

Et pour la saison 2016...

Licenciés :

- **5 départs :**

- Robin LANGLET
- Gérald HARSIGNY
- Patrice CAUET
- Cyrille PESSENET
- Frédéric JUMEAUCOURT

Nous les remercions pour ce qu'ils ont apporté au club et leur souhaitons le meilleur pour la suite dans leurs vies personnelles et leurs carrières sportives.

Patrice, Cyrille et Gérald rejoignent le club d'Epernay, nouvellement créé et plus proche géographiquement de leurs domiciles. Robin après une seule saison parmi nous, a décidé de mettre entre parenthèses sa carrière pour des raisons essentiellement professionnelles. Quant à Fred, ce sont des raisons de santé qui lui interdisent de poursuivre la pratique de notre sport. Nous tenons à le remercier pour son implication comme trésorier qu'il a poursuivi ces dernières années même si sa pratique sportive était mise à mal. Il était d'ailleurs prêt à poursuivre sa tâche cette année encore pour nous rendre service et cela prouve son dévouement pour le club.

- Nous accueillons **8 nouveaux licenciés :**

- Séverine DAUPHIN
- Valérie CHRISTOPHE
- Laurence COLLIN
- Susanne PERRIN
- Lucas HARSIGNY
- Christophe CUISINE
- Julien FORTIER
- Fabrice COLLIN

- 5 départs pour 8 arrivées, le club continue de grandir tranquillement. Si nous nous inquiétions ici même lors de la dernière assemblée générale d'une parité mise à mal, l'arrivée de 4 femmes conjuguée au départ de 5 hommes permet d'améliorer le nécessaire équilibre. Aujourd'hui le club compte 14 femmes (42%) et 21 hommes (58%). Nous allons essayer de poursuivre dans cette voie vers la parité. Pour y parvenir, la participation au groupe de référents pour une mixité équitale, mis en place au niveau de la Ligue Champagne-Ardenne, est indispensable. Nous lançons un appel pour que l'une ou l'un d'entre vous rejoigne ce groupe en remplacement d'Annie qui souhaite passer la main.

- Tableau des effectifs et variations

Saison 2016	Femmes	Hommes	Jeunes F	Jeunes H
Licence Compétition	6 (+1)	15 (-3)	2 (+1)	2 (+1)
Licence Loisir	6 (+2)	4 (+1)	0 (stable)	0 (stable)

Nos Organisations :

- **Le Grand rendez-vous :**

Le 13^{ème} *Duathlon des Coteaux Sézannais* se déroulera le 24 Avril 2016.

L'épreuve phare de la journée sera courue une nouvelle fois sur le format M (10 - 40 - 5). Nous solliciterons le label « Championnat de Champagne-Ardenne » pour cette course. Nous attendrons le vote de la commission sportive de la ligue, qui validera ou non notre souhait. Lors de cette journée, trois autres courses seront au programme.

La course XS, qui connaît un réel succès depuis sa création il y a 2 ans, sera reconduite. Elle permet aux concurrents, dès la catégorie « minimes », de trouver une distance conforme à leurs attentes. Ce format très court (2,5km - 10km - 1,25km) permet aussi, à des adultes, de découvrir la discipline. Il conservera donc son intitulé « duathlon pour tous ».

Les 2 autres courses seront réservées aux plus jeunes.

- **Bike and Run ou Cross Duathlon ?**

Une certitude, nous serons de retour sur les Coteaux Sézannais pour 2016 après notre escapade à Montmirail. A contrario, notre choix du type d'épreuve n'est pas tranché. Le comité directeur devra se déterminer prochainement. Le succès mitigé en terme de nombre de participants des dernières éditions l'amènera à réfléchir sur de nouvelles orientations.

Les Stages : Ceux-ci seront cette année organisés par **Céline** et **Fred. O.**

- Deux week-ends : **9/10 janvier** et **27/28 février** avec de grosses séances natation.
 - Samedi : Course à Pied, Natation, Restaurant, Vélo (ou VTT), Natation.
 - Dimanche matin : Vélo (ou VTT/Bike & Run).
- Journée vélo de route : **dimanche 20 mars**. L'an dernier, nous avons fait le choix d'aller rouler dans le pays d'Othe, pour changer de nos routes habituelles. Nul doute, que Fred nous tracera des parcours inédits. Le restaurant à l'issue des efforts consentis reste à l'ordre du jour.
- C'est pendant le week-end prolongé de l'Ascension du **5 au 8 mai**, que le stage à dominante vélo, aura lieu. C'est une destination inédite qui nous attend. Nous poserons cette année nos roues dans le Jura.
- Que ceux qui ne se sont pas encore exprimés sur leur participation à ces 4 moments forts ne tardent pas à le faire, via le forum pour faciliter leurs organisations.

Tenue 2016 :

- Cette année, les triathlètes se verront doter d'une trifonction. David HARSIGNY a déjà géré l'essayage de cette nouvelle tenue de compétition. Il reste à faire la maquette aux couleurs du club et à trouver les indispensables partenaires.

Les entraînements :

- Cette saison, Henri GAUDRY sera une nouvelle fois, notre entraîneur **natation** pour la séance du samedi matin de 9 :30 (dans l'eau) à 11 :00.
- Le rdv **vélo** hebdomadaire reste fixé au dimanche matin avec des horaires modulés au gré des saisons. Les informations précises sont données régulièrement sur le forum.
- Trois séances de **course à pied** :
 - le mardi et jeudi à 18:30. Le mardi est une séance axée « footing » ou « trail » selon les saisons. Celle du jeudi plus technique se fait sous les ordres de Thierry CHRISTOPHE entraîneur de « Sézanne Athlé » et aussi licencié du club, afin de bénéficier de ses conseils.
 - sur l'initiative de Peggy, une séance se déroule le vendredi midi. Le rdv est fixé au stade de la Fontaine du Vé, afin de bénéficier des vestiaires et douches.

L'an dernier, ici même, un appel avait été lancé pour une participation plus régulière aux entraînements. Celui-ci a été en partie entendu, surtout pour la séance natation et la séance course à pied du jeudi soir. Ces dernières semaines, le rendez-vous vélo du dimanche matin a lui aussi connu un nouvel engouement avec un effectif de 12 à 15 participants. Il est souhaitable que cela se confirme malgré l'arrivée prochaine des premiers frimas.

Les compétitions :

- Afin de permettre à tous les licenciés d'avoir une vue d'ensemble sur les compétitions choisies par les uns et les autres au cours de la prochaine saison, nous réfléchissons à la mise en place d'une plate-forme pratique à la portée de tous. Celle-ci sera évidemment un outil internet.
- Il devra nous permettre de favoriser une participation importante sur les épreuves organisées par les clubs de notre ligue et de susciter l'envie sur des épreuves plus lointaines.

Enfin... :

- La saison qui se profile, marquera à la fois une stabilité dans le fonctionnement, mais devra aussi être l'occasion de proposer des nouveautés nécessaires à un nouvel élan. Nous comptons **sur vous** pour être une force de proposition et permettre à toutes et tous de s'accomplir dans son engagement sportif.

Merci et Bonne saison 2016 !