



La Gabsette



N° de Décembre 2005.

Le mot du président :

Ah l'édito de la GABSsette !!!

Ce n'est pas comme on pourrait le croire l'angoisse de la plage blanche qui est à redouter. C'est plutôt l'abondance d'événements à présenter en si peu de lignes !

Par quoi commencer ?

Eh bien par les nouveaux maillots pour le GABS. Nos stylistes maison y ont travaillé dur, on garde les mêmes couleurs, bleu et blanc, le look évolue... Allez, encore un peu de patience, nous les aurons pour le printemps 2006.

Et pendant que l'on y est, des survêtements aussi, de marque et à des tarifs plus qu'alléchants! On approche des fêtes, n'hésitez pas les rajouter sur la liste du Père Noël, il est encore temps.

Puisqu'on parle de fête, nous préparons la traditionnelle galette des rois, elle aura lieu à Lillebonne à la salle de la Cayenne à 17h le samedi 7 janvier.

N'oublions pas la saison de cross (Louviers, Bolbec, Evreux, ...), la coupe de cross pour les scolaires, les compétitions en salle,

A propos de compétition et d'événement, voilà ce qui était écrit dans le dernier édit :

« Le premier et non le moindre de ces événements sera la renaissance du cross de Bolbec le 27 novembre. C'est un sacré défi à relever et c'est aussi une belle aventure pour les dirigeants du GABS. Cette aventure, venez la partager avec nous ! Réservez votre dimanche ! Venez passer avec nous une belle journée de cross country ! Et n'hésitez pas à nous apporter votre aide ce jour-là (130 bénévoles sont nécessaires) ! »

Le défi a été relevé, et de fort belle manière. On en est fiers et heureux. Les athlètes nous ont dit leur immense bonheur de retrouver le parcours du stade Tetlow, les anglais ont retraversé la Manche pour courir à Bolbec, les bénévoles ont répondu présent, pendant deux jours, tout s'est déroulé suivant ce que l'on avait prévu.

Tout, absolument tout ? Non, pas tout à fait.

La météo, si ensoleillée le matin nous a rappelé l'après midi que nous étions en Normandie. Mais la météo, on n'y peut pas grand-chose.

Ensuite, nous aurions souhaité une participation plus massive (Attention, 750 coureurs sur deux jours, c'est quand même une belle performance). C'était le cross de la renaissance, nul doute, l'an prochain, les pelotons seront plus fournis.

Et surtout, surtout, nous étions encore sous le choc de la disparition subite de François Bigot, dirigeant de longue date, ami fidèle, dévoué, toujours prêt à aider pour faire vivre cet athlétisme qu'il chérissait tant.

Jusqu'au bout, François, tu as rêvé d'être avec nous sur le stade pour le voir renaître, ce cross.

« J'y serai », c'était ton expression de passionné qui répondait toujours présent pour accompagner nos jeunes lors d'un déplacement, pour préparer une compétition, Le sort, terriblement injuste, en a malheureusement décidé autrement.

François, le 26 et le 27 novembre, tu as été des nôtres, intensément, constamment, dans nos esprits et dans nos cœurs.

Et tu y resteras. Nous ne t'oublierons pas.



Sommaire :

Le Mot du Président

Infos Club

- ✓ Calendrier Hivernal
- ✓ France de Relais
- ✓ Meeting International de Hauteur

Portraits d'athlètes

- ✓ Orlane

Chroniques Gabsiennes :

- ✓ Le Quizz de Javier

Le mot du rédacteur.

Infos Clubs

✓ **Calendrier Hivernal :**

Revu et corrigé une fois de plus. Etant donné les réglementations actuelles et l'abondance des types de compétitions il devient très astreignant de faire un calendrier digne de ce nom.

DATES	EPREUVES	CATEGORIES	Lieu
Samedi 7 janvier	Cross Intervillages	Jeunes non licenciés	Lillebonne
Samedi 7 janvier	Régionaux Epreuves Combinées en salle (pour info car nous n'organisons pas de déplacement)	CJES	Mondeville
Samedi 7 janvier	Galette du Club à 17h	Famille gabsienne	La Cayenne à Lillebonne
Dimanche 8 janvier	Régionaux en Salle	CJES	Eaubonne
Dimanche 15 janvier	Départementaux de Cross	Toutes catégories	Yvetot
Samedi 21 janvier	Epreuves Jeunes Tribu Hivernal	EA/PB	Gravenchon
Samedi 21 et dimanche 22 janvier	PréFrance d'Epreuves combinées (Pentathlon, Heptathlon)	CJES	Mondeville
Dimanche 29 janvier	Régionaux de Cross	Toutes catégories	Oissel
Samedi 4 février	Cross Intervillages	Jeunes non licenciés	Saint Eustache
Samedi 4 février	Challenge Tribu Hivernal ?	EA P B	Etainhus ?
Samedi 4 février	Meeting Hauteur LHNA et Pré France Hauteur	Invités	Maromme
Samedi et dimanche 4-5 février	Championnats de France d'Epreuves Combinées Jeunes et Nationaux Seniors	CJES	Nogent s/oise
Samedi 4 février	PréFrance en Salle (anneau-triple-poids-hauteur)	CJES	Mondeville
Dimanche 5 février	PréFrance en Salle (vitesse-haies-longueur-perche)	CJES	Mondeville
Dimanche 5 février	Tour qualificatif Lancers Longs (Régionaux) pour Championnats Nationaux	CJES	Rouen
Samedi 11 février	Epreuves jeunes "Indoor"	EA P B	Gonfreville/Caucriauville
Dimanche 12 février	1/2 Finale de France de Cross-Country	CJES	Louviers
Samedi et Dimanche 18-19 février	Championnats de France en Salle Jeunes	CJE	Bordeaux
Samedi et Dimanche 18-19 février	Championnats de France de Lancers Longs		
Samedi et Dimanche 18-19 février	Championnats de France en Salle Vétérans	Vétérans	Vittel
Samedi 25 février	Epreuves jeunes "Indoor"	EA P B	Caucriauville
Vendredi 24 au Dimanche 26 février	Championnats de France Elite	Seniors	Aubière (Auv)
Samedi 4 mars	Finale des Cross Intervillages	Jeunes non licenciés	Yébleron
Dimanche 5 mars	Challenge Tribu Hivernal ? A confirmer	EA PBM	Petit couronne
Dimanche 12 mars	Championnats de France de Cross-Country	CJES	Challans (P-L)
Dimanche 26 mars	Tour Hivernal du Challenge Equip'athlé	(B?) MC	Le Havre et Eaubonne

✓ **Championnats de France de Relais le 9 octobre 2005 :**



(Marc-Antoine Calle, Anthony David, Charles-Edouard Morel Anthony Lemaître et Romain Flambard)

L'équipe du GABS qualifiée in extremis pour ces Francs de ce dimanche 9 octobre est venue à Val de Reuil avec l'envie. Anthony Lemaître, Charles-Edouard Morel, Anthony David et Marc-Antoine Calle étaient venus pour faire le maximum et tenter leur chance. Pour cette raison leur coach (remplaçant pour cause de blessure), Romain Flambard, avait décidé de modifier l'ordre des coureurs. Un ordre tactiquement réfléchi qui devait obliger chacun à dépasser ses possibilités personnelles en se transcendant. C'est ce que nos quatre sociétaires du GABS ont fait. En effet avec le 8^e temps des engagés dans ce championnats de France de relais, l'équipe de 4 fois 400m du GABS a su s'appuyer sur ses valeurs de panache et ses vertus collectives pour se dépasser une fois de plus. L'équipe finira finalement 4^e de ces championnats de France en réalisant 3'26''40. C'est un nouveau record pour cette jeune équipe qui explose littéralement son record puisque leur chrono record était précédemment de 3'33''34.

✓ **Meeting International de Hauteur :**

Le 4 février 2006, une grande partie de la communauté de l'athlétisme haut normand aura les yeux tournés vers la 3^{ème} édition du meeting international de saut en hauteur, qui se déroulera comme l'an passé à Maromme. Et plusieurs centaines de jeunes des deux départements afflueront sur place afin d'assister au show orchestré par plus d'une vingtaine d'athlètes de niveau européen et mondial. En effet la ligue de Haute-Normandie et le comité d'organisation du meeting ont décidé d'aider les jeunes athlètes des clubs à venir à ce meeting du 4 février en affrétant des cars pour emmener et ramener les jeunes pour ce meeting international de hauteur.

Les places étant gratuites pour les licenciés FFA, le GABS propose donc à ces jeunes athlètes **à partir de la catégorie poussins** de s'inscrire auprès de leurs entraîneurs au moment voulu afin de participer à ce déplacement. Le concours élite débute environ vers 18h, un horaire de départ et de retour sera spécifié ultérieurement.

C'est l'occasion pour tous nos licenciés de voir un spectacle de haut niveau et de découvrir ou redécouvrir le saut en hauteur. Une occasion à ne pas louper !!

Portraits d'athlètes



Nom : Grenier

Prénom : Orlane

Signe(s) Particulier(s) : n'aime pas se faire battre

As-tu un surnom ? l' Oréal

Que fais-tu dans la vie ? collégienne

Quels sont tes loisirs favoris ? vélo, musique et la cuisine

Quelle est la séance d'entraînement qui t'a la plus plu ? Avec Sophie quand on n'a fait 3 grands tours de bois

Quel est ton meilleur souvenir sportif ? Duathlon bec thomas en avril 2005 que j'ai gagnée en mixte avec mon nouveau vélo et mes supporteurs mon père et son copain

Quels sont tes objectifs pour cette année ? Manger et respirer avant les courses et bien sûr d'arriver 1ère

Qu'est-ce que tu détestes ? Me faire battre

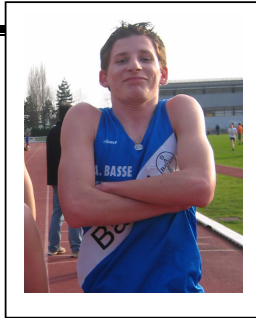
Qu'est-ce que tu adores ? Etre dans le car avec mes copines et ma coupe

Le mot de la fin : la persévérance

Chroniques Gabsiennes :

Je fais en sorte que dans cette gabsette les points de vue soient nombreux et variés. C'est ce qui fait la richesse des clubs comme le nôtre : l'échange et la diversité. Ainsi je demande à qui veut de me faire parvenir son article, cela permet à ce journal de club de garder une certaine ouverture d'esprit.

Xavier vous met au défi:



Xavier Faucon :

Discipline : spécialiste demi-fond. Fou furieux d'athlé il peut faire n'importe quelle discipline.

Signes particuliers : Blagueur, combatif, toujours partant. Gabsien depuis l'enfance.

QUIZZ ATHLETIQUE :

Bon ok, on sait pas trop s'il faut vraiment être calé en athlé pour répondre à ce quizz mais bon il vous arrachera peut-être un petit sourire et c'est déjà ça de bon pour votre journée.

C'est parti ! :

I : En quelle année le GABS fut il créé ?

- a :en 1957
- b :en 1965
- c :en 1960

II : Que signifie GABS ?

- a :Groupe d'Athlètes Bien Sympathiques.
- b :Groupement Athlétique de la Basse Seine.
- c :Groupement d'Agriculteurs de Belgique Sud.

III : Comment appelle t on un sauteur de haies ?

- a :Un kangourou.
- b :Un hurdler
- c :Un sauteur de haies.

IV : Qu'est ce que le 30-30 ?

- a :30 minutes tu dors ,30 minutes tu cours.
- b :30 secondes de course ,30 secondes de repos.
- c :30 secondes tu fais des pompes ,30 secondes des abdos.

V : Quel est le nom du cross de Louviers ?

- a :Carrington

c :Autocarrington

VI : Combien de tours faut il faire pour faire un 3000m ?

a :3000 tours

b :7.5 tours

c :12.5 tours

VII : Qui a remporté le challenge interne de course sur route 2004-2005 ?

a :JOIGNANT Mickael

b :FROMENTIN Vincent

c :VAUCHEL Wilfried

VIII : Quel lancer n'est pas un lancer avec rotation ?

a :Le disque

b :Le javelot

c :Le poids

IX : Quelle épreuve ne fait pas partie du décathlon ?

a :Le triple saut

b :Le 100m

c :Le 400m

X : Le 27 Novembre 2005 a eu lieu le :

a :43ème Cross de BOLBEC

b :40ème Cross de BOLBEC

c :42ème Cross de BOLBEC

Je profite de cette gabsette pour signaler à l'ensemble de la famille gabsienne que le club dispose désormais d'un site internet réalisé par votre serviteur :

<http://perso.wanadoo.fr/gabsite/>

Je vous invite d'ailleurs à me contacter par mail à l'adresse romaingabs@yahoo.fr afin de me faire parvenir vos idées, vos remarques, ou vos articles.

Merci à Xavier, Francis, Orlane qui ont bien bossé pour cette gabsette.

Romain, rédacteur en chef de la GABSETTE, le magabsine des athlètes.