

CSBJ Athlétisme: Club Sportif de Bourgoin Jallieu Athlétisme

Entente Athlétisme

LA COTE SAINT-ANDRE
GILLONNAY



LA CÔTE-SAINT-ANDRE
GILLONNAY

ENTENTE ATHLE MAGAZINE



no 11 SAISON 2014

Nouveauté 2014 : le blog du club

Ouvert en septembre, il permet à chacun de suivre l'actualité et la vie du club.

* Les résultats après chaque compétition sous la forme de pages d'actualités puis en archives (*Onglet Résultats*)

* Le calendrier des compétitions à venir (*Onglet Calendrier*)

* Le programme des activités de l'école d'athlétisme (*Onglet Ecole d'Athlé*)

* Des pages de référence telles que celle actuellement consacrée au Kids'Athlé ou des idées de parcours de footing autour de La Côte-Saint-André (*Onglets Kids Athlé et Parcours Footings*)

* Une revue de presse et les informations nécessaires pour contacter le club (*Onglets Revue de Presse et Contacts*)

Après un démarrage plutôt lent, la fréquentation du site est en constante progression, principalement le dimanche soir et le lundi bien entendu. N'hésitez pas à commenter les articles ou faire des propositions.

Par contre, la gratuité de l'hébergement n'autorise pas le stockage d'un grand nombre de photos ni de photos de qualité.

Une seule adresse à diffuser ou communiquer sans modération et à mettre en favoris

< ou bien utilisez le QR code



<http://athletismelacote.unblog.fr>



Articles : Eric Chambreuil, Jacques Chambreuil, Christelle Jousse, Fernand Rabatel, Frédéric Randy, François Jousse

Photos : F Rabatel, F Jousse, CSBJ (J Micard), MF Rattier, E Chambreuil

Maquette, révision : François Jousse
Imprimerie Souquet - 26 Romans

Recherche sponsors : Jean-Yves Hinterseber

En 2014 le club a poursuivi son développement et sa structuration.

Un nouvel outil de communication est apparu en plus de notre revue annuelle. Un blog (voir page 2) a été créé en septembre pour contribuer à faire connaître le club et sa vie tant à l'extérieur qu'en son sein tout au long de l'année.

Le club compte 12 encadrants. Notre politique pour l'école d'athlétisme est d'un encadrant pour 10 enfants maximum ce qui permet de transmettre les gestes techniques et la passion de l'athlétisme à ces jeunes pousses dans un bon environnement.

Deux jeunes de 15 ans (Léna et Noé) sont venus renforcer l'encadrement en 2014. Ils ont été formés au club et ils transmettent à leur tour leurs connaissances.

Une restructuration des entraînements des plus grands a été entreprise pour permettre à tous de pratiquer le maximum de disciplines athlétiques. Peu d'athlètes sont spécialisés, le développement général est privilégié jusqu'à 15-16 ans.

Côté juges, chaque année 1 ou 2 passent leur diplôme (ou le niveau supérieur) nécessaire pour contribuer au bon déroulement des compétitions.

Sportivement de nombreux athlètes se sont qualifiés dans les différents championnats de France (pour plus de détails, voir l'article bilan et les résultats) :

* Anne-Marie Bouvier-Rambaud, Maylis Gérard, Laura Dufour et Ludvik Fernandes en cross,

* Tiphaine Chambreuil (disque et marteau) et Gaëlle Jacquin (marteau),

* Lucille Jacuszin (saut en longueur),

* Laura Jacuszin (100 m),

* Joëlle Jousse (200 m en Universitaires),

* Thomas Habrard (100 m et saut en longueur UGSEL),

* et enfin nos vétérans Fernand Rabatel (5000 marche en salle et sur piste), Jean-Yves Hinterseber (disque) et Patrick Robin-Brosse (5000 m marche). Tous trois (et d'autres ...) préparent activement les championnats du monde vétérans WMAC qui auront lieu à Lyon en août 2015.

Cette année a été ponctuée par plusieurs événements : les pré-France de marche qui ont eu lieu à La Côte St André, les jeux athlétiques des écoliers en partenariat avec la communauté de communes, le cross et le trail de La Fête des marrons à Gillonnay, les tests athlétiques avec les classes de 4ème des collèges de La Côte St André.

Merci aux athlètes, aux entraîneurs, aux juges et aux bénévoles. Merci également à tous ceux qui nous soutiennent financièrement et matériellement : les élus municipaux et communautaires, les sponsors de la revue, ...

Je vous souhaite à tous une excellente saison 2015.

Christelle Jousse

Sommaire du n° 11

Présentation du Blog	2
Editorial	3
Bilan de la saison 2014	4
Cross des Marrons	5
Groupe marche	6
Cahier de résultats	7 à 10
Kid's Athlé	11
Ambiance d'entraînement	12
Jeux athlétiques des écoliers	13
La course	14
Trombinoscope	15



PÂTISSIER - SALON de THÉ *TRAITEUR* *BOULANGERIE - SANDWICHERIE*

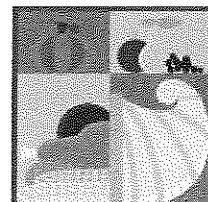
26 & 30 rue des CORDIERS

☎ 04 74 20 35 17 et 04 74 20 44 16

38260 LA COTE-SAINT-ANDRE



xavier.meillat@orange.fr
06 76 56 28 48



Bilan sportif de la saison 2013 - 2014

Cette saison a été riche en bons résultats puisque plusieurs de nos athlètes ont représenté nos couleurs au plus haut niveau.

Aux Championnats de France Juniors :

- * Laura Jacuszin sur 100m - 12"40 6° de sa série (12"33 cette saison)

Aux Championnats de France National :

- * Lucile Jacuszin au saut en longueur - 6° avec 5m86 (6m03 cette saison)

Aux Championnats de France de Trail Court (23 km - 1 100m dénivelé) :

- * Ludvik Fernandes - 42° en 1h 57min 25 sec

Aux Championnats de France Cadettes :

- * Gaëlle Jacquin au lancer de marteau 3kg - non classée (54m54 cette saison au 3kg)
- * Tiphaine Chambreuil : lancer de marteau 3kg - 7° avec 49m35 (52m14 cette saison)



<-- Tiphaine au lancer de marteau

Ludvik -->



Les performances de nos athlètes ainsi que celles des autres athlètes du CSBJ ont permis d'avoir des équipes au plus haut niveau national :

- * L'équipe de 100m haies est devenue vice-championne de France avec Lucile Jacuszin, Clémence Vifquin (Bourgoin), Carine Allard (Bourgoin) et Eloïse Ginet (Bourgoin)
- * L'équipe du 4 x 800m a fini 5ème de la Coupe de France, équipe composée d'Anne-Marie Bouvier Rambaud, Mathilde Abel, Doris Durupt (Villefontaine) et Oriane Riccitiello (Villefontaine)
- * L'équipe Interclub a pu se maintenir sans trop de stress en National 1B (3ème niveau national). De nombreux athlètes de l'EAGLC ont été sélectionnés pour participer au deux tours de cette compétition essentielle dans la vie du Club.

D'autres athlètes ont réalisé de très belles performances personnelles comme Thomas Habrard, Lauraine Lechevalier, Michaël Jousse, Joëlle Jousse, ...

Tous ces athlètes ont été formés au sein de notre école d'athlétisme (et pour certains dès le plus jeune âge) d'où la fierté pour l'encadrement de l'Entente d'avoir vu ces enfants "grandir" et devenir des athlètes confirmés voire de haut niveau.

Tous les vendredis nos "jeunes pouces" s'entraînent pour améliorer leurs performances tout en s'amusant. Pour certains cet entraînement est complété les lundis et les mercredis par des séances d'endurance. Cela permet à certains de s'améliorer dans le demi-fond, ou d'améliorer leur potentiel athlétique pour d'autres.

Dans la catégorie des **benjamins**, Julie Bect, Loann Gilibert, Manon et Laetitia Sembeni, Candice Tranchant, Manon Sauer ainsi que Ghislain Adagba et Maxence Vivier ont réalisé de très belles performances.

Chez les **minimes**, Léna Chambreuil a réalisé une excellente saison avec notamment un magistral 3'12"45 alors qu'elle n'est que minime 1ère année ! De très belles performances sont également à mettre au crédit de Noé Conil ainsi que d'Antoine Lodier particulièrement dans les lancers.

Tous ces athlètes ont de bonnes prédispositions pour faire de l'athlétisme à très bon niveau, il faudra continuer à s'entraîner mais surtout continuer à y prendre du plaisir.

Frédéric



Mary Automobiles

38 LA COTE ST ANDRE

Réparateur agréé Citroën

20 Chemin de Lemps - 38260 La Côte St André
Tél. 04 74 20 50 99 - Fax 04 74 20 24 26
Email : denisplantier.eurl@orange.fr

Nathalie Plantier



STATION SERVICE COTOISE

2935 Chemin de la Voie Ferrée - Parc d'activités le Rival
38260 LA COTE ST ANDRE
Tél. : 04 74 20 96 90 - Fax : 04 74 20 96 94
Port. : 06 78 97 26 97 - denisplantier@wanadoo.fr



Tél. 04 74 20 53 10 - Fax 04 74 20 45 29
20 rue de la République - 38260 La Côte St André

Fête des Marrons 2014 : de nouveau une année record



L'auteur de l'article sur la fête des marrons de 2013 dans la revue de l'an dernier s'inquiétait de l'avenir de cette compétition. Plus de 1380 participants c'était le record. En 2014, le record a été pulvérisé avec plus de 1525 participants (379 cyclos, 696 marcheurs, 139 traileurs, 184 crossmen, 127 enfants). Il faut dire que deux années avec un temps magnifique ça aide pour battre des records d'affluence.

Mais il ne suffit pas qu'il fasse beau. Il faut aussi que les organisateurs soient à la hauteur. Les associations qui se sont investies dans cette aventure cette année (Entente Athlétisme Gillonnay-La Côte, le Sou des Ecoles, le groupe de marche des Baladins, cyclo club Gillonnois, FLAC, les anciens agriculteurs, l'OMS de

La Côte, les amis du Mottier, les amis du jeudi, les conscrits) l'ont fait avec cœur et abnégation. Les communes de Gillonnay, de La Côte, du Mottier et de St Hilaire apportent leur aide ainsi que de simples bénévoles.

Dès le mois d'avril, la recherche des sponsors commence (merci à eux), les contacts avec la préfecture, avec le Conseil général, le Conseil Régional ... La mise en page et l'impression du document publicitaire, des affiches et leur distribution notamment dans les événements sportifs des environs, la préparation des parcours, le fléchage, etc.

Le week-end de la Fête, il faut assurer les inscriptions, la distribution du lot souvenir, la buvette, la cuisson des marrons, l'animation, le chronométrage, la surveillance sur les parcours, les ravitaillements, les arrivées, les classements, la remise des prix, etc.

Mais cette belle machine ne fonctionnerait pas sans le créateur-coordonnateur de cette aventure qui s'investit depuis 43 ans : **Fernand**. Avez-vous assisté à la fièvre du dimanche matin ? Dès 6h, il est sur le pied de guerre. «Z'avez pas vu Fernand ?» Si ! il était là ... Il n'y est plus. «Fernand, y a plus d'eau à tel ravitaillement» «Fernand, le journaliste du Dauphiné te demande» «Fernand, c'est le départ du Trail» «Fernand est demandé au micro !» «Fernand est demandé à la remise des prix !» Fernand, Fernand, Fernand... il est partout... rien ne peut se faire sans lui, il court partout... Il résout des problèmes par téléphone. Il est à l'affichage des résultats, à la dernière mise au point des récompenses. Il reçoit les élus. Il vitupère, il apostrophe, il encourage...

En fin de journée, on l'entend dire : «Je ne sais pas pourquoi, mais je suis un peu fatigué !».

Et puis ... plus tard ... après le repas : «L'an prochain il va falloir changer ceci, modifier cela» !

Jacques

**Rendez-vous donc pour la 44ème Fête des Marrons
les 24 et 25 octobre 2015 !**

Résultats des membres du club :

Cross 9 km Gillonnay 2014

Nom	cat	place	Temps
CHAMBREUIL Léna	MIF	121	55'51"
JOURDAN Manon	CAF	154	1h03'12"
THOMAS Arthur	MIM	122	55'51"
BEJUY Thomas	SEM	48	45'33"
GIOELLO Jacques	SEM	117	55'09"
BOUVIER-RAMBAUD Odile	VEF	113	54'38"
GRENIER Bernard	VEM	36	43'17"
MOLIST Pascal	VEM	17	40'29"
NIVON Frédéric	VEM	6	38'20"
THOMAS Laurent	VEM	155	1h03'12"

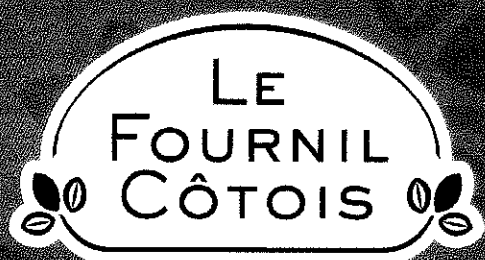
Trail 21 km Gillonnay 2014

FERNANDES Ludvik	ESM	1	1h24'28"
------------------	-----	---	----------

Entreprise de Maçonnerie et Charpente
Neuf et Restauration

s.a.r.l. **BOUVIER-RAMBAUD**

38260 PENOL
Tél. 04 74 54 31 69



BOULANGERIE - PÂTISSERIE
84, RUE DE LA RÉPUBLIQUE
38260 LA CÔTE-SAINT-ANDRÉ
Tél. 04 74 53 22 39

TELEPHONE

STORE

MOBILE INTERNET TV

Le service à votre disposition

PLANETE TELEPHONIE

35 RUE DE LA REPUBLIQUE 38260 LA COTE ST ANDRE

www.telephone-store.fr

Marche

**Point fort de la saison :
le 24 mai 2014 !!!**

Un grand événement à La Côte St André : les championnats interrégionaux de marche, dernière étape qualificative avant les championnats de France. Après la réussite des championnats régionaux en 2013, notre club était retenu pour cette nouvelle organisation.

Ce fut un bel événement, aidé par un beau soleil. Même si les concurrents souffrirent un peu de la chaleur, ils apprécèrent, une fois de plus, le sérieux et la qualité de notre accueil. Grâce à la mobilisation de tous, athlètes, parents, entraîneurs et dirigeants, les trois épreuves au programme se déroulèrent dans les meilleures conditions :

- * 16h30 départ du 35 km
- * 17h30 départ du 20km
- * 18h30 départ du 10 km

Les trois compétitions se déroulaient sur le même circuit autour du gymnase Paul Genevay, permettant ainsi aux différents participants de marcher ensemble entre 15h30 et 19h30 et d'avoir toutes les arrivées entre 19h15 et 19h45.

Sur le plan sportif : certes nous sommes encore loin de l'exploit réalisé par Yohann DINIZ au championnat du monde, sous la pluie, à Zurich sur 50 km mais il y eut quand même de bonnes performances, qualificatives aux France, pour un certain nombre de marcheurs, venus de toute la région Rhône-Alpes, de l'Auvergne, du Cantal et de Provence Côte-d'Azur.

La journée s'est terminée autour d'un repas très sympathique mêlant concurrents et organisateurs. Remercions les établissements Gachet qui mirent à disposition balayeuse et chauffeur afin de préparer le circuit d'une longueur de 1 km pour qu'il soit le plus propre possible, circuit parcouru 10, 20 ou 35 fois suivant l'épreuve choisie. Remercions également la Mairie de La Côte St André, pour son autorisation et son aide matérielle, ainsi que Bièvre-Isère Communauté.

Nos marcheurs en 2014 :

- * Toujours présents dans l'équipe première du CSBJ pour les interclubs avec Odile Bouvier-Rambaud, Patrick Robin-Brosse et Fernand Rabatel
- * Sur cette saison Chloé Jérónimo avait coupé pour se consacrer à ces études, mais elle a repris en septembre et a participé aux interclubs jeunes à l'automne.
- * Léna Chambréuil a participé au 2000 m marche en salle, à la Duchère, lors du match inter-comités minimes, épreuve qu'elle a brillamment remportée en 11'45"77, **nouveau record minime du club**.
- * Pour ne pas être en reste, sa sœur Tiphaine délaissait un instant les lancers, pour rendre service dans l'équipe jeunes aux interclubs et parcourir le 3 000 m marche en 19'41"59 !

Ces deux résultats nous prouvent, s'il en était encore besoin, que la polyvalence, que nous pratiquons à l'école d'athlétisme le vendredi soir, porte ses fruits et nous permet de préparer de futurs athlètes ayant plusieurs cordes à leur arc !!! et qui peut-être... se révéleront en épreuves combinées.

Fernand a pu continuer à participer aux différents championnats vétérans dans sa catégorie M65 : France en salle à Eaubonne (2ème); France été à Lyon Parilly (3ème) ; championnats d'Europe à Budapest médaille d'argent par équipe.

La saison 2014-2015 devrait permettre d'initier d'autres athlètes du club à cette spécialité, en particulier des athlètes du groupe hors stade.

Fernand



Concentration maximum pour le comptage des tours...



Au départ du 35 km >

Pépinières du Chuzeau

*Tous végétaux d'ornement
pour l'extérieur, toutes tailles...*

*

94 bis av. Camille Rocher
38260 Côte Saint André (La)
04 74 20 34 88

LA PRIMAVERA

3 rue de la République
38260 LA COTE SAINT-ANDRE

(en face de "Phildar")

Tél : 04 74 20 60 75

Et pour vos
banquets
et
réceptions,
ses plaques
de
pizzas et quiches

**Tout le sport
chez
BROUTY
SPORTS**
VETEMENTS - CHAUSSURES - ACCESSOIRES

Lundi : 14h30 à 19h
Mardi au Samedi : 9h30 à 12h00/14h30 à 19h00.

Apprieu 04 76 05 73 88



SERGE BLANCO

Meilleures performances de la saison 2013 / 2014 - SPRINT / HAIES / SAUT

Epreuve	Athlète		perf
50m	SEMBENI Laetitia	BEF	8"24
	GILIBERT Loann	BEF	8"33
	MOYROUD Coraline	BEF	8"48
	TRANCHANT Candice	BEF	8"55
	BECT July	BEF	8"83
	LUCAS Lise	BEF	9"06
	HABRARD Raphaël	BEM	8"06
	DUBOIS Augustin	BEM	8"30
	COLIN Rémy	BEM	8"76
	CHAMBREUIL Léna	MIF	7"83
	CUER Floriane	MIF	8"74
	CONIL Noë	MIM	7"33
100m	LODIER Antoine	MIM	7"62
	LEAUMOT Loïc	MIM	7"71
	LUCAS Gabriel	MIM	7"96
	GILIBERT Noémie	BEF	22"69
	CHAMBREUIL Léna	MIF	14"74
	THOMAS Arthur	MIM	15"45
	HABRARD Thomas	CAM	11"65
	JACUSZIN Laura	JUF	12"33
	LECHEVALIER Lauraine	JUF	13"90
	FRANGOSO Romane	JUF	17"08
	HABRARD Jean-Baptiste	JUM	12"76
	JOUSSE Joëlle	SEF	13"11
200m	HABRARD Thomas	CAM	23"75
	LECHEVALIER Lauraine	JUF	28"23
400m	JOUSSE Joëlle	SEF	27"11
	CONIL Alice	CAF	80"18
	HABRARD Jean-Baptiste	JUM	57"18
	JACUSZIN Lucile	SEF	59"07

60m – Salle	HABRARD Jean-Baptiste	JUM	7"91
	JOUSSE Joëlle	SEF	8"44
200m – Salle	JOUSSE Joëlle	SEF	27"61
400m – Salle	HABRARD Jean-Baptiste	JUM	54"89
	JOUSSE Joëlle	SEF	64"79
50m Haies (65)	BECT July	BEF	10"58
	MOYROUD Coraline	BEF	10"60
	ADJAGBA Ghislain	BEM	8"50
	DUBOIS Augustin	BEM	11"36
400m Haies (91)	JOUSSE Michaël	JUM	61"06
50m Haies (65)-salle	ADJAGBA Ghislain	BEM	8"92



Laura Jacuszin



Michaël Jousse

Epreuve	Athlète		perf
Hauteur	GILIBERT Loann	BEF	1m30
	ADJAGBA Ghislain	BEM	1m47
	VIVIER Maxence	BEM	1m25
	COLIN Rémy	BEM	1m10
	CUER Floriane	MIF	1m20
	THOMAS Arthur	MIM	1m20
	CALLOUD Ugo	CAM	1m40
Longueur	SEMBENI Laetitia	BEF	3m87
	GILIBERT Loann	BEF	3m84
	SAUER Manon	BEF	3m71
	SEMBENI Laura	BEF	3m69
	MOYROUD Coraline	BEF	3m53
	TRANCHANT Candice	BEF	3m29
	BECT July	BEF	3m26
	MOLIST Lucille	BEF	3m04
	LUCAS Lise	BEF	2m75
	GILIBERT Noémie	BEF	2m15
	ADJAGBA Ghislain	BEM	4m48
	HABRARD Raphaël	BEM	3m52
	DUBOIS Augustin	BEM	3m38
	COLIN Rémy	BEM	3m30
	CUER Floriane	MIF	3m22
	CONIL Noë	MIM	4m70
	LODIER Antoine	MIM	4m24
	LEAUMOT Loïc	MIM	4m00
	LUCAS Gabriel	MIM	3m95
	HABRARD Thomas	CAM	6m03
	JOUSSE Michaël	JUM	5m88
	JACUSZIN Lucile	SEF	6m03
	JOUSSE Joëlle	SEF	4m70
	Avril Rémi	SEM	6m12
Perche	CHAMBREUIL Tiphaine	CAF	2m40
Triple Saut	ADJAGBA Ghislain	BEM	9m53
	JOUSSE Michaël	JUM	12m25
Triple saut – Salle	ADJAGBA Ghislain	BEM	9m18

Meilleures performances de la saison 2013 / 2014 - LANCERS / 1/2 FOND

Epreuve	Athlète		perf
Disque (0.6 Kg)	GILIBERT Loann	BEF	23m16
	TRANCHANT Candice	BEF	13m78
	LUCAS Lise	BEF	12m18
Disque (1.0 Kg)	VIVIER Maxence	BEM	17m23
	COLIN Rémy	BEM	12m99
	CHAMBREUIL Tiphaine	CAF	33m38
	JACQUIN Gaëlle	CAF	17m31
	SCHATZ Leslie	SEF	41m93
	HINTERSEBER Jean-Yves	VEM	41m46
Javelot (400 G)	SAUER Manon	BEF	9m83
Javelot (500 G)	ADJAGBA Ghislain	BEM	24m55
Javelot (700 G)	CALLOUD Ugo	CAM	21m94
Marteau (2 Kg)	SEMBENI Laura	BEF	29m87
	SEMBENI Laetitia	BEF	27m08
	LUCAS Lise	BEF	18m24
	MOLIST Lucille	BEF	15m93
	BECT July	BEF	12m46
	GILIBERT Noémie	BEF	12m18
Marteau (3 Kg)	ADJAGBA Ghislain	BEM	14m90
	DUBOIS Augustin	BEM	12m43
	CHAMBREUIL Léna	MIF	25m64
	CUER Floriane	MIF	21m76
	JACQUIN Gaëlle	CAF	54m54
	CHAMBREUIL Tiphaine	CAF	52m14
Marteau (4 Kg)	CONIL Noë	MIM	24m53
	LODIER Antoine	MIM	23m03
	LUCAS Gabriel	MIM	14m30
	JACQUIN Gaëlle	CAF	45m99
	CHAMBREUIL Tiphaine	CAF	43m19
	JACUSZIN Laura	JUF	25m37
Marteau (7 Kg)	JACQUIN Audrey	SEF	37m62
	GIOELLO Jacques	SEM	35m57
Poids (2 Kg)	TRANCHANT Candice	BEF	8m78
	LUCAS Lise	BEF	6m45
Poids (3 Kg)	HABRARD Raphaël	BEM	5m43
	JACQUIN Gaëlle	CAF	9m98
	CHAMBREUIL Tiphaine	CAF	11m89
Poids (4 Kg)	CONIL Noë	MIM	9m17
	LEAUMOT Loïc	MIM	5m98
Poids (5 Kg)	HINTERSEBER Jean-Yves	VEM	9m62
Poids (3 Kg) – Salle	CHAMBREUIL Tiphaine	CAF	11m58



Tiphaine Chambreuil

Epreuve	Athlète		perf
800m	CALLOUD Ugo	CAM	2'32"45
	FERNANDES Ludvik	ESM	2'06"90
	BOUVIER-RAMBAUD Anne-Marie	SEF	2'20"73
	ABEL Mathilde	SEF	2'30"49
1 000m	SEMBENI Laura	BEF	3'29"89
	SAUER Manon	BEF	3'44"00
	SEMBENI Laetitia	BEF	4'22"95
	MOLIST Lucille	BEF	4'49"97
	VIVIER Maxence	BEM	3'29"23
	COLIN Rémy	BEM	3'50"54
	CHAMBREUIL Léna	MIF	3'12"45
	LEAUMOT Loïc	MIM	3'49"65
1 500m	BOUVIER-RAMBAUD Anne-Marie	SEF	3'10"95
	FERNANDES Ludvik	ESM	4'24"49
	CHAMBREUIL Léna	MIF	7'50"91
2 000m	CHAMBREUIL Léna	MIF	7'50"91
3 000m	FERNANDES Ludvik	ESM	9'25"67
800m – Salle	BOUVIER-RAMBAUD Anne-Marie	SEF	2'20"56
	FERNANDES Ludvik	ESM	2'07"32
1 500m – Salle	DUFOUR Laura	SEF	4'58"71

Meilleures performances de la saison 2013 / 2014

EPREUVES COMBINEES

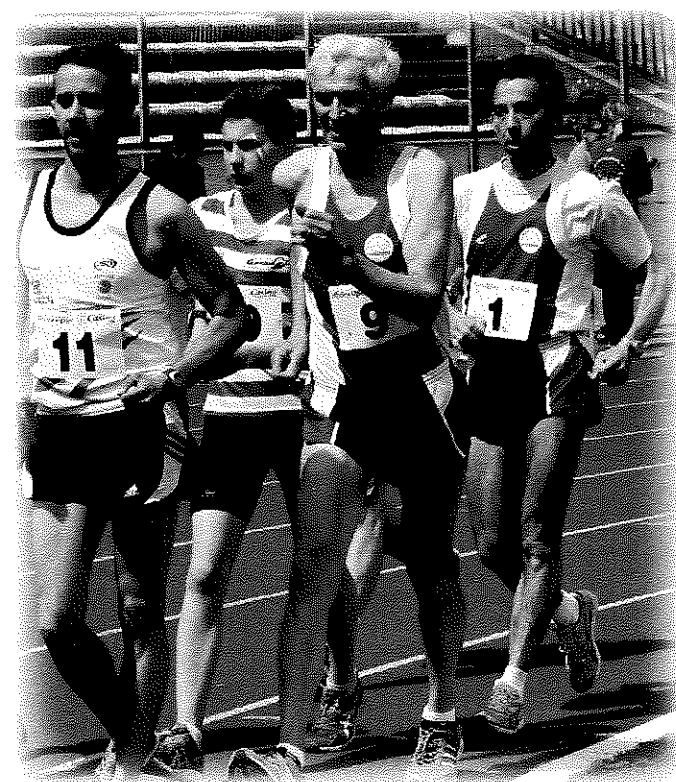
Epreuve	Athlète		perf
T r i a t h l o n	SEMBENI Laura	BEF	83 pts
	GILIBERT Loann	BEF	78 pts
	SEMBENI Laetitia	BEF	71 pts
	SAUER Manon	BEF	65 pts
	TRANCHANT Candice	BEF	64 pts
	BECT July	BEF	45 pts
	LUCAS Lise	BEF	44 pts
	MOLIST Lucille	BEF	39 pts
	GILIBERT Noémie	BEF	14 pts
	ADJAGBA Ghislain	BEM	97 pts
	VIVIER Maxence	BEM	71 pts
	HABRARD Raphaël	BEM	54 pts
	DUBOIS Augustin	BEM	49 pts
	COLIN Rémy	BEM	48 pts
	CHAMBREUIL Léna	MIF	82 pts
	CUER Floriane	MIF	48 pts
	CONIL Noë	MIM	64 pts
	LODIER Antoine	MIM	55 pts
	LEAUMOT Loïc	MIM	44 pts
	LUCAS Gabriel	MIM	40 pts
	CALLOUD Ugo	CAM	34 pts

Meilleures performances de la saison 2013 / 2014 - FOND / ROUTE / MARCHÉ

Nom	Cat.	Epreuve	perf
AVRIL Rémi	SEM	21km	2h40'04"
BEJUY Thomas	SEM	10 Km Route	44'20"
BOUVIER-RAMBAUD Anne-Marie	SEF	10 Km Route	45'40"
BOUVIER-RAMBAUD Odile	VEF	10 Km Route	50'58"
CHAMBREUIL Eric	VEM	10 Km Route	45'02"
CONIL Alice	CAF	10 Km Route	54'55"
DUFOUR Laura	SEF	10 Km Route	39'52"
FERNANDES Ludvik	SEM	10 Km Route	34'23"
		12km	45'24"
		20 km	1h37'37"
		21km	1h37'57"
		24.7km	2h00'33"
		CHPT DE FRANCE TRAIL COURT	1h57'25"
		Trail - 21km	1h24'28"
GRENIER Bernard	VEM	10 Km Route	41'03"
JOUSSE François	VEM	10 Km Route	44'54"
JOUVENAL Franck	SEM	1/2 Marathon	1h34'40"
		10 Km Route	40'02"
MILLET Laurent	VEM	14,2 km	1h06'17"
MOLIST Pascal	VEM	100 Km Route	11h02'54"
		11km	1h01'36"
		13km	1h09'45"
		Marathon TC	3h01'29"
		Vizille Grenoble 22km	1h33'50"
NIVON Frédéric	VEM	11km	44'14"
		22.6km	1h58'55"
		4.9km	53'48"
		TRAIL COURT 23km	2h24'56"
ROBIN-BROSSE Patrick	VEM	10.6 km	48'31"
		Trail 24Km	2h34'27"
THOMAS Laurent	VEM	10 Km Route	35'14"



Ludvik Fernandes



Fernand Rabatel

Epreuve	Athlète		perf
3 000m Marche	JERONIMO Chloë	JUF	19'50"92
	BOUVIER-RAMBAUD Odile	VEF	20'10"81
5 000m Marche	RABATEL Fernand	VEM	28'26"96
	ROBIN-BROSSE Patrick	VEM	29'29"51
10 Km Marche Route	BOUVIER-RAMBAUD Odile	VEF	1h10'03"
	ROBIN-BROSSE Patrick	VEM	1h03'00"
	RABATEL Fernand	VEM	59'45"
2 000m Marche- salle	CHAMBREUIL Léna	MIF	11'45"77
3 000m Marche- salle	CHAMBREUIL Tiphaine	CAF	19'41"59
5 000m Marche- salle	RABATEL Fernand	VEM	29'11"10

Résumé de la saison 2013 / 2014 - CROSS

				Classement au Championnat			
Nom		Voiron	L'Isle d'Abeau	Départemental	Régional	Pré-France	France
LEAUMENT Lucille	POF			7'02" (31)	(n) Classement officieux pour les courses poussins		
SAUER Luce	POF	1		5'21" (1)			
SEMBENI Morgane	POF	13	2	6'10" (14)			
BARRAL-BARON Alexis	POM			5'14" (10)			
CALLOUD Robin	POM			5'04" (4)			
CHAMBREUIL Guillaume	POM	6		5'10" (7)			
COLLET Jules	POM			6'18" (69)			
LE POULARD Paul	POM			5'31" (20)			
NIVON Pacôme	POM			4'58" (1)			
THOMAS Théo	POM		4	5'30" (18)			
ZANCO Mateo	POM			5'11" (8)			
BECT July	BEF	21	3	22			
COLLET Louise	BEF			50			
GANDOLFI Emma	BEF			43	110		
GILIBERT Loann	BEF			52			
GILIBERT Noémie	BEF			54			
LUCAS Lise	BEF			38			
MOLIST Lucille	BEF			49			
SAUER Manon	BEF	6		5	20		
SEMBENI Laetitia	BEF	19	2	24	108		
SEMBENI Laura	BEF	5	1	3	23		
ADJAGBA Ghislain	BEM			7			
COLIN Rémy	BEM			36			
HABRARD Raphaël	BEM			52			
KORINSCHTAIN Mathieu	BEM			48			
ULHMANN Aubin	BEM			35	106		
VIVIER Maxence	BEM	5	1	4	29		
CHAMBREUIL Léna	MIF			3	12	9	
GALAVIELLE Luca	MIM			51			
JALABERT Flavien	MIM			46			
LEAUMOT Loïc	MIM			48			
MICOUD Gabriel	MIM	19	2	7	43		
THOMAS Arthur	MIM	27	3	42			
GERARD Maylis	CAF				50	39	283
ARMANET Philippe	CAM	11		16	85	96	
CALLOUD Ugo	CAM			18	111	124	
GONON Mathis	CAM			19			
FERNANDES Ludvik	ESM			5 (court)	73	69	260
ABEL Mathilde	SEF				84	65	
BOUVIER-RAMBAUD Anne-Marie	SEF			8	31	25	175
DUFOUR Laura	SEF			3	10	14	
BOUVIER-RAMBAUD Odile	VEF			58	170		42 (open)
CHAMBREUIL Jacques	VEM			54			
CRETINON Richard	VEM			17			
GRENIER Bernard	VEM		35	59	237		
MILLET Laurent	VEM			84			
NIVON Frédéric	VEM			62	141		
RABATEL Fernand	VEM						59 (open)
THOMAS Laurent	VEM			2	60	40	

Depuis plusieurs années, l'IAAF et la FFA recommandent une nouvelle forme de compétition adaptée aux très jeunes athlètes des clubs dans un temps maximum de 2 heures. Cette forme de compétition a été conçue pour répondre réellement aux attentes des enfants.

Généralement, en sport, c'est toujours la finalité compétitive qui donne du sens à la pratique. C'est en fonction de ce que l'on propose comme compétition que les clubs organisent leurs contenus de formation et d'entraînement. Pour entrer dans le monde de l'athlétisme de l'enfant, il a paru judicieux au groupe de réflexion IAAF de faire le choix de proposer une forme de rencontre qui constitue une nouvelle approche de l'athlétisme chez l'enfant.

Des axes forts d'adaptations de l'athlétisme à l'enfant sont la base de la forme actuelle de Kids' athlé :

- * la compétition est par équipe sans aucun résultat individuel publié
- * tous les participants font toutes les épreuves
- * les équipes sont mixtes
- * pas d'élimination / qualification
- * les épreuves sont des épreuves aménagées, accessibles à tous et pas des miniaturisations d'épreuves seniors (officielles)
- * les résultats sont très rapides et faciles à établir
- * la compétition se déroule au maximum en 2 heures
- * la compétition peut se dérouler hors d'un stade officiel
- * les juges sont des aides

Deux exemples parmi les épreuves retenues lors de la rencontre Kids' athlé du mois de novembre à Villefontaine :

Relais Saut de Grenouille



Relais F1



Depuis 1926
Notre métier...
la chaussure

Une équipe
à votre service

A LA RENOMMÉE

CHAUSSURES THIBAUD

QUALITÉ
PRIX

Foot - Rugby
Accessoires de Sport
Sacs de sport - Casquettes

GRAND
CHOIX

POUR LA VILLE

2 ADRESSES :

3, rue Bayard
La Côte Saint André
Tél. 04 74 20 29 11

Centre Commercial
St Barthélemy de Beaurepaire
Parking assuré

La Mercerie Cotoise

Mercerie - Bonneterie - Layette - Dépôt pressing

23 rue de l'Hôtel de Ville
38260 LA COTE SAINT-ANDRE

Tél : 04 74 20 49 09



MAURICE GLANDUT

tout ce qui concerne le bâtiment

Terrassement - Gros Œuvre - Maçonnerie
Façades en tout genre - Constructions neuves et rénovations

5, Rue Marie Curie - 38260 LA CÔTE-ST-ANDRÉ
Tél. 04 74 20 64 05 - Fax 04 74 20 39 69
E-mail : glandutsarl@wanadoo.fr

Ambiance d'entraînement

Ils arrivent sur le parvis du gymnase soit un par un, soit par petits groupes, portant soit un sac de sport soit un cartable au poids exorbitant, harassés par une journée de dur labeur...

Il en faut du courage pour venir se «défoncer» à l'entraînement dans les frimas de l'hiver. Très vite tout le monde se retrouve vers la piste, les coachs donnent les consignes du jour et c'est parti pour un échauffement commun autour des stades de foot et de rugby... 3 tours, 4 tours, 5 tours.

Puis retour vers la piste. Ce sont les «gammes» qui commencent : levers de genoux, talons fesses, courses jambes tendues, pas chassés, foulées bondissantes, accélérations...

Chacun retrouve son coach Laurent, Eric, Fernand ou Jacques.

Très vite la piste est envahie d'une trentaine d'athlètes qui courent dans tous les sens, à l'endroit, à l'envers. «Attention la piste !» voilà un train de grands qui passent à toute allure...

Les petits se garent... Certains enchainent les 100m, 150m... d'autres des 500m... les petits font du 30/30, d'autres trottinent sur le couloir extérieur.

Les instructions fusent «lève les genoux ! Tire sur les bras ! Allonge la foulée !» De loin en loin, on entend le sifflet de Jacques. Une vraie fourmilière : essoufflements, gémissements, transpiration... certains craquent en cours de séance et s'écroulent sur le banc.

Retour au calme, soit au bord de la piste, soit dans le gymnase... Renforcement musculaire, étirements ; ça grimace de partout, les muscles et les articulations souffrent... untel à un point dans la cuisse, un autre a le tendon douloureux ; les coachs pleuvent...

C'est la fin. Les coachs analysent la séance. Rendez-vous est pris pour le prochain entraînement. Les chauffeurs arrivent et tous repartent un peu fatigués mais avec la satisfaction d'avoir bien travaillé.

Jacques



PRODUCTEUR **UN PETIT COIN DE FERME** REVendeur

Fruits et Légumes
Vin - Charcuterie - Fromage
Épicerie Bio

16 Avenue Charles de Gaulle 38260 LA CÔTE ST ANDRÉ
04 74 48 62 84 unpetitcoindeferme@orange.fr

Marbrerie MANCHON

45, Rue Elsa Triolet
ZA les Meunières
BP 25
38261 LA CÔTE SAINT ANDRÉ Cedex

Tel. 04.74.20.41.73
Fax 04.74.20.34.20
marbrerie.manchon@orange.fr

Féminin

Masculin

Tony Coiffure

« Visagiste »

7, rue Bayard
38260 LA CÔTE SAINT-ANDRÉ
Tél : 04 74 85 46 12

Juniors
Juniors

MANCHON
POMPES FUNEBRES
CREMATORIUM - MARBRERIE
La Côte st André / Marcilloles / St Sauveur
Tél : 04 74 20 46 11
Fax : 04 74 20 69 20
Email : sarlmanchon@orange.fr

N°Habilitation 08.38.076.

Jeux Athlétiques des écoliers

Après les Jeux Olympiques des écoliers en 2012 puis la première édition des Jeux Athlétiques des écoliers en 2013, l'édition de 2014 était ouverte à l'ensemble des écoliers de la nouvelle communauté de communes « Bièvre Isère Communauté ». Le Président Yannick Neuder a honoré de sa présence cette manifestation. Etant donné le nombre de participants (près de 700 élèves) les épreuves se sont déroulées sur deux jours. Les épreuves étaient précédées du défilé des athlètes et du traditionnel lâcher de pigeons effectué par Georgette Gillibert à qui nous adressons tous nos remerciements.

Les écoles présentes :

- * St Siméon de Bressieux publique ; Marcollin ; Plan ; St Pierre de Bressieux ; Gillonnay
- * Sardieu ; Viriville ; Marcollins publique ; St Etienne de St Geoires publique
- * St François La Côte St André ; Marcel Pagnol La Côte St André ; Champier

27 classes, élèves de CM2, CM1 et quelques CE2, encouragés par leurs maîtres, se prirent au jeu. Les épreuves étaient collectives par classe où chaque enfant se donnait à fond. De la performance de chacun dépendait la performance de la classe.

L'organisation matérielle était prise en charge par le pôle sport de la Communauté de Communes et les bénévoles de l'Entente Athlétisme épaulés par les enseignants, les parents d'élèves et la Conseillère Pédagogique Isabelle Dareux. A midi, c'est le traditionnel pique-nique, les arbres distribuaient trop chichement leur ombre pour que tous puissent en profiter.

L'après-midi se déroulaient des épreuves de découverte. Il fallait assister à un relais pour comprendre l'investissement et l'enthousiasme de chacun.

Les classes les plus valeureuses furent récompensées, chaque élève se voyait remettre un diplôme de participation et une boisson offerts par la Communauté de Communes. Chaque classe repartait soit à pied pour les Côtis, soit en car pour la plupart des autres...

Pas tous, les vaillants élèves de St Pierre de Bressieux venus en vélo repartaient par le même moyen de locomotion. Il paraît que les derniers hectomètres furent un peu laborieux... Bravo à toute la classe, le maître et les parents qui accompagnaient cette aventure très sportive.

Jacques & Fernand



L'IMMOBILIER
CONSEILS
&
TRANSACTIONS *Des Halles*

9 Rue de L'Hôtel de Ville
38260 La Côte St André

Tél. 04 74 15 09 41

www.limmobilierdeshalles.com

ESPACE couleur
VALENTINI
vente peinture gros & détail

Zac De La Croix Bellier,
38260 La-Côte-St-André

Tél. 04 74 20 45 14 - Fax 04 74 20 44 03
Portable : 06 31 89 21 20



E-mail : espacecouleur38@orange.fr
www.espacecouleur.com

Home Made

34 rue des Cordiers 38260 LA CÔTE ST ANDRÉ

queenburger **04 74 31 58 09**

La course... impressions

Pan !

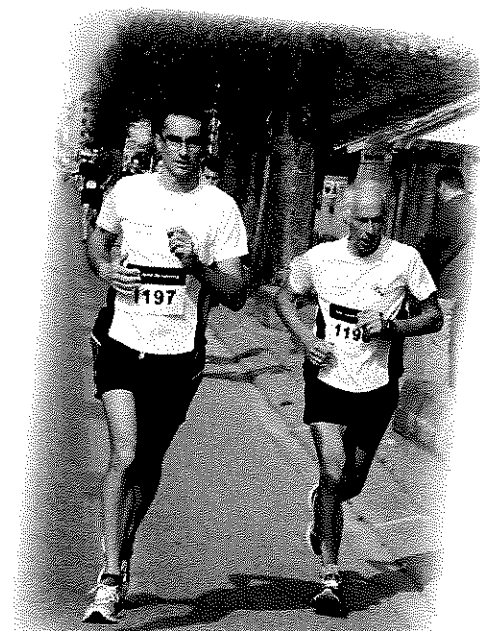
C'est parti. Ne pas se faire bousculer ... Oh ! Ça part vite ... Tiens je vais m'accrocher à ce groupe de 4 ; il y en a un qui a le genou qui part de côté ... ça ne l'empêche pas de courir ...

Premier virage serré à gauche... il me bourre celui-là... Je n'arrive pas à les suivre, tant pis je décroche... Allez je suis le maillot rouge qui revient. Première côte, je ne suis pas mal. Je passe le maillot rouge... je me laisse aller dans la descente. Un maillot bleu me passe comme une fusée, inutile de le suivre.

Voilà le premier tour bouclé, je commence à souffrir. Le maillot rouge est revenu avec un autre, ils me passent... Je reviens dans la montée ; décidément je ne suis pas mal dans les côtes. Ils repassent devant dans la descente, je n'arrive pas à suivre ... Tant pis, je me retrouve seul, je gamberge...

Mi-parcours et je suis déjà mort, jamais je n'irai au bout ... Qu'est-ce que je fais là, je serais mieux dans mon canapé à regarder la télé. Un maillot vert revient sur moi, j'accroche le wagon, je me planque derrière, foulées à l'économie. Je suis mieux, je reste derrière pour récupérer.

Dernier tour, ça va mieux... Je double le maillot vert, j'aperçois le rouge à 50m.



Un effort dans la montée... je reviens sur lui... Il me repasse dans la descente... Il est coriace celui-là... Les jambes commencent à être lourdes... ne pas le laisser partir. Dernière montée, je le passe. Je lâche les chevaux dans la descente, j'ai pris 20m.

Voilà la ligne droite d'arrivée, je n'arrive plus à lever les genoux, les bras sont tétanisés, la mâchoire est crispée ... Il revient je l'entends, j'essaie de tirer encore sur les bras, voilà que ça remonte de l'estomac, j'aperçois la ligne 15m, 10m dernier effort... Ca y est, je l'ai eu, il finit sur mes talons ... On se congratule... Je résiste à l'envie de vomir. Enlever les épingles du dossard. Ça va mieux.

Ravitaillement... Je retrouve les coéquipiers... on se renseigne sur nos résultats, on commente la course.

A la prochaine...

Jacques

Chris FELDBER

Tél. 06 23 29 41 37



Tour de Chant (années 80)
Soirées Cabaret
Animation

TOUR DE CHANT

**SPECIAL
ANNEES
80**

Tous publics

Répertoire rétro, variété et années 80

(Dassin, Guichard, Lavilliers, Renaud,
Delpech, Bécaud,

Baschung, Distel, Salvador, Gainsbourg, Trénet)

Spécial chansons crooners

(Sinatra, Dean Martin etc...)

Organise vos soirées (publiques ou privées)

Spécial concours de chants

(Talents de voix, tours de chant)

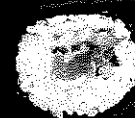
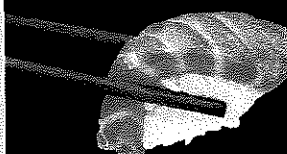
Mil & une Chaussures



19 rue de la République 38260 La Côte St André / 04 74 56 65 85

www.mil-et-unechaussures.fr

SUSHI MOA



04 74 79 71 35

7 rue de la République - 38260 La Côte St-André

www.sushimoa.fr

SPONSORS - ANNONCEURS : POUR VOTRE PUBLICITE, CONTACTEZ

Jean-Yves HINTERSEBER au 06.23.29.41.37

ORGANIGRAMME 2014/2015 de L'E.A.G.L.C.



BUREAU



Christelle JOUSSE
Présidente



Fernand RABATEL
Vice-Président



Martine BONNARDON
Trésorière



Anne-Marie
BOUVIER-RAMBAUD
Secrétaire

Ecole Athlé : enfants nés en 2007



Anne-Marie
BOUVIER-
RAMBAUD



Thomas BEJUY



Chloé JERONIMO

Ecole Athlé : enfants nés en 2006



Laurent THOMAS



Bernard GRENIER

Ecole Athlé : enfants nés en 2005



Jacques CHAMBREUIL



Léna CHAMBREUIL

Ecole Athlé : enfants nés en 2004



Jean-Yves
HINTERSEBER



Eric CHAMBREUIL



Noë CONIL

Benjamins



Frédéric RANDY



Fernand RABATEL



Tiphaine CHAMBREUIL

Athlé Loisir



Fernand RABATEL



Bernard GRENIER

Minimes à vétérans (1/2fond - cross - marche athlétique)



Laurent
THOMAS



Odile BOUVIER-
RAMBAUD



Eric CHAMBREUIL



Jacques
CHAMBREUIL

Minimes à vétérans (sprint - sauts - lancers)



Frédéric RANDY



Eric CHAMBREUIL



Jean-Yves
HINTERSEBER

ENTRAINEURS



Rentrée de Septembre 2014

**Les dirigeants de l'Entente Athlétisme Gillonnay La Côte
remercient tous les sponsors et annonceurs
sans lesquels l'édition de cette revue n'aurait pas été possible**



Quelques «vieilles pointes»



Ecole d'athlétisme du vendredi soir



Tiphaine et Gaëlle



Inter-régionaux de marche : départ du 20 km



Jeux athlétiques des écoliers