

LA GAZELECTE n°12

Athlétisme Ile de France Avril 2011

Chronique « Gazétale »

Voici notre 2eme réédition, et déjà moult articles pertinents sont au rendez vous. Ces reportages montrent bien la vie de notre section. Notre Club, lui aussi évolue, de l'USEG à l'origine, nous sommes devenus GAZELEC, à ce sujet, Fifi nous fait un topo intéressant.

Pour que notre publication soit le reflet de notre activité, n'oubliez pas de me faire remonter l'info : vous avez réalisé votre meilleurs temps, fait un podium, avez été le 1^{er} de la délégation Gazélec toutes ces infos viendront enrichir la nouvelle rubrique **Qui dit mieux** et comme notre groupe est réputé performant, je ne doute

pas de l'importance à y figurer.



Les Cross-men du gazélec et Women

Dernière demande, pour cette fois, n'oubliez pas de m'envoyer quelques photos restituant vos efforts d'avant, pendant et après courses !

Enfin, merci à tous pour vos mails encourageants, suite à cette précédente réédition,c'est sympa !

jpb

Editorial Présidentiel

L'édito du calendrier aurait pu s'appeler « A la recherche du temps perdu », celui-ci pourrait s'appeler « Recherche (non pas Suzanne) articles désespérément », il n'en est rien, Jean-Pierre notre Rouletabille m'indique que les articles affluent, qu'il est même obligé d'en mettre quelques uns de coté et de les réserver pour la prochaine gazette...

Attention, ne nous enflammons pas, ne faisons pas comme certains, (je tairais les noms, mais ils se reconnaîtront, moi le premier) qui partent beaucoup trop vite sur les courses et

qui s'essoufflent ensuite au fil des kilomètres. Trouvons notre allure de croisière et naviguons en pères peinarde sur notre gazette qui telle un autre vaisseau célèbre pourrait s'appeler « les copains d'abord », faisons en sorte qu'elle navigue longtemps.

Pour cela pas l'un d'entre nous ne doit manquer à bord et tout le monde peut envoyer son petit ou grand article, n'hésitez pas si vous ne montez pas dans la prochaine croisière, J-P vous réservera un ticket pour la suivante.

Le beau voyage que nous venons de faire entre copains, nous a permis de découvrir un petit morceau d'Armorique du côté de Trébeurden. Les cotes de granit roses sont vraiment magnifiques, mais les cotes qu'ils nous avaient sélectionné dans les champs en ont fait souffrir quelques uns. Par contre la réputation de la Bretagne « seul pays où il fait beau plusieurs fois par jour, entre chaque averse » a été mise à mal car nous n'avons eu droit qu'à un beau soleil tout le long du week-end, pas une goutte de pluie...

Tous à vos baskets, à bientôt sur les routes, sur la piste, dans les bois ou les labours...

Marc

Brèves

Le week-end dernier s'est tenu le **marathon de Paris**, comme le Gazélec n'était pas représenté en masse et que l'essentiel des troupes était sur la course de Jogging Evasion (10 km) à Pontoise (95) (2 inscrits), ce sont donc les Kényans qui ont profité de l'aubaine :

- Benjamin Kiptoo 2h06'31 et Priscah Jeptoo 1ere féminine en 2h22'55,
- les premiers français(e), Adellatif Meftah 10eme en 2h10'53 et Fabienne Coscas en 2h42'25.
- **Pour le Gazélec**, Matthieu Chassagnard 3h29'10 et Didier Thibault 3h29'48 ont réalisé leur objectif,bravo à Eux !
- Claire l'a fait en 5h22, mais avec une perruque.....et un fauteuil à pousser !



Les Articles



SUR LES TRACES DE JOHNNY

Pour cet entraînement en commun, Marc, Patrick, Jean-Pierre, Jean-Louis, Alain Thebault, Alain Bidot et Fifi étaient au rendez-vous devant le Musée de la Porcelaine à Sèvres et sous le soleil de ce dimanche 6 mars 2011. Pas un ou une de plus. C'est beaucoup moins bien qu'à Vincennes le mois précédent mais à la décharge des absents probablement bien informés... le parking est désormais payant. Et de nos jours, un sou c'est un sou !

Cela ne nous a pas empêché de faire une belle balade relativement tranquille jusqu'à Marnes-la Coquette, un splendide petit village où les tilleuls bruissent doucement sous l'effet du vent et où le bureau de poste affiche encore sa vieille inscription «Poste-Télégraphe-Téléphone». Trois antiquaires, seuls commerces existants, semblent exposer depuis toujours leurs trésors aux rares chalands... Sur la place déserte de Marnes-la-Coquette (Hauts-de-Seine), le temps paraît avoir suspendu son vol. Seul le carillon de l'église Sainte-Eugénie, construite en 1861 par Napoléon III en l'honneur de l'impératrice, amoureuse des

lieux, rappelle que l'éternité a une fin...

Marnes-la-Coquette, la bien nommée, représente un havre de paix unique à un quart d'heure de Paris. Plus petite commune des Hauts-de-Seine (1 541 habitants), elle est aussi la moins dense (469 habitants au kilomètre carré), la plus verdoyante (elle est entourée du parc de Saint-Cloud, de la forêt de Fausses-Reposes et du haras de Jardy, plus grand centre équestre de France). Et, donc, la plus riche de France pour les revenus de ses habitants, selon la Direction générale des impôts. Pas étonnant qu'avec de tels atouts la commune ait attiré quelques célébrités : Maurice Chevalier, bien sûr, dont les descendants habitent toujours La Louque, une gigantesque bâtisse située en bordure de forêt. Mais aussi le publicitaire Jacques Séguéla, les chanteurs Hugues Aufray ou Johnny Hallyday, bientôt de retour dans sa villa La Savannah après son escapade suisse. Non loin de là, l'émir du Qatar a fait construire un palais de 4 000 mètres carrés sur un terrain de 2 hectares bordé d'un mur de pierres de 4 mètres de hauteur, dans lequel il réside entre deux et trois semaines par an...

Tous ont élu domicile dans le parc privé de Marnes, le quartier le plus sélect, où les pavillons ne s'échangent pas à moins de 2 millions d'euros. Mais Marnes ne se résume pas à ses stars, loin de là. Elle est aussi peuplée de grandes et vénérables familles qui se transmettent leurs superbes résidences de génération en génération. Ici, on cultive la discrétion («Vivons cachés, vivons heureux») et l'«esprit village».

Voilà donc le tournant de notre escapade fraîche mais ensoleillée dans l'Ouest parisien où Patrick, accompagné de Jean-Louis et malgré quelques soucis avec ses genoux a, comme toujours, fait preuve de courage pour suivre le groupe presque jusqu'au bout là où Jean-Pierre a de nouveau montré que malgré ses 69 printemps, il reste une valeur sûre de la section et est presque meilleur qu'il y a quinze ans ! D'ailleurs, nombreux parmi ceux qui se gaussaient régulièrement de son trottement en le surnommant « 12

kmh » ont arrêté la course à pieds depuis belle lurette ou ne mettent plus un pied l'un devant l'autre. Il nous enterrera tous !

Sous l'impulsion d'Alain Bidot et de Fifi qui semblait avoir retrouvé ses jambes de 30 ans, l'entraînement s'est terminé après 1h34' d'effort en devisant sur le bonheur d'avoir des petits-enfants. **Comme quoi, même à nos âges, il reste bien du plaisir à courir...**

Fifi (...avec l'aide du site de la mairie de Marnes-la-Coquette)

FINALES CCAS À LANNION : UNE BELLE RENCONTRE SPORTIVE



Les finales de cross-country du Challenge Verbeurgt nous ont menés cette année en Haute-Bretagne, dans le pays du Trévor, à Lannion. Les 280 coureurs ont été accueillis dans les maisons familiales de Treberden et Tregastell.

Dès vendredi soir, une belle prestation, authentique, de danses bretonnes, animée par des agents, suivie de la description des coiffes et costumes et instruments de musique : l'ambiance et le ton étaient d'ores et déjà donnés... convivialité, retour aux fondamentaux et efficacité de l'organisation.

Samedi matin, petite ballade à pied, sur le bord de mer, magnifique.

Samedi soir, grande soirée d'après-course, avec

départ groupé, en cars, pour la Salle des Fêtes. Au programme : remise des récompenses, repas, et DJ.

Mais nous étions aussi venus courir... Pour ma part, je pensais en arrivant que c'était un peu frustrant de faire 500 kms pour courir 4000 m (féminines), mais une fois le cross terminé, j'ai finalement changé d'avis, je n'en ai pas réclamé plus...

La course

De l'avis de tous les participants, ce fut un retour aux fondamentaux du cross : zigzag dans les champs, avec quelques fossés et bosses sur pente en devers avec petit raidillon pour corser le tout.

4072 m sur 2 boucles (femmes), ou 8485 m sur 5 boucles (hommes). Heureusement, sur terrain sec, mais sur pré à vaches, donc avec beaucoup de trous, les chevilles ont souffert...

L'équipe US GAZELEC

Belle délégation d'une vingtaine de coureurs US GAZELEC Paris IdF dans les starting-blocks.



Brigitte, qui faisait son 1^{er} cross, était bien inquiète au vu du parcours. Elle nous a tous scotchés par sa volonté et son allure régulière. Gérard, blessé, est allé jusqu'au bout, il a terminé pratiquement sur une jambe ! Face à la difficulté du terrain, 2 abandons seulement : José (manque d'entraînement suite à blessure) et Jean-Marie (claquage). Arrivée groupée de Sylvie, Marie-Noëlle et Lydie.

L'US GAZELEC s'est fait remarquer sur les podiums. Marine a emmené le peloton pendant un bon moment, mais l'endurance des anciennes a eu raison de ses efforts, et elle décroche une super 3^{ème} place au scratch. Mathieu et Lionel ont brillé en Seniors – 1^o par équipe avec la délégation Tours-Blois. En vétéran, Stéphane a mené toute la course sans être vraiment inquiet, suivi de peu par François 3^{ème} au scratch.



US GazElec Paris IdF a été présent à différents podiums:

- Senior Féminine : Marine
- Senior homme : Mathieu, Lionel
- Vétéran homme : Stéphane et François,
- Vétéran homme (V4) : Jean-Claude

Ce fut également l'occasion de retrouver des anciens : la famille Deschamps au grand complet, et en pleine forme ; pour le plus anciens, les Chelots...

Lydie S.

PETITE BALLADE EN LUSITANIE

Par ce beau dimanche du 20 mars 2011, c'était la quatrième fois que je me retrouvais au pied du Christ qui surplombe la mer de paille (le Tage) et la belle ville de Lisbonne pour courir le semi-marathon, je peux donc dire maintenant que c'est comme un pèlerinage annuel que j'effectue avec mon « companhero Henri ». Nous n'étions pas les seuls car en plus de Thomas, il y avait également 35 000 affamés de bitume prêt à s'élancer et à franchir le pont du 25 avril pour rejoindre l'autre rive, tourner un peu dans le centre ville, longer les docks et finir au pied du magnifique monastère de Jérónimos. Mais n'allons pas trop vite pour vous conter ce périple lisboète et commençons par les souvenirs du premier semi couru en 2008 avec Matthieu et l'ami Henri. Ce fut la surprise totale, maintenant nous sommes habitués à cette foule dense et compacte, assez bruyante qui remplit tous les moyens de transports jusqu'au départ et le pied du Christ, comme c'est un parcours en ligne, nous sommes obligés de prendre le train et de nous noyer dans cette foule, mais la première fois l'allure de ces coureurs nous avaient semblé assez loin du critère habituel du coureur de fond et certains paraissaient bien enrobés pour ne pas dire rondouillards, quelques uns étaient lourdement chargés et nous nous demandions ce qu'ils pouvaient bien transporter dans d'aussi lourdes besaces...

La révélation nous fut donnée aux avants postes du pont quand nous avons découvert une multitude de groupe en train de pique-niquer avant le départ, attention pas une petite collation d'avant course, du style banane ou barre de céréale, là c'était du lourd genre pot de rillettes, tranche de saucisson, poulet et "kile" de rouge de sortie.

Bien vite nous avons eu l'explication, une partie des coureurs faisait le semi marathon, une autre un 5 km et les autres faisaient une marche en famille, cela permettait de franchir le pont à pied, de dominer le Tage et d'avoir une



vue magnifique sur Lisbonne. Ceci explique cette ambiance bon enfant qui régnait sur la ligne de départ, ils n'étaient pas stressés par la performance, nous nous étions égaré au milieu du sas des marcheurs ; rapidement nous avons escaladé quelques barrières pour nous retrouver cette fois au milieu des as et des

dossards préférentiels, pour nous pas de demi- mesure, c'est tout l'un ou tout l'autre. Nous voici donc en train de nous échauffer avec les gazelles, pendant que le coureur lambda est cantonné 300 m derrière. Dommage que nous n'ayons pu apercevoir le grand Gébreselassié, ce n'est qu'une fois la ligne d'arrivée franchie que nous avons appris qu'il avait survolé l'épreuve en 59 mn15. Nous ne devions pourtant pas être très éloignés de lui au départ vu que nous étions au second rang. Le pont est assez large ceci explique pourquoi je n'ai pas pu bénéficier de son aspiration et que j'ai du me contenter d'un modeste temps de 1h35mn avec Matthieu. Les autres éditions m'ont vu courir avec plus ou moins d'embonpoint, plus ou moins d'entraînement et plus ou moins de motivation pour terminer en 1h40 environ à chaque édition. Cette année aura été celle du premier semi pour Thomas, il l'a terminé en 1h38 alors que pour ma part, j'ai terminé avec Henri qui a battu son record en 1h54mn.

Comme je vous le précisais dans mon introduction l'arrivée se juge devant le monastère de Jeronimos, maintenant que je n'ai plus d'ambition chronométrique sur mes courses, je peux vous avouer que l'essentiel de ma motivation pour me déplacer est la découverte de bel endroit et de belles rencontres. Ce lieu chargé d'histoire en fait partie, ce palais des épices, réalisé dans une dentelle de pierre très chargée et de style Manuelien est vraiment un endroit magnifique. Le site abrite un très beau musée de la marine, un musée d'archéologie et intègre l'église Santa Maria. Sa voute surprend par sa hardiesse, le plafond est taillé en forme de cordage de navire et ses murs ornés de vitraux dignes de Notre Dame ou de la Sainte Chapelle. Les cercueils de Vasco de Gama et de Camoes vous accueillent à l'entrée sous la tribune du "coro alto" ornée d'une magnifique balustrade.

Le clou de ces édifices reste le cloître sur deux étages qui jouxte cette église, les travées finement ciselées sont vraiment des merveilles et les azulejos rivalisent de beauté pour nous éblouir. Il est d'une richesse sculpturale à nulle autre pareille et je dois dire que j'ai dans mes voyages visité beaucoup de cloîtres sans jamais en rencontrer d'aussi beau que celui ci.

Ce magnifique ensemble qui suffirait à lui tout seul pour mériter le détour est loin d'être isolé, juste en face se trouve la tour de la découverte ornée de statues des plus célèbres navigateurs portugais ainsi que la tour de Belém. A coté se trouve l'entrée d'un beau jardin botanique et en poussant un peu on se trouve devant la plus fameuse fabrique de « pasteis de Belém » qui garde jalousement la recette de ses gâteaux depuis 1837, à déguster sur place dans un décor d'azulejos plus que chargé.

J'espère que ces quelques lignes vous auront donné envie de découvrir ce beau pays qu'est le Portugal, j'ai essayé de faire court pour ne pas me transformer en guide touristique, mais je pourrai vous conter des heures nos découvertes du Castel Sao Jorge, des concerts de fado, du musée Gulbenkian, du musée asiatique, de la montée au quartier de l'alfama en tram 28 avec les gamins qui montent en marche et s'agrippent au marchepied arrière en défiant les contrôleurs, des environs de Lisbonne avec le beau site de Sintra où de nombreux châteaux rivalisent d'élégance, du couvent des capucins perdu en pleine forêt d'eucalyptus.

En montant plus au nord la vieille ville de Porto avec sa magnifique librairie Lello et Irmao qui date de 1880, une façade gothique très belle mais surtout un escalier intérieur à double volée et double orientation, la visite des caves



mérite elle aussi le détour, des centaines de foudres dorment dans des chais chargés d'histoire. Une balade sur le Douro enjambé par des ponts qui ressemblent à des tours Eiffel horizontales s'impose. Pour ceux qui voudront en voir une verticale c'est à Lisboa ou éventuellement à Paris.

Un petit détour par le monastère de Bathala pour visiter un très beau site et un autre pour séjourner dans la belle ville de Coimbra, son université passe pour être la plus ancienne d'Europe, sa bibliothèque merveilleuse renferme des trésors et chaque soir les concierges lâchent des chauves souris afin d'être les gardiennes des livres et éviter la prolifération d'insectes qui abimeraient les précieuses pages antiques. Je vous laisse deviner chaque matin le travail des femmes de ménages qui doivent elles, effacer les traces des fientes qui recouvrent les magnifiques tables de travail et les meubles qui supportent plus de 30000 livres et 5000 manuscrits.

Cette année nous sommes partis à la découverte d'Evora, ville classée au patrimoine mondial de l'Unesco, de Montsaraz nid d'aigle perché à la frontière espagnole et de Vila Vicosa, la région est magnifique un peu vallonnée, recouverte de vignes avec beaucoup de chêne liège et d'eucalyptus, l'endroit semble plaire aux cigognes car nous en avons vu de nombreuses perchées dans les nids ou dans les airs, instants magiques...



Les plats typiques de la région d'Alentejo et la manière dont les portugais remplissent les assiettes ne m'auront pas permis de limiter la casse et la montée sur la balance à mon retour aura été sans surprise...

visite uniquement touristique, comme lors de notre premier séjour en 1998 pour la découverte du Portugal et de l'exposition universelle.

Nous repartirons probablement au printemps prochain pour une nouvelle traversée de ce pont du 25 avril, à moins que nous revenions à l'automne pour celui de Vasco de Gama qui franchit également le Tage à Lisbonne. Le premier mesure 2km100 alors que ce dernier s'étend sur 17km. L'année dernière nous étions venu courir ce second semi mais la course avait été décalée à cause des élections, nous avons donc du nous contenter d'une

Marc

APRÈS L'ULTRALE TRIATHLON

« Courir, c'est lutter contre la sclérose et l'ankylose du sédentarisme fonctionnel » Bastide.

Etant jeune, j'avais parcouru pas de longueurs dans les bassins du côté de Saumur. Marc me compare parfois à un ancien bon nageur mais se moque également puisque lors d'une course dans l'eau du côté de DJERBA, je m'étais pris les bras dans les algues et j'avais terminé assez loin des meilleurs et malgré sa pointe de vitesse importante, il n'avait pas réussi à combler mon retard, exit le podium !

J'avais un père qui avait eu des bons résultats en vélo dans sa jeunesse et je me rappelle de bonnes sorties avec lui, puis avec mon beau père puis avec mon

fil, Thibault ... ces différents partenaires m'ont donc permis d'apprécier ce sport même si parfois j'ai frisé la correctionnelle en particulier lors d'un entraînement VTT avec Thibault et la rencontre d'une 'supportrice' du noble art (même si j'ai moins de connaissance de l'enrobé drainant cher à Philippe L. ce jour-là j'avais testé la qualité du bitume en forêt d'Achères)



Après une carrière sans titre mais avec quelques

cartons jaunes et rouges (je voulais sûrement imité Dédé 'le coup de boule') j'arrêtais donc l'usage des crampons et des stades de football pour me diriger vers la course à pied (1^{ère} sortie 4.5 km pour essayer de suivre J-Pierre pour aller vers quelques 100 km là encore sans grosse performance mais avec de belles galères sur les routes de MILLAU, CLEDER, Amiens et autre Londres-Brighton)

Je venais juste d'attraper allègrement mes 60 ans et poussé par ma belle-fille (qui depuis son exploit du Mont Blanc : arrivée à 3 foulées de Marc C. qui cherche depuis ce qui a pu lui arriver, lui le performer des grandes distances) ainsi que Thibault, pour ne pas rester trop timide, je lançais l'idée (en fin d'un

repas sûrement trop arrosé !) de les accompagner sur un triathlon. Je savais nager sans couler, pédaler sans toujours tomber, courir, un peu, je me disais qu'il était temps de concrétiser une envie vieille de quelques dizaines d'années.

Ce fut donc St Germain, sous la neige, en plein hiver.

La natation

500 mètre en piscine, une douzaine de casqués par couloir, je me retrouvais en famille et en homme poil je laissais s'enfuir Stéphanie et restait proche de Thibault qui profitait, un peu de l'aspiration grâce à mes 'larges' épaules.

Le changement

Les meilleurs sortent mouillés et partent aussitôt ... mouillés. Quant à nous 2, prudents, nous en profitons pour disséquer notre 1^{ère} épreuve et surtout bien nous sécher (j'avais omis de prendre le séchoir de Brigitte, la serviette fut suffisante)

Le VTT a natation

20kms, 4 tours avec de plat mais aussi quelques dénivelés dangereux, n'ayant pas de stabilisateurs (prévus pour les V4 sur certaines épreuves) j'ai dû «assurer» pour éviter de refaire ma séance d'étude du sol et passer indemne devant mes petites filles, Olivier et sa mère qui, magnanimes m'encourageaient sans s'esclaffer de mon classement.

Une seule glissade à 2.5 km à l'heure qui me permettait d'arriver sale mais sans bleu.

La course à pied

J'aurais bien aimé être accompagné d'Olivier mais chaussé de ses mocassins JM Weston qu'il

entretient avec amour depuis toujours, ne pouvait décemment faire que les 500 derniers mètres en ma compagnie. Parcours effectué sans trop d'encombre puisque le VTT m'avait permis d'étudier parfaitement le parcours (d'où l'intérêt, dans l'épreuve précédente, de ne pas aller trop vite ☺).

L'épilogue

Je craignais de précéder le vélo balai, pari réussi, j'avais, pas tellement mais quand même, quelques compétiteurs derrière moi, et je venais de réaliser un vieux rêve

Je n'en veux pas à J-Pierre qui devait venir nous voir mais qui très intelligemment me faisait croire d'une erreur de calendrier pour ne pas avoir à me consoler d'être si loin des meilleurs.

Je pensais ensuite me calmer et rester dans des épreuves plus conformes à mon niveau et à mon âge ... jusqu'au jour où un bon ami de la montagne ma proposait de participer, dans l'année de mes 61 ans, à une compétition de ski de fond, moi qui (j'ai des témoins qui peuvent témoigner) arrive à peine à tenir sur des skis de fond en temps normal.

J'arrête là mon récit de crainte que JPB vienne me demander de faire l'article sur cette course. Sachant qu'il est déjà inscrit pour 2012, je lui laisserais donc le soin d'en parler à ce moment là.

Pour tous ceux qui ont 20 30 40 50ans, vous voyez que l'on peut faire des bêtises à tout âge et vous avez tout l'avenir devant vous

Patrick Tarjon

NOTRE CLUB,UNE VRAIE RUPTURE

Après une longue et riche histoire entamée en 1947, l'USEG, sous la présidence de René RIZZO, a fermé ses portes en 2001 et transféré l'ensemble de ses sections à l'US Gazélec Ile-de-France, nouveau club à vocation régionale voulu par le CEC (Comité d'Etudes et de Coordination des CMCAS de la Région Parisienne). Pendant neuf ans, son président,

Gilles LOISEAU, a mis toute son énergie pour tenter de réunifier les clubs sportifs des CMCAS de la région parisienne. Peine perdue, la tâche s'est avérée trop ardue et, comme dans de nombreux clubs d'entreprises, les effectifs du club ont au mieux stagnés avec quelques ouvertures (parfois éphémères) de nouvelles sections et surtout la fermeture de bien d'autres

avec une érosion et un vieillissement des adhérents dans presque toutes les disciplines.

Avec la refonte du paysage des CMCAS en 2009, notre club a plus ou moins remballé ses ambitions régionales en devenant plus simplement le club de la CMCAS de Paris. **L'US Gazélec Paris était née avec à sa tête un nouveau président, Thierry MARTIN. Président d'une section Tir à l'Arc très dynamique au sein du club** et largement reconnue au niveau fédéral pour la qualité de sa formation, pour ses installations du stade Mandela à St Denis et pour ses résultats en compétition, Thierry est un président encore en activité contrairement aux précédents. Il n'a réellement pris les rênes du club qu'en juillet 2010 après un intérim assuré par Gilles LOISEAU.

L'Assemblée Générale de novembre 2010 l'a positionné comme le nouveau « guide » de notre club dans un rôle désormais soumis aux « exigences » et au contrôle d'une seule CMCAS là où l'US Gazélec IDF (et plus encore l'USEG) s'exprimait en son nom propre. Avec même pour l'USEG une structure de coordination en appui, le CEC, pour récupérer les financements auprès des CMCAS.



Des époques, des situations et des environnements finalement beaucoup plus confortables qu'aujourd'hui où nos adhérents, qui ont peu changés et sont toujours originaires de diverses CMCAS de la région parisienne, nous obligent à partir seuls à la « pêche » aux subventions auprès de celles-ci, de faire appel au CNDS et même de commencer à penser au sponsoring.

C'est donc une vraie rupture de gestion que doit mettre en place le nouveau Comité directeur sous la houlette d'un jeune président qui s'appuie sur sa réussite dans sa section et

sur des qualités de gestionnaire là où le relationnel et les réseaux étaient la force de ses prédécesseurs. Rien de bien différent finalement avec ce que nous voyons dans l'entreprise avec plus ou moins de succès.

Et c'est une autre époque qui s'ouvre... car là où le passé et les valeurs des anciens de l'entreprise tenaient une grande place avec une gestion du club d'entreprise parfois « vieillot », se mettent en place des orientations nouvelles avec des contraintes de gestion plus en rapport avec la réalité de 2011 (enfin, nouvelles pour nous... mais pas pour les autres associations loi de 1901). L'avenir dira ce qu'il adviendra mais nous sommes optimistes.

Une remise à plat du fonctionnement de l'US Gazélec Paris mais aussi du fonctionnement de ses sections ne devrait pas être un luxe. **Les chantiers mis en place en concertation avec les élus de la CMCAS de Paris sont multiples** : publication des objectifs de l'année, remise à plat de la comptabilité et des obligations concernant les assurances, gestion au plus juste des subventions attribuées aux sections, développement de la communication via Internet, économies sur les frais du Comité Directeur et sur la fête du club, réflexion sur la présence et le coût des extérieurs dans un club d'entreprises, etc. **Rien n'est occulté** et rien ne se fait sans d'après débats liés au passé de chacun dans l'entreprise, dans son syndicat, dans sa section, dans le club...

Ceci dit, s'il est nécessaire d'évoluer vers un nouvel environnement et de nouvelles règles en tenant compte de l'évolution de nos Entreprises EDF et Gaz de France/Suez, des nouveaux goûts sportifs des agents, de l'étiollement de « l'amour du maillot Entreprise », des conseils d'administration de CMCAS qui bougent plus qu'avant, **gardons toujours en tête que notre club est un club d'entreprise qui doit le rester** avec pour vocation première de créer et de soutenir des activités sportives de compétition et de loisirs, voir même culturelles, financées par le 1% pour les agents et leurs familles en priorité.

Dans ce cadre, les présidents des sections et les membres de leurs bureaux ont énormément de responsabilités pour que le

club évolue. Ils doivent en effet mettre beaucoup d'eux-mêmes avec leur bureau pour répondre aux demandes du Comité directeur en ayant une vision plus large des enjeux du club... et plus seulement des problèmes de leur section.

Alors, c'est vrai il y a quelques contraintes : remplir dans les délais les obligations légales (assurances, demandes de subventions argumentées,...), transmettre de l'information au club sur leurs activités, informer les adhérents sur la vie du club, développer leur section et leur club par une publicité massive sur les lieux de travail, respecter les règles édictées par le club (notamment sur les quotas d'extérieurs et le coût supérieur de leur adhésion), etc .



Ce n'est que dans ces conditions que notre club au sein de la CMCAS Paris, pourra se développer, faire évoluer en effectifs, créer de nouvelles sections et laisser un véritable héritage aux nouvelles générations d'agents comme nous l'avons reçu nous-mêmes de... l'USEG.

On peut donc parler d'une vraie rupture car le chantier est énorme et toutes les bonnes volontés seront les bienvenues pour débattre dans le respect du passé, en gardant en tête les valeurs que nos anciens souhaitaient véhiculer tout en respectant les règles d'aujourd'hui... dans la bonne humeur et la convivialité.

Si le cœur vous en dit, rejoignez les groupes de travail du club en vous renseignant auprès de Mario Fabre qui y représente dignement notre section.

Philippe JAFFRENOU

**Pour en savoir plus sur le club, n'hésitez pas à aller sur le site
<http://gazelec-idf-athle.org/presentation.php>
Secrétaire de rédaction et mise en page : Jean Pierre BRIARD
(j-p-b-2@sfr.fr)**

...../.....

Les Rubriques

Quelques PODIUMS (Incomplet)

Rueil	Patrick Tarjon	1 ^{er} du Gazélec (10km)
Rueil	Mario Fabre	1 ^{er} du Gazélec (1h34 sur 21km)
St Witz	Alain Thébault	1 ^{er} du Gazélec en 40'50''
Lannion	Sylvie Tellaa	« en 25'40 (4072m)
Lannion	François Turboul	« en 34'09 (8485m)

Nota : Un podium, un bon temps, 1^{er} du gazélec, → faites le nous savoir pour y figurer, merci de votre collaboration.

Prochaines sorties à retenir

17 avril	Balade des chênes de Dravel	10 et semi
1 ^{er} Mai	Marathon de Sénart	Seulement 3 inscrits !
25 mai	Challange du KM	Plus de 20 participants ds les années 90
Sam 28 mai	La Pastourelle à Salers	sortie familiale
26 juin	Marathon relais de Choisy	
24 septembre	Millau : 100km et marathon	
Avril 2012	Marathon de Londres	à faire au moins une fois

Quelques statistiques de notre activité

26 mars	Finales CCAS	13 participants (voir article)
6 mars	Entrainement commun/ St Cloud	7 participants, (voir article)
13 mars	Rueil Malmaison	5 «
3 avril	Marathon Cheverny	3 « (hors calendrier)
1 ^{er} Mai	Marathon Sénart	3 «
10 avril	Maratrail/Montmorency	2 «
10 avril	Pontoise	2 «
13 fev	St Witz	1 «

.....soit.. 14% en participation moyenne, **on est encore en baisse !**

Qui dit mieux ?

		1 Alain Thébault Suresnes 1992 9'06	
<u>3000m</u>	2 François Turbault Pantin 2011 10'10		3 Mathieu Beylot. Pantin 2011 10'15
		1 Alain Thébault Champ/Marne 32'40	
<u>10 kms</u>	2 Mathieu Beylot Vincennes 2006 35'41		3 François Turbault St Denis 2005 36'09
		1 Alain Thébault St Denis 1993 1h13	
<u>Semi-M.</u>	2 Alain Bido Rueil 1993 1h16		3 François Turbault Paris 2006 1h16
		1 Alain Bidot Noisy 1999 2h42	
<u>Marathon</u>	2 Alain Thébault Rotterdam 2h46		3 Philippe J/Didier T/Jean T Londres/Chambord/Figari 2h53
		1 Didier Thibault Chavagne 1994 8h13	
<u>100 bornes</u>	2 Jean Berland Cleder 1996 9h46		3 Christian Mainix. Millau 2002 10h07
		1 Christian Mainix Marquette 1998 221km	
<u>24 heures</u>	2 Didier Thibault Saultain 1993 205km		3 Jean B./JeanPierre B. Fleurbaix/Gravigny 162km

Nos meilleurs temps dans notre vie d'athlète, **a-t'on droit au Podium ?**

Attention les 2 Alain, Mathieu et François semblent être en embuscade « active » !

.....si certains sont oubliés, j'attends les infos, merci

SOUVENIR, SOUVENIR

Fin septembre nous nous retrouverons à Millau, soit pour faire le marathon, soit pour tenter le 100 bornes, un moment inoubliable nous attend, pour les néophytes, après le marathon c'est un nouveau défis naturel, lancez - vous , si vous l'avez dans la tête, les jambes vous y amèneront, foi de jpb.

En 89 nous faisons notre 1^{er} Millau, Jean nous narre notre deuxième édition (1990).....10h47 à Millau(1), il faut le faire !

Samedi 28 septembre : 13h.

4000 avaleurs de bitume se lancent dans la grande aventure des 100 km.

Millau, je l'ai fait !

Les 20 premiers kilomètres sont relativement plats, sans difficultés majeures puis du 20^è au 40^è km le parcours est légèrement vallonné. Jusqu'à présent tout va bien pour moi, mais la méfiance est de rigueur car un 100 bornes ne commence vraiment qu'après le 50^è km.

De retour à Millau, nous nous dirigeons à présent vers St Affrique; la succession de montées et de descentes commence à éprouver les jambes. Des ampoules, des irritations apparaissent. Le peloton s'étire de plus en plus.

Au 70^è kilomètre nous faisons demi-tour à St Affrique. Les concurrents qui descendent croisent ceux qui montent dans la souffrance et le silence. Les lampes de poche dansent dans la nuit. L'épreuve se transforme en chemin de croix, malgré celà mes jambes continuent de marteler le goudron.

Je suis en perdition mais il faut tenir et je m'accroche à mon groupe.

Au ravitaillement du 80^è km, je prends mon temps car le chrono n'a plus d'importance, il me faut trouver les ressources pour repartiret finir.

85^è kilomètre, je me bats contre la fatigue et contre moi même: je ne veux pas abandonner, je ne dois pas abandonner.

95^è kilomètre, Millau est proche et je me sens beaucoup mieux. Enfin un spectateur me crie "encore 800 m", je suis sur un nuage, c'est fini !

Je termine en 10h 47' et je suis classé 570^è loin derrière le premier qui s'est balladé en 7h 01', mais devant les derniers qui finiront après plus de 23h d'effort.

Mais en cours de route 1500 auront abandonné à bout de forces, à bout de souffrance.

JEAN TELLAA

(1) : C'est pas loin d'une heure qu'il faut rajouter par rapport à un 100 bornes de type Stenwerck ou Chavagne.

RESULTATS, LANNION

Les résultats

Chrono	Coureur	CMCAS	Catégorie	Classement				
				Caté gorie	Vétéran	Catég. Sexe	Vétéran Sexe	Scratch
65 Féminines sur 4072 m								
00 :19'37	MOUCHET Valérie	Lorraine Sud-Haute Marne	V1	1	1	1	1	1
00 :20'08	GRAVE Sandrine	Nord Pas-de-Calais	SE	1		1		2
00 :20'24	SELVA Marine	Paris 75	SE	2		2		3
00 :22'43	DESCHAMPS Christelle	Tours-Blois	SE	4		4		6
00 :25'40	TELLAA Sylvie	Paris 75	V2	9	14	9	14	21
00 :25'43	SAMSON Marie-Noëlle	Paris 75	V2	10	15	10	15	22
00 :25'49	SANCHEZ Lydie	Paris 75	V2	11	16	11	16	23
00 :28'48	TARJON Brigitte	Paris 75	V3	4	33	4	33	44
...								
00 :39'46	GELIS Mélanie	Anjou-Maine	V1	15	49	15	49	65
33 Seniors Hommes sur 8485 m								
00 :34'12	MUNCH Romeo	Anjou-Maine	SE	1		1		1
00 :36'00	BEYLOT Mathieu	Tours-Blois	SE	6		6		6
00 :36'48	GRANIER Lionel	Tours-Blois	SE	7		7		7
...								
00 :58'11	RABIOT Vincent	Corse	SE	33		33		33
139 Vétérans Hommes sur 8485 m								
00 :33'54	LAURIAU Stéphane	Paris 75	V2	1	1	1	1	1
00 :34'09	TURBOULT François	Paris 75	V1	2	3	2	3	3
00 :34'55	DESCHAMPS Joel	Tours-Blois	V1	3	4	3	4	4
00 :39'43	THEBAULT Alain	Paris 75	V2	9	21	9	21	21
00 :41'14	FABRE Mario	Paris 75	V2	14	31	14	31	31
00 :46'19	CHASSAGNARD Marc	Paris 75	V2	36	69	36	69	69
00 :47'20	JAFFRENOU Philippe	Paris 75	V2	38	79	38	79	79
00 :47'52	LEMARCHAND Henri	Paris 75	V2	41	82	41	82	82
00 :48'18	SELVA Jean-Noël	CCAS	V2	44	85	44	85	85
00 :51'36	PROVENT Gérard	Paris 75	V2	57	109	57	109	109
00 :53'58	GAUVIN Jean-Claude	Val d'Oise 95	V4	3	119	3	119	119
00 :56'52	TARJON Patrick	Paris 75	V3	19	127	19	127	127
00 :58'00	TELLAA Jean	Paris 75	V2	66	130	66	130	130
...								
01 :04'06	SARAZIN Raymond	Val d'Oise 95	V3	21	139	21	139	139
Par équipes : Senior Femme								
Equipe n°1 : 19 points								
00 :22'43	DESCHAMPS Christelle	Tours-Blois	SE	4		4		6
00 :23'57	ROUX Sylvie			7		7		18
00 :25'51	DVORIANOFF Mariane			8		8		24
Par équipes : Vétéran Femme								
Equipe N°1 : 32 points								
00 :22'50	JOUSSERAND	Tours-Blois	V2	1	3	1	3	7
00 :23'31	GLACHET		V1	4	8	4	8	12
00 :27'26	LENGRAND		V1	6	21	6	21	30
Equipe n°2 : 45 points								
00 :25'40	TELLAA	Paris 75	V2	9	14	9	14	21
00 :25'43	SAMSON		V2	10	15	10	15	22
00 :25'49	SANCHEZ		V2	11	16	11	16	23
Par équipes : Senior Homme								
Equipe n° 1 : 35 points								
00 :36'00	BEYLOT	Tours-Blois	SE	6		6		6
00 :36'48	GRANIER			7		7		7
00 :37'04	DVORIANOFF			8		8		8
00 :40'11	NAVARRO			14		14		14
Par équipes : Vétéran Homme								
Equipe n° 1 : 69 points								
00 :34'09	ARS	Anjou-Maine	V1	1	2	1	2	2
00 :36'21	DUGAST		V1	8	10	8	10	10
00 :37'03	AGOSTINI		V2	5	14	5	14	14
00 :38'52	MICAU		V2	7	19	7	19	19
00 :40'15	DROUHAULT		V1	13	24	13	24	24
Equipe n° 4 : 125 points								

				Classement				
00 :33'54	LAURIAU	Paris 75	V2	1	1	1	1	1
00 :34'32	TURBOULT		V1	2	3	2	3	3
00 :39'43	THEBAUT		V2	9	21	9	21	21
00 :41'14	FABRE		V2	14	31	14	31	31
00 :46'19	CHASSAGNARD		V2	36	69	36	69	69

Souvenirs, souvenirs... Saurez-vous compléter notre Tour de France des CMCAS au long des finales ? (réponse dans la prochaine gazette...)

1989	
1991	
1993	
1995	
1997	
1999	
2001	
2003	
2005	
2007	
2009	

Montluçon
Pleaux
Bourges
Caen (Hérouville)
Avignon
Angers
Morillons
Mesquer
Cergy
Albi
???