



La Gabsette



N° de Mai 2007.

Le mot du président :
Au GABS, du plaisir, hiver comme été !

Un club d'athlétisme, c'est toujours actif, entraînements, compétitions, ... et cela, quelle que soit la saison.

Hiver = cross et pour le GABS, challenge interne de cross. Une petite nouvelle montre le bout de ses pointes en gagnant les 4 cross auxquels elle a participé ! Ca ne vous rappelle rien ? Personne ? Chez les garçons ? Un habitué des victoires et des podiums ? L'un comme l'autre ont gagné au cross de Bolbec. Vous n'avez pas deviné ? Alors bonne lecture dans les pages qui suivent !

Hiver = cross intervillages pour les scolaires. L'édition 2006-2007, parfaitement organisée, a été une réussite. Que les artisans, Dominique et son équipe, en soient félicités !

Et pour tous ceux dont la fragile peau ne supporterait pas quelques éclaboussures de boue, le GABS les a engagés aux compétitions indoor où ils ont obtenu de bons résultats.

Nous voilà désormais au printemps. Actifs en hiver, actifs au printemps !

Compétition organisée au stade Bigot à Lillebonne pour les jeunes début avril, stage à Carcassonne pendant les vacances de Pâques (Oh, ils sont malheureux les athlètes au GABS, oh oui !), ...

Et nous serons encore plus actifs aux mois de mai, juin, juillet, avec tout plein de compétitions, pour les jeunes et les moins jeunes, des challenges Pouchet (avec une très, très belle étape fin juin à Lillebonne !), des championnats départementaux, des régionaux, des inter régionaux et des France.

Et dans les jours qui viennent, un beau défi à relever pour le GABS : celui des interclubs. Nous sommes actuellement en Nationale 3. Nous avons un objectif, à court ou moyen terme, la montée en Nationale 2. Nous l'avons tutoyé les années passées. Ça s'est joué à très, très peu de choses.

Nous allons présenter des équipes GABS-CSG solides.

Alors, c'est pour cette année ? Si comme on dit, ça rigole sur la piste (Ca, c'est quand tout se déroule comme on le souhaite, et même mieux !), pourquoi pas ? Et si ça ne rigole pas, ce ne sera que partie remise. On sera patient, mais on y arrivera !

Un seul souhait : que la compétition soit belle, très belle ! Qu'elle se déroule dans un excellent état d'esprit et que le meilleur l'emporte à la régulière !

Et surtout, prenons du plaisir, beaucoup de plaisir, un maximum de plaisir et faisons de notre mieux. Pas de pression, juste du PLAISIR !



Sommaire :

Le Mot du Président

Infos Club

- ✓ Calendrier Estival
- ✓ Calendrier Course sur Route
- ✓ Classement Challenge Interne de Cross

Portraits d'athlètes

- ✓ Cécile

-
- ✓ Le meeting de Lillebonne et du GABS

Le mot du rédacteur.

Infos Clubs

✓ **Calendrier Estival Athlétisme :**

Jeudi 17 mai	Départementaux Benjamins Minimes	BM	Dieppe ?
Dimanche 20 mai	2e Tour Interclubs	Seniors	Le Havre
Samedi 26 mai	Régionaux de Relais Jeunes (800/200/200/800)	BMC	Eu
Samedi 26 mai et Dimanche 27 mai	Régionaux Epreuves Combinées	MCJESV	Eu
Dimanche 27 mai	Départementaux (R2) de Fond et steeple	CJESV	Eu
Dimanche 27 mai	10 et 20 km de marche		Yvetot
Dimanche 27 mai	France de Semi-Marathon	Seniors Vétérans	Sables d'olonne
Mercredi 30 mai	Compétition Lancer	Toutes	Gonfreville
Samedi 2 juin	Finale de Secteur du Challenge Tribu	PBM	Gonfreville
Dimanche 3 juin	Départementaux 27/76 (R2)	CJESV	Bernay
Mercredi 6 juin	Compétition de Lancer		Sotteville
Samedi 9 et Dimanche 10 juin	Nationaux Vétérans	Vétérans	Bondoufle
Dimanche 10 juin	Régionaux Minimes Cadets	MC	Le Havre
Mercredi 13 juin	Lancers Longs de la 2e Etape Pouchet	CJESV	Sotteville
Vendredi 15 juin	2e Etape du Challenge Pouchet	CJESV	Maromme
Samedi 16 et Dimanche 17 juin	Préfrance d'Epreuves Combinées	MCJESV	Gonfreville
Dimanche 17 juin	Finale Régionale du Tribu	BM	Rouen
Samedi 23 juin	Régionaux Elite	JESV Cadets (si R2 en courses et R3 en concours avec engins adultes)	Evreux
Dimanche 24 juin	Meeting Jeunes International ASPTT	BM	Rouen
Samedi 30 juin	3e Etape du Challenge Pouchet + Meeting du GABS et de la Ville de Lillebonne	CJESV	Lillebonne
Samedi 7 et Dimanche 8 juillet	France d'Epreuves Combinées Jeunes et Nationaux	CJES	Compiègne
Samedi 7 et Dimanche 8 juillet	Préfrance Jeunes Horaires	CJE	Val de Reuil
Vendredi 13 juillet	Finale Challenge Pouchet	CJESV	Bernay
Samedi 21 et Dimanche 22 juillet	France Nationaux (N2)	Seniors	Tourlaville
Vendredi 27, Samedi 28 et Dimanche 29 juillet	France Jeunes	CJE	Narbonne
Jeudi 2, Vendredi 3 et Samedi 4 août	France Elite	Seniors	Niort

✓ **Calendrier des courses sur route :**

Nico a sélectionné les courses suivantes pour le challenge interne de course sur route. Pour que le classement puisse s'effectuer vous devrez communiquer vos résultats de courses à Nicolas Lemoine. Un indice sera calculé par rapport au nombre d'arrivants de chaque course. Une addition des indices (jusqu'à 5 indices) est effectuée à la fin de l'année pour établir le classement final du challenge interne du club.

Voici donc les courses qui sont retenues pour établir le classement :

- 17 février** : foulée de St Maurice d'ételan
- 04 mars** : 10 bornes de Goderville
- 11 mars** : semi et 10 km de Caudebec les Elbeufs
- 17 mars** : la Remuée
- 08 avril** : les Foulées de Montgeon
- 15 avril** : Trail de St Jean de Folleville
- 29 avril** : Radicatrail
- 01 mai** : course du muguet Hattenville
- 13 mai** : 10 bornes du Havre
- 17 mai** : semi et 10 km de st Valéry en Caux
- 08 juin** : Duo de St Eustache
- 24 juin** : 10 km de St Adresse
- 29 juin** : Olympiades Beuzeuvillaises
- 26 août** : tour de Mirville
- 01 septembre** : Semi Bolbec
- 23 septembre** : 15 km du Havre
- 07 octobre** : semi de Rouen
- 14 octobre** : foulées d'Auzouville Auberbosc
- 20 octobre** : macadam Caucriauville
- 28 octobre** : la sente des moines
- 18 novembre** : la foulée Aubervillaise

Le journal du Groupement Athlétique de la Basse Seine.

Nom Prénom	Cat.	Sexe	Nombre	Total	Rang	Nom Prénom	Cat.	Sexe	Nombre	Total
BARON Justine	P	F	4	0,0614	1	LE BAILLIF Kévin	M	H	4	0,1318
GRENIER Orlane	B	F	4	0,3973	2	BARBARAY François	P	H	4	0,4295
LEROUX Céline	S	F	4	2,4454	3	LEPLAT Vincent	M	H	4	0,5314
PERREL Sophie	B	F	4	2,7211	4	PICARD Jérémy	J	H	4	0,6656
LAMY Jeanne	M	F	4	2,8158	5	LE GUERN Alexandre	M	H	4	0,6750
PERREL Cathy	M	F	4	3,8670	6	BOIVIN Gérard	V	H	4	0,7367
BOUGON Mélanie	M	F	3	0,5670	7	DUMONTROT Y Aurélien	J	H	4	0,9427
GRIEU Charlotte	P	F	3	1,3222	8	FAUCON Xavier	J	H	4	1,0018
FERCOQ Margaux	P	F	3	2,1803	9	LEMOINE Nicolas	S	H	4	1,2273
PERREL Julie	P	F	3	2,4417	10	JEANVOINE Morgan	B	H	4	1,2985
POULAIN Audrey	S	H	3	2,7228	11	BARRAY Richard	M	H	4	1,4080
CAUMONT Romane	EA	F	1	0,1719	12	VALLIN Pierre	S	H	4	1,4095
DE SAN NICOLA Laetitia	M	F	1	1,4250	13	GILLES Marc	B	H	4	1,4451
SOYER Sandra	B	F	1	2,2545	14	QUESNEL Aurélien	S	H	4	1,5344
DECULTOT Cécile	B	F	1	2,5091	15	BARRAY Stéphane	V	H	4	2,0136
CIGOLINI Adèle	M	F	1	2,6111	16	LEPLAT Simon	B	H	4	2,1628
FREMONT Joséphine	P	F	1	3,5143	17	BARON Julien	C	H	4	2,4578
					18	HAUCHECORNE Mattis	P	H	4	2,5551
					19	VAUCHEL Wilfried	S	H	4	2,7944
					20	FERAY Simon	M	H	4	3,0317
					21	JOIGNANT Mickaël	S	H	4	3,0926
					22	LEBAIR Jordan	C	H	4	3,1835
					23	MERCIER Romain	C	H	4	3,2599
					24	HOLMES Barry	V	H	4	4,0000
					25	FLAMBARD Antoine	J	H	3	1,4037
					26	LECANU Matthieu	B	H	2	1,7107
					27	MARC Sébastien	S	H	2	1,7540
					28	ROUSSEL Clément	B	H	2	2,3734
					29	CHAUVE Nicolas	B	H	1	1,6923
					30	FLEURY Théo	B	H	1	1,7385
					31	COLOMBEL Logan	P	H	1	2,2857
					32	LESOMPTIER Mael	B	H	1	2,7123
					33	DECHAMPS Timothée	M	H	1	2,8889
					34	HAN David	C	H	1	2,9111
					35	CALLE Marc Antoine	S	H	1	2,9900
					36	FROMENTIN Vincent	S	H	1	3,0000
					37	CHAPELLE Thomas	P	H	1	3,2923
					38	DUBUC Thibault	P	H	1	4,0000



Portraits d'athlètes



Signes Particuliers : Une capacité d'écoute très développée. Une progression technico-physique fulgurante en une année. Une fille sur qui on compte...

Nom : MENAGER

Prénom : Cécile

Signe(s) Particulier(s) : timide, souvent le sourire

As-tu un surnom ? Cissou , la tite caille

Que fais-tu dans la vie ? lycéenne

Quels sont tes loisirs favoris ? l'athlétisme, faire les magasins

Quelle est la séance d'entraînement qui t'a la plus plu ? le sprint et je commence à prendre goût aux séances de haies.

Quel est ton meilleur souvenir sportif ? Un 200m haies que je ne devais pas faire mais Adèle m'a poussée à le faire et je finis 2^{ème}. Premier podium. Merci à elle.

Quels sont tes objectifs pour cette année ? Cette année je n'ai pas trop d'objectif. Ce que j'aimerais c'est gagner de la résistance pour pouvoir finir les 200m. Et battre mon record au marteau.

Qu'est-ce que tu détestes ? l'aérobic, la mousse au chocolat

Qu'est-ce que tu adores ? les vacances que je passe en Vendée, les cerises, la croquante (gâteau de ma grand-mère).

Le mot de la fin : PLAISIR

Meeting de Lillebonne :

Cette année encore nous sommes heureux de vous proposer un spectacle alliant convivialité et performances de haut-niveau. Le meeting est composé de trois épreuves de niveau national: **le 400 mètres haies masculin, la longueur féminine et le javelot masculin.**

Les épreuves ont toujours accueilli des athlètes podiumés aux championnats de France. Des qualifiés aux JO était même présents parmi nous lors de la dernière édition. Alors venez nombreux assister à la réalisation de performances de haut-niveau. Des javelots qui traversent le ciel du stade, des athlètes qui s'envolent d'elles-mêmes en longueur et des coureurs qui avalent les obstacles à une vitesse impressionnante sur 400m haies, vous attendent.



Cette année **le meeting aura lieu le samedi 30 juin.** Venez nombreux et ramenez vos connaissances pour leur faire découvrir l'athlétisme. Bien évidemment **l'entrée est gratuite** et c'est une belle occasion.

Vous pourrez également encourager vos camarades de club qui concourent au niveau régional puisque l'étape du challenge Pouchet sert de support à notre meeting.

Le mot du rédacteur :

Je souhaiterais simplement rappeler à nos familles gabsiennes qu'un club a besoin d'énergie pour vivre et pour que nos athlètes puissent se réaliser humainement à travers ce beau sport plein de valeurs qu'est l'athlétisme. Les dirigeants du GABS investissent beaucoup d'énergie et de temps mais nous avons besoin de votre énergie pour que ce club vive encore mieux. J'en appelle donc à toutes les bonnes volontés qui seraient prêtes à filer un coup de pouce pour faire avancer le schmilblick. Pas forcément besoin d'être un expert en athlétisme pour filer un coup de main lors des manifestations organisées par le club, d'accompagner les athlètes lors des déplacements. Toutes les compétences sont les bienvenues. Il reste de la place au comité directeur du club alors si vous avez envie de donner un coup de main (vous connaissez mes coordonnées).....

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

Merci à Francis, Nico, Cécile, Aurélien qui ont collaboré pour cette gabsette.

Adresse du site du club : www.gabsite.fr

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