

Licences
2008

Les demandes de licences pour la saison 2008 sont arrivées !

Alors récupérer vite votre dossier d'inscription soit par email, sur le blog, lors des entraînements ou chez nos partenaires ActivaSport ou ACK Cycles.

Et surtout n'oubliez pas de nous retourner vos dossiers complets avant le 26 Octobre 2007 !

Triathlon Vaulx en Velin Villeurbanne

16/09/07

La journée débute au péage de Chambéry où nous nous sommes donnés rdv. Vous connaissez Hughy les bons tuyaux (starsky et hutch) ... et bien, il était là sous le pseudo de Denis. Comme il en est coutumier, il avait réussi à dégoter une camionnette pour y rentrer tous nos vélos et sacs. extra !! 3 équipes d'AST au départ : 3 équipes très disparates dans leur approche de la compétition.

En effet, il y avait l'équipe qui a pour mot d'ordre "la camaraderie", ceux qui y vont pour le fun, pour participer et passer un bon moment ensemble avec des jeunes, des expérimentés, des peu entraînés mais très motivés, des néo triathlètes, enfin un véritable melting-pot du tri. Je cite : Thibault, Stéphane, Patrice, Thierry et Hervé.

Il y avait aussi l'équipe de "la solidarité", ceux qui ont pour seul but de finir, de s'entraider et de prendre du plaisir. Un grand grand merci et beaucoup de respect à Mireille, David et Hughy les bons tuyaux..... euh Denis qui se sont dévoués de bon cœur pour permettre à Laurence et Valérie de faire leur grand début sur un triathlon par équipe. Et oui Laurence s'est enfin lancée dans le grand bain, ou plutôt les algues de Vaulx en Velin, pour réaliser son 1er triathlon....

d'ailleurs craignant d'aller trop vite en vélo, a quand même fait environ 8 km avec le frein avant boqué sur la roue...

Quant à Valérie elle a su aller au delà de ses limites en

course à pied, aidée de ses comparses qui ne l'ont pas épargnée !

Et enfin, l'équipe "compétition" qui avait pour seul mot d'ordre "partir vite et finir très vite". Pour elle, seul le résultat compte mais aussi la satisfaction d'avoir tout donné. Pas de pitié pour les blessés, Jacques en fera les frais mais aura été au combien utile en natation. Cette équipe composée de Jacques, Eric, Romuald, Fabien et Nath remporte le titre régional en mixte non sans mal puisque l'équipe de l'asvel lui a tenu tête jusqu'au bout (10 sec d'écart). Une grosse pensée pour Eric, qui, pour des raisons professionnelles, n'aura pu être des nôtres et aurait été d'une aide considérable.

Alors, certes, l'équipe "compétition" a gagné mais la question que l'on pourrait se poser, c'est ... ne serions nous pas tous vainqueurs au fond chacun dans sa catégorie ? Car c'est un véritable plaisir que de voir l'équipe de la "solidarité" et de "la camaraderie" arriver main dans la main, parfois au bord de l'épuisement, ou la larme à l'œil, tous heureux d'avoir accompli ou aider à accomplir une belle performance physique dans un sport très exigeant.

Merci à nos supportrices de choc : Estelle et Nathalie (la chérie de Patrice), Mélanie, ainsi qu'à René Pierre qui, le pauvre, ne s'est contenté cette année que de nous suivre et nous encourager.

Commentaires : Nathalie Peillex et Mireille Giroud

Les résultats complets : <http://aixlesbainstriathlon.free.fr/ressources/Resultats/070916TriathlonVaulxenVelinV.xls>



RESULTATS

1.	TMT	0:59:32
16.	Nathalie P., Fabien, Ronuald, Jacques M.	1:07:22
44.	Stéphane A., Thibault, Hervé D., Patrice, Thierry	1:16:18
84.	Laurence, Valérie, Mireille, Denis, David	1:41:39

Trail du Bugey

16/09/07

C'est sous un soleil radieux que se sont élancés dimanche dernier les coureurs du trail du Bugey. Ils étaient plus de 100 à 8h30 prêts à prendre le départ du 52 Kms parmi lesquels l'infatigable **Manu** toujours à l'affût des épreuves interminables... Les marcheurs les ont suivi pour 17 Kms à la découverte de magnifiques sentiers ; **Eloy** pour finir as tu marché ou couru ??? Enfin ce fut le départ du 26 Kms, 150 coureurs dont **Pascale, Gaël et Sylvie**. A noter un passage de **Dany** et de sa machine (désormais inséparable, préparation d'Hawaï oblige...) venu soutenir les troupes. Bravo à Pascale qui termine 1ère V1. Une journée vraiment magnifique à tous points de vu (parcours, organisation et météo).

Résultats et Photos: www.belleysportpedestre.org

Commentaires : Sylvie Charvet



Natation

Mercredi

Point RDV

18H45 plage du
Rowing à Aix



Vélo

Samedi &
Dimanche

Point RDV 9H00
à la piscine



Cap

Mardi & Jeudi

18h45 à 19h45 à
l'hippodrome



Champion

Aix les Bains



activasport
Courir. Marcher. S'évader

SUUNTO



Triathlon de Châlons en Champagne

16/09/07

Un schtroumpf au pays du Champagne. Laissez moi vous conter cette histoire d'un schtroumpf aixois, qui pendant que ces camarades s'éclataient à Vaulx en Velin, a décidé de se rendre au pays des bulles, pas du jacuzzi mais de champagne pour un triathlon CD. C'est accompagné de 130 triathlètes qu'il se met à l'eau (18°) dans un canal de la Marne pas plus large qu'un bassin de 25 m. Canal à remonter sur 900 m, avant de faire le tour d'une île, et de ressortir sur la terre ferme. Ensuite c'est parti pour 40 km de vélo dans la campagne champenoise, pas une montagne à gravir, pas d'arbres pour s'abriter du vent qui nous à accompagner de face pendant la moitié du parcours, au final, quelques places de récupérés et un chrono en 1h06 sans les changements. Restait plus qu'à voir sil restait du gaz dans les jambes pour un parcours de course à pied très sympa entre Marne et Canal. Et c'est encouragé par un car de supporter locaux que ce schtroumpf franchit la ligne d'arrivée en 2h21 à la 39ème place. Super temps, organisation simple mais efficace, et 130 triathlètes tous sourire à l'arrivée. L'esprit du club Aixois était présent : un mélange de simplicité et de bonheur partagé au travers du sport.

Commentaires : Yannick Le Gac

Tous les résultats : <http://aixlesbainstriathlon.free.fr/ressources/Resultats/070916TriathlonChalons.pdf>

Actualités DUATHLON / TRIATHLON et Autres Courses

La Chautagnarde (73) 23/09/07

Chindrieux : Trail de 23km et 13km

Infos : http://www.kikourou.net/calendrier/course-9843-la_chautagnarde-2007.html

St André Le Gaz (38) - Duathlon 30/09/07

CD seul ou par équipe de 2 10H : 5€
en individuel ou 10€/équipe

Infos : <http://tcsa38.free.fr/>

Orient'Aix (73) 30/09/07

Course d'orientation sur le plateau du Revard avec tir à l'arc par équipe de 2

Infos : http://www.clubalpinaixlesbains.org/orient-aix/oa_inscript_2007.htm

Triathlon LD de Saint Raphaël 30/09/07

Les gars de l'avant pays savoyard sont dors et déjà inscrits : Philippe, Gaël, Yann et Yves

Infos : http://triathlon-saintraphael.com/index.php?option=com_content&task=view&id=68&Itemid=103

Triathlon de La Ciotat Iron B 07/10/07

Laurent Brunetti est intéressé pour y aller, et qui d'autres pour l'accompagner ?

Infos : <http://triathlondelaciotat.free.fr/>

TriSalève (74) - Duathlon Vert 14/10/07

Sprint 9H : 14€ -
Découverte par équipe de 2 : 22€/équipe -
Avenir : 3€

Infos : <http://trisaleve.free.fr/>

Triathl'ain (01) 11/11/07

Raid par équipe de 2 : càp, canoë, VTT

Infos : <http://triathlain.free.fr/>



Champion
Aix les Bains

activasport
Courir. Marcher. S'évader

SUUNTO



BLOG : <http://aixlesbainstriathlon.over-blog.com/>

FORUM : <http://aixlesbainstriathlon.free.fr/forum/index.php>