



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 USRA N°42 – Février 2019

Le mois de janvier a été perturbé par les conditions climatiques qui ont contraint la municipalité à fermer les installations sportives pendant 2 semaines. Cela n'a pas empêché nos athlètes petits et grands de briller dans les différentes épreuves maintenues au cours de ce mois.

Nous aurons, notamment, 8 représentants aux championnats interrégionaux de cross le 17 février 2019 à Verneuil Sur Seine (78) (dernière étape avant les France).

Sur le plan extra-sportif, les membres du comité d'organisation du 10 km forestier sont déjà à pied d'œuvre pour que la 28<sup>e</sup> édition qui aura lieu le 15 septembre 2019 soit encore une réussite avec quelques nouveautés, comme la présence de meneurs d'allure pour que chacun atteigne son objectif. Toutes les bonnes volontés sont les bienvenues pour intégrer le comité d'organisation. Pour tous renseignements, rapprochez-vous de l'un des membres du comité directeur dont les noms figurent à la fin de ce bulletin.

Bonne lecture

### **1-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).

Ci-dessous quelques résultats marquants :

#### **Régionaux de cross de Neuilly Sur Marne du 03 Février 2019 :**

##### **Féminines :**

Minimes : Marie **HOUAREAU (60<sup>e</sup>)** – Pia **PAIVA GONCALVES (116<sup>e</sup>)** : **139 classées**

Espoirs/séniors/Masters : Amélie **BONNARGENT (139<sup>e</sup>)** – Stéphanie **PIFFETEAU (113<sup>e</sup>)** – Johanna **RIEGER (179<sup>e</sup>)** **179 classées**

Cross court femmes : Sandrine **AABAR (110<sup>e</sup>)** **155 classées**

##### **Masculins :**

Minimes : Adrien **JEAN (90<sup>e</sup>)** – Paul-Antoine **DEPECKER (123<sup>e</sup>)** **185 classés**

Masters : **22<sup>e</sup> sur 30** (par équipe) : Rachid **EL HAOUARI (63<sup>e</sup>)** – Pascal **DUMAS (108<sup>e</sup>)** – Benjamin **ROCCA (169<sup>e</sup>)** – Mickaël **LEFEUVRE (199<sup>e</sup>)** – Benjamin **THOBOIS (230<sup>e</sup>)** **230 classés**

#### **Qualifiés pour les Inter-régionaux de cross à Verneuil sur Seine (78) le 17 février 2019 :**

Marie **HOUAREAU** – Pia **PAIVA GONCALVES** – Stéphanie **PIFFETEAU** - Sandrine **AABAR** – Rachid **EL HAOUARI** – Pascal **DUMAS** -Adrien **JEAN** – Paul-Antoine **DEPECKER**

Merci de confirmer votre participation à Françoise **AMARY** ou à votre entraîneur **AVANT LE 12 FEVRIER 2019**

Jean-Marie **AMARY** **3<sup>e</sup> au scratch**-Marche nordique à Angkor

Elise **HURTEAUX** : **3<sup>e</sup>** (2'26''22'') (800 m en salle Eaubonne)

Arnaud **VALENCE** : 43'38'' (10 km Paris 14<sup>e</sup>)

Natacha **FOISSY** : 41'42'' (10 km Paris 14<sup>e</sup>)

Eric **VILLARD** : 5h50'19'' (Marathon des plages au Touquet 39500 m)

Philippe **OHREL** : 4h14'32'' (Marathon des plages au Touquet 39500 m)

Nadège **OHREL** : 2h53'02'' (Trail D2B – 21700m Touquet)



Léa **OHREL** : 3h14'59'' (Trail D2B – 21700m Touquet)  
Fatima **GOMES** : 3h40'02'' (Trail D2B – 21700m Touquet)  
Carlos **GOMES** : 3h35'42'' (Trail D2B – 21700m Touquet)  
Kodjo **DOUFLE** : 2h52'50'' (Trail D2B – 21700m Touquet)  
Jean-Pierre **CHASTANG** : 6h01'28'' (Marathon des plages au Touquet 39500 m)  
Sylvie **PIAT** : 59'53'' (10,100 km route – Guisseny (29)) 49è Master2  
Cyrille **LE GALLIARD** : 7è Master 2 : 2h40'06'' (Urban trail d'Issy 27 km)  
Nathalie **SOYER** : 5è Master1 : 2h40'05'' (Urban trail d'Issy 27 km)

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

### **Cross :**

**17/02/2019 : ½ finale des championnats de France à Verneuil sur Seine (78)**  
**10/03/2019 : Championnats de France à Vittel (88)**

### **Trail :**

**03/03/2019 : Course des 3 pignons Noisy sur Ecole (11 et 21 km\*) (OPC)**  
**(inscription avant le 15/02/2019 : voir courriel J.P.CHASTANG du 03/02/2019)**  
**07/04/2019 : Trail de crève-cœur à Nemours (25 km\*)**  
**27/04/2019 : Ultra Trail de la Brie des Morins (30 km\*)**  
**\*Challenge nature 2019**

### **Route :**

**10/03/2019 : 10 km de Presles en Brie (77) (OPC) (catégorie « B » challenge route)**  
**17/03/2019 : semi-marathon de Savigny sur Orge (91)**  
**31/03/2019 : La course des Jonquilles – Le Mée sur Seine (77) 10 km (B)**  
**14/04/2019 : Ekiden de Pontault-Combault (77)**  
**14/04/2019 : Marathon de Paris (75)**

### **Piste :**

**21/03/2019 : Championnats 5 000 m femmes et 10 000 m hommes Meaux (77)**  
**23/03/2019 : Course de l'heure : Montereau (77)**

Liste non exhaustive : calendrier officiel (<http://www.crchsidf.org>)

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

### **-Eveil Athlétisme :**

La prochaine rencontre sportive aura lieu en salle à Bussy St Georges le 16/02 puis sur route à Magny-le- Hongre le 17 mars 2019 en espérant que les conditions climatiques permettent aux enfants de s'entraîner correctement d'ici ces prochains rendez-vous.

### **-Benjamins/Minimes/Cadets/Juniors /Espoirs/Adultes Athlétisme :**

Pendant que les uns préparent les compétitions à venir sur piste, 4 minimes ont décidé de varier le plaisir en participant aux différentes épreuves de cross. Bravo à Marie, Pia, Paul-Antoine et Adrien qui se déplaceront dans les Yvelines le 17 février 2019 pour affronter les meilleurs de la région sur un parcours très sélectif sur la base de loisirs de Verneuil sur Seine.

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

Pendant que certains continuent l'aventure en cross (Stéphanie, Sandrine, Pascal et Rachid), d'autres se préparent pour le Trail des 3 pignons, les semis de Mars ou/et le marathon de Paris.



Pour que chacun trouve son compte, vous avez le choix ce mois-ci entre 3 plans d'entraînement suivant vos envies. Même si le club essaye d'être bien représenté dans les différentes compétitions, il n'oublie pas non plus ceux ou celles qui viennent pour le plaisir de courir.

Pour les retardataires, le plan spécifique marathon orchestré par Jean-Pierre a débuté le 05 février 2019, mais rassurez-vous, il n'est pas trop tard pour prendre le train en marche. Pour les autres, vous pouvez le même jour que le marathon de Paris, participez à l'Ekiden de Pontault-Combault. Composez dès maintenant vos équipes (3 hommes et 3 femmes ou 6 femmes ou 6 hommes)

A noter également que nous organisons une séance de paléo-fit avec Fabrice Kuhn, le **mercredi 20 février à 18h30** au stade. A l'issue de la séance, nous prendrons le temps de discuter avec lui et vous pourrez lui poser des questions. De plus, il apportera ses livres que vous pourrez acheter (pensez à prendre votre chéquier).

Si vous souhaitez participer, merci de confirmer votre présence à Nadège OHREL.

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

Pour ceux ou celles qui ne souhaitent pas participer à l'Ecotrail de Paris que nous vous avons proposé le mois dernier, il y a le même jour (17/03/2019), l'avonnaise à Avon (77)

Tous les renseignements et inscriptions sur <http://www.tac-tam.fr/> et sur <https://www.klikego.com/>

Un grand coup de chapeau à notre jeunot Jean-Marie qui a décroché une belle 3<sup>e</sup> place à la marche nordique d'Ankhor, un exemple pour nous tous, pour cet athlète hors-norme de 78 ans.

#### **4-Informations diverses :**

La CRAM et la CRCHS IDF organise le 7 avril 2019 à Tremblay en France, le challenge LIFA du 10 km route des masters.

Une sélection de 30 athlètes sera effectuée par la CDCHS et le CDA (5 par tranches d'âge H et F masters 1 à 3).

Les athlètes devront être licenciés "compétition" pour pouvoir être sélectionnés. Si vous désirez participer à ce challenge, merci de vous inscrire auprès de Françoise **AVANT LE 28 FEVRIER 2019.**

La base de sélection départementale se fera en priorité sur le bilan de la saison hors stade 2018 et sur les résultats du cross départemental 2019.

Suivant le règlement, les coureurs sélectionnés seront convoqués par la CRAM ou la CRCHS. Sont déjà candidats pour notre club, **Rachid EL HAOUARI et Djamel MANKOURI**, nous croisons les doigts pour qu'ils soient sélectionnés.

Pour ceux ou celles qui n'aiment pas courir en débardeur, des échantillons de tee-shirts aux couleurs du club sont toujours disponibles au local pour essayage et commande auprès de Pierre-Luc et Françoise.

Le comité 77 organise un module 'Animer et Sécuriser', à la demande d'un certain nombre de clubs. Il se déroulera Salle de la clé des Champs, 26 rue des tournelles 77170 BRIE COMTE ROBERT.

Le nombre de places est limité à 20 pour cette session. Pour rappel, il s'agit de la porte d'entrée à toutes les formations fédérales d'encadrement sportif.

Par ailleurs, deux sessions de formation d'officiels auront lieu au CDFAS d'Eaubonne aux dates suivantes :



**\* Samedi 16 février, de 9h à 13h :**

Cette session s'adresse à des régionaux (ancienne appellation) désireux de devenir Chef juge ("fédéraux")

- courses (courses + starters + chrono + 30' marche)
- sauts
- lancers
- marche (format 3h)

Nota : la formation marche proposée (format 3h) est ouverte à tous les niveaux, y compris à des officiels Marche diplômés désireux de suivre une remise à niveau

**\* Samedi 2 mars, de 9h à 13h :**

Cette session s'adresse à des départementaux (ancienne appellation) désireux de devenir Juge ("régionaux")

- courses (courses + starters + chrono + 30' marche)
- sauts
- lancers

**Si vous êtes intéressés, n'hésitez pas à vous rapprocher de Pascal DUMAS ou Françoise AMARY car nous avons besoin de juges afin de ne pas être pénalisé à chaque compétition à laquelle nos jeunes participent.**

Une pétition circule au sein du club afin de sensibiliser l'équipe municipale sur la nécessité de revoir l'éclairage de la piste d'athlétisme. N'hésitez pas à la signer.

Enfin, dans la série, il n'y a pas que l'athlétisme dans la vie, notre partenaire, Le Malocco, organise une soirée spécial Saint Valentin, le jeudi 14 février 2019, à partir de 20h. Si vous souhaitez y participer, il convient de s'inscrire au préalable au 01.64.66.11.76.

Voilà, c'est tout pour ce mois de Février.

Mickaël,

Co-animateur des entraînements « Adultes -Hors stade » du club

Et rédacteur du bulletin mensuel pour le compte de l'U.S.R.A.

**Comité directeur de L'US Roissy Athlétisme (2018/2019) :**

Président : **Pascal DUMAS**

Vice-Présidents : **Jean-Pierre CHASTANG et Pierre-Luc GAGEY**

Secrétaire : **Françoise AMARY**

Trésorière : **Stéphanie DA SILVA LEHOUX**

Trésorière adjointe : **Nadège OHREL**

Référent Jeunes : **Nathalie SOTTOU**

Entraîneurs : **Nathalie SOTTOU, Jean-Pierre CHASTANG, Aomar NAIT-DAOUD, Elise HURTEAUX, Joël MARTIAL, Johan HERNANDEZ, Pierre-Luc GAGEY, Mickaël LEFEUVRE, Jean-Pierre**

**CHASTANG et Nadège OHREL**

Webmaster : **Achour IDRES**