

L'édito du président

Chers amis,

Voilà que s'ouvre devant nous une nouvelle saison sportive. Je vous souhaite à toutes et tous une bonne rentrée, que cette année soit belle en performances pour tous les athlètes qui ont choisi notre club Livry Gargan Athlétisme.

Notre objectif principal, cette année, sera de reconquérir notre vraie place dans le classement des clubs d'athlétisme de la région Ile-de-France.

Actuellement nous sommes au niveau régional. J'attends une mobilisation complète de tous nos membres pour remonter au niveau national. Nous devons et nous pouvons relever ce défi. J'aurai besoin de votre énergie pour avancer vers la pleine réalisation de notre objectif commun : retrouver notre vraie place aux prochains interclubs.

Permettez-moi de rappeler qu'un club d'athlétisme ce n'est pas seulement des femmes et des hommes qui courent sur une piste, dans les cross ou lors des trails. C'est aussi un bureau avec des dirigeants, ce sont des entraîneurs, ce sont des juges formés, ce sont des bénévoles qui aiment ce sport et qui souhaitent s'engager pour le faire vivre.

Notre club a un déficit très significatif de juges, ce qui occasionne des points de pénalités lors des compétitions. C'est pour cela que je lance un appel à tous nos adhérents : **Rendez service à votre club en acceptant d'être juge !** Ce n'est pas une fonction très contraignante ; le rôle essentiel du juge est d'être présent pour veiller au bon respect des règles lors des compétitions : courses, sauts, lancés ...

Pour les adhérents qui accepteront cette mission bénévole, le club prendra en charge leur formation et le coût de leur licence. Pour plus d'informations, les personnes intéressées peuvent se rapprocher de Didier Pottier et de François Leclerc qui sont eux-mêmes juges.

Chers amis, comme chaque année, le club organisera un stage sportif au printemps. Ce stage est exclusivement réservé aux athlètes qui participeront aux interclubs des 4, 5, 18 et 19 mai 2019. Je vous renvoie à l'article 13 de notre règlement intérieur : « *Le stage de printemps organisé par le club dans le cadre de la préparation aux interclubs, est un vrai temps de travail et de vivre ensemble où il sera demandé aux athlètes des efforts et du sérieux ; ce ne sont pas que des vacances. Les athlètes sont tenus de participer aux 2 tours des interclubs. Une partie des frais de stage est supporté par le club dans l'objectif de votre participation aux interclubs. Si vous refusez de participer, le club sera en droit de vous réclamer le coût total du stage* ».

Le lieu du stage sera Le Barcarès, en Méditerranée, du 20 au 27 avril 2019. Ce n'est pas la première fois que nous choisissons ce beau centre, le lieu a été retenu pour plusieurs raisons : la qualité de l'accueil, le coût, l'exposition en bordure de mer, la piscine et les installations sportives de qualité.

Je compte donc sur vous tous pour participer à ce beau défi de la reconquête de notre vraie place, nous pouvons le faire. Nous sommes parmi les clubs d'athlétisme les plus importants de notre région, sachons nous mobiliser et nous réussirons ensemble.

Bien Cordialement.

Léon Sextius, Président du Club LGA





1 2 3 4

Entraînements : c'est reparti pour une saison !

Les vacances sont terminées ! C'est la reprise de l'école et du travail mais aussi, pour le plaisir de toutes et tous, la reprise de l'entraînement.

Le club de Livry Gargan offre cette année encore un large panel de cours de la catégorie baby athlé aux masters, en loisir comme en compétition, et dans toutes les disciplines (sauts, lancers, courses). Du lundi au dimanche, les athlètes de LGA s'adonnent à leur sport favori.

A noter cette année, le retour du saut à la perche, discipline qui a fait défaut au club ces derniers temps.

Nouveauté également concernant les scolaires : un partenariat avec l'association sportive du lycée Bouloche de Livry-Gargan afin de développer la pratique de l'athlétisme chez les lycéens et permettre aux élèves de la classe CHAS du collège E. Herriot de continuer à combiner athlétisme et étude.



A ce jour le club est toujours à la recherche d'un entraîneur en demi-fond pour coacher les athlètes les lundis et jeudis.

Saison 2018-2019 : planning des entraînements

Baby athlé 3-5 ans Samedi 9h00-10h00 et 10h00-11h00	Sprint-1/2fond-saut Benjamins collège Lundi-Jeudi 18h30-20h	Sprint-saut Junior à Master Mardi-Jeudi-Vendredi 18h30-20h et Dimanche 10h30-12h
Ecole d'athlé 6-10 ans Samedi 14h-15h30	Sprint-1/2fond-saut Minimes collège Mardi-Vendredi 18h30-20h	1/2fond Espoir à Master Lundi-Jeudi 18h30 - 20h
Sprint-1/2fond-saut Cadets/ Juniors Mardi-Vendredi 18h30-20h	Sprint-1/2fond-saut-lancer Benjamins Mardi-Vendredi 18h30-20h	Hors-stade (fond) Junior à Master Lundi-Jeudi 18h30 à 20h
Lancer Toutes catégories Jeudi 18h30-20h	Sprint-1/2fond-saut-lancer Minimes Lundi-Jeudi 18h30-20h	Groupe loisir Junior à Master Mardi-Vendredi de 18h30 à 20h

Devenez juge, formez-vous et aidez le club



Dans son édito, Léon Sextius dit très justement « qu'un club d'athlétisme ce n'est pas seulement des femmes et des hommes qui courent ».

Effectivement chacune et chacun d'entre nous peut s'épanouir et s'investir dans le club autrement que par la compétition. Etre juge c'est aussi faire de l'athlétisme, c'est achever son processus de formation et devenir un athlète complet.

Lors des derniers inter-clubs, le manque de juges licenciés au club nous a cruellement fait défaut et a malheureusement contribué à la descente en régional. Nous appelons donc nos adhérents à se former pour devenir juge. Si vous êtes intéressé, envoyez un mail à club@livry.fr. Le club prendra à sa charge la formation, les déplacements et le prix de la licence.

Livry Gargan Athlétisme

Espace Sportif Alfred-Marcel Vincent Avenue du Maréchal Leclerc 93190 Livry Gargan

Site : www.livryathle.fr

Mail : club@livryathle.fr

Championnats du monde master : André Briscan performe encore

Les championnats du monde master d'athlétisme se sont tenus du 4 au 16 septembre à Malaga en Espagne.

Bien sur, il y a de la déception, avec un palmarès comme le sien, André venait pour le titre. Mais il n'a pas à rougir de sa performance, au contraire.

L'occasion pour notre champion du monde 2015 du triple saut, André Briscan, de doubler la mise.

Il terminera malheureusement à la 5^e place avec un saut à 12.67 m et ce malgré une bonne régularité : 4 sauts entre 12.41 m et 12.67 m.



Sur son compte facebook, André publiait le message suivant :

« Je ne suis plus champion du monde : 5^eme. Un manque de réussite sur les 2 derniers essais, mais c'est comme ça. Mille mercis pour vos messages d'encouragements, votre présence dans les tribunes. »

Le titre de champion du monde du triple saut appartient désormais au portoricain José Escalera avec un saut à 13.35. A noter la belle seconde place du français Bruno Dufag (12.98). Le podium est complété par l'italien Michel Tico (12.86).

C'est nous André, adhérents de LGA, qui te remercions de porter avec brio sur la scène internationale les couleurs de notre club.

Prochain objectif : les championnats d'Europe à Torun en Pologne en 2019.

Trail : des performances de niveau national

L'Infernal Trail des Vosges ! A lui seul le nom donne des courbatures. Cela n'a pas empêché notre traileur Jonathan Abélard d'y participer mais aussi d'y briller. Cette étape du Trail Tour National (TTN) s'est tenue le 7 septembre 2018 à Saint Nabord dans les Vosges.

Au programme, 33 km dont 1200 m de dénivelé positif. Le plus costaud a mis 2h29 pour en venir à bout, le dernier près de 7h. Jonathan a terminé 9^e de l'épreuve sur 726 participants en 2h48m29s.

Au niveau national, Jonathan est 17^e du trophée TTN trail court, 9^e de la catégorie sénior.



Autre performance, celle de Michel Bowie, traileur et entraîneur des fondeurs du club, sur le trail de la Cote d'Opale. L'épreuve, comptant pour le classement national du TTN trail long, a eu lieu le 9 septembre dans le Pas de Calais.

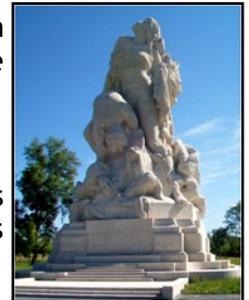
62 km au menu. Plus de 600 participants. Le vainqueur a bouclé le parcours en 4h53m29s. Michel s'est classé 3^e avec un temps de 5h29m06, 1^e de sa catégorie master. Un formidable podium pour une incroyable performance.

Au classement national TTN trail long, Michel est 3^e et second master.

Trail du soldat de la Marne

la Communauté d'agglomération du Pays de Meaux organisait la seconde édition du Trail du soldat de la Marne le samedi 13 et dimanche 14 octobre dans le cadre du centenaire de la Première Guerre mondiale.

Ce trail propose de replonger dans l'histoire des poilus en empruntant les chemins traversés par les soldats et en découvrant monuments et lieux de batailles. Trois courses au menu : 10 KM, 20KM et 30KM.



Le monument américain
lieu d'arrivée des trails

Sur le 10 KM, les athlètes de LGA réalisent de belles prestations. 45min10 pour Nadia Elmaanni et 54min07 pour Alain Rosier. Frédérique Leroy (1h01min35), Stéphanie Amuroso (1h02min11), Dominique Morice (1h03min33) finissent dans un mouchoir de poche. A noter que Nadia termine 4° senior fille de l'épreuve, Alain 5° vétéran 3 et Dominique 3° vétérane 3.

Sur le 20 KM Didier Renault, en 1h57min35, est 6° vétéran 2

Quant à Fabienne Le Bellour, Marc Dsabri et Chantal Laubie, ils ont eu le courage de participer au 30 KM avec de belles performances à la clé, respectivement 3h10min02, 3h10min03 et 3h31min28. Fabienne prend la 2° place du podium en vétérane 2.

20 km de Paris : bravo à nos livryens

Le 14 octobre dernier, les 20 KM accueillait pas moins de 26 000 participants. Le départ avait lieu à 10h sur le Pont d'Iéna pour une arrivée aux pieds de la Tour Eiffel.

Trois de nos athlètes ont participé à l'évènement avec à la clé de belles prestations.

Chez les hommes, Didier Coacolo qui s'entraîne avec le groupe fond compétition de Michel réalise une très belle performance : 1h17, 195 au classement général et 43° vétéran 1.

Benneka Hamit, du groupe loisir entraîné par Larbi, boucle le parcours en 1h43m58, avec une superbe remontée sur les 5 derniers KM.

Chez les filles, Catherine Jedor, du groupe loisir également, termine en 2h29m08 en remontant elle aussi des concurrents dans les 5 derniers KM.

Prochaines compétitions 93

HORS STADE

10/11 relais 3 x 3.3 km à Bobigny, nouvel évènement ouvert à tous à partir de minimes

11/11 Corrida d'Aulnay-sous-Bois

19/11 Course de trois côtes à Dugny

26/11 Foulées de l'aéroport à Drancy

2/12 Cross de Nogent sur Marne toutes catégories

3/12 Championnat 93 cross court à Neuilly/Marne

EN SALLE

18/11 Challenge Guimier 1° tour moustiques/poussins à Pantin

9-10/12 Chmpts départementaux EPC à Paris

13/01 Challenge Guimier 2° tour moustiques/poussins à Pantin

Foulées Livryennes 2018

Près de 250 athlètes ont participé aux 4° Foulées Livryennes le 7 octobre 2018. L'évènement ne pourrait avoir lieu sans l'investissement des bénévoles. Encore une fois nous tenons à les remercier chaleureusement.

Comme l'an dernier, le 800 m a connu un énorme succès avec la participation de nombreux enfants de LGA et des clubs des alentours.

Sur le 2 KM, carton plein pour les athlètes de Livry-Gargan. Chez les féminines, Candice Paillusson (LGA) l'emporte en 7'32 devant Clara Bonnière et Shaïma Aït Oubel toutes deux du collège E. Herriot.

Chez les garçons, victoire d'Iles Takriets (SO Rosny) devant Salim Slimane (E. Herriot) et Ilyes Iberraken (LGA).

Le 5 KM masculin a vu gagner un minime, Joad Martinho du club d'Aulnay en 16'14, devant

Tristan Lefrançois (AC Meaux) et Frédéric Christy Louis (LGA). Chez les filles triomphe de LGA : Eya Kharrat (23'33), Chloe Aumont (23'37) et Charlotte Thomas (23'42) trustent le podium.

Nos filles ont également brillé sur le 10 KM. Derrière Meriem Mered (CA Montreuil) victorieuse en 36'36 et Emma Sextius (EFCVA), notre fondeuse Julie Poujollon se classe 3°, Touria Ouraou seconde vétérane 1 et Danielle Borreguerro première vétérane 4.

Chez les hommes, 2 athlètes de Pierrefitte Multi Athlon sur le podium : Youssef Mekdafou, champion de France espoir de cross, vainqueur (30'51) et Sébastien Rajkowski 3°. Le cadet du AC Meaux, Mohamed Ibn Haleb termine 2°. A noter la belle performance de Joseph Caputo (LGA), 10° de la course et 4° V1 en 36'48.



Assemblée Générale du club

Vendredi 5 octobre 2018 s'est tenue l'Assemblée Générale du club Livry-Gargan Athlétisme. L'occasion pour les adhérents de connaître la nouvelle équipe dirigeante composée de Léon Sextius Président, François Leclerc Secrétaire et Catherine Jedor Trésorière.

Lors de son discours, Léon a mis l'accent sur la priorité du club pour la saison 2018/2019 à savoir la remontée au niveau National après la descente en Régional la saison dernière. Tout est mis en œuvre pour y parvenir.

Le Président a également insisté sur nos belles perspectives d'avenir : nombre de nos athlètes performant et certains ont été récompensés lors de l'AG pour leurs résultats lors des compétitions



nationales. Ce fut le cas cette année de Kalilou Bouaré sur 60 M et 100 M, Christopher sur 400 M, Ismael Sakho au triple saut et Jonathan Abelard sur le trail court.

L'AG a également permis de faire le point sur la situation financière du club. L'exercice 2017/2018 est déficitaire d'environ 2500 euros, mais en amélioration par rapport à celui de l'an dernier. L'organisation des foulées livryennes explique ce déficit : l'évènement est à lui seul déficitaire de 6000 euros environ. Notons l'effort de la commune qui soutient le club à hauteur de 40000 euros.

Une fois n'est pas coutume, l'AG s'est achevée sur une note festive autour d'un buffet.