



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°57 – Octobre 2020

Pour notre plus grand plaisir, vous avez répondu présent pour cette nouvelle saison en venant nombreux aux entraînements, quelle que soit la catégorie avec de nouveaux adhérents, (auxquels nous souhaitons la bienvenue) venant étoffer nos effectifs.

Un beau succès également pour les 2 animations organisées avec le soutien de la F.F.A., le **Kinder Moving Day** et le **Run 2k Challenge** avec une centaine de participants.



Un seul bémol, la faible participation à notre assemblée générale qui concerne pourtant chaque adhérent. Pour les absents, le compte rendu a été transmis par courriel le 02 octobre 2020 par Pascal Dumas, reparti pour un nouveau bail de 2 ans en tant que président. Il sera entouré du même comité directeur. Nous comptons sur l'engagement de tous pour défendre les intérêts de notre section athlétisme.

Continuons à prendre soin de nous et de nos proches en respectant tous ensemble les mesures sanitaires pour éviter un nouveau confinement.

Bonne lecture et bon début d'Automne.

Mickaël

1-Compte-Rendu de l'assemblée générale du vendredi 25 septembre 2020 : **(Rédaction Françoise Amary)**

Transmis par Pascal Dumas le 02 octobre 2020 :



USRA_Asemblée_G
énérale_20200925_c

2- Les derniers résultats enregistrés par nos athlètes :

Voici les quelques résultats de nos athlètes enregistrés entre le 1^{er} et le 30 septembre 2020 inclus et validés par la F.F.A. :

10 kms de Conflans Saint Honorine le 13 septembre 2020 :

Arthur VERGNE (nouvel adhérent) : 37'07'' (**3^e** CAM) – **Fabien QUEROL** : 39'20'' (12^e M3) – **Mickaël LEFEUVRE** : 42'20'' (19^e M3) – **Sandrine AABAR** : 50'25'' (lièvre pour sa fille) – **Zahra AABAR** : 50'30'' (**1^{ère}** CAF)



Fabien, Mickaël, Sandrine, Arthur et Zahra. Arthur (3^è Cadet) et Zahra (1^{ère} cadette)

10 kms de Coignières (78) le 20 septembre 2020

Fabien QUEROL : 39'16'' (1^{er} M3) – Eddy BAUDEL (nouvel adhérent) : 41'06'' (1^{er} M1)



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

En ce début d'octobre, nous n'avons pas plus de visibilité sur les compétitions hors stade qui s'annulent au fur et à mesure comme le trail du soldat de la Marne et la Sparnatrail auxquels plusieurs adhérents devaient participer.

Sur toutes réserves, voici les courses programmées et qui ne sont pas encore annulées :

10 kms de Fontenay-sous-Bois le 18 Octobre 2020 :

Renseignements sur sports@fontenay-sous-bois.fr

Trail de la Brie des Morins 21,1Kms D+530 le 25 octobre 2020 :

Pour tous renseignements, www.ultrabriedesmorins.fr

Foulées de l'aéroport à Drancy 10 kms le 15 novembre 2020 :

(Qualificatif aux France) inscription gratuite sur www.timepulse.run

Semi et Marathon de Deauville le 15 novembre 2020 :

www.marathondeauville.fr



Championnats de France du 10 km sur route à Saint Omer (62) le 29/11/2020

Courses open : pour tous renseignements, voir sur le site de la FFA :

<https://www.athle.fr/asp.net/main.html/html.aspx?htmlid=5975>

4- Actualité des différentes catégories d'âge :

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

EA : lundi Sandrine et Zahra – mercredi Sandrine, Zahra et Fatima

PO : lundi Johan, Christiane, Thomas – jeudi : Johan, Christiane

25 enfants par groupe.

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

Un bon groupe de jeunes motivés espérant pouvoir en découdre en indoor cet hiver ou sur les terrains de Cross-country

-Adultes Hors Stade : (Animateurs : Pierre-Luc, Nadège et Michel)

Depuis la rentrée, entre 30 et 40 adultes se retrouvent à chaque entraînement. Malgré l'absence de compétitions, tout le monde est motivé pour progresser et améliorer ses chronos personnels. Michel serade retour à partir du 06 octobre pour épauler Nadège et Pierre-Luc. Pour compenser l'absence de compétitions, Michel propose une petite course le **dimanche 11 octobre 2020** inter URSA CLM individuel + relais. Il nous en dira plus lors des prochains entraînements.

Une belle participation également aux séances de renforcement musculaire/paléofit animées par Nadège chaque mercredi à partir de 18h30 au stade., dans la joie et la bonne humeur.



5- Informations diverses :

Petit rappel, seuls les détenteurs d'une licence compétition 2019/2020 sont couverts jusqu'au 31 octobre 2020. Néanmoins, il serait préférable que chacun ait renouvelé sa licence ou pour les nouveaux, inscrits officiellement au club avant la fin du mois. A partir de mardi prochain, la plupart des entraînements vont s'effectuer exclusivement sur la piste d'athlétisme. Pour une question d'assurance, seuls les adhérents en « règle » (possibilité de payer en plusieurs fois) pourront être acceptés.

Pour les nouveaux (et nouvelles) adhérents(es) jeunes et adultes, nous vous souhaitons une nouvelle fois la bienvenue et vous informe que vous avez à votre disposition différents moyens de communication.



Il existe un groupe WhatsApp "Usra 77" par le biais duquel s'échangent des informations complémentaires parfois aux courriels "officiels" des entraîneurs ou du bureau. Si vous n'êtes pas déjà dans le groupe, vous pouvez contacter Stéphanie pour lui demander de vous y rajouter (06 60 88 74 49) - un second groupe "USRA underground" sert de plateforme d'échange plus informel - pour celui-ci, s'adresser à Gwen (06 51 64 92 48) - deux autres groupes WhatsApp ont été créé également pour nos adhérents Marche Nordique, d'une part et pour le paléofit (renforcement musculaire), d'autre part (s'adresser à Christiane (06 12 02 23 80) pour y être ajouté). - ce bulletin mensuel d'informations du club que vous êtes en train de lire est rédigé et envoyé via le groupe de messagerie - le site internet qui est enrichi avec quelques infos au fil de l'actualité du club (<https://www.usra77.fr>)... chacun peut y contribuer - il suffit de le dire à Pascal. - Gwen se charge de collecter puis d'envoyer par courriel, de façon hebdomadaire, l'ensemble des résultats des athlètes du club - s'il en manque, n'hésitez pas à le lui signaler.

Voilà, c'est tout pour ce bulletin.

Mickaël,

Comité directeur de L'US Roissy Athlétisme (2020/2021) :

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, Christiane GAUDRIN, Fatima GOMES, Nadège OHREL, Michel PHILIPONEAU, Thomas SOTTOU