



LETTRE D'INFORMATIONS - Février 2013

Vie du club



- L'USVA organise son traditionnel stage de Pâques du dimanche 14 avril au mardi 16 avril 2013 à Calais. Plusieurs séances d'entraînement au programme, souvent communes avec les athlètes locaux, mais également un peu de détente avec la plage toute proche. Plus d'informations sur le site Internet et via les entraîneurs du club.
- La commande des nouveaux équipements aux couleurs du club a été passée à notre partenaire Endurance Shop. Dès que les équipements seront arrivés (une annonce sera faite sur le site Internet), les athlètes ayant passé commande pourront venir les chercher avec leur règlement au secrétariat du club.

Entraîneurs, juges et comité



- Quatre membres de l'USVA ont suivi la formation de juge départemental dispensée par Marie-Odile et Jean-Paul Richez le 8 février dernier : Stéphanie Martin, Nathalie Lecocq, Nicolas Parol et Cyril Audras. Tous les quatre ont réussi leur examen écrit, ils doivent maintenant exercer durant 5 meetings afin de valider leur nouveau statut.
- Une nouvelle formation de juge départemental peut être réalisée en ce début d'année. Si des athlètes sont intéressés, qu'il se fassent connaître auprès de Fanny Richez.
- Tout comme Grégory Franco le mois passé, Tristan Dubois a validé la partie pratique de son examen de juge régional. Félicitations à tous les deux, qui ont choisi la spécialité « saut ».

Stade



- Léa Fleury a battu le record de France des épreuves combinées cadettes et égale le record de la ligue en longueur ! Félicitations !
- Toujours en épreuves combinées, Romain Parol est champion interrégional junior et Nathan Fleury est vice-champion interrégional cadet. Tristan Dubois et Bertille Mazure étaient malheureusement blessés.
- 5 médailles aux régionaux en salle : Léa Mairesse championne régionale en marche, l'argent pour Stéphanie Martin en poids, Marie Brouet en 60m, Tristan Dubois en perche cadet et Antoine Nawrocki en perche sénior.
- Aux pré-France en salle, Stéphanie Martin, championne interrégionale de poids, Tristan Dubois vice-champion interrégional en perche, Romain Parol, 3ème en hauteur comme Nathan Fleury au 60m haies.



LETTRE D'INFORMATIONS - Février 2013

Hors stade



- L'USVA continue de briller durant cette saison de cross ! Aux pré-France, qui ont eu lieu à Liévin, 9 athlètes se sont qualifiés individuellement aux Championnats de France ainsi que l'équipe des cadets. Titres pour Morgan False et l'équipe cadets, troisième place pour l'équipe féminine sur le cross court. Rendez-vous à Lignières-en-Berry le 3 mars prochain pour la final du championnat de France !
- La saison de course sur route reprend ! Avec les Foulées de la Saint Valentin, mais surtout avec la Course de Brennus, à Sebourg, où de nombreux athlètes sont venus se juger avant les premières courses labellisées. A noter la 4ème place de Joffrey Carcel et la victoire en junior féminine pour Perrine Goldman sur le 10 km, ainsi que la 6ème place de Florian De Coninck et la victoire en sénior féminine pour Nathalie Lecocq sur le 5 km.

Jeunes



- Benjamins : sept qualifiés, sept présents, et deux médailles ! Louis Matton et Job Lesire terminent respectivement 13ème et 15ème sur une centaine de participants. Les autres n'ont pas démérité, leur assiduité aux entraînements va les faire progresser.
- Minimes : Chez les filles, Misseline Lesire est l'unique représentante de l'USVA mais pas des moindres. Suite aux départementaux, elle se qualifie aux régionaux où elle participe à nouveau à la final du 60m. Beau retour ! Chez les garçons, Nicolas « Bambi » Parol, 2ème aux départementaux, n'a pas tenté sa chance aux régionaux pour cause de maladie. Antoine « Babouille » Fornies était présent aux régionaux, mais ce fut un jour « sans » ! Quant à Nicolas Kasprzik, il a loupé le départ de sa course aux départementaux, ce qui le prive de régionaux. Dommage !

Athlé santé

COACH
Athlé Santé
PARTENAIRE DE VOTRE FORME

- Sorties de marche nordique du mois de février : forêt de Saint Amand Les Eaux, forêt de Raismes, Bonsecours, mare à Goriaux.
- Cycle d'initiation à la marche nordique en cours : il reste 6 séances pour devenir un(e) adepte de la marche nordique + 3 semaines d'essai athlé santé du 21 mars au 11 avril. Rendez-vous 17h15 à l'entrée du stade Pierre Carous les 5, 7, 12, 14, 19 et 21 mars.
- Horaires des séances :
 - Remise en forme : le mardi soir de 18h15 à 19h30
 - Condition Physique : le jeudi soir de 18h15 à 19h30