



*La forme est là*

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

## Bulletin d'informations USRA N°47 – Juillet/Août 2019

Cette saison 2018/2019 touche à sa fin. C'est l'heure de la trêve estivale où chacun va se ressourcer auprès des siens. Nous vous souhaitons de très bonnes vacances et vous donnons rendez-vous dès le 07 septembre sur notre stand pour la journée des associations et surtout le **15 septembre** pour une nouvelle édition de notre « 10 km forestier ».

Comme chaque année, nous avons **besoin de nombreux bénévoles** le jour de la course pour que la manifestation puisse avoir lieu et se dérouler dans les meilleures conditions. De nombreuses tâches peuvent vous être confiées, telles que signaleur sur le parcours, remise des récompenses, mise en place du village partenaires, distribution des dossards, etc...

Si vous avez du temps à offrir, vous êtes donc les bienvenus : inscrivez-vous au local du club, si vous avez l'occasion d'y passer aux horaires des entraînements adultes (mardi et jeudi à 19h), ou bien signalez-vous tout simplement par retour de mail.

Vous pouvez aussi vous inscrire via le lien suivant :

<https://sportbenevoles.maif.fr/evenement/adaae9a7-b4ef-4eaa-aea0-91f072bf2351>.

A l'issue de la manifestation, sera organisé le traditionnel repas des bénévoles.

Enfin, profitez de vos congés pour remplir le questionnaire de santé ou obtenir votre certificat médical pour régulariser votre licence le plus rapidement possible et vous permettre de participer aux premières courses de la saison 2019/2020.

Ci-dessous les dernières informations concernant votre club.

### **1-Réunion de bureau du 27 mai 2019 :**

Présents : Pascal, Françoise, Mickael, Stéphanie, Pierre-Luc, Aomar,

Excusée : Nadège, Christiane, Nathalie, Patrice

Approbation du compte-rendu de la précédente réunion et publication

### **Prochaine saison**

Il faut établir la nouvelle fiche d'inscription en utilisant celle proposée par l'USR et actualiser également la plaquette d'information pour l'USR.

#### **1) Créneaux horaires**

##### **Jeunes :**

- EA : lundi 18h15 – 19h15 (stade), mercredi 17h - 18h

- PO : lundi 18h00 – 19h30 (stade), mercredi 17h - 18h

Entraîneurs : Johan, Sandrine, Pierre-Luc, Christiane le lundi et Johan, Sandrine, Fatima, Christiane le mercredi.

Jézila est prête à venir aider ce groupe si ses horaires lui permettent.

- BENJ : lundi et jeudi 17h45 – 19h30

- MIN : lundi et jeudi 19h – 20h30

- CAD/JUN/ESP : lundi et jeudi 19h – 21h

Entraîneurs : Elise et Joël

##### **Adultes :**

- Running : mardi et jeudi 19h à 20h30 dimanche 9h – 11h

Entraîneurs : Pierre-Luc, Nadège

- Renforcement musculaire/paléofit : mercredi 18h30 – 20 h avec Nadège

- Marche Nordique : mercredi à 9 h - 10h30 mercredi 18h30 - 20 h samedi 9h30 à 11h

Entraîneurs : Patrice (mercredi soir et samedi matin), Jean-Marie et Christine (mercredi matin)

#### **2) Tarifs**

Licence Compétition : 170 € nouveau – 150 € renouvellement (coût de la licence 81,50 €)

Licence Loisirs : 140 € nouveau – 120 € renouvellement (coût de la licence 44 €)



Licence Santé : 80 € nouveau – 75 € renouvellement (coût de la licence 44 €)  
Licence Découverte : 145 € nouveau – 135 € renouvellement (coût de la licence 53 €)  
Licence Encadrement : coût de la licence 52 €  
Coût du maillot club pour les nouveaux : 15 €

### **Préparation AG**

AG le vendredi 7 juin à 20 h au Relais des Sources.

Clés récupérées le vendredi – Courses à faire le vendredi après-midi (Pascal et Françoise) – Préparation de la salle vendredi à partir de 18 h30 (Pascal, Françoise, Jean-Marie, Nadège)

Rapport moral : Pascal

Rapport financier : Stéphanie

Bilan sportif : Nathalie (EA/PO) – Joël (Benj-Min-Cad-Jun-Esp) – Micka (Adultes) – Patrice (MN)

Bilan Activités et point sur les adhérents : Françoise

Pascal va évoquer le problème de cohésion. Il faudrait trouver une course avec adultes et jeunes qui serait suivie d'un pique-nique. Il faut aussi faire une meilleure communication sur les départs de courses afin de favoriser le co-voiturage.

### **Points divers :**

- Pascal refait le site du club avec les rubriques : Actualité, Entraînements, Adhésion, Entraîneurs, Comité Directeur
- Date de la soirée Inter-Génération : jeudi 20 juin sur le stade

## **2-Réunion du comité d'organisation du 10 km forestier du 11 juin 2019 :**

**Présents :** Françoise, Nadège, Pascal, Micka, Pierre-Luc, Patrice, Jean-Marie, Nathalie, Stéphanie,

**Excusés :** Edith, Christiane, Christian

### **Partenaires 2019**

Botanic : 1 000 sacs en papier kraft offerts

Auto-Ecole à Pontault : 150 € + flyers à mettre dans les sacs

Le Domaine des Gondoles : 150 €

Les Nouveaux Constructeurs : 500 €

A revoir : Cuisiniste et Shiva à Pontault - Mac Donald à Roissy

Total à ce jour : 3260 €

MAIF sollicitée car partenaire de la FFA : coupes et sacs demandés mais pas de réponse

### **Récompenses et coupes**

Il faut passer la commande de coupes : demander un devis au fournisseur d'Ozoir.

Commande de tee-shirt Référence Tandem chez Indyan Pub (les moins chers)

H (700) couleur Turquoise royal M 300 – L 350 – XL 50

F (300) couleur bleu ciel M 140 – L 140 – XL 20

Logo « j'peux pas j'ai 10 km Forestier à Roissy en Brie » avec le logo de la course dans le dos en format A4 (Pascal dessine le modèle)

### **Meneurs d'allure**

Nous avons reçu les voiles de meneurs d'allure.

Rachid est d'accord pour faire le meneur d'allure des 40 mn et Amélie les 55 mn.

On est en attente de la réponse des coureurs de Meaux. Pascal va solliciter le PAAC et Françoise le club de Montereau.

Il faudra faire une photo avec 5 meneurs d'allure avec les voiles pour mettre sur le site mais aussi des entraînements avec le matériel sur le dos.

### **Signalétique**

On a reçu la banderole de 4 m. Olivier Paris va nous faire des logos autocollants que l'on pourra coller sur les panneaux de signalétique que va faire Nadège. Micka a récupéré les plaques pour coller les affiches de signalétique.



### Questions diverses :

- Médecin : prévoir un autre médecin pour 2020.
- Commande de gobelets en carton pour les ravitaillements (Françoise)
- Commande des WC (Françoise)
- Revoir la convention des ostéopathes (Françoise)
- Faire affiche des bénévoles (Jean-Marie)

**Prochaine réunion : lundi 1er juillet 2019 à 20 h** (compte rendu dans le prochain bulletin)

Merci à Françoise Amary pour la rédaction des comptes-rendus

### **3- Les résultats marquants des dernières semaines :**

Tous les résultats des courses auxquelles vous participez sont mis en ligne sur le site de la Fédération Française d'Athlétisme ([bases.athle.com](http://bases.athle.com)) et affichés au local chaque semaine.

Quand vous vous inscrivez individuellement, n'oubliez pas d'indiquer votre numéro de licence et le nom de votre club (U.S. Roissy en Brie Athlétisme) et **assurez-vous que votre nom apparaît bien sur les classements après votre course.**

Voici les résultats enregistrés sur le site de la FFA pour la période du 08 Juin au 03 juillet 2019 inclus :

#### **CHAMPIONNATS 77 INDIV ET TRIATHLON BENJAMINS (Coulommiers 08/06/2019) :**

Inès **SAINTE-LUCE** : 9m64 (javelot)- 1m20 (hauteur)-7''67'' et 7''39'' (50 m)-8m35 (poids)- 13''76'' (100m) : 14è au final

Lucie **HATINGUAIS** : 10''75'' et 10''67'' (50m haies) **3è**- 3m17 (longueur)

#### **LES GENDARMES ET LES VOLEURS (Ambazac 08/06/2019) :**

Olivier **MONIER** : 1h01'44'' (19èM1) (11 km) ; Djamel **MANKOURI** : 3h19'12'' (39è M2) (32 km) ; Eric **PIER** : 3h29'15'' (71è M2)

#### **CHAMPIONNATS 77 INDIV ET TRIATHLON MINIMES (Coulommiers 08/06/2019) :**

Paul-Antoine **DEPECKER** : 13''73'' (100m) -3m95 (longueur)

Emma **ROUSSEAU** : 3m40 (longueur)-14''66'' (100m) -7''81'' (50m) **(3è)**

Pauline **MARBOT** : 1m89 (longueur) – 12m40 (javelot) – 15m78 (disque)

Jade **IRCA** : 14''26'' (100m) **(2è)**

Van-Lan **HUYNH** : 2m64 (longueur) – 14''45'' (100m) **(3è)**

Marie **HOUAREAU** : 14''77'' (100m) **(2è)** – 3m15 (longueur)

4 x 60 m : 33''25'' **(2è)** (Min Filles)

#### **CHAMPIONNATS DE France D EKIDEN MIXTE (Auxerre 09/06/2019) :**

2h52'50'' (17è sur 19) : Sandrine **AABAR** (5000m : 21'00) ; Pascal **DUMAS** (10000m : 37'34'') ; Stéphanie **PIFFETEAU** (5000 m :22'32'') ; Tony **COURRIVault** (10000m : 38'31'') ; Aurélie **ROSA** (5000m : 23'58'') ; Mickaël **LEFEUVRE** (7195m : 29'17'')

#### **10 km de BRIE COMTE ROBERT (15/06/2019) :**

Sandrine **AABAR** : 44'13'' **(2èM1)** – Amélie **BONNARGENT** : 44'55'' **(3èM1)** – Caroline **CHAPEL** : 1h03'10'' (11èM1) – Rachid **EL HAOUARI** : 35'08'' **(2èM1)** – Stéphane **FEGEANT** : 39'57'' (6èM1)- Christophe **GIDOIN** : 46'18'' (11èM1) – Christophe **ISOLA** : 47'03'' (12èM1) – Mickaël **LEFEUVRE** : 41'04'' (5è M2) – Jean **LETABI** : 40'53'' **(1èr M3)** – Benjamin **ROCCA** : 39'16'' (5è M1) – Aurélie **ROSA** : 50'10'' (5è SEF)

#### **MEGAMARATHON DE BUSSY SAINT MARTIN (16/06/2019) :**

Nathalie **SOYER** : 3h52'58'' **(1èr M1)** – Jean-Pierre **CHASTANG** : 4h29'55'' (27è M2)



#### 15 km de MAROLLES EN BRIE (16/06/2019) :

Michel **BEN AZOUZ** : 1h12'46'' (11<sup>ème</sup>M2) - Stéphanie **DA SILVA LEHOUX** : 1h35'54'' (27<sup>ème</sup>M1)

#### Meeting de SAINT- MAUR (19/06/2019 et 03/07/2019) :

Rachid **EL HAOUARI** : 9'45''42''' (3000 m) et 4'38''74''' (1500 m) – Benjamin **ROCCA** : 10'26''39'''

#### 6 h de PONTAULT-COMBAULT (22/06/2019) :

**1<sup>ère</sup> USRA 1** (Sandrine AABAR- Aurélie ROSA- Stéphane FEGEANT-Mickaël LEFEUVRE) - **2<sup>ème</sup> USRA 2** (Nathalie SOYER – Christophe GIDOIN – Jean-Pierre CHASTANG – Cyrille LE GALLIARD) – **7<sup>ème</sup> USRA 3** (Caroline CHAPEL – Françoise AMARY – Stéphanie PIFFETEAU – Didier LE PLOMB) (**10 équipes classés**)

#### Trail de VILLENOY (17 km) (23/06/2019) :

Tony **COURRIVAULT** : 1h10'20'' (**3<sup>ème</sup>M1**) – Elise **HURTEAUX** : 1h20'25'' (**2<sup>è</sup> SEF**) – Stéphanie **PIFFETEAU** : 1h26'50'' (**3<sup>ème</sup>M1**) – Fabien **QUEROL** : 1h11'35'' (4<sup>ème</sup>M1)

#### Tout OZOIR COURT (10 km) (23/06/2019) :

Michel **BEN AZOUZ** : 49'05''(10<sup>ème</sup>M2) – Amélie **BONNARGENT** : 46'45'' (**1<sup>ère</sup> M1**) – Pascal **DUMAS** : 39'29'' (**2<sup>è</sup>M1**) – Rachid **EL HAOUARI** : 37'22'' (**1<sup>er</sup> M1**).  
Corinne et Christophe **GIDOIN** : 52'12'' (duo 10 km : **1<sup>er</sup>**)

#### OXY'TRAIL DE NOISIEL (13 km) (30/06/2019) :

Michel **BEN AZOUZ** : 1h03'16'' (25<sup>ème</sup>M2) – Caroline **CHAPEL** : 1h29'18'' (149<sup>ème</sup>M1) – Jean-Pierre **CHASTANG** : 1h27'41'' (150<sup>ème</sup>M2) – Christian **PERRIER** : 1h18'32'' (30<sup>ème</sup>M3) – Fabien **QUEROL** : 52'16'' (12<sup>ème</sup>M1) – Daniel **VIGNERON** : 1h18'14'' (97<sup>ème</sup>M2)

#### OXY'TRAIL DE NOISIEL (23 km) (30/06/2019) :

Saloua **BELHADJ** : 2h25'46'' (112<sup>è</sup> SEF) – Tony **COURRIVAULT** : 1h37'22'' (52<sup>ème</sup>M1) – Rachid **EL HAOUARI** : 1h27'51'' (6<sup>ème</sup>M1) – Cyrille **LE GALLIARD** : 2h00'45'' (74<sup>ème</sup>M2) – Djamel **MANKOURI** : 1h51'44'' (48<sup>ème</sup>M2) – Eric **PIER** : 1h50'19'' (46<sup>ème</sup>M2)

Un coup de Chapeau (de Paille) pour Nathalie **SOYER** et Christophe **ISOLA** qui étaient au départ de l'ultra Marin de Vannes (177 km). Malheureusement, ils n'ont pas pu aller au bout en raison de problèmes physiques mais ont parcouru quand même plus de 100 km. Bravo quand même car il faisait chaud ce week-end là.

#### Autres résultats du mois :

Philippe **OHREL** : 41'41'' (10 km de Paris) (50<sup>ème</sup>M2) – Achour **IDRES** : 18'57'' (5 km de Noisy Le Sec) (**3<sup>ème</sup>M1**) – Jean **LETABI** : 40'55'' (10 km de Combs La ville) (**1<sup>er</sup> M3**) – Arnaud **VALENCE** : 45'44'' (10 km de Vincennes) -

#### 4-Agenda Sportif des prochaines semaines pour les adultes Hors stade :

##### Trail :

21/07/2019 : Trail estival du Val de Marne  
25/08/2019 : Le Cul d'enfer de Mondeville (21 km)  
01/09/2019 : Tourn'enVert (11,2 km ; 19,2 km)\*  
08/09/2019 : La Germinoise – Germigny l'évêque (14 km)\*  
\*Challenge nature 2019

##### Route :

14/07/2019 : Dammartin sur Tigeaux (10 km)\*\*  
31/08/2019 : Bourron-Marlotte (10 km)\*  
08/09/2019 : Les foulées de la forêt de Bréviande – Cesson (10 km)  
\*Challenge route 2019 et \*\*offerte par le club



## **5-L'actu des différentes catégories :**

### **-Eveil Athlétisme/Poussins(es) : (Entraîneur salarié : Johan assisté de Nathalie, Aomar, Jean-Pierre, Christiane, Fatima, Pierre-Luc, Sandrine)**

Belle participation de nos tous petits aux olympiades de Combs La Ville le 15 juin 2019. Nos féminines EA et PO ont été récompensés d'une belle coupe. Les EAF terminent 1ère et les POF 3ème.

Les garçons terminent à la 4ème place en étant 2 par catégorie !!! Bravo à Yacine **HAMZA**, Augustin **DEPECKER**, Elyne **GAILHARDMARZLOFF**, Kilian **LESUISSE**, Léa **N'SADISSA**, Clémence **TABURET**, Maïwenn **GELEBART**, Joyce **SIDNEY**, Guillaume **NOEL FLEURY**, Nessa **SIMONYAN**.

La saison s'est terminée lors de la soirée intergénérationnelle et le rendez-vous pour la reprise des entraînements est fixé au 09 septembre 2019 et le 15 septembre pour la course des enfants lors du 10 km forestier que nous organisons.

### **-Benjamins/Minimes/Cadets/Juniors /Espoirs/Adultes Athlétisme (Entraîneurs salariés : Elise et Joël) :**

Belle prestation de nos benjamines Lucie et Inès aux championnats 77 de Coulommiers et de nos minimes Paul-Antoine, Emma, Pauline, Jade, Van-Lan et Marie (voir résultats détaillés pages précédentes. Merci à l'ensemble des jeunes pour leur participation à la soirée intergénérationnelle qui fut une fois de plus un succès.

### **-Adultes Hors Stade : (Animateurs : Pierre-Luc, Mickaël, Jean-Pierre et Nadège)**

Plusieurs personnes s'interrogent concernant les championnats de France de Marathon, voici quelques informations d'ordre général, déjà évoquées lors de notre AG du 7 juin dernier.

A noter qu'à partir de cette année, cette qualification ne résulte plus de l'établissement d'une performance chronométrique, mais du fait d'avoir terminé un marathon labellisé. Cela explique pourquoi nous avons autant de qualifiés.

Il en découle plusieurs choses :

- l'inscription à ce marathon n'est plus offerte par la FFA, mais est désormais payante, avec toutefois une ristourne de 25% pour les qualifiés (46€ - 25% = 34,5€ jusqu'au 8 septembre, puis 55€ - 25% = 41,25€)
- le club ne participe plus aux frais de déplacement et d'hébergement

Il est question d'organiser une sortie club à l'occasion de cet événement, en profitant du fait que les organisateurs proposent plusieurs courses le même jour :

- marathon France et Open (ouvert à tout le monde)
- marathon relais par équipe de 2 ou 4 coureurs
- course de 10km

N'hésitez pas à vous rapprocher de Pierre-Luc sur ce dernier point.

Enfin, merci aux différents adultes qui ont participé en nombre aux dernières courses (Saint Brice, Ozoir, Oxy'trail, 6h de Pontault) et prouvé que l'esprit club n'est pas mort...à poursuivre dès le début de la saison prochaine.

Pour rappel, les entraînements continuent aux heures habituelles pendant tout l'été en forêt et sur piste à partir de mi-août.

### **-Marche Nordique : (Entraîneurs : Patrice, Christiane et Patrick)**

Les coureurs hors stade peuvent participer aux séances en complément de leurs sorties running.  
Nous espérons avoir un peu plus d'adeptes la saison prochaine.



#### **6-Informations diverses :**

Le site internet du club a fait peau neuve. N'hésitez-pas à y faire un tour. Toutes propositions de rédactions d'articles sont les bienvenues : <https://www.usra77.fr>

Voilà, c'est tout pour ce mois et pour cette saison. Passez de très bonnes vacances et à la saison prochaine.

Mickaël,

Membre du comité directeur et rédacteur du bulletin mensuel pour le compte de l'U.S.R.A.

#### **Comité directeur de L'US Roissy Athlétisme (2019/2020) :**

**Président : Pascal DUMAS**

**Vice-Président : Pierre-Luc GAGEY**

**Secrétaire : Françoise AMARY**

**Trésorière : Stéphanie DA SILVA LEHOUX**

**Trésorière adjointe : Nadège OHREL**

**Membres actifs : Nathalie SOTTOU, Mickaël LEFEUVRE, Caroline CHAPEL, Christiane GAUDRIN, Achour IDRES**

**Entraîneurs salariés : Elise HURTEAUX, Joël MARTIAL, Johan HERNANDEZ**

**Entraîneurs bénévoles : Christiane GAUDRIN, Fatima GOMES, Sandrine AABAR, Jézila MERHFOUR, Pierre-Luc GAGEY et Nadège OHREL**