NEWSLETTER DU CLUB D'ATHLÉTISME DE LIVRY GARGAN

NOVEMBRE—DÉCEMBRE 2018

L'édilo du président

Chers amis,

Après notre assemblée générale du 5 octobre 2018, je tiens encore à vous remercier de votre confiance envers les membres du bureau du Club. Oui, nous sommes bien rentrés dans la Pour cette année, Livry Gargan Athlétisme saison sportive 2018/2019 et les premiers compte 12 entraineurs dont 3 jeunes assistants résultats de nos athlètes sont encourageants. J'ai vu des athlètes motivés et Dispagne). Actuellement nous comptons 261 très impliqués dans leurs compétitions pour licenciés. porter très haut les couleurs de Livry Gargan Athlétisme.

Permettez-moi de vous rappeler que vous aviez jusqu'au 31 décembre 2018 pour payer votre licence et être couvert par l'assurance de la FFA en cas d'accident aux entrainements et en compétition. Les entraineurs ne doivent désormais plus accepter de personnes non licenciées dans leurs groupes.

En tant que club tourné vers la solidarité, LGA à participé le 8 décembre, comme l'année dernière, à une action téléthon. Catherine Jédor encadrait une

course sur le stade, les fonds récoltés étaient destinés à l'Association Française de lutte contre _une aire de lancers : disque, javelot et les Myopathies.

La bonne nouvelle de cette fin d'année est pour ligne droite opposée le demi-fond. Depuis l'an dernier, le club était à la recherche d'un entraineur. Deux tentatives furent malheureusement infructueuses. Depuis fin novembre nous semblons enfin avoir trouvé bonne et fructueuse année 2019. une personne prête à se stabiliser sur le poste. Benjamin Fenrich est décathlonien, professeur d'EPS au collège Edouard Herriot en charge d'élèves membres de la classe CHAS athlétisme en lien avec notre club. Il officie donc désormais également comme entraineur du demi-fond.

Autre motif de satisfaction, suite à notre appel, six personnes du club ont participé à la formation de juge départemental. Je remercie ces adhérents qui ont entendu notre message. une très bonne nouvelle aui nous encourage et nous rassure dans notre mission pour le club.

très entraineurs (Léo Edon, Léa Coacolo et Grégoire

Le nouveau maillot du club donne entière satisfaction, nous avons pour projet de le produire également en débardeur.

> Enfin, chers amis, je suis encore en attente de la réalisation des promesses de la mairie pour la saison 2018-2019:

> _pour le sautoir, un complément de sable de qualité

> des tapis d'herbe synthétique afin d'éviter de retrouver des objets dangereux

> le nettoyage de la piste et les évacuations du stade

_les marquages de la piste

marteau.

_le traçage des distances sur la piste dans la

Je vous souhaite sportivement une très belle,

Léon SEXTIUS Président du Club LGA



NOVEMBRE—DÉCEMBRE 2018

NEWSLETTER DU CLUB D'ATHLÉTISME DE LIVRY GARGAN

TRAIL DE BOURBON

SOMIN A

Trail des Bourbon : Michel Bowie au bout de l'effort

L'île de la Réunion est une des places fortes du trail au niveau international. Du 18 au 21 octobre dernier, l'île acceuillait le fameux Grand Raid de la Réunion, évènement organisé autour de quatre grandes épreuves, dont la fameuse Diagonale des fous.

Michel Bowie, notre entraineur du groupe des fondeurs, participait au trail des Bourbons : 111 km avec 6433 M de dénivelé positif, c'est à dire environ le Mont Blanc et le Pic de la Loze cumulés !

Michel a terminé l'épreuve en 26h29m56s. Il se classe 114° sur 795 finisher, 38° V1. Une performance de niveau international. Bravo Michel!

Trail de Senlis : des livryens sur toutes les distances

29 athlètes du club étaient présents sur le trail de Senlis le 2 décembre dernier. 22 ont participé au 15 km et 7 au 29 km.

Sur le 15 km, notons la seconde place au général de Didier Coacolo en 1h01m42. Il finit premier V1 de l'épreuve. Paul Battaglia est également premier V3 avec une course bouclée en 1h16m45. Les filles se sont également distinguées : Valérie Demay Potier se classe 5° V1 en 1h25m21 et Danielle Borreguerro première V4 en 2h08m11.

Sur le 29 km, Michel Bowie (encore lui !), 14° de l'épreuve en 2h21m37 se classe 6° V1. Chez les V3, Didier Pottier est premier en 2h29m05, Philippe Ple 7° en 3h04m13

Marathon d'Athènes : vous avez dit course mythique?

En 490 av JC, les grecs battent les perses lors de la bataille de Marathon. Philippidès parcourt alors les 40 km séparant la plage de Marathon d'Athènes pour annoncer la victoire. C'est pour commémorer cette légende que fut créée l'épreuve du marathon lors des premiers jeux olympiques en 1896 et donc le marathon d'Athènes.



Stade de marbre Athènes

La course partait le 11 novembre dernier du site historique de Marathon pour arriver à Athènes dans le stade de marbre. Le parcours est réputé difficile avec de nombreux kilomètres en côtes.

Six athlètes du club ont participé à la course. Bravo à Jocelyn (3h41m17), Paul (3h44m47), Franck (3h44m50), Marc (3h44m49), Fréderic (3h49m44), Jean-Marc (3h59m01) et Philippe (4h10m49) pour leurs belles performances.

NEWSLETTER DU CLUB D'ATHLÉTISME DE LIVRY GARGAN

NOVEMBRE—DÉCEMBRE 2018

10° cross de Neuilly sur Marne : LGA se positionne

Le 2 décembre dernier se tenait de 100 participantes. Neuilly sur Marne. Notre club les minimes de était fortement représenté.

la 10° édition du cross de notons surtout la 1° place chez Candice Paillusson.

Bravo à nos petits de l'éveil Chez les Fares pour leurs belles courses.

Nos jeunes filles font de belles vingt. performances. Chez les benjamines Rayhana Mazdour et Pour les adultes, l'épreuve était Ines Kebli terminent dans le top 20 d'une course comptant près

garçons, notre athlé Jana, Mélody, Satine, benjamin Salim Slimane Amara Chez les femmes, Touria Ouraou Ticilia, Eliott, Nolann, Noham, prend une belle 3° place alors 8° de l'épreuve et 1° V1, Albéna Antoine, Maël, Aurelien, Thom, que Yazid Bouhassane et Adilson Grondin 2° Espoir, Fabienne Rafael, Lissandro, Endre, Erwan Fernandes sont dans les 20 Fautrat-Montout 1° V2 et Nadia et Ewenn ainsi qu'à nos poussins premiers. Ilyes Iberraken, Mathis Elmaanni permettent à LGA de Lyana, Léa, Malcolm, Moussa, Michaud, Mattéoterminer 3° club de cross court Valentin, Maxence, Romain et Razafinimanana et Alexis Tricard du 93. chez les minimes, Yannis Novial et Quentin Thimon chez les cadets réalisent chacun un top

> support des championnats départementaux de cross court.



Chez les hommes, Widdy Verdol 2° V1, Stéphane Le Luron 1° V2, Frédéric Christi Louis et Aubry Tibier placent LGA 6° du classement des clubs.

De bonne augure pour la saison de cross qui débutera le 13/01.

Corrida d'Aulnay sous Bois : des livryens au rendez-vous

comme chaque année, nos filles finissent 1° des 3km100. athlètes ont brillé.

Nos petits ont ouvert le bal avec Aumont prend la seconde place de belles performances dès le et Quentin Thimon termine au Concernant les matin. Chez les poussines, pied du podium. Imène Terriki termine 4° du km qu'elle avait longuement mené. Sur la même distance, les Chez les adultes, carton plein devant Maxence Colart.

Succès de LGA chez les Amoruso 5° sénior et Frédérique catégorie.

LGA était fortement représenté Slimane; et chez les minimes : Philippe Ple à la corrida d'Aulnay qui se Ylies Iberraken chez les garçons est 1° V1 et tenait le 11 novembre 2018. Et et Candice Paillusson chez les Frédéric

Dans la course cadets, Chloe

garçons ont brillé : Malcolm de LGA dans l'épreuve des 5KM, Contaret prend la 3° place juste surtout chez les femmes : Chez les hommes Didier Pottier

benjamins : victoire de Salim Leroy 4° V1. Chez les hommes

Christi Louis sénior.



10km, Poujollon l'emporte chez les femmes et Christine Favelin termine 3° V1.

Fabienne Fautra-Montout finit 1° V3 et tous les autres l'emporte, Nadia Elmaanni athlètes de LGA bouclent les termine 1e senior Stéphanie 10km dans le top 10 de leur

10 km de Drancy

livryens participaient aux Foulées de Les 10 km de Houilles dans les Yvelines, qui se 22 l'aéroport de Drancy le 25 novembre 2018. déroulaient le 30 décembre, sont un rendez-vous L'épreuve de 10 km est l'une des plus incoutournable de la fin d'année. Le plateau est importantes du département, près de 600 international : Julien Wanders y a établi un nouveau record d'Europe en 27m25. athlètes ont participé à la course.

Widdy Verdol, 5° de l'épreuve, se classe 1° V1. Dans la même catégorie Joseph Caputo et Didier Coacolo prennent les 8° et 9° places. Dans la catégorie V3, Didier Pottier et Virgile Braz sont 5° et 7°et Grégoire Dispagne 6° espoir.

Nadia Elmaanni 5° sénior.

Joseph Caputo a participé à la course élite et a de nouveau réalisé un bon chrono: 36m31.

Sept livryens participaient à la course populaire: Christine, Bertrand, Mohamed, Alvaro, Frédéric, Mathis et Didier. Chez les femmes, Fabienne Fautra-Montout embouteillages du départ ne permettaient pas de termine 1e V2, Valérie Demay Potier 7° V1 et belles performances, mais l'essentiel était de se faire plaisir.

Corrida de Houilles

Championnat départementaux en salle cadet à master

Les 25/11 et 01/12 avaient lieu à Eaubonne les Carton championnats départementaux cadet à master en sur le 60m. salle. C'est un moment important de la saison Notre cadet d'athlétisme : les athlètes récoltent les fruits de A n t h o n y l'entrainement de début de saison.

Chez les filles, dans l'épreuve du 200m, dans la catégorie cadette, Alice-Sarah Chérif, Eya Kharrat et Khadidiatou Tal ont chacune terminé 2° de leur finale. Julie Godon chez les juniors et Diane Rebotton en toutes catégories sont 3° de leur finale. Dans l'épreuve du 60m Rokia Tirera est 2° de la finale espoir en 7s91.

Sur les sauts, notons la 4° place de Youssra Fadili et la 5° plade d'Alice-Sarah Chérif à la hauteur.

Chez les garçons, le sprint a vu nos athlètes briller. Notre espoir Christopher Matens termine 2° de sa finale sur 400 m en 50s13. Sur le 200m, Aksel Younsi chez les cadets, Kalilou Bouaré, Sur la hauteur, Léo Edon termine 7° dans la Cédric Leporse et Christopher Matens chez les catégorie junior. espoirs remportent leurs finales.

plein Lebail termine 3° de



sa finale sur le 60m en 7s56. Chez les espoirs Kalilou Bouaré en 6s93 gagne la finale A, Cédric Leporse et Youssouf sont 1° et 2° de la finale C. Terrence Gnafoua est 3° de sa finale en junior. Ismaël Sakho et Katim Touré sont 2° et 3° de la finale A sénior.

Sur le 60m haies en toutes catégories, Abdoulaye Diawara gagne en finale en 8s60.

Concernant les sauts, Ismaël Sakho finit 2° de la finale du triple chez les séniors avec un saut à 14m67. En longueur, Aksel Younsi et Heny Montout prennent les 6° et 7° places en cadet, Youssouf Sakho est 7° en espoir.



NEWSLETTER DU CLUB D'ATHLÉTISME DE LIVRY GARGAN

NOVEMBRE—DÉCEMBRE 2018

Championnats départementaux benjamins/minimes en salle

A Eaubonne toujours, les benjamins et minimes sont les 3 premiers du triathlon dans un mouchoir retouvaient pour les départementaux en salle.

Sur les épreuves combinées, 2 benjamines 1°, Yasmine Benselim 6°, Cleyanne Vieira 8° et représentaient LGA sur le tetrathlon (1000m, Shaïma Aït Oubel 9°. Notons aussi les belles 50m haies, hauteur et poids 2kg). Salma El Arji performances de Mélia Ferreira 1° de la hauteur

prend la 2° place avec un cumul de 1533 pts. Salma a réalisé un 1000m à 16 km/h en 3m40s17. Ornella Tondji Mbeutcha se classe 5° de la compétition.

Concernant les épreuves individuelles, difficile d'évoquer l'ensemble des performances, nos jeunes du club étant nombreux et les disciplines multiples. Rappel : les athlètes sont classés individuellement mais aussi sur le triathlon (saut, lancer, course).

avec 9m77. Dans le même ordre, nos 3 benjamins perche.

championnats de poche : 96pts, 94pts et 91pts.

Nos benjamines ne sont pas en reste. Elles sont 4 dans le top 10 du triathlon: Mariam Moutamanni

> et Lou Ferreira-Vergne 2° du triplesaut.

> Nos minimes filles réalisent elles aussi quelques beaux résultats : Bakou Diara est 4° du triple saut, Anaïs Marchebout 2° de la perche, Léane Niat 1° à la hauteur et Clara Bonnière 1° du 1000m.

Chez les minimes garçons, 3 LGA dans le top 10 du triathlon : Manfred Doue Massoro finit 1°, Théo Elleboode et

Nathan Monder 5° et 6°. Manfred l'emporte Notons chez les garçons benjamins les belles notamment sur le 50m, le 50m haies et le lancer prestations suivantes: Fred Aristil 3° du 50m en de poids (4kg). N'oublions pas les performances finale A, Salim Slimane Amara 1° du 1000m en de Mathis Michaud 3° du 1000m en 3m05s36 et 3m16s77 et Ruben Bergametti 1° du triple saut d'Alexis Tricard et Mattéo Capel 1° et 2° à la

Nos moustiques et poussins s'éclatent à Pantin



Samedi 17 novembre, nos moustiques et poussins se sont rendus à Pantin pour le premier tour du challenge Guimier.

L'occasion pour nos athlètes en herbes de se défouler sur la piste indoor. Pas de classement individuel mais, à l'issue des deux tours, le club dont les athlètes auront réussi les meilleurs performances l'emportera.

Au menu, il y avait du sprint 50m ou 50m haies, du saut en longueur ou du lancer de poids, un 1000m course pour les garçons, un 1000m marche pour les filles et un relais 4x150m en équipe.

Nos petits se sont bien amusés et ont brillé. Rendez-vous le 13 janvier prochain pour le second tour.