



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.