



AG SOH Athlétisme

17/10/2024

Bienvenue à tous !



Les groupes des jeunes



La section EA-PO

L'équipe encadrante et les animateurs : Odile SIMON, Valérie NEZOU, Denis MOURIGAL, Michel CROUZIER, France GIBRAT, François ETCHEVERRY, Michaël AMSERAYE, Noah SAPEI, Romain DESMOTS, Rémi LENSEL, Lamia BELLEKEBIR, Gabriele SAVINI, Adèle DAO, Maëva GRAËT, Jean-Pierre AUBERTIN, Samir CHEBLI, Everton BASILE et Zoé BLANCHET.

Le groupe : Enfants nés entre 2017 et; 2014. Répartis en 6 groupes : 3 d'Eveil Athlétique, 3 de Poussins. 110 enfants cette année.

Fonctionnement :

- 3 ateliers de 20 minutes de façon ludique.
- Plusieurs compétitions dans l'année, en gymnase ou sur les stades, avec quelques cross au programme.
- Compétition au gymnase Jean Guimier, le 23 novembre exactement.

Vous êtes tous les bienvenus pour nous aider dans cette organisation si vous le souhaitez !

Résultats : Grosse participation des enfants sur ces différentes épreuves et d'excellents résultats de nos petits





La section **BENJAMIN**

L'équipe encadrante et les animateurs : Sylvie Daoudal et Phillipe Delfosse, François Crissot, André Roussel et Florian Le Roux.

Le groupe : Effectif en baisse : 4 benjamines et 21 benjamins soit un total de 25 athlètes (contre 31 l'an dernier) + 2 minimes garçons

Fonctionnement :

- Mercredi 17h15 à 18h45 et Vendredi de 17h30 à 19h00





La section **BENJAMIN**

Cross : faible participation

Triathlon en salle

1er tour à Trappes et 2^{ème} tour à Trappes : 5 podiums
(Thomas, Léo, Mael, Amaury)

Finale de triathlon à Versailles pour 6 benjamins : 4 athlètes sur 6 battent tous leurs records personnels en épreuves et points. 3 podiums :

Mael (1^{er} – Longueur, 2^{ème} sur 50m)
Amaury (3^{ème} sur 50m haies)

Piste

Challenge équip' athlé 78 : 4^{ème} place avec 3 filles et 7 garçons

Championnats départementaux : 6 podiums.

Mael (1^{er} - 50m haies, 2^{ème} poids, 2^{ème} en longueur)
Thomas (3^{ème} triple saut)
Amaury (3^{ème} javelot et hauteur)

Championnat d'IDF de triathlon : Mael 17^{ème}



La section SPRINT/SAUT

Coach: Jimmy Gabriel / **Assistant coach :** Michel Cruzier

Le groupe : à partir de minimes. Une trentaine de minimes filles et garçons et une quinzaine d'athlètes entre cadets et vétérans.

Fonctionnement :

- Sprint du 500 au 400m.
- Longueur, triple saut et hauteur.
- Lundi : Bacquet de 18h45 à 20h30 (à partir de cadet)
- Mercredi : Bacquet de 18h30 à 20h30
- Vendredi : Tobrouk de 18h30 à 20h30

Objectif : participation aux différentes compétitions et meetings du département, de la LIFA et de la FFA.



La section SPRINT/SAUT

Résultats :

- Une qualification aux Championnats de France Espoirs en salle au saut en longueur (Vincent Payard).
- Une qualification aux pointes d'or Minimes (Mathis Crouzier).
- Un champion d'Ile-de-France de Triathlon (Mathis Crouzier).
- De nombreux champions départementaux et surtout beaucoup de records personnels battus :

Départementaux

- Vincent PAYARD 1er triple-saut espoirs
- Anatole GUILBEAU 2ème au triple-saut et 3ème en longueur cadet.
- Julien ROBINE 1er en longueur seniors.
- Emma PLISSON 2ème au 100m et au 200m seniors.



La section DEMI-FOND

Le coach : Laurent Ismaël

Le groupe : entre 30 et 40 athlètes

Fonctionnement :

Mercredi et vendredi 18h30-20h00

Dimanche 10-12h

Un stage en avril d'une semaine.

Les compétitions à venir :

15/12 Corrida de Houilles

12/01 Départementaux de cross à Sartrouville

26/01 Régionaux de cross à Verneuil

09/02 LIFA de cross

02/03 France de cross à Challans

03-04/05 1er tour interclubs

17-18/05 2e tour interclubs

Les objectifs :

- Découvrir le demi-fond et s'appropriier les fondamentaux
- S'entraîner régulièrement, participer aux compétitions, battre ses records
- Organisation d'un stage en avril 2025
- Qualifier plusieurs équipes au championnat de France de cross 2025
- Qualifier au moins un/une athlète pour les championnats de France sur piste



La section DEMI-FOND : Résultats

Départemental :

Mathilde : 3ème 1500m

Noah : 1er 3000m

Thomas : 2ème sur 800m

Régional :

Noah : 3ème 3000m

Mathilde : 3ème espoir au cross régional

France :

Cross : Mathilde, Adèle, Camille, Noah, Dounia

Mireille : Championne de France sur 1500m, 3000m en salle, 5000m, 5km

Europe :

Mireille : Vice-championne d'Europe sur 5000m

34 records battus par 15 athlètes





Les groupes des un peu moins jeunes (parfois)



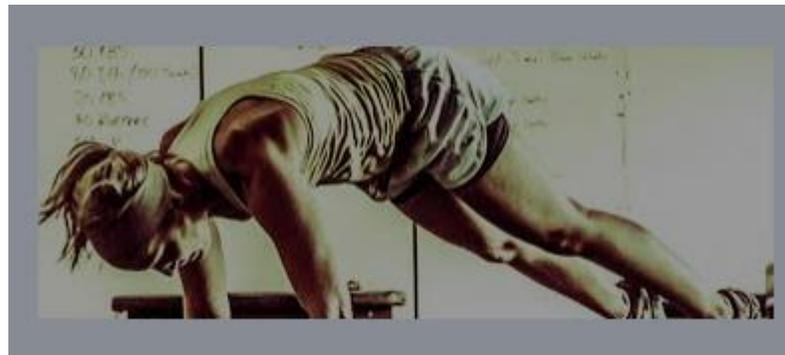
La section LOISIRS/SANTE

La coach : Olivia Trécant.

Le groupe : Ce groupe est ouvert à tout le monde. Les séances sont comprises dans votre licence.

Fonctionnement :

- Vendredi 19h00 et Dimanche 17h30
- Renforcement musculaire et cardio : poids de corps, ou avec des poids légers.



Les sections Route/Trail

Les coachs :

Route : Mohamed et Philippe

Trail : Nicolas Terray

Le groupe : 146 adultes

- 23 totalement trail + 13 hybrides + 110 personnes groupe route
- 34 nouveaux inscrits (+30%)
- 125 licences Compétition / 21 loisirs
- Taux de fréquentation élevé avec des pics à 75/80 personnes le mardi et le vendredi

Fonctionnement : Séance mardi et jeudi 18h30-20h00



Les sections Route/Trail

Les coachs :

Route : Mohamed et Philippe

Trail : Nicolas Terray

Le groupe : 146 adultes

- 23 totalement trail + 13 hybrides + 110 personnes groupe route
- 34 nouveaux inscrits (+30%)
- 125 licences Compétition / 21 loisirs
- Taux de fréquentation élevé avec des pics à 75/80 personnes le mardi et le vendredi

Fonctionnement : Séance mardi et jeudi 18h30-20h00



La section Route

Les compétitions à retenir :

Challenge des Yvelines.

Corrida de houilles

Championnats Cross et piste

Championnats 5km/10Km et Marathon



La section Trail

Fonctionnement :

- Lieux : Carrières, St Cucufa, Marly, Cormeilles, Bures sur Yvette, Fontainebleau...
- 3 projets fédérateurs à l'année : (en 2024) : la TransAubrac, le Radicatrail, le Lozère Trail.
- Sortie course d'orientation, duathlon...
- Futur stage en Ariège Trail
- Stage de ski de fond en janvier
- Compétitions sur SPORTMEMBER

Le groupe : du trail à l'ultra, de 30 min à l'UTMB

Les résultats : Grandes courses collectives de l'an dernier (plus de 20 à chaque fois à participer) :

- Les Vosgirunners (de 12km à 80km),
- Le High Trail Vanoise (de la rando jusqu'au 60km)
- et de très nombreuses courses d'Île de France (Trail des châtaignes, Cernay, Rev7, La Roche Guyon.....).



**Merci à tous,
et santé !**

