



Réunion Comité du 03 novembre 2011

Présents : Bonal Dominique, Coppa Bernard, Lecerf Thierry, Choquert Sylvie, Pibouleau- Lacoste William, Joly Eric, Serre Joël, Pavoz Pierre, Bonal Marie-France, Gérardin Denise

Excusés : Rémy Jean

Approbation PV du 06/10/2011
non reçu

Nombre de licenciés 2011/2012

OFF : 60 (En 2010 à la même période 60 licenciés).

Licences non renouvelées : --

ENTENTE : CAC 202 + OFF 60 + COB 75 +E 6 = 343

1 – Budget

Il reste 496 € en caisse

2 - Calendrier et résultats sportifs jeunes EA à Minimes

Saison 2011/2012

- 8 octobre 2011 coupe de Meurthe et Moselle Be/Mi à Nancy stade Raymond Petit. Y étaient : Coppa Bernard, Choquert Sylvie, Lukas Sylvie, Joly Eric - 4 jeunes de la section présents
- 19 novembre 2011 Triathlon en salle à Blénod Les PAM (salle Anquetil)
Heure de départ 13h15. Y seront : Joly Eric, Pavoz Pierre, Gérardin Denise, Sylvie Lukas
- 10 décembre 2011 Cross-country à Lunéville (stade Fénal)
Heure de départ : en attente d'horaires. Y seront : Bonal Dominique, Joly Eric, Serre Joël, Pavoz Pierre, Sylvie Lukas, Sylvie Choquert
- 21 janvier 2012 Triathlon en salle à Toul (gymnase du collège de la croix de Metz)
Heure de départ 13h00
- Samedi 4 février 2012 Cross-country Pompey (plateau de l'Avant-Garde).
Horaire en attente
- Dimanche 5 février 2012 Lorraine minimes en salle
- 24 mars 2012 Triathlon sur stade à Champigneulle (stade Malnoy)
Heure de départ 13h45
- 18 mars 2012 Interligues Minimes salle à Vitte (organisation ligue de BOU)
- 24 juin 2012 Interdépartemental Minimes à Colmar (ALS)
- 23 juin 2012 Finale Interrégionale Des Pointes d'Or Benjamins à Besançon (FC)
- 30 juin au 01 juillet 2012 Finale Nationale des pointes d'Or Minimes (lieu à déterminer)

Tests minimes

Avant 15 janvier 2012

Date à déterminer avec l'EAVL lors de la prochaine réunion du 22 novembre.

Saison 2012/2013

- 13-14 octobre 2012 Finale Interrégionale Equip'Athlé (lieu à déterminer)

3 - Calendrier et résultats sportifs de Cadets à vétérans

Compétitions vétérans nationales et internationales

Championnats du Monde Vétérans 2015 en Rhône-Alpes - Un projet sera à l'étude pour la participation des adhérents de l'EAVL

4 - Saison 2011/2012

- 23 octobre 2011 Championnats de Lorraine EKIDEN à Villers les Nancy
Deux équipes mixtes OFF-CAC se sont retrouvées pour l'ekiden de Villers. L'équipe féminine finit 2ème en 3H10. L'équipe masculine se classe 17ème sur 60 équipes en 2H57.
- 29 octobre 2011 Assemblée Générale du CDA54 à Villers-les-Nancy
Lieu : MJC Savigne à Villers-les-Nancy - Le président étant absent ce jour sera remplacé par Eric Joly. Invitation à la remise des récompenses de l'AG du CDA54 à transmettre à Benjamin Florentin.
Y seront : Sylvie Choquert, Eric Joly - Personnes mises à l'honneur : Eric joly : Elu meilleur officiel du 54 et Benjamin Florentin suite à ces performances

- 6 novembre 2011 Championnats de France EKIDEN à Saint Amand les Eaux
 - 12 novembre 2011 Assemblée Générale LLA à Sarrebourg
Le président étant absent ce jour sera remplacé par Marilyne Denicolo
- Y seront : Sylvie Choquet, Thierry LECERF
- **09 décembre 2011 Assemblée générale de l'ENTENTE à 18h00 - Lieu : Blénod lès Pont-à-Mousson**
 - 10 décembre 2011 Cross de Lunéville
 - 8 janvier 2012 Chpts 54 en salle à Metz
 - 14-15 janvier 2012 Championnats de Lorraine EC Minimes à Seniors Vittel
 - 15 janvier 2012 Championnat de Meurthe et Moselle de cross lieu à définir
 - 21 janvier 2012 championnats de Lorraine en salle TC à Metz 1^{er} partie
 - 22 janvier 2012 Cross de Vandœuvre
 - 22 janvier 2012 Lancers longs lieu ?
 - 28 janvier 2012 championnats de Lorraine en salle TC à Vittel 2ième partie
 - 29 janvier 2012 championnats de Lorraine de cross à Longwy
 - 11 février 2012 match SARRE-LOR-LUX à Metz
 - 12 février 2012 Pré-France C.J.E.S. à Metz (organisation ligue de FC)
Les engagements doivent parvenir à la Ligue de Franche-Comté pour le Mercredi 02 Février 2012 – 10h.
 - 18-19 Février 2012 Critérium Hivernal à Metz (org. LOR)
 - 18-19 février 2012 Pré-France EC à Metz (organisation ligue LOR)
 - 19 février 2012 Pré-France de marche à Metz (organisation ligue LOR)
 - 19 février 2012 ½ finale des championnats de France de cross à Arnay le Duc(organisation Ligue BOU)
 - 26 février 2012 Pré-France C.J.E.S. à Metz (organisation ligue d'ALS)
Les engagements doivent parvenir à la Ligue d'Alsace pour le Jeudi 24 Février 2012 – 10h.
 - 25-26 février 2012 Championnats de France Elite en salle, lieu à déterminer
 - 03-04 mars 2012 Championnats de France EC + marche à Metz
 - 03-04 mars 2012 Championnats national de lancers longs d'hiver (lieu à déterminer)
 - 04 mars 2012 Championnats de France de cross (lieu à déterminer)
 - 04 mars 2012 Critérium régional à Metz
 - 10-11 mars 2012 Championnats de France E-S et Nationaux en salle, lieu à déterminer
 - 17-18 mars 2012 Championnats de France CA-JU en salle (lieu à déterminer)
 - 18 Mars 2012 Inter ligues Minimes à Metz (org. BOU)

Compétitions Estivales

- 05 mai 2012 premier tour interclub, lieu à définir
- 12 mai 2012 championnats de Lorraine EC, lieu à définir
- 13 mai 2012 mémorial Jean Aug à Frouard
- 19 mai 2012 deuxième tour interclub, lieu à définir
- 26 mai 2012 Championnats de Lorraine steeple et 5000m, lieu à définir
- 03 juin 2012 Championnats de Lorraine TC, lieu à définir
- 10 juin 2012 Championnat de Lorraine Minimes, lieu à définir
- 15 au 17 juin 2012 Championnats de France Elite à Angers
- 16-17 juin 2012 pré- France EC+marche à Remiremont
- 24 juin 2012 championnats de Lorraine CJES, lieu à définir
- 30 juin-01 juillet 2012 Pré-France à Nancy
- 07-08 juillet 2012 Championnat Nationaux d'Epreuves Combinées + Marche, lieu à définir
- 14-15 juillet 2012 Championnat de France ES et Nationaux, lieu à définir
- 20-22 juillet 2012 Championnat de France CA-JU, lieu à définir

5 - Divers

Stage perche

Une journée rassemblement perche est organisé par la ligue le 29 octobre 2011 à Vittel. Un athlète intéressé Maxime Dupraz. Le Président a donné son accord pour notre participation financière de 15 euros + déplacement.

Formation-stage.

- William Pibouleau Lacoste validé entraîneur niveau 2
- Philippe Nouvian, pour valider sa formation d'entraîneur 1/2 fond, doit constituer un dossier comprenant une présentation du club et du projet du club, une présentation d'une rencontre, d'une compétition ou d'un événement organisé au sein du club. Il souhaite, comme proposé, participer à la préparation des Foulées de la Gueule d'enfer

Ecole des Mines

Dans le cadre du travail de la Ligue avec l'Ecole des Mines, la L. L. A. demande si le club pourrait apporter son aide à un groupe de stagiaires de cette école, concernant les relations du Club avec les instances départementale, régionale et fédérale. Il s'agira de rencontrer ces jeunes 2 ou 3 fois afin qu'ils puissent faire leur thèse, et accepter leurs questions soit directes soit téléphoniques ou par mail. Accord du CD

Test VMA

La VMA peut être testée à partir d'un temps (entre 4 et 6 minutes) ou d'une distance de course (entre 1km et 2 kms). La **Vitesse Maximale Aérobie (V.M.A.)** est la vitesse de déplacement du sujet qui correspond à 100 % du VO2 max.. Elle est mesurée en km/h. Avant d'améliorer sa V. M. A. il faut bien sûr la connaître.

Samedi 15 octobre à 10H au stade de Champigneulle s'est déroulé un test V. M. A. organisé par Philippe Nouvian. Participation de 10 athlètes (8 de l'EAVL/CAC et 2 "extérieurs" du groupe géré par Marie Claire Peltier). Au-delà du fait que ce test constitue une bonne séance de V. M. A., il permet désormais à chaque coureur d'avoir des données précises pour son travail en fractionné et ses allures en compétition. Chacun était équipé d'un cardio fréquencemètre, donnant ainsi des indications supplémentaires pour pouvoir gérer une compétition. Merci à Thierry Barbier et à Eric Ducatel pour l'accueil très sympathique (aide technique, café, apéro, ...). Un nouveau test sera organisé probablement en mars avant la saison estivale.

Equipe athlé

Présentation d'un programme par William

Date choisie : 17 mars 2012 sous réserve qu'il n'y a pas d'équipe athlé à Metz le 10 mars 2012

Formation Marche Nordique

Joël Serre et Dominique Bonal suivront cette formation les 19/20 et 26/27 novembre prochain

6 – Questions

Thierry Lecerf : Proposition de récompense pour Diane Lecerf pour le remplacement de Sylvie Lukas à 3 reprises pour l'entraînement des jeunes. Le comité est d'accord pour un bon d'achat chez GO SPORTS

Fin de réunion 19h30

Prochaine réunion Jeudi 1 décembre 2011 salle de la section 18h00