



La Gabsette



N° de Mars 2006.

Le mot du président :

Le Gabs : un club qui (se) bouge !

En effet, ça bouge, sur les terrains : vous allez trouver dans ces pages le classement du challenge interne de cross. Notons la hausse du nombre de participants : 74 cette année contre 66 l'an dernier

Ça va bouger aussi sur les pistes avec les compétitions organisées par le GABS : tout d'abord, le 1er avril (non, non, ce n'est pas un poisson !) compétition jeunes, fin juin : le challenge Pouchet et 2ème meeting d'athlétisme de Lillebonne.

Ça bouge au niveau des licenciés : L'an dernier, en fin de saison, nous étions 142, nous en sommes aujourd'hui à 148 et la saison n'est pas finie ! Jusqu'où irons-nous ?

Ça bouge aussi côté tenues vestimentaires : Les nouveaux maillots gardent les mêmes couleurs (bleu et blanc), la barre blanche oblique cède la place à deux éclairs blancs, et Lanxess, nouveau nom de notre fidèle parraineur, remplace Bayer. Conservez précieusement vos anciens maillots : ils deviennent « collectors » !

Ça bouge aussi côté survêtements : Il sont magnifiques et profitez-en tant qu'il y en a ! Des survêtements de cette qualité et à ce prix, il n'y en aura pas tous les ans ! Pour ce faire, le club a fourni un effort financier des plus appréciables

Ça bouge aussi tous les jours au niveau du site internet du GABS.

Ça bouge au niveau des stages proposés aux athlètes : un premier stage d'une semaine à Carcassonne pour les plus grands, et un deuxième stage à Lillebonne pour les plus jeunes ! Le GABS a organisé dans le passé ce type de stages et nous sommes heureux de pouvoir renouer avec ces moments intenses de sport mais aussi ces moments forts de convivialité, de complicité dont se souviennent longtemps celles et ceux qui ont la chance de pouvoir y participer !

Ça bouge aussi au niveau des clubs. Nous vous donnons rendez vous le samedi 8 avril à 17 h 30 dans la salle Thiers à Lillebonne, juste à côté de la mairie. Nous vous réunirons pour échanger sur un projet d'importance, à savoir la possibilité d'un rapprochement entre le GABS et le CSG. L'histoire des deux clubs a connu une alternance de séparations et de retrouvailles, les conditions actuelles nous semblent permettre de refaire un bout de chemin ensemble, dans les meilleures conditions possibles. Les membres des deux clubs sont invités à cette réunion et après un discours de présentation par les équipes dirigeantes des deux clubs, nous souhaitons recueillir vos avis, vos questions. Réservez donc cette date dans vos agendas et venez nombreux, nous comptons sur vous. Allez, bougez-vous avec nous et avec le GABS !



Sommaire :

Le Mot du Président

Infos Club

- ✓ Calendrier Estival
 - ✓ Meeting du Gabs et de la ville de Lillebonne
 - ✓ Calendrier Course Hors Stade Labellisées
 - ✓ Classement du Challenge Interne Cross 2005-2006
-

Portraits d'athlètes

- ✓ Marion
-

Chroniques Gabsiennes :

- ✓ Ma saison hivernale par Charles-Edouard
-

Le mot du rédacteur.

Infos Clubs

✓ Calendrier Estival :

DATES	EPREUVES	CATEGORIES	Lieu
Samedi 1er Avril	1ère Etape du Challenge Tribu	EA PBM	Lillebonne
Dimanche 2 avril	Régionaux sur route 10Km	Seniors	Le Havre (Montgeon)
Mercredi 12 avril	Lancers Longs		Gaillon
Samedi 15 avril	2e Etape du Challenge Tribu	EA PBM	Le Havre
Samedi 29 avril	2e Etape Challenge Pouchet (dont cadets)	CJES	Sotteville
Samedi 6 mai	Régionaux de Relais Jeunes	BMC	Yvetot
Lundi 8 mai	Interclubs premier tour	CJES	Dieppe
Samedi 13 mai	3e Etape du Challenge Tribu	EA PBM	Fécamp
Samedi 13 mai et Dimanche 14 mai	Régionaux d'Epreuves Combinées	MCJES	Gonfreville
Samedi 20 mai	Interclubs deuxième tour	CJES	Gonfreville
Jeudi 25 mai	Départementaux Benjamins Minimes	BM	Le Havre
Samedi 27 mai	4e Etape Challenge Tribu (finale secteur)	EA PBM	Gonfreville
Samedi 3 juin et dimanche 4 juin	Départementaux	CJES	Maromme (et au Havre le lendemain)
Samedi 3 juin et dimanche 4 juin	PréFrances d'épreuves combinées	MCJES	Saint Malo
Dimanche 11 juin	Régionaux Jeunes.	Minimes / cadets	Vernon
Samedi 10 juin	Départementaux Obstacles et Régionaux Steeple (ES H&F)	CJES	Evreux
Samedi 17 juin	Régionaux	JES	Sotteville
Dimanche 18 juin	Finale Régionale du Challenge Tribu+Rgx de 20000m Marche	PBM	Bernay
Samedi dimanche 24 et 25 juin	France d'épreuves combinées jeunes et nationaux	CJES	Val de Reuil
Samedi 24 juin	3e Etape du Challenge Pouchet + Cadets (qualificatif pour les seniors) MEETING DU GABS et de la Ville de Lillebonne	CJES	Lillebonne
Dimanche 25 juin	Meeting ASPTT	BM	Rouen (Bihorel)
Samedi 1 juillet Dimanche 2 juillet	PréFrances Jeunes	CJE	Tourlaville
Mercredi 5 juillet	Soirée lancers		Sotteville
Samedi 8 juillet Dimanche 9 juillet	France N2	Seniors	Lamballe
Mardi 11 juillet	4e étape du challenge Pouchet lancers longs	Seniors	Sotteville
Mercredi 12 juillet	4e étape du challenge Pouchet (autres)	Seniors	Maromme
Vendredi 14 juillet au Dimanche 16 juillet	France Jeunes	CJE	Dreux
Jeudi 20-Samedi 22 juillet	France Elite	Seniors	Nancy
Mardi 8 au Dimanche 13 août	Championnats d'Europe	Seniors	Göteborg, Suède
Mardi 15 au Dimanche 20 août	Championnats du Monde	Juniors	Pékin

✓ **Meeting du GABS et de la Ville de Lillebonne :**

Cette année encore le GABS organise avec le soutien de la Ville de Lillebonne son meeting d'athlétisme. L'an passé, des belles performances ont été réalisées dans le cadre du meeting. Pour exemple voici quelques perfs des épreuves du meeting 2005. En longueur féminine, Emma Gomis a atterri à 6m11, Viviane SILDILLIA à 6m09 et Vanessa GLADONE à 5m62. En javelot un beau concours s'est déroulé malgré un vent et un froid perturbant. Avec 62m49 Sébastien LEULLIER de l'Amiens UC a remporté le concours devant Philippe TRAUILLÉ de l'US Nemours (61m87) suivi d'Antoine QUEMAR (57m82) de l'As Tourlaville. Le 24 juin 2006, trois épreuves seront présentes pour ce meeting : le 400m haies masculin, le saut en longueur féminin et le javelot hommes.

Ce samedi 24 Juin 2006 est l'occasion pour tous de venir assister à la réalisation de performances au moins équivalentes au niveau Nationale 3 et de voir de beaux gestes d'athlé. Un beau moment en perspective pour un athlétisme convivial alliant performance de qualité et proximité du spectacle.

Nous vous invitons donc tous à venir nombreux avec toute la famille (ramener vos cornes de brume car des athlètes du GABS concourent lors de ce meeting !) **et à participer à créer cette ambiance bon enfant qui règne sur un stade d'athlétisme.**

✓ **Calendrier Course Hors Stade labellisées 2006 :**

Ami(e)s routiers, bonjour,

La saison des courses sur route recommence et par conséquent , le challenge interne des courses hors stade également.

J'appelle donc tous ceux que cela intéresse , à prendre connaissance de la liste des courses pouvant être comptabilisées dans ce challenge.

Je rappelle aussi qu'il faut me faire parvenir vos résultats de courses par le vecteur communicatif que vous préférez.

Bon courage à tous. On vous attend très nombreux !!!

Nico là et pas las

12 mars 2006	10 km de Caudebec-lès-Elbeuf
12 mars 2006	Semi Marathon de Caudebec-lès-Elbeuf
25 mars 2006	10 km de Saint Nicolas d'Aliermont
2 avril 2006	10 km du Havre Foulées de Montgeon
23 avril 2006	Semi Marathon du Marais vernier
14 mai 2006	10 km du Havre
24 mai 2006	Tour du Pays de Caux Yvetôt
9 juillet 2006	15 km de Pont Audemer
27 août 2006	Course des falaises Veules les roses – Dieppe (26,5 km)
2 septembre 2006	Semi Marathon de Bolbec
17 septembre 2006	10 km de Mers les Bains – Eu – Le Tréport
17 septembre 2006	Semi Marathon de Mers les Bains – Eu – Le Tréport
24 septembre 2006	10 km Evreux
24 septembre 2006	10 km Dieppe
1 octobre 2006	Marathon de Normandie Le Havre
8 octobre 2006	Semi Marathon de Rouen
15 octobre 2006	Marathon de Seine Eure – Val de Reuil
3 décembre 2006	10 km de Baux de Breteuil

Le journal du Groupement Athlétique de la Basse Seine.

✓ Classement du Challenge Interne de Cross 2005 :

Nom Prénom	Cat.	Cross	Indice	Rang
GRENIER Orlane	B	4	0,1892	1
BOUGON Mélanie	B	4	0,2374	2
HANGARD Anaïs	B	4	1,8655	3
PERREL Cathy	M	4	2,1485	4
PERREL Sophie	B	4	2,1727	5
LAMY Jeanne	M	4	2,2161	6
DEZAILLE Claire	M	4	2,2188	7
JIDOUARD Xavière	J	4	2,6324	8
LEBAILLIF Julie	P	3	0,9364	9
BELKACEM Sarah	C	3	1,8343	10
BARON Justine	P	2	0,0892	11
ABASS Yasmina	M	2	1,2458	12
DELEMER Anaïs	M	2	1,6983	13
RAZIN Lamiae	P	2	2,0224	14
LEROUX Céline	Es	2	2,5636	15
FERAY Coline	P	2	2,6411	16
CIGOLINI Adèle	M	2	3,1445	17
PERREL Julie	EA	1	0,1579	18
CAUMONT Romane	EA	1	0,4211	19
GRENIER Zélie	EA	1	0,5526	20
DEVIS Cannelle	EA	1	0,8947	21
BIGOT Laurine	B	1	2,2821	22
BAHRA Naïma	B	1	2,7692	23
MENAGER Cécile	M	1	2,9545	24
LEFEBVRE Marion	J	1	3,0000	25

Nom Prénom	Cat	Cross	Indice	Rang
LE BAILLIF Kevin	M	4	0,0970	1
GILLES Marc	P	4	0,3040	2
GILLES Loïc	B	4	0,3651	3
LEGUERN Alexandre	B	4	0,5787	4
FAUCON Xavier	C	4	0,7275	5
BOIVIN Gérard	V	4	0,7642	6
LEMOINE Nicolas	S	4	0,9669	7
QUESNEL Aurélien	S	4	1,1246	8
LEBAIR Jordan	M	4	1,1737	9
LECANU Matthieu	B	4	1,2735	10
TERNON Colas	C	4	1,3750	11
PICARD Jérémy	J	4	1,4203	12
VALLIN Pierre	S	4	1,5929	13
SOMON Bertrand	M	4	1,6538	14
LOZE Germain	B	4	1,8029	15
BRIERE Clément	B	4	2,6126	16
ARGENTIN Gaëtan	M	4	3,4302	17
DECHAMPS Timothée	M	4	3,6908	18
MOUSSA Fouad	S	3	0,5251	19
DAVID Anthony	S	3	1,5441	20
LEPLAT Simon	P	3	1,6053	21
LEPLAT Vincent	M	3	2,0513	22
DUMONT Jonathan	M	3	2,2331	23
FROMENTIN Vincent	S	3	2,9880	24
FERAY Simon	M	3	3,0425	25
JOIGNANT Mickael	S	3	3,2424	26
LE PESSEC Baptiste	M	3	3,5238	27
AUBOURG Pierrick	M	2	1,6370	28
VAUCHEL Wilfried	S	2	1,7556	29
MARC Sébastien	S	2	1,8322	30
LESOMPTIER Maël	P	2	1,9375	31
TESSON Sébastien	S	2	2,3323	32
FAUCON Damien	S	2	2,5951	33
CALLE Marc Antoine	S	2	2,9188	34
COLOMBEL Logan	EA	1	0,0571	35
LECANU Vincent	EA	1	0,2000	36
BARBARAY François	P	1	0,3067	37
HAUCHECORNE Mattis	EA	1	0,4857	38
MERCIER Julien	EA	1	0,5143	39
LEBAILLIF Nicolas	EA	1	0,6571	40
FLAMBARD Romain	S	1	1,3333	41
ALLAIS Thomas	P	1	1,6944	42
LEMONNIER Arnaud	S	1	1,8889	43
BARRAY Stéphane	V	1	2,2759	44
FLAMBARD Antoine	C	1	2,4000	45
LOISON Stéphane	V	1	2,4655	46
HAN David	M	1	2,5938	47
CATELAIN Alexis	B	1	2,7059	48
JOYEUX David	S	1	2,8205	49

Portraits d'athlètes



A son actif : multi détentrice de records au club. Elément sûr aux interclubs depuis son plus jeune âge.

Nom : GRAINDOR

Prénom : Marion

Signe(s) Particulier(s) : Je vais super vite sur la piste.

As-tu un surnom ? Marion Jones (surtout pour Romain).

Que fais-tu dans la vie ? Je suis lycéenne.

Quels sont tes loisirs favoris ? L'athlétisme (logique) et faire les magasins (je suis une fille).

Quelle est la séance d'entraînement qui t'a la plus plu ? J'aime bien le sprint en côtes.

Quel est ton meilleur souvenir sportif ? Quand je bats mes records (mais c'est rare).

Quels sont tes objectifs pour cette année ? Essayer d'aller a l'entraînement le plus de fois possible et essayer de battre mon record sur le 100m et le 200m tant qu'on y est.

Qu'est-ce que tu détestes ? Je n'aime pas les séances de demi-fond et la perche. (je n'aime pas non plus faire mes devoirs)

Qu'est-ce que tu adores ? Sortir et manger du chocolat Milka.

Le mot de la fin : Vive le sport !!!

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.

Une saison hivernale de haut niveau :



Charles-Edouard Morel :

Discipline : Hurdler confirmé et titré, sauteur en hauteur émérite.

Signes particuliers : Hors norme. Champion de France. Multi participant aux Francs en épreuves combinées, saut en hauteur, 60m haies, 200m, 300m, 320m haies, 400m haies. A part ça ? Bon vivant, toujours de bonne humeur, il veut en faire toujours plus, exigeant, travailleur et très attentif. Gabsien dans l'âme, il est au comité directeur malgré son jeune âge.

Ma saison hivernale a été largement fournie et (peut être excessivement) relatée par les journaux, je me dois donc de faire le témoignage d'une saison hivernale forte en événements :

J'ai eu la chance d'assister à deux championnats de France et à deux meeting d'exceptions. Tout d'abord les championnats de France d'épreuves combinées où tout les athlètes se confrontent sur des épreuves ou ils sont spécialistes et d'autres beaucoup moins. Un des moments forts pour moi fût la perche, en tentant difficilement des barres à 3m20, barre où j'étais le seul en course, c'est la sympathie et la solidarité des autres athlètes que l'on découvre, ceux-ci jusqu'alors inconnu à mes yeux, se reconvertissant en coach pour quelques instants. Pleins d'anecdotes de ce type font que les épreuves combinées restent la plus conviviale des disciplines, à vivre absolument à quelque niveau que ce soit !

C'est ensuite au meeting de Mondeville, avec une petite délégation GABSienne, que je me suis rendu. Lors de cette soirée nous avons assisté à l'amélioration du record de France du saut en longueur par Salim Sdiri à 8m27, nous avons vu des athlètes tenter et effacer des barres à 5m65 en saut à la perche, barre qualificative pour les championnats du monde de Moscou. Encore une soirée forte en événement avec notamment la présence de Christine Aron que l'on pouvait voir s'échauffer à quelques mètres de nous.

C'est cette fois en tête-à-tête avec « le coach » que je me suis dirigé vers les championnats de France à Bordeaux pour participer au saut en hauteur. Compétition où pour la première fois en hauteur j'ai répondu à nos attentes en me classant 4ème avec un bond à 2m02 alors que le premier tentait la barre du record de France à 2m24. Ce fût un week-end encore fourni en performance avec du très haut niveau (double titre de champion de France pour Emmanuel Biron avec 6''90 sur 60m et 7m45 en longueur alors qu'il n'est que junior 1 ou encore 7''70 pour Samuel Coco-Viloin sur 60mH en junior également).

La saison semble prendre fin avec une invitation pour le meeting Gaz de France à Liévin près de Lille, meeting où l'on peut rencontrer Christine Aron, Ronald Pognon, Muriel Hurtis pour les meilleurs français, Sergeï Bubka, Frankie Frédéric, Bruno-Marie Rose pour les détenteurs d'un record du monde dans cette salle de Liévin, mais aussi Stephan Holm, Elena Isinbayeva pour les stars internationales. C'est ainsi que je me retrouve à courir un 400mH en salle (selon la conception très récente d'un entraîneur de Mondeville, Jean-Georges Sarkadi) en démonstration lors du pré-meeting. Cela me permet de courir près de ces athlètes que l'on idolâtre tant à la télévision et qui ne sont finalement pas plus grand que Marco ou tous autres camarades d'entraînement du GABS.

La période des compétitions maintenant terminée, le temps revient à l'entraînement, temps quelque peu plus difficile mais tellement encourageant car prometteur de très belles expériences. La prochaine se profilant à l'horizon semble les interclubs, très grand moment pour les clubs d'athlétisme, que chacun trouve sa place dans l'équipe, bon courage à tous...

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 valeur 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, Marion, Charles-Edouard, Aurélien, Sébastien, Nicolas qui ont collaboré pour que cette gabsette soit fournie en articles.

Adresse du site du club : <http://perso.wanadoo.fr/gabsite/>

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