Avril 2024

Chers licenciés,

Nous tenions bien sûr à débuter cette newsletter par nos remerciements envers la centaine de bénévoles pour leur implication dans l'organisation de l'Avonnaise. Cet évènement majeur dans la vie du club a été une vraie réussite avec plus de 1100 participants !

Place maintenant à deux nouveaux temps forts : le traditionnel stage d'avril et en point culminant de la saison, les Interclubs !!

Le 1e tour aura lieu le 28 avril à Joinville. Vous êtes évidemment tous les bienvenus pour soutenir, accompagner et encourager nos athlètes pour les propulser au 2nd tour !

A très vite,
Bonne lecture !
Le bureau 😊

MARS EN IMAGES

Muco Trail

7e édition de l'Avonnaise

Ekiden de Ballan-Miré

LE MOT DE... Julien Braque et Florian Arnould, au nom de Guillaume

Il y a deux semaines s'est tenue une Avonnaise particulière pour notre club. Cette année, la course a revêtu un caractère singulier, empreint de solidarité, d'émotion et de soutien. En effet, les fonds collectés pour les dossards du relais 4x2,5km ont été reversés à une association dévouée à la lutte contre le cancer. Cette initiative, au-delà de son aspect sportif, a pris une dimension profondément symbolique et touchante pour le Club.

En novembre dernier, nous avons perdu l'un des nôtres, Guillaume Braque, professeur d'EPS dans un collège en région toulousaine, membre distant de notre club et qui a dû faire face à un combat pour lequel aucune préparation physique ou mentale n'existe : le cancer du poumon.

Son frère Julien, également licencié distant au club, a participé au Relais et témoigne :

« En organisant cette course et en soutenant une cause qui lui tenait à coeur, nous avons honoré sa mémoire. Sa force, son esprit combatif et sa passion pour l'athlétisme continuent de m'inspirer. Le club a montré que notre engagement va au-delà des pistes, des stades et des sentiers, qu'il s'étend à notre communauté et à ceux qui luttent contre la maladie.

Toute la famille se joint à moi pour vous exprimer une profonde gratitude à chacun d'entre vous. Votre générosité, votre soutien et votre engagement sont la preuve vivante de la force du club. Une mention spéciale à mes coéquipiers du jour Ambre, Mathilde et Jérémy qui ont tout donner en l'honneur de Guillaume. »

Continuons à courir, à nous entraîner, et à nous soutenir mutuellement sur et en dehors des pistes. Ensemble, nous sommes plus forts !!! A bientôt dans les chemins ! »

Florian Arnould, directeur sportif du club et ami proche de Guillaume témoigne :

« Guillaume n'était jamais au centre de l'attention. Il travaillait et s'engageait pour les autres. Donner son nom au relais 4x2,5km je trouve que c'est un bel hommage et je suis fier que cette idée ait fait l'unanimité au sein du bureau de notre club.

Faire courir ses enfants Arthur et Charlotte, son frère Julien et faire donner le départ de sa course par sa femme Edwige, c'est aussi montrer que la maladie n'a pas tout emporté, que la vie continue et que nous ne l'oublions pas. »

QUI ES-TU Joao Ribeiro ?

"Je m'appelle João Ribeiro et j'ai 23 ans. Je suis senior. Je finis ma licence STAPS en management du sport cette année et je travaille dans une salle de sport en même temps.

J'ai débuté l'athlétisme il y a maintenant 8 ans. J'ai toujours été très sportif et très compétiteur et je trouvais que l'athlétisme me permettait de me surpasser d'une façon alors que d'autres sports ne me le permettaient pas forcément.

Ma spécialité est le saut en longueur. Je dirais que mes points forts sont ma détente et ma détermination. Mon record est de 6m98, ce qui m'a permis d'être 3eme aux championnats d'Ile de France et de me qualifier pour les nationaux cet hiver.

J'ai intégré le 2AC cette année donc on peut dire que suis tout nouveau mais je sens réellement qu'il y a un lien proche entre les athlètes, quelle que soit la tranche d'âge. J'ai honnêtement hâte de pouvoir représenter ce club lors des interclubs et de pouvoir vivre un moment fort au sein de l'équipe !

Cette année, j'ai comme objectif de porter le maillot du 2AC au plus haut niveau possible et donc de me qualifier pour les championnats de France une fois de plus cet été.

J'aimerais juste remercier tout le club pour l'accueil et le soutien que vous m'avez apporté au long de cette première saison au sein du 2AC"

ET TOI Yneya El Mekki ?

"Bonjour,

Je m'appelle Yneya avec 2 Y, j'ai 10 ans, je suis en poussine et je suis en CM2 à l'école du Haut-Changis.

J'ai débuté l'athlétisme en grande section au club de Fontainebleau, après il y a eu le covid du coup je n'ai pas continué pendant le CP et CE1. Enfin, l'année du CE2, j'ai pu reprendre l'athlétisme au club d'Avon. Ça m'a donné envie parce que j'avais besoin de me dépenser, j'aimais courir (comme aujourd'hui) et qu'il y avait une super ambiance.

Ma spécialité c'est le saut en longueur et je souhaiterais me spécialiser sur le demi-fond 😁 J'aimerais bien être très forte sur le demi-fond 😎

Adulte, le métier de productrice de film me plairait beaucoup mais, comme je sais qu'il faut être très très riche, je me demande si j'en aurais la capacité. Sinon, être vétérinaire me paraît plus possible.

Ce que je préfère dans l'athlétisme c'est le saut en longueur, comme ma spécialité. Je fais confiance à mes entraîneurs pour me donner de précieux conseils qui me permettront de m'améliorer et de pouvoir accéder au podium.

Mon meilleur souvenir était à une compétition à Champagne sur Seine. Alors que les enfants étaient appelés un par un en commençant par le dernier et qu'il ne restait plus que quelques enfants, je pensais que l'on m'avait oubliée ... alors qu'en fait mon nom avait été appelé en dernier car j'étais arrivée 1ère dans le classement !!! Quelle SURPRISE !!!"

Résultats du mois de mars

-> CROSS - PISTE - ROUTE - TRAIL :

Pour retrouver l'ensemble des résultats (et ils sont très nombreux !) de tous les licenciés, nous vous invitons à cliquer sur ce lien !

-> RECORDS :

Et pour consulter les records du club, mis à jour au fil des belles performances de nos coureurs, vous pouvez vous rendre sur la page dédiée du site internet du club.

🏆 La perf' du mois : Joao Ribeiro, médaillé de bronze au Championnat d'Ile-de-France au saut en longueur avec 6m98 🏆

LE CONSEIL DU COACH

Florian Arnould (groupe des adultes) :

"..."

MEMENTO

👉 NEWSLETTER : Pour mettre toutes les chances de votre côté pour recevoir sans problème la newsletter, vous pouvez renseigner votre adresse mail dans le lien suivant : Inscription newsletter

👉 COMMANDE BOUTIQUE : La prochaine commande sera passée le jeudi 16 mai, vous avez donc jusqu'au soir du mercredi 15 mai pour faire vos achats sur la boutique du club (dans votre espace membre, sur notre site internet)

👉 INTERCLUBS : Le 1e tour aura lieu à l'adresse suivante : stade Jean-Pierre Garchery, 12 rue des canadiens, 75012 Paris. Nous vous tiendrons au courant dans la prochaine newsletter d'un éventuel (et espéré!) second tour.

👉Avon Athlétisme Club

Et bien sûr, on remercie nos partenaires de nous suivre dans toutes nos aventures :

Département 77 - CAPE - Ville d'Avon - FFA - LIFA - CDA77 - Avon Trophées Diffusion - Barbat Barillot - Century 21 - Confluence Ingénierie - Crédit Mutuel - Garage Ford - Goulard TP - GT Représentation - INSEAD - Isolation Tous Genres - MMA - Mutuelle de Bagneaux - SNIE Société Nouvelle Installations Electriques