaux. L'USRA devrait y être bien représentée. N'hésitez pas, si cela est possible, et en respectant les consignes sanitaires, à venir encourager petits et grands.

A bientôt.

Pascal Dumas



2. Actualité des différentes catégories d'âge

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

Zahra nous fait un bilan du début de saison des E.A. :

A chaque entraînement, nous avons en moyenne 27 enfants. Au cours de ce 1^{er} trimestre, ils ont participé à 2 compétitions.

Nous avons noté de nombreux progrès au fil des semaines et adoptons nos entraînements en proposant des jeux mais aussi des entraînements selon le niveau de chacun.

Nous accompagnons chaque éveil afin qu'il atteigne l'objectif fixé.

Durant les vacances de février, nous proposerons un stage, comme celui effectué durant les vacances d'octobre.

Nous avons réorganisé nos entraînements afin d'être plus disponible aussi bien pour les parents que pour les enfants.

L'objectif est de donner envie aux enfants de progresser et de rien lâcher.

Notre devise est d'avant tout écouter, accompagner et s'amuser aussi. D'autres compétitions sont prévues au cours de ces prochains mois (cross, route).

Benjamins/Minimes//Cadets/Juniors /Espoirs/Adultes Athlétisme
(Entraîneurs Elise & Joël assistés pour les benjamins par Rania & Zahra)

Voilà un petit bilan du début de saison rédigé par Joël :

Pour les benjamins :

participation au triathlon 77 à fontainebleau : Guillaume et Anna terminent dans les dix premiers.

Au cross du coq, Guillaume obtient la deuxième place et une bonne participation d'ensemble.

En Minimes :

une seule participation aux Championnats départementaux 77 à Fontainebleau... Nessa... dommage!

Cadets Juniors

Marie HOUAREAU s'est qualifiée pour le championnat régional à Eaubonne le 15 janvier et nous avons l'intention pour la première fois de monter une Équipe cadette/ juniore pour le challenge printanier.

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

Un point sur le premier quadrimestre de la saison rédigé par Pierre-Luc :

Après cette moisson de récompenses à la soirée du comité 77, nous pouvons faire un bilan de ce début de saison. Nous avons reconduit notre organisation pour accueillir les nouveaux avec une remise à niveau pour certains et à présent nous pouvons conduire les entraînements en commun mais chacun à sa vitesse.

Les plans d'entraînement ont été modifiés autant dans la présentation (vous avez la possibilité d'y enregistrer votre kilométrage) que dans le fond, surtout les séances du mardi. Mathieu a la charge du plan et des entraînements. Les premiers retours et performances sont positifs.

A chaque entraînement nous sommes entre 30 et 40 – mais les premiers frimas arrivent ...

Pour 2022, les championnats de Cross arrivent, bientôt les premiers marathons et la reprises des trails. Nous allons aussi avoir la reprise du challenge route, si les courses sont maintenues vous aurez l'occasion de vous exprimer et faire rayonner le club, si les courses sont annulées (pas d'actualité pour le moment) nous garderons le même objectif vous maintenir à votre meilleur niveau pour être performant dès la reprise.

Enfin, je vous informe que j'arrêterai d'entraîner à l'issue de la saison. Si cela intéresse quelqu'un ou quelqu'une pour seconder Mathieu, n'hésitez pas à vous faire connaître auprès du comité directeur, nous pourrions vous inscrire à la prochaine session d'entraîneur adjoint (automne 2022).

Renforcement musculaire (Nadège) :

Avant l'interdiction sanitaire, Nadège et ses fidèles « élèves » se sont réunis autour d'un verre après une séance de paléo



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

Point sur la section par Patrice :

Malgré la pandémie sans précédent, notre petite section marche nordique continue sans bruit à arpenter la forêt de ferrières et de temps en temps le parc de Noisiel ou Bussy (vallée de la brosse) avec un nombre d'adhérents constant (une douzaine).

Certains se seront illustrés lors de différentes compétitions comme le tout nouveau 10 km Marche Nordique de Roissy, lors de notre traditionnel 10 km forestier, avec Philippe ; ou à l'Oxytrail au parc de Noisiel avec Jean Marie (avec un petit bain) et Patrice ou bien encore lors de l'Avonnaise au parc du château de Fontainebleau avec Sylvie, Christiane et Patrice.

Les entraînements les mercredis et samedis matin se font toujours dans la bonne humeur et convivialité avec des participants motivés.

L'objectif du prochain trimestre sera de maintenir la cadence et d'amener de nouveaux marcheurs sur une compétition selon le calendrier et les disponibilités de chacun.



Séance du 08 janvier 2022 au Parc de Rantilly (Rachel, Christiane, Sylvie et Patrice)

3. Calendrier des compétitions à venir :

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>.

Voici quelques courses sélectionnées parmi les nombreuses prévues les prochaines semaines.

Championnat 77 cross long : Meaux : **le 16 janvier 2022** (OPC)

Championnats régionaux cross : Brie Comte Robert : **le 06 février 2022** (sur qualification)



Challenge trail/nature : 1^{ère} épreuve 2022 : Mucotrail du Pays de Nemours – Bagneux sur Loing (77) (22 kms)
(OPC) : **le 06 février 2022**



Pour vous inscrire, suivez ce lien :

<https://www.usra77.fr/collect/description/218056-x-muco-trail-du-pays-de-nemours-trail-de-22-km-dimanche-6-fevrier>

Attention, **inscriptions possibles jusqu'au samedi 29 janvier minuit.**

La présentation du pass sanitaire (ou vaccinal ?) sera évidemment obligatoire pour participer à la course.

Attention également pour les crossmen et crosswomen qui seraient qualifiés pour les régionaux LIFA-Est: ceux-ci se tiendront le même jour à Brie-Comte-Robert.

Foulées étampois : 5 et 10 kms (qualificatif) – Etampes (91) : **le 13 février 2022**

Foulées Charentonnaises : 5 et 15 kms sur route – Charenton Le Pont (94) : **le 13 février 2022**

Championnats inter-régionaux : Chessy/Val d'Europe : **les 19 et 20 février 2022** (sur qualification)

4. Cross du coq :

Encore une édition mémorable de notre traditionnel cross, organisé par notre club et ceux de Pontault (PAAC et UMS), qui s'est tenue le dimanche 5 décembre dernier. Plus de 500 participants sur les différentes épreuves, dont 61 athlètes roisséens ! Le cross court était support du championnat de Seine-et-Marne.

Malgré une météo, comme souvent, capricieuse, et un terrain extrêmement boueux, toutes les catégories ont pu s'adonner aux joies du cross sur un parcours différent des éditions précédentes en raison des travaux annoncés autour de l'étang du Coq.

De beaux résultats pour nos représentants :

- Clément **3ème** chez les Eveils d'Athlé
- Guillaume **2ème** chez les Benjamins
- Arthur **1er** chez les Juniors
- Marie **1ère M0** et Stéphanie P. **2ème M2** sur le cross court
- Mickaël **3ème M3** sur le cross court
- Eddy C. **3ème M3** sur le cross long

Mais ce cross n'aurait pas été une réussite si nous n'avions pas pu également compter sur nos adhérents bénévoles, alors merci à eux.

Article rédigé par Pascal Dumas et à retrouver sur le site du club www.usra77.fr



5. Résultats des différentes compétitions de décembre toutes catégories :

Tous les résultats sont consultables sur le site « athle.org » rubrique « Résultats » « recherche par club (code 077119).

Ils sont également régulièrement affichés au local à côté du plan d'entraînement des adultes (à gauche en rentrant)

Dimanche 05 décembre 2021 : Cross du Coq – Roissy/Pontault -

Cross long : Eddy Colletin (23^e – 3^e M3M), Jérôme Olivieri (48^e – 11^e M2M)

Cross E.A. filles : Melly Fährasmane (7^e), Serody Coqueblin (8^e), Anandi Danaradjou (10^e), Maïa Isola (12^e), Assia Sebbane (16^e), Thalya Delebarre (17^e), Elise Parthenay (18^e), Noémie Berthon (28^e), Inayah Genrault (35^e)

Cross E.A. garçons : Clément Noël Fleury (3^e), Léon-Paul Dessaint (9^e), Gabriel Sanne (12^e), Baptiste Morin (14^e), Hugo Cavallo Oliveira (15^e), Nolan Butin (18^e), Rapahael Bourgeois (27^e), Téo-Phil Dessaint (30^e), Nail Amzil (33^e), Adam Groufella (34^e), Nolan Souprayapoule (37^e), Amjad Benchellal (45^e), Eden Olivieri (50^e), Ilyès Mejri (54^e),

Cross Court Hommes : Départementaux : Hatem Ben Ayed (51^e – 5^e M1M), Mickaël Lefevre (73^e – 3^e M3M), Kodjo Doufle (80^e – 6^e M2M), Pascal Lopès (81^e – 7^e M2M).

Cross Court Femmes : Départementaux : Marie-Hélène Dessaint (11^e – 1^{ère} MOF), Elise Hurteaux (14^e – 5^e M1F), Sandrine Aabar (21^e – 6^e M1F), Stéphanie Piffeteau (29^e – 2^e M2F)

Cross Poussins garçons : Marcus-Gabriel Sanne (7^e), Aymen Amzil (24^e)

Cross Poussins filles : Lise Bettembourg (10^e), Juliette Duarte (17^e), Sheryne Echarni (21^e), Sil She Shilling-Ford (24^e), Emma Berthod (26^e), Costa Tamy Varela Mendès (30^e)

Cross Benjamins-Minimes : Guillaume Noël Fleury (2^e BEM), Maël Armand (4^e BEM), Mohamed Sissoko (15^e BEM), Ana Hernandez Sanchez (8^e BEF), Léa N Sadissa (9^e BEF), Joyce Sidney (11^e BEF), Axel Lopès (20^e BEM), Elyne Gailhard Marzloff (12^e BEF), Yacine Hamza (24^e BEM), Vincent Petitjean (25^e BEM), Leandro Rosa (26^e BEM), Zaïna Aabar (10^e MIF), Maelann Laurent (19^e BEF), Eléa Bruneau (13^e MIF), Sianna Gbelgreu (17^e MIF).

Cross Cadets-Juniors : Marie Houareau (4^e JUF), Zahra Aabar (6^e JUF), Ilyana Chabault (7^e JUF), Elisa Vergne (5^e CAF)

Cross Juniors Hommes : Arthur Vergne (1^{er}), Paul-Antoine Depecker (6^e)

Dimanche 05 décembre 2021 : 10 kms de Thiais : Benjamin Rocca 39'43" (26^e M2M)

Dimanche 05 décembre 2021 : Le trail « 40 bosses » à Saint Leu la Forêt (95) 42 kms (D+2000)
Eddy Baudel : 6h44'09" (23^e M2M)

Dimanche 12 décembre 2021 : cross de Meaux : Mael Armand (14^e BEM) & Ana Hernandez Sanchez (47^e BEF)

Léandro, Elyne, Guillaume, Manon, Axel étaient également présents mais n'ont pas été comptabilisé dans les classements (bug ?). Nous avons déposé une réclamation sans suite à ce jour.

Dimanche 12 décembre 2021 : cross de Sucy :



Cross long masters : Eddy Colletin (43è), Pascal Dumas (32è), Achour Idrès (57è), Mickaël Lefeuve (91è)



Cross court femmes : Sandrine Aabar (20è)

Dimanche 12 décembre 2021 : Christmas run de Lagny sur Marne (6 kms)



Fabien Quérol (4è – **1^{er} M3H**)

Samedi 17 décembre 2021 : L'Armentérioise -Courir pour Armentières – Trail nocturne – 16 kms



Jean-Pierre **Chastang**, Philippe **Ohrel** (1h19'42'' – 6ème M3M), Gwénaél **Guéraud** (1h25'10'' – 22ème M1M), Eddy **Baudel** (1h20'02'' – 17ème M2M), Jérôme **Olivieri** (1h34'08'' – 28ème M2M), Sandrine **Aabar** (1h25'52'' – **2ème M1F**), Stéphanie **Piffeteau** (1h25'52'' – **1ère M2F**), Marie-Hélène **Dessaint** (1h16'20'' – **1ère M0F**), Pascal **Lopès** (1h24'13'' – 19ème M2M), Olivier **Thiébaud** (1h38'28'' – 19ème M3M), Pascal **Dumas** (1h11'42'' – **1er M2M**), Achour **Idrès** (1h18'39'' – 12ème M2F),
Absents sur la photo : Eddy **Colletin** (1h15'18'' – 4ème M3M), Jonathan **Lenormand** (1h12'11'' – 4ème M1M)

Dimanche 18 décembre 2021 : Athlé Run 5 kms FFA – Open de France virtuel

Najette **Benghezal** (29'22''), V é r a n y n e **Charlery** (40'50''), Kodjo **Doufle** (25'29''), Karine **Morin** (41'33'')

6. Informations diverses :

Compte tenu des mesures sanitaires, nous ne pourrions malheureusement pas nous retrouver pour notre traditionnelle galette des rois.

Voilà, c'est tout pour ce bulletin.

Sportez-vous bien et prenez bien soin de vous et de vos proches

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,

Entraîneurs bénévoles : Sandrine AABAR, Zahra AABAR, Pierre-Luc GAGEY, Mathieu GANSTER,

Christiane GAUDRIN, Fatima GOMES, Rania HAMDJ, Nadège OHREL, Thomas SOTTOU

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

echosdlusra@hotmail.com