



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 – Novembre 2021 – N°69

En athlétisme, novembre est synonyme de changement de catégorie.

Vous trouverez ci-dessous les nouvelles catégories applicables jusqu'au 31 octobre 2022 :

**BB** - U7 (6 ans) : 2016 et après

**PO** - U12 (10 & 11 ans) : 2011 & 2012

**MIN** - U16 (14 & 15 ans) : 2007 & 2008

**JUN** - U20 (18 & 19ans) : 2003 & 2004

**SEN** - (23 à 34 ans) : 1999 à 1988

**M1** - (40 à 44 ans) : 1978 à 1982

**M3** - (50 à 54 ans) : 1968 à 1972

**M5** - (60 à 64 ans) : 1958 à 1962

**M7** - (70 à 74 ans) : 1948 à 1952

**M9** - (80 à 84 ans) : 1938 à 1942

**EA** - U10 (7 à 9 ans) : 2013 à 2015

**BEN** - U14 (12 & 13 ans) : 2009 & 2010

**CA** - U18 (16 & 17 ans) : 2005 & 2006

**ESP** - U23 (20 à 22 ans) : 2000 à 2002

**M0** - (35 à 39 ans) : 1983 à 1987

**M2** - (45 à 49 ans) : 1973 à 1977

**M4** - (55 à 59 ans) : 1963 à 1967

**M6** - (65 à 69 ans) : 1953 à 1957

**M8** - (75 à 79 ans) : 1943 à 1947

**M10** - (85 à 89 ans) : 1933 à 1937

C'est aussi, ce mois-ci, que la saison de cross et les compétitions en salle vont réellement débuter.

Enfin, à noter que le club et certains de nos compétiteurs adultes seront honorés au cours de la soirée des récompenses des challenges route & nature fixée le **26 novembre** à Mouroux à 20h30.

Vous trouverez la liste des lauréats dans les pages suivantes.

Bonne lecture.

Mickaël

### 1. Challenges 2021 route & nature :

Malgré le contexte sanitaire, les challenges 77 route & nature 2021 ont été maintenus sur une période plus courte et avec moins de courses. Cela n'a pas empêché l'USRA de s'illustrer.

Seront récompensés :

-Pour le challenge nature/trail :

Scratch	Nom Prénom	Cat	Pcat
4	DUMAS PASCAL	V1M	2
5	COURRIVAUT TONY	V1M	3
7	BENCHABANE KARIM	V2M	2
15	CHASTANG JEAN-PIERRE	V3M	1
1	HURTEAUX ELISE	V1F	1
3	DESSAINT MARIE-HELENE	SEF	1
4	BELHADJ SALOUA	SEF	2

**2è** Club toutes catégories et **1<sup>er</sup>** en féminines

-Pour le challenge route :

Scratch	Nom Prénom	Cat	Pcat
2	HURTEAUX ELISE	M1F	1
4	DESSAINT MARIE HELENE	M0F	1
5	PIFFETEAU STEPHANIE	M2F	1
12	AABAR SANDRINE	M1F	3
8	BENCHABANE KARIM	M3M	1
12	VERGNE ARTHUR	JUM	1
17	LENORMAND JONATHAN	M1H	3



La 1<sup>ère</sup> course du challenge route 2022 est fixée au 18 décembre 2021 à Samois (5km) et celle nature/trail, le 06 février 2022 à Bagneux sur Loing (22 kms).

## 2. Résultats des différents championnats départementaux 2021 hors stade :

Comme pour les challenges, nous avons fait bonne figure dans les différents championnats départementaux :

### Championnat 10 km :

Féminin :  
1<sup>ère</sup> : **Hurteaux Elise**  
2<sup>ème</sup> : **Aabar Sandrine**

Masculin :  
2<sup>ème</sup> : **Vergne Arthur**  
Par équipe :  
1<sup>ère</sup> : **US Roissy en Brie**

### Championnat semi-marathon :

1<sup>ère</sup> : **Dessaint Marie-Hélène**  
1<sup>ère</sup> : **US Roissy en Brie**

### Championnat Nature / Trail :

Féminin :  
1<sup>ère</sup> : **Hurteaux Elise**  
2<sup>ème</sup> : **Dessaint Marie-Hélène**  
3<sup>ème</sup> : **Belhadj Saloua**

Masculin :  
2<sup>ème</sup> : **Dumas Pascal**  
3<sup>ème</sup> : **Courrivault Tony**  
1<sup>ère</sup> : **US Roissy en Brie**

## 3. Actualité des différentes catégories d'âge

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

Un stage EA/PO a été organisé du **26 au 28 octobre** par Sandrine et Thomas. Une quinzaine d'enfants y ont participé. Ils ont pu exercer différentes activités (lancer de poids, sprint sur 200 à 400 m, petits exercices de renforcement musculaire...)



Les Eveils et les poussins entourés de leurs entraîneurs lors du stage de fin octobre

Les entraînements reprennent ce lundi 08 novembre aux heures habituelles. Attention, pas d'entraînement ce jeudi 11 novembre (jour férié : stade fermé)

### Benjamins/Minimes/Cadets/Juniors /Espoirs/Adultes Athlétisme

(Entraîneurs salariés : Elise & Joël assistés de Rania et Zahra pour les benjamins) :

Après une première phase d'entraînement et de remise à niveau en septembre et octobre, Elise et Joël ont défini le calendrier des prochaines compétitions :

#### Benjamins :

- 13/11 championnat 77 de triathlon à Fontainebleau
- 05/12 cross du Coq à Roissy
- 12/12 cross de Combs la Ville
- 16/01 cross départemental 77 à Meaux
- 20/02 cross LIFA à Chessy (sur qualification uniquement)



#### Minimes :

- 14/11 championnat 77 de triathlon à Fontainebleau
- 05/12 cross du Coq à Roissy
- 12/12 cross de Combs la Ville
- 16/01 cross départemental 77 à Meaux
- 06/02 cross régional à Brie C Robert (sur qualification uniquement)
- 20/02 cross LIFA à Chessy (sur qualification uniquement)

#### Cadets/Juniors/Espoirs/Adultes Athlétisme :

- 21/11 championnat 77 sur piste journée 1 à Eaubonne
- 27/11 championnat 77 journée 2 à Eaubonne
- 05/12 cross du Coq à Roissy
- 12/12 cross de Combs la Ville
- 16/01 cross départemental 77 à Meaux
- 22/01 championnat régional sur piste (sur qualification)
- 05 et 06/02 championnat LIFA sur piste (sur qualification)
- 20/02 cross LIFA à Chessy (sur qualification uniquement)

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

Après la parenthèse des entraînements spécifiques marathon, tout le monde se retrouve avec un plan d'entraînement commun pour novembre concocté par nos entraîneurs permettant à tous, quel que soit son niveau, de préparer les cross, les courses sur route, les corridas, les trails ou pour les allergiques aux compétitions, continuer à progresser et entretenir sa condition physique, sans oublier pour éviter les blessures, les séances de renforcement musculaire du mercredi et « souplesse et détente » du vendredi animées par Nadège.

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

Mercredi : de 9h à 10h30

Samedi : de 9h30 à 11h

Sans faire de bruit, Patrice, Christiane et Jean-Marie continuent à animer les séances de marche nordique avec un petit groupe toujours aussi motivé malgré l'arrivée de l'automne.

#### 4- 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>.

Ci-dessous, quelques dates à retenir pour la saison de cross 2022 :

Championnat 77 cross court : Pontault/Roissy : **le 05 décembre 2021** : cross du coq (OPC)

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

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

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

En novembre : (liste non exhaustive)

==> **samedi 13** : « Tourn'en nocturne » à Tournan en Brie

**Cette course en faveur des "Restos du Coeur"** prévoit une **randonnée** et une **course de 12 km**.

Le départ se fera entre 19h et 20h.

Chaque participant déposera **un sac de nourriture**.

**Inscription gratuite sur Klikego.fr** (pas d'inscription sur place).

Le pass sanitaire est obligatoire.





==> **dimanche 14** : Cross de Marne & Gondoire au Parc de Rentilly – Bussy Saint Martin

ES/SE/MA Hommes **9H30** (8186 m) - JU/ES/SE/MA Femmes **10H30** (3900 m) - CA/JU Hommes/CROSS COURT Hommes **10H55** (3900 m) - CA Filles MI Filles et Garçons **11H20** (2946 m) - BE Filles et Garçons **11H40** (2946 m) - EA Filles et Garçons **12H00** (1116 m) - PO Filles et Garçons **12H20** (1116 m)  
Renseignements : <http://mega.athle.com/> Jacques DUGUÉ au 06 22 21 27 25

==> **dimanche 14** : semi-marathon de Deauville  
(Pour l'USRA (Nadia **RABIER**, Florence **GOUBET** & Stéphanie **LEHOUX DA SILVA**))

==> **dimanche 21** : semi-marathon de Boulogne-Billancourt  
Pour l'USRA (Jonathan **LENORMAND**, Jean-Pierre **CHASTANG**, Benjamin **ROCCA**...)

==> **dimanche 21** : cross des capucins à Coulommiers  
(Effet Crise sanitaire ?! pas de fromage en récompense cette année, visiblement)  
Hommes : JU/ES/SE/MA **9h25** (7450 m ; JU 5 060 m) - MIM/MIF/CAF/CAM **10h10** (3 900 m) - BEF / BEM **10h35** (2 450 m) - POF / POM **10h55** (1 350 m) - Eveil Athlé **11h10** (900 m) - Femmes : ES/SE/MA/JUF **11h20** (6 130 m ; JUF 3750 m) - Relai mixte 2 coureurs (de JU à MA) **12h00** (4600 m).

==> **samedi 27** : TBN 2021 : Trail & marche nordique 15 km – 19h – Chaumes en Brie –

==> **dimanche 28** : marathon Nice-Cannes  
Pour l'USRA (Sandra **GREGOR** – Djamel **MANKOURI**)

==> **dimanche 28** : Foulées de l'aéroport à Drancy (10 kms)

#### **4- Résultats des compétitions :**

**Trail du Four à Chaux – Nandy - 03/10/2021 – 11 km (50m D+)**

Elise **HURTEAUX** (**1<sup>ère</sup>** MIF – 56'27'')

**Départementaux de Cross 2021** (report des épreuves de janvier 2021) **Brie Comte ROBERT -10/10/2021**



**Eveils Athlé Garçons** : Aymen **AMZIL** (3'55''), Rapahael **BOURGEOIS** (4'03''), Nolan **BUTIN** (4'27''), Hugo **CAVALLO OLIVEIRA** (3'59''), Karl **DABONON** (3'59''), Léon-Paul **DESSAINT** (3'45''), Adam **GROUFELLA** (4'13''), Ilyès **MHIRI** (4'35''), Baptiste **MORIN** (3'51''), Clément **NOEL FLEURY** (3'27''), Marcus-Gabriel **SANNE** (3'28'').



**Eveils Athlé Filles :** Anandi **DANARADJOU** (3'56''), Thalya **DELEBARRE** (4'03''), Melly **FAHRASMANE** (3'54''), Imaya **GENRAULT** (4'48''), Maïa **ISOLA** (4'14''), Elise **PARTHENAY** (4'08''), Hayden **RAGOURAMIN** (4'25''), Assia **SEBBANE** (4'16''), Jade **SOREDY COQUEBLIN** (3'51'').

**Poussins Garçons :** Enrique **ROSA** (14è – 3'01''), Guillaume **NOEL FLEURY** (1<sup>er</sup> – 2'40''), Amine **MHIRI** (55è – 3'44''), Ewenn **LAURENT** (35è – 3'17''), Julian **COUDREAU** (30è – 3'14''),

**Poussins Filles :** Ambrine **BEN MANSOUR** (52è – 4'03''), Lise **BETTEMBOURG** (40è – 3'44''), Aliya **BOHLI** (10è – 3'13''), Juliette **DUARTE** (47è – 3'49''), Sheryne **ECHARNI** (42è – 3'45''), Elyne **GAILHARD MARZLOFF** (28è – 3'32''), Maelann **LAURENT** (39è – 3'44''), Léa **N SADISSA** (6è – 3'09''), Manon **PASTISSON** (46è – 3'48''),

**Benjamins Garçons :** Yacine **HAMZA** (65è – 10'41''), Vincent **PETITJEAN** (66è – 10'42''), Léandro **ROSA** (85è – 11'29''), Corentin **SOREDY COQUEBLIN** (101è – 12'54'').

**Benjamines Filles :** Ana **HERNANDEZ SANCHEZ** (74è – 11'05''), Nessa **SIMONYAN** (103è – 13'10''),

**Minimes Filles :** Zaïna **AABAR** (27è – 18'16''), Elora **BOURMAUD** (28è – 18'26'')

**Cadets Garçons :** Paul-Antoine **DEPECKER** (22è - 14'45'')

**Cadettes/ Juniors Filles :** Zahra **AABAR** (23è – 15'04''), Ilyana **CHABAULT** (26è – 15'57''), Marie **HOUAREAU** (21è – 14'56''), Emma **ROUSSEAU** (27è – 16'48''), Julie **WADOWSKI** (24è – 15'39'').

**Cross court Femmes :** Sandrine **AABAR** (35è – 16'39''), Aquila **BEN MANSOUR** (48è – 24'10''), Elise **HURTEAUX** (26è – 14'58'').

**Masters Hommes :** Michel **BEN AZZOUZ** (36è – 40'08''), Karim **BENCHABANE** (14è – 33'20''), Jean-Claude **GOISLARD** (41è - 45'00'), Achour **IDRES** (23è – 35'20'').

**QUALIFIES POUR LES INTERREGIONAUX DE CROSS DE VERNEUIL SUR SEINE**

Zaïna **AABAR**, Elora **BOURMAUD**, Sandrine **AABAR**, Zahra **AABAR**, Aquila **BEN MANSOUR**, Ilyana **CHABAULT**, Marie **HOUAREAU**, Elise **HURTEAUX**, Emma **ROUSSEAU**, Julie **WADOWSKI**, Paul-Antoine **DEPECKER**, Michel **BEN AZZOUZ**, Karim **BENCHABANE**, Achour **IDRES**

**Les 10 kms de La Flèche – 10/10/2021 :**







**5 kms :** Elisa **VERGNE** (8<sup>e</sup> MIF - 25'45'') – **10 kms :** Arthur **VERGNE** (3<sup>e</sup> JUM - 34'58''), Stéphanie **PIFFETEAU** (1<sup>er</sup> M2F – 44'13''), Olivier **THIEBAUT** (49<sup>e</sup> M2M – 52'52'').

(Stéphanie et Arthur, qualifiés pour les France 2022 du 10 kms)

**Trail soldat de la marne – 10 kms – 10/10/2021 – Meaux (150 m D+)**

Isabelle **CONTANT** (27<sup>e</sup> M3F – 1h29'38''), Alexandra **NEMAUSAT** (28<sup>e</sup> SEF – 1h07'49''), Christian **PERRIER** (4<sup>e</sup> M6M – 1h03'38'')

**Marathon de Paris – 17/10/2021**



Eddy **BAUDEL** (3h18'07''), Kodjo **DOUFLE** (3h16'12''), Jérôme **OLIVIERI** (3h55'39''), Philippe **OHREL** (3h19'11''), Saloua **BELHADJ** (4h21'25''), Stéphanie **DA SILVA LEHOUX** (5h02'20''), Nadia **RABIER** (3h44'12''), Florence **GOUBET** (4h36'49''), Claude **COEZY** (4h02'56'') (de gauche à droite), Jean-Pierre **CHASTANG** (4h09'20'') (pas de photo)

**Les Foulées Monterelaises – 17/10/2021 – 10 kms**



Achour **IDRES** (35<sup>e</sup> M2M - 41'59''), Arthur **VERGNE** (2<sup>e</sup> JUM – 34'27''), Stéphanie **PIFFETEAU** (3<sup>e</sup> M2F – 44'38''), Karim **BENCHABANE** (7<sup>e</sup> M3M – 38'21''), Djamel **MANKOURI** (5<sup>e</sup> M4M – 38'44''), Nicolas **GLENAC** (38<sup>e</sup> M0M – 42'37'') (record personnel), Elise **HURTEAUX** (2<sup>e</sup> M1F – 41'20'').

(de gauche à droite)



## Foulées Livryennes – Livry Gargan – 10 kms – 17/10/2021



**Fabien QUEROL** (1<sup>er</sup> M3M – 39'24'')

## Tour de Houilles – 10 kms – 17/10/2021

**Zahra AABAR** (3<sup>e</sup> JUF – 54'11'')

## Entre Dhuys et Marne – Thorigny sur Marne – 17/10/2021 – 15 kms (250 m D+)

**Elise HURTEAUX** (1<sup>er</sup> M1F – 1h08'42'')

## Marathon de Rennes – 24/10/2021



**Championnats de France** : 17<sup>e</sup> par équipe sur 22 : Pascal **DUMAS** (29<sup>e</sup> M2M – 3h05'20''), Stéphane **FEGEANT** (44<sup>e</sup> M2M – 3h20'25''), Mickaël **LEFEUVRE** (34<sup>e</sup> M3M – 3h33'24''), Christophe **ISOLA** (51<sup>e</sup> M2M – 4h13'06'')

**Marathon Open** : Sandrine **AABAR** (3<sup>e</sup> M1F – 3h33'47''), Karim **BENCHABANE** (9<sup>e</sup> M3M – 3h11'34''), Eddy **COLLETIN** (6<sup>e</sup> M3M – 3h05'20''), Tony **COURRIVAUT** (72<sup>e</sup> M2M – 3h32'30''), Marie-Hélène **DESSAINT** (5<sup>e</sup> M0F – 3h31'21''), Bruno **PARTHENAY** (78<sup>e</sup> M2M – 3h33'13'').

**Marathon Duo** : Sandra **GREGOR** & Djamel **MANKOURI** : 3h34'52'' (180<sup>e</sup> / 323)

**Marathon Relais** : Saloua **BELHADJ**, Eddy **BAUDEL**, Laetitia **BAUDEL**, Isabelle **CONTANT** : 4h00'00'' (370<sup>e</sup>/472)





### Championnats Interrégionaux de cross à Verneuil sur Seine – 30/10/2021 –

Ilyana **CHABAUT** (52<sup>e</sup> MIF – 21'40''), Zahra **AABAR** (32<sup>e</sup> JUF – 22'21''), Sandrine **AABAR** (56<sup>e</sup> M1F – 19'08'')



Marie **HOUAREAU** (abandon), Ilyana **CHABAUT**, Zahra et Sandrine **AABAR**

**QUALIFIES POUR LES FRANCE DE CROSS DE MONTAUBAN LE 14/11/2021**

Sandrine **AABAR**, Zahra **AABAR**,

Marseille-Cassis (20 kms) – 31/10/2021 – Christian **PERRIER** (2h02'58'')

### **5- Informations diverses :**

Pour tous les parents qui ont bénéficié du dispositif « Pass'Sport » pour leurs enfants de 6 à 17 ans révolus au 30 juin 2021, un remboursement de 10 € sur leur licence FFA 2021-2022 est possible. Pour tout renseignement complémentaire, merci de vous rapprocher de Françoise AMARY.

Suite à la participation de près de 20 athlètes aux marathons de Paris & Rennes, un certain nombre de ces marathonien(ne)s ont eu envie d'arroser ça au restaurant.

Bien entendu, tout le monde est le bienvenu (attention, ce ne sera pas OPC (offert par le club))

Nous pensons faire cela chez Mauro, qui est aussi partenaire du 10km Forestier, le **vendredi 12 novembre** au soir.

Si vous êtes intéressé(e) (marathonien(ne) ou non), inscrivez-vous en suivant ce lien:

<https://www.usra77.fr/collect/description/205706-n-soiree-resto-speciale-marathons-vendredi-12-novembre>

En fonction du nombre de participants, il est possible que l'on bascule sur un autre endroit ... l'idée étant simplement de se retrouver autour d'un repas, quel qu'il soit ...

Voilà, c'est tout pour ce bulletin.

Sportez-vous bien

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 HAMDY, 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](mailto:echosdlusra@hotmail.com)**