



Contact: Thierry Ernewein
14 Rue de la 5^{ème} DB
70400 Héricourt

Tel : 03-84-46-39-40
Site Internet : <http://www.sghathle.fr>
E-mail : sghathle@wanadoo.fr
N° agrément : 1340F N° APE : 926C
N° SIRET : 77851549400012

PETIT JOURNAL N° 51

Héricourt, le 12 Mars 2013

Résultats

Les différentes colonnes vous indiquent respectivement le nom, le prénom du coureur, sa place, la distance, le temps, la catégorie et sa place dans sa catégorie.

10-03-2013 – 10Km de Blagnac - Blagnac

CLAUDEL Marine	418	10Km	45'40	ESF	2
----------------	-----	------	-------	-----	---

03-03-2013 - Semi-marathon de Paris - Paris

PETITJEAN Anthony	370	21,1Km	1h23'08	SEM	288
ERNEWEIN Thierry	1409	21,1Km	1h32'50	V2M	136
PAGET Bernard	2707	21,1Km	1h39'27	V2M	203
GALLET François	2822	21,1Km	1h39'54	V3M	18
GERSCH Franck	18339	21,1Km	2h33'20	V1M	4166
VENINI Emmanuelle	20758	21,1Km	2h41'22	V1F	461
MASSON Laury	20760	21,1Km	2h41'22	V1F	460
ROBERT Patrick	21084	21,1Km	2h42'25	V1M	3599
GALLET Alice	21870	21,1Km	2h45'18	SEF	2165
WOOG Michèle	23476	21,1Km	2h51'02	V1F	982
THIRIET Christelle	24662	21,1Km	2h55'41	V1F	1017
HUGUET Jacqueline	24663	21,1Km	2h55'41	V2F	411
GERSCH Véronique	26825	21,1Km	3h05'35	V1F	1060

03-03-2013 - Championnats de France de Cross - Lignières

CLAUDEL Alice	9	4040m	15'38	CAF	9
---------------	---	-------	-------	-----	---

02-03-2013 - Cross de l'Ascip - Montbéliard

MATOSEVIC Gaetan	1	1560m	6'26	MIM	1
QUETIN Nathan	2	1560m	6'27	BEM	1
JACQUEMAIN Quentin	3	1560m	6'51	MIM	2
VAUTHIER Loïc	4	1560m	6'54	BEM	2
JACQUEMAIN Chloe	8	1560m	9'31	BEF	2
LAHEURTE Jean-Claude	8	5820m	26'21	V2M	2
QUETIN Matteo	3	650m	2'37	EAM	2
FOURCAUDOT Anaïs	5	650m	2'44	POF	1
DUBOIS Emilie	6	650m	2'45	POF	2
THIRY Nathan	7	650m	2'48	EAM	3
HUGUEL Emiline	9	650m	2'54	POF	3
CLOLOT Julien	10	650m	3'00	POM	4
VAUTHIER Léo	14	650m	3'11	EAM	4
MENGOUCHI Ali	7	7250m	28'10	SEM	5
DUBREUIL Denis	10	7250m	28'56	V1M	3
MATOSEVIC Frédéric	17	7250m	31'28	V1M	5
LAHEURTE Jean-Claude	23	7250m	34'43	V2M	2
BOURGEOIS Alain	24	7250m	34'45	V3M	2

24-02-2013 - Trail hivernal de la Moselotte - Cornimont

QUETIN Dominique	237	26Km	5h14'11	V1M	237
MATOSEVIC Frédéric	238	26Km	5h14'11	V1M	238
GRAND Frédéric	253	26Km	5h16'13	V1M	253
VEJUX Olivier	500	26Km	6h24'16	V1M	500

17-02-2013 - Pré-France de cross - Bischwiller

CLAUDEL Thierry	102	10125m	39'58	V1M	102
-----------------	-----	--------	-------	-----	-----

GRANDMAIRE Christophe	115	10125m	40'31	V1M	115
PETITJEAN Anthony	130	11300m	44'35	SEM	130
CLAUDEL Alice	2	3050m	11'38	CAF	2
HUGUEL Bastien	68	4225m	16'16	CAM	68
DUBREUIL Florian	99	4225m	17'23	CAM	99
JACQUEMAIN Romain	108	4225m	18'14	CAM	108
VENINI Clément	65	6000m	24'23	JUM	65
27-01-2013 - Championnats de Franche-Comté de cross - Besançon					
QUETIN Nathan	8	1740m	6'34	BEM	8
VAUTHIER Loic	13	1740m	6'48	BEM	13
VERSAVEL-ROBERT Heloise	20	1740m	8'07	BEF	20
JACQUEMAIN Chloe	25	1740m	9'48	BEF	25
LOUIS Rémi	29	1740m	7'37	BEM	29
DUBREUIL Aurore	21	2470m	10'34	MIF	21
CLAUDEL Alice	1	3550m	12'28	CAF	1
SGH Minime	4	3550m	94pt	MIM	4
BRESSON Cameron	16	3550m	13'21	MIM	16
MATOSEVIC Gaetan	22	3550m	13'52	MIM	22
SCHEURER Benjamin	24	3550m	13'55	MIM	24
JACQUEMAIN Quentin	32	3550m	15'20	MIM	32
HUGUEL Bastien	8	4210m	14'06	CAM	8
DUBREUIL Florian	14	4210m	14'56	CAM	14
JACQUEMAIN Romain	16	4210m	15'17	CAM	16
VENINI Clément	18	6020m	22'32	JUM	18
SGH Veteran	7	9150m	128pt	VEM	7
GRANDMAIRE Christophe	17	9150m	31'51	VEM	17
CLAUDEL Thierry	18	9150m	32'01	VEM	18
SCHNEYLIN Laurent	46	9150m	35'28	VEM	46
GRAND Frédéric	47	9150m	36'09	VEM	47
PETITJEAN Anthony	26	9880m	39'16	SEM	26
06-01-2013 - Championnats départementaux de cross - Vesoul					
COOLS Clemence	8	1055m	6'	EAF	2
DUBOIS Emilie	20	1145m	6'	POF	9
PETRIGNET Eva	18	1150m	6'	POF	8
DUBREUIL Maud	6	1230m	6'	EAF	1
THIRY Nathan	3	1250m	6'	EAM	3
QUETIN Matteo	2	1255m	6'	EAM	2
HUGUEL Emilie	7	1290m	6'	POF	4
FOURCAUDOT Anais	6	1300m	6'	POF	3
QUETIN Nathan	2	2170m	8'47	BEM	1
VAUTHIER Loic	9	2170m	9'43	BEM	5
DUBREUIL Aurore	19	2170m	10'54	MIF	4
LOUIS Rémi	22	2170m	11'11	BEM	8
VERSAVEL-ROBERT Heloise	29	2170m	12'14	BEF	6
JACQUEMAIN Chloe	35	2170m	13'24	BEF	8
SGH Minime		3670m	49 pt	MIM	2
CLAUDEL Alice	1	3670m	15'37	CAF	1
BRESSON Cameron	9	3670m	19'04	MIM	8
MATOSEVIC Gaetan	11	3670m	19'40	MIM	10
SCHEURER Benjamin	13	3670m	19'48	MIM	12
JACQUEMAIN Quentin	16	3670m	20'24	MIM	15
JACQUEMAIN Romain	4	4670m	20'19	CAM	3
DUBREUIL Florian	5	4670m	20'45	CAM	4
VENINI Emmanuelle	7	5170m	28'47	V1F	5
VENINI Clément	4	6170m	26'28	JUM	4
SGH Senior		9170m	34 pt	SEM	1
SGH Veteran		9170m	45 pt	VEM	2
CLAUDEL Thierry	22	9170m	36'41	V1M	4
GRANDMAIRE Christophe	28	9170m	37'25	V1M	7
DUBREUIL Denis	29	9170m	37'32	V1M	8
PETITJEAN Anthony	32	9170m	38'00	SEM	7
DOMPTAIL Laurent	36	9170m	38'32	V1M	13

BLAUT Julien	39	9170m	39'20	SEM	8
THIRY Thomas	43	9170m	40'36	SEM	9
SCHNEYLIN Laurent	46	9170m	41'18	V1M	21
LAHEURTE Jean-Claude	48	9170m	42'03	V2M	22
GALLET François	50	9170m	42'38	V3M	23
VEJUX Olivier	51	9170m	42'43	V1M	24
GRAND Frédéric	52	9170m	43'35	V1M	25
BOURGEOIS Alain	53	9170m	45'01	V3M	26
ROBERT Cédric	58	9170m	49'00	SEM	10
NIAF Michael	59	9170m	52'31	SEM	11
PETREQUIN Zoe	10	966m	6'	EAF	3
30-12-2012 - Corrida des Abbesses - Remiremont					
DOMPTAIL Laurent	71	7200m	27'24	V1M	
PETITJEAN Anthony	90	7200m	27'35	SEM	

Informations diverses

- Après sa 2^{ème} place aux Pré-France de cross à Bischwiller, **Alice Claudel** s'est illustrée lors des **championnats de France de cross** qui ont eu lieu à Lignières le 3 mars 2013. Malgré qu'elle n'ait pu se placer correctement sur la ligne de départ et qu'elle fût gênée dans la ligne droite de départ (environ 100^{ème} au bout de 300m de course), Alice a effectué une brillante remontée et termine **9^{ème}**. Sachant qu'elle était également malade la semaine précédente et qu'elle finit 3^{ème} cadette 1^{ère} année, les espoirs pour les futures années sont grands.

Le déplacement a souri également aux accompagnateurs. En effet, un tirage au sort était effectué sur les tickets d'entrée. Le 1^{er} lot, un séjour d'une semaine dans une auberge dans les Pyrénées, a été remporté par la famille Claudel. Le 2^{ème} lot, une soirée au Crazy Horse, a été gagné par la famille Schneylin. Promis, l'entraîneur en profitera pour faire du recrutement pour les SGH.

- **Bastien Huguel** a terminé **149^{ème}** aux **championnats de France de cross UNSS**. Son équipe, le lycée Courbet de Belfort termine 41^{ème} sur 42 équipes.

- Les jeunes ont un dernier rendez-vous avec les cross cette saison. Ce sera lors d'un **kid cross régional à Besançon le 23 mars**.

- **François Gallet** a rejoint **Alain Bourgeois** pour les championnats de France de semi-marathon. Il réalise 1h39'54 (temps officiel) alors que les minimas étaient fixés à 1h40' !!! 13 athlètes des SGH étaient présents à ce grand événement.

- **Frédéric Grand, Dominique Quetin, Frédéric Matosevic et Olivier Vejux** ont participé au trail de la Moselotte à Cornimont. Au vu de la quantité de neige, il aurait mieux fallu avoir des raquettes plutôt que des baskets !!!!

- **Bastien Huguel et Alice Claudel** vont participer à un **stage régional** le 24 mars à Dole.

- **Laurence et Laurent Vauthier** ont suivis la formation défibrilateur le samedi 09/03/13 matin à la salle Wissang.

- L'après-midi **Laurence Vauthier et Patrick Robert** se sont rendus à la formation d'entraîneur de course hors stade à Chatenois. Cette formation s'est poursuivie le dimanche et s'est conclue par 2 nouveaux entraîneurs diplômés aux SGH Athlétisme. Ils pourront pallier ponctuellement l'absence d'autres entraîneurs. **Hervé Jacquemain et Franck Gersch** n'ont pas pu participer à cette formation pour raison professionnelle d'une part et blessure d'autre part.

- **Franck GERSCH** sera absent pour raison professionnelle du 18 mars au 12 avril. Son remplacement sera assuré seulement le jeudi par **Nora Genebrier**. Donc pas d'entraînement le mardi pour ce groupe. Mais **Franck** assurera un entraînement le samedi matin. Il tiendra son groupe informé des heures d'entraînement du samedi.

- **Franck Gersch** passera son diplôme d'entraîneur le 23/03/13 matin à Besançon tandis que **Thierry ERNEWEIN** passera celui de dirigeant.

- Depuis le 11/03/12 les SGH Athlétisme possède un bureau (N° 104) dans la **Maison des Associations**. Nos prochaines réunions auront donc lieu là au lieu du local du foot. Important pour accéder à notre bureau : prendre l'ascenseur en entrant à gauche pour le 2^{ème} étage. En sortant de l'ascenseur continuer tout droit dans la galerie vitrée et prendre la dernière porte à gauche. Prévoir d'y installer le photocopieur et les archives du club.

- Le prochain **test VMA** aura lieu le **samedi 6 avril de 10 à 12h** au stade du Mougnot. Il est ouvert également aux personnes extérieures au club. N'Hésitez donc pas à en faire la promotion. Des affiches seront bientôt disponibles.

- La 1^{ère} réunion pour l'organisation des 10Km d'Héricourt aura lieu le **vendredi 12 avril 2013 à 20h** à la **Maison des Associations**.

- La prochaine réunion de comité aura lieu le **vendredi 14 juin à 20h** à la **Maison des Associations**. Les ordres du jour de ces 2 réunions vous seront communiqués ultérieurement.

- Ne pas oublier de démarcher des partenaires pour la course 2013 : des press-book sont disponibles auprès de **Thierry Ernewein**. Ne pas hésiter à demander de l'aide au CD des SGH Athlétisme si besoin.

- Nous essayons de vous communiquer de nombreuses informations par mail (courses, manifestations, entraînements...). N'oubliez pas de nous **communiquer tous changements de mail**, d'adresses...

Conseils, Informations ... sur l'athlétisme

Vous retrouverez ici une partie d'un article, une information... tiré d'un magazine sportif (Jogging International, Running attitude...) ou sur internet.

Temps de course en compétition: officiel, réel, scratch

Un jargon à démystifier !

Plus vous participerez à des courses et plus vous croiserez des termes propres à l'univers du running. Au début tout cela vous semblera bien complexe, mais une fois quelques explications données, vous vous surprendrez vous même à parler comme un runner avéré !

Le temps de course « officiel » -> classement officiel

Lorsque vous prenez le départ d'une course à « gestion électronique » deux types de prise de temps vous sont proposés.

Le premier est le temps de course officiel dit « temps au coup de pistolet ». C'est à l'heure actuelle le temps homologué par la FFA qui peut vous permettre de vous qualifier à un éventuel Championnat de France.

Le temps de course « réel » -> à titre informatif

Le second temps, dit « **temps réel** » est le calcul chronométrique entre le moment où vous franchissez la ligne de départ (sur les tapis) et le moment où vous les franchissez à l'arrivée. C'est le temps le plus précis qui soit en matière de performance puisqu'il exprime la réalité de votre chrono de course. Il n'est toutefois pas utilisé de manière officielle par la FFA puisque les meilleurs coureurs se positionnent toujours en début de peloton. Ils ne subissent donc pas de délai entre le « coup de pistolet » et leur temps de franchissement de la ligne de départ, contrairement aux coureurs en fin de peloton (amateurs) pour qui le temps d'attente peut parfois être significatif ! In fine, ce type de chronométrage est utilisé uniquement à titre informatif pour ces mêmes coureurs, certes amateurs mais pas moins pour autant avide de connaître leur chrono précis !

Ordre brut d'arrivée -> le classement « scratch »

Suite à une course, vous obtiendrez votre:

- temps de course officiel
- temps de course réel
- classement

Ce classement est de plusieurs types: par sexe (homme ou femme), par catégorie d'âge (pour les plus représentées: Junior, Espoir, Senior, Vétéran 1 à 4).

Vous verrez donc souvent les abréviations suivantes:

SEH/SEF: Senior Homme/ Senior Femme

V1H/V1F: Vétéran 1 Homme/ Vétéran 1 Femme, etc.

Quoiqu'il en soit, le classement scratch ne tient compte d'aucune catégorie que ce soit et détermine tout simplement l'ordre d'arrivée des coureurs peu importe leur âge, sexe, etc.

Ainsi, si par exemple vous lisez à la fin d'une présentation de course: « coupe aux 3 premiers du scratch », c'est que les 3 premiers arrivants seront récompensés, point.

Il est toujours plus appréciable de voir récompensés les x premiers de chaque catégorie, en plus du scratch. Cela est plus juste car plus respectueux des différents profils et capacités. C'est pour cela que des catégories existent.... un moins de 81kg au judo ne combat pas contre un plus de 100kg!

Vous ne vous poserez désormais plus la question des différences entre les temps de course officiel, réel et le classement au scratch et comprendrez pourquoi les sites de chronométrage vous fournissent toutes ces données différentes et complémentaires !

Prochaines dates

- Dimanche 17 mars : boucle de la Saône à Gray, Semi-marathon de la Wantzenau
- Dimanche 24 mars : la ronde du Salbert
- Samedi 30 mars : Les foulées de Rosenau à 17H (parcours plat et roulant)
- Dimanche 1^{er} Avril : la ronde du Bosmont
- Dimanche 7 avril : courir à perdre Allaine
- Dimanche 14 avril : ASCAP trail et ½ marathon de Thionville qualificatif pour le championnat de France.
- Dimanche 21 avril : les foulées de la Motte
- Dimanche 28 avril : le 10km Cora
- Dimanche 5 Mai : Trail de Lure et 5,10 et ½ marathon de Strasbourg.
- Dimanche 12 Mai : 10 km AVO marques, Trail des forts à Besançon
- Lundi 20 Mai : 10000 pattes ASCAP

Les compétitions sur piste vous seront données par vos entraîneurs.

Petites annonces

Pour faire suite à certaines demandes, le Petit Journal se renforce avec une rubrique « Petites Annonces ». Pour faire paraître votre annonce dans cette rubrique vous devez contacter **Laurent Schneylin**. Vous pourrez y vendre des articles de sports ou autre.

Pour cette 1^{ère} édition de petites annonces :

✓ A vendre, maison mitoyenne de 80 m2 environ à Héricourt avec 1 garage, 3 chambres, grenier, cuisine et salle de douche équipée, WC, SAM, salon, sous-sol.

Située dans une impasse au calme à 2 pas du centre -ville.

Grande terrasse de 30m2 à l'arrière sur vue dégagée + petit terrain à l'avant.

Chauffage gaz et toiture refaite en 2006.

A saisir rapidement. N'hésitez pas à en parler autour de vous.

Prix: 110 000 euros.

Pour toute visite ou renseignements, contactez **Laurent ou Laurence Vauthier** au club ou téléphonez au 03.84.46.06.44.

Pour vos futures annonces, le prochain PJ sortira normalement courant mai.

Anniversaires

PETREQUIN SYLVIA	11 Mars		
MAGNIN CAMILLE	17 Mars		
BELLIER LORETTE	19 Mars		
CLAUDEL ALICE	19 Mars	MANCASSOLA BENJAMIN	2 Mai
PUZIACK LISA	26 Mars	THIRIET CHRISTELLE	2 Mai
DEMONTROND EMILE	31 Mars	FRIONNET MICKAEL	4 Mai
		THIRY THOMAS	14 Mai
DIEMUNSCH NATHALIE	1 Avril	PETRIGNET KARINE	16 Mai
DUBREUIL DENIS	1 Avril	WOOG LEA	22 Mai
JACQUEMAIN QUENTIN	4 Avril	LAMBOLEY JEAN	24 Mai
ANTOINE JACQUES	7 Avril	POILLET GEOFFREY	26 Mai
MATOSEVIC GAETAN	10 Avril	TALBI JADE	29 Mai
VENINI CLEMENT	10 Avril		
GUY CHRISTEL	20 Avril		
HUGUENARD JUSTINE	23 Avril		

Julien Blaut et sa femme Nathalie ont eu la joie d'accueillir au sein de leur foyer leur 1^{er} enfant. Jade est née le 3 mars. Elle pesait 3,200Kg pour 49cm. La petite fille et la maman se portent bien. Félicitations aux parents !!!

Tableau d'honneur

Il est souvent surprenant d'apprendre les activités de certains des athlètes que nous côtoyons au quotidien. Clément Venini est un élève de **terminale S** option mathématique. Il prévoit d'intégrer l'an prochain **une prépa Maths-Physiques** à Besançon.

Mais Clément a aussi d'autres occupations que l'athlétisme. Tout d'abord, les stères de bois, la mécanique ou la maçonnerie ne lui font pas peur... Mais il est aussi passionné de lecture (genre Fantasy) et de jeux vidéo comme de nombreux jeunes.

Il fait partie du **club robotique** du lycée Aragon. Il a d'ailleurs participé à la journée **planète des Sciences** à Vaulx-en-Velin où son équipe a ramené la **coupe du fair-play**.

Mais, c'est avec les cartes en main qu'il a obtenu ses meilleurs résultats avec notamment une place de **vice-champion de France de tarot en 2011** dans la catégorie **quadrette** avec le lycée Aragon.

Côté athlétisme, Clément Venini est arrivé au club en 2004. Depuis, Clément a beaucoup progressé. Ses chronos sur 1000m en attestent : 4'04'' en 2006 et **3'02 en 2012**. Mais c'est sur **800m** lors des championnats de Franche-Comté 2012 qu'il réalise sa meilleure performance avec **2'10** sur cette distance. Il a montré également de belles capacités sur 300 et 400m avec des chronos de 41''36 et 56''28.

La concurrence avec d'autres jeunes du club devrait l'amener à améliorer encore ses chronos. Enfin, si lors d'un footing vous passez vers le **dolmen à Brevilliers**, vous pourrez également avoir une pensée pour Clément car il a participé à la rénovation du hangar lors d'une semaine **Action jeunesse Citoyenne** avec le Centre Simone Signoret.



Pour la secrétaire
Laurent Schneylin