

Sézanne Triathlon



Vous souhaitez de bonnes fêtes de fin d'année



CITROËN

s.a.s. L'été Vosgoise
03 26 30 57 01



TOUT FAIRE
MATERIAUX

SEZANNE MATERIAUX

HUWART

Travaux publics

Un point sur les licenciés :

Raph ROBINET
et
Patrice BOUFFART
vont voguer vers d'autres cieux...
Merci à tous les 2 de nous avoir accompagné !

Bienvenue aux 3 nouveaux licenciés :
Patrice CAUET,
Frédéric JUMEAUCOURT
et Christophe PARISY



Dominique JARRY
BETHON en
CHAMPAGNE

Running 3



Le dernier trimestre de l'année est traditionnellement le plus calme de la saison pour la vie du club.

La période des compétitions est loin derrière nous, l'heure est au bilan, pour juger de nos performances respectives.

C'est aussi l'occasion de se reposer et de recharger les batteries avant de se relancer dans un nouveau cycle d'entraînements pour préparer la saison à venir.



Assemblée générale

Elle s'est déroulée le 21 novembre dernier en présence du Président de la ligue Champagne-Ardenne, Patrick Soin.

Devant une assistance attentive de partenaires et licencié(e)s, celui-ci a eu l'occasion de nous présenter un peu mieux le travail de son bureau.

Il nous a également félicité pour la qualité de notre club, alliant sérieux et bonne humeur.

Le vote de cette soirée a, sans surprise, permis à Corinne Roux, Cathy Vasseur et Cédric Aubin de renouveler leur mandat.

Les 9 membres de l'équipe du Comité Directeur ont décidé de conserver leurs rôles respectifs et ont promis de se mettre au travail le plus rapidement possible pour définir les grandes lignes de la future saison.

La soirée s'est terminée par le traditionnel verre de l'amitié.

La triathlète du trimestre



Nom :
Roux

Prénom :
Corinne

Résidence :
Sézanne

Situation familiale :
Mariée avec Jean-Phi,
2 enfants

Meilleur souvenir sportif :
Gérardmer 2009

Plus mauvais :
Pas encore

Combien d'heures d'entraînement par semaine ?
Entre 4 et 6

L'Objectif 2010 ?
Gérardmer

Ton tiercé de ta discipline par préférence ?
Course à pied, vélo, natation.

L'épreuve qui te fait rêver ?
Hawaï

Ta référence sportive
Mon homme!

Pour ou contre le drafting ?
Contre

Ta note sur l'ambiance du club, de 0 à 20 ?
19, on peut toujours faire mieux !

En terme sportif, 1 qualité
Le plaisir de partager ces moments avec mes copines !

et 1 défaut ?
Pas assez de mental



Les 1 ères décisions du Comité Directeur pour 2010.

Stage à dominante Natation : week-end du 23 & 24 janvier.

Journée Vélo + Course à pied : dimanche 28 mars avec 2 parcours en fonction des envies.

Duathlon centre de loisirs : pendant les vacances scolaires de printemps, pour leur donner envie quelques semaines avant le Duathlon du club.

7ème Duathlon des Coteaux Sézannais : le 25 avril.

Stage Triathlon : dans le Lot à Montignac-Lascaux dans le Périgord noir, le week-end de l'Ascension.

Triathlon du centre de loisirs : 4ème édition au mois d'août.

Triathlon des filles et -nouveau- triathlon découverte pour les hommes néophytes : le 28 août.

Arrêt de notre trail de septembre, pour des incomptabilités d'occupation avec d'autres utilisateurs de la forêt .

Mais création d'une nouvelle épreuve : le 1er Run & Bike des Coteaux Sézannais, le 5 décembre.

Le Challenge des couples reste bien entendu, à l'ordre du jour, certainement proche de la formule course d'orientation qui a beaucoup plu, à une date qui reste à déterminer.

HUWART
Travaux publics

Running 3



CITROËN

s.a.s. Petit Versailles
03 26 80 57 01



Téléthon 2009

Grâce à l'aide d'une dizaine de licenciés et en collaboration avec le magasin **Petit Casino**, 1,5 tonne de clémentines ont été vendues au profit du téléthon. Si on y ajoute, les participations au goûter, qui a suivi l'épreuve du Challenge des couples, nous avons remis à l'AFM, un chèque de plus de 800 €.

Merci à tous les licenciés qui se sont investis pour cette cause !

TOUT FAIRE
MATERIAUX
SEZANNE MATERIAUX

En marge de notre sport de prédilection, quelques uns parmi nous se lancent des défis sur les **courses nature**...

Ainsi, Franck Barbier, Philippe Mengual et Jean-Philippe Roux ont affronté avec succès la version 2009 du Sparnatrail rallongée à 56 km et plus pentue, avec 1360 m de dénivelé positif.

Encore plus fort, le samedi 5 décembre, LE **PRESIDENT** a couru l'Origole, course de nuit de 75 km avec un dénivelé positif de 2000 m et a terminé 22ème devant plusieurs cadors de la spécialité... Respect ! Fred Perrin a participé à cette même épreuve et a parcouru 53 km dans les bois boueux des Yvelines. Bravo à lui !

Nouvelle tenue

2010, sera aussi l'année du renouvellement de nos tenues de compétition. Ce sera l'occasion d'arborez les logos de nos fidèles partenaires sur les épreuves de la région.



Dominique JARRY
BETHON en
CHAMPAGNE



A peine le temps de souffler !

Dans les 3 mois à venir...

Retour des premières compétitions de la saison, avec le duathlon de Tinqueux.

Mais aussi, pour certains d'entre nous, les courses à pied sur route et les courses nature.