

COMPTE RENDU DE LA REUNION D'ENTRAINEURS DU 23 FEVRIER 2021

LES PRESENTS : CATHERINE ROSELET-MICHELLE JAN-MARION HERAULT-DOMINIQUE
GAUDIN-RAPHAEL BUCK-BRUNO MENARD-SYLVAIN PAVIE-CHRISTIAN
THOMAS-CHRISTOPHE JOULAIN-ALAIN HERAULT-WILLIAM MENDY-JACKY
LEFORT-PAUL RABU-NOEL JAN-

EXCUSES : FRANCK GENARD-ALAIN MAUGER-MARC GASNOT-MANIROU DEMBELE-
JACKIE OGEREAU-DIDIER YVARS

ORDRE DU JOUR :

1. Retour sur les défis jeunes : entraîneurs jeunes
2. Retour sur les 5kms off : Christophe
3. Retour sur le cross off : Idem
4. Les défis à venir
5. Les jeunes : la saison à venir
6. Les moins jeunes
7. Le meeting du 14/05
8. Les entraîneurs, l'ambiance dans les groupes
9. Toutes les activités, marche nordique, activités Marion, Paul, etc
10. Rappel des consignes, engagements, jeunes etc
11. Des compétitions de prévues dans les groupes ?
12. Retour France Jeunes/Elites Miramas 19/20/21/02
13. Autres, AG, licenciés, électrons libres, locaux à fermer, photos, demande de matériel, le site etc

✿ RETOUR SUR LES DEFIS JEUNES

Marion, Dominique et Sylvain arrivent à gérer les entrainements jeunes du fait justement qu'ils sont jeunes donc avec des horaires plus souples. Ce constat a permis de lancer deux journées "DEFIS".

La mise en place des défis jeunes : Samedi 6 Février avec 6 minimes et 18 Benjamin.e.s
1000m / 2000 marche / saut en longueur et poids.

Samedi 20 Février avec 5 Minimes et 12 Benjamin.e.s
javelot ou disque / pentabond / 50m haies et 30m lancé.

Moins de participants peut-être lié au premier week-end des vacances...

Très plaisant, bonne motivation et plaisir de retrouver les juges sur le stade☺

A noter, l'envie de renouveler ces notions de challenge interne (post covid) car moins stressant et peut-être cela les incitera à venir plus facilement aux compétitions.

✿ RETOUR SUR LES 5KMS OFF

Christophe nous fait un retour sur les deux 5kms off. Pour le premier, le 24 Janvier dernier une quinzaine d'athlètes principalement de l'ASBA sont venus terminer un cycle. Le deuxième, le 21 Février a attiré 43 coureurs de 4 clubs du département. Tout cela dans le respect des consignes sanitaires, du protocole et avec une certaine discrétion. D'ailleurs ce 5kms étant mesuré officiellement, pourquoi ne pas le rentrer dans le SI-FFA en tant que DEFI ?

Lieu : le Plessis-Grammoire

✿ RETOUR SUR LE CROSS OFF

Une trentaine de crosswoman et crossman dans le Bois de l'hôpital au Plessis-Grammoire le 7 Février. Belle fin de saison de cross. Un beau retour des participants.

✿ LES DEFIS A VENIR

Idée de mettre en place un cross EA/PO/BE/MI autour du stade + ce que propose le comité comme nouveau défi et y participer.

Même si nous organisons régulièrement les épreuves du pass'athlé, le besoin de rencontres et de défis entre les plus petits EA/PO se fait sentir donc on prévoit également une journée d'épreuves prochainement.

Défi kilomètres Marche Nordique prévu du 1er Mars au 15 Mars, l'invitation a été envoyée à la ligue et à Emeric qui ont diffusé auprès des clubs.

✿ LES JEUNES : LA SAISON A VENIR

Importance de mettre en place un calendrier et de programmer des dates pour qu'on puisse s'organiser (prévenir les parents, avoir des juges, ...).

Importance de diffuser les infos, engagement, motivation, implication, montrer aux athlètes de tous les âges que leur club est présent et qu'il agit pour eux.

✿ LES JEUNES GRANDS ET LES MOINS JEUNES

Pour les jeunes grands, fin de saison, deux semaines de transition et mi-mars reprise de la préparation piste.

✿ LE MEETING DU 14/05

Date posée mais malheureusement au moment où ce CR est rédigé, nous sommes en visio avec la C.S.O ligue et il faudra renommer le meeting en : Meeting de début de saison☺.

✿ LES ENTRAINEURS, L'AMBIANCE, LES AMMENAGEMENTS

Dans l'ensemble les entraîneurs organisent les séances afin de voir le plus souvent possible les athlètes (Marion, Raphaël, Dominique et Sylvain). Pour Catherine c'est plus compliqué avec deux athlètes qui ne viennent pas au stade.

Michelle, présente sur le stade pour Virginie et Guiseppé les jours de séance piste, Sylvain pour les sauts aussi. Bruno : Comme tous, plus d'entraînement les mardis et jeudis mais séance unique le samedi matin 10h au stade avec une quinzaine d'athlètes, super convivialité et très bonne ambiance de travail. Manirou (absent) continue d'entraîner Enzo (hauteur) le Samedi. Didier pareil avec les Benjamin.e.s. sur les lancers. William se sent plus isolé et a du mal à fédérer ses coureurs hors stade sans compétition. Christophe et Noël ça roule, 50 athlètes avec des séances en commun et un partage des plans d'entraînements. Christian R.A.S.

✿ TOUTES LES ACTIVITES, MARCHE NORDIQUE, ACTIVITES MARION, PAUL ETC

Reprise de l'activité Marche Nordique en groupe de 6 (si plus de monde - organisation en autonomie pour rester dans la légalité). Certains de nos marcheurs n'ont pas repris (très peu) de peur de contracter le virus, on espère que la perte de condition physique ne sera pas trop importante.

Les vidéos "condition physique" continuent et les séances Pilâtes aussi. Des gens très motivés suivent bien...d'autres forcément ont lâché l'affaire.

Groupe de running frustré de ne pas pouvoir faire les séances après le travail.

Paul s'occupe personnellement des CADY's et des LERAY's☺

*** RAPPEL DES CONSIGNES , ENGAGEMENTS, JEUNES ETC**

Un petit rappel sur l'importance et le rôle des commissions dans le club. Les commissions et JUGES et COM doivent toujours être associés à chaque évènement afin de préparer au mieux ledit évènement.

*** DES COMPETITIONS DE PREVUES ?**

Michelle nous confirme la participation aux Championnats d'Europe en Salle de Sport Adapté. Ces Championnats ont lieu les 12/13/14 Mars à Nantes. Michelle et Didier accompagnent et gèrent les infos, le déplacement, les frais et le retour de communication. Le nom de ces championnats : VIRTUS European Athletics Indoor

Le lien : <https://www.virtus.sport/event/2021-european-indoor-athletics-championships>
Christian, la Com, peut être en parler

Sylvain et Catherine proposent de relancer nos prépa interclubs comme en 2019 avec des aménagements pour rester dans les règles.

*** RETOUR SUR LES France JEUNES/ELITES EN SALLE MIRAMAS**

Les France ont eu lieu à Miramas les 19/20/21/2021. 1 seule athlète qualifiée la Juniors Camille RENO. Deuxième de sa catégorie et sixième de la course en 4'46''27 record personnel. Jacky s'occupe des frais avec Roger. Justement, pour les frais, faire le point avec le Pôle. Mr Binelli son entraîneur, absent lors de ces championnats n'a pas pu accompagner c'est donc le Papa de Camille qui a fait le déplacement. Mr Cursaz, Directeur de la performance territoriale peut certainement nous renseigner sur la marche à suivre quant à l'organisation. Camille remercie tout le monde.

*** AUTRES, AG, LICENCIES, MATERIEL, ETC**

Raphaël nous informe qu'il n'est plus Président du Comité mais qu'il a des projets avec ASBA.

Michelle nous fait don de tout son matériel de renforcement musculaire (step, médecin-ball, poids, etc).

L'AG ne peut avoir lieu dans les conditions habituelles. Un vote sera réalisé via mail avec restitution des courriels.

Penser à faire demande de matériel, d'ailleurs bien ranger le local matériel, Jacky.

469 licenciés mais 35 athlètes sans entraîneurs. Pour une meilleure organisation, il faut un référent pour chaque athlète afin de ne loupier aucune information.

PORTEZ-VOUS BIEN