

## Licences 2008

SVP merci de ne pas attendre la dernière minute pour nous remettre vos demandes de licences. Plus d'infos sur le blog : <http://aixlesbainstriathlon.over-blog.com/categorie-10139894.html>

## Résultats

30/09/07

La mobilisation des bleus étaient encore de rigueur ce week end. Au niveau international avec la participation de Mathieu à l'Elbaman, au niveau national pour le triathlon LD de St Raphaël avec les gars de l'avant pays savoyard Yves S., Gaël et Philippe L., et au niveau régional avec le duathlon de St André Le Gaz avec Pierre Yves, Emmanuel, Gilles, Valérie, Eric et Nathalie P.

RESULTATS ELBAMAN		
1.	Alessandro ALESSANDRI	9:39:20
114.	Mathieu DUBOIS	13:30:08

### ELBAMAN, commentaires de Mathieu :

Me voici de retour... je serais bien resté là bas... Soleil, plage, Sirènes, glaces... Enfin bref, il faut bien retrouver la réalité un jour. Les résultats

officiels sont Là... [http://www.winningtime.it/wt/classifica/\(offset\)/100/\(idrace\)/3041](http://www.winningtime.it/wt/classifica/(offset)/100/(idrace)/3041) ... et je suis très heureux de me trouver sur cette liste à la 114ème place sur 235 partants en individuel et le tout en 13:30:08.70. De plus j'ai pris un énorme plaisir à faire ce Tri qui c'est super bien passé, et surtout durant lequel je n'ai souffert à aucun moment... J'ai même couru (enfin, trottiné) tout le long du marathon !!! Je fais la C.A.P. 4h39'23" (118ème temps) là où j'avais tablé sur minimum 5h de galère... et ce ne fut que du bonheur avec un dernier tour en larme... de joie. Quand à la récup, tout va bien, pas plus de courbatures que pour un autre Tri... mais je m'attends à un après coups. Je tiens aussi à remercier toutes les personnes qui m'ont encouragé de par leurs messages verbaux ou écrits, car je peux vous affirmer que lorsque qu'on est dans la courses et bien on y pense... Un grand merci aussi à Nathalie et Patrice pour leurs très bons conseils leur travail de mise en confiance, ainsi qu'à Thierry qui a bien voulu partager de longues sorties vélo de préparation (le plat est toujours mon point faible). Pour conclure, c'est que du bonheur à quand la nouvelle date !!!

RESULTATS LD ST RAPHAEL		
1.	Nathan SAW	3:40:43
115.	Philippe LAROCLETTE	5:03:27
164.	Yves SONOT	5:16:04

### Triathlon LD ST RAPHAEL :

Ils ont décidé de continuer leurs efforts en prenant le départ du triathlon longue distance de St Raphaël. C'est parti pour 3000m de natation, 77km de vélo et 20km de cap. Yves c'est un peu perdu au milieu de filets de pêche mais une fois sur la terre ferme tout est rentré dans l'ordre. C'était un jour sans pour Gaël : après avoir crevé 2 fois au bout de 3 km et il a du abandonner. Quant à Philippe il aura fait une belle course. Félicitations à nos 3 acolytes !!!

Retrouvez tous les résultats

<http://aixlesbainstriathlon.free.fr/ressources/Resultats/070930TriathlonStRapha%ebl.xls>.

RESULTATS DUATHLON ST ANDRE		
1.	Florian AUREILLE	1:34:55
5.	Gilles DAGNIAUX	1:40:21
6.	Pierre Yves ARCHAMBAULT	1:40:55
12.	Eric LECOCQ	1:44:03
13.	Nathalie PEILLEX	1:44:05
21.	Emmanuel GOETZ	1:53:28

### Duathlon St André Le Gaz :

Pour la 2ème édition de ce duathlon à Saint André Le Gaz ce fût le temps idéal. Les distances se répartissent en 5.8km de course à pied mi-route mi-chemin puis 30km de vélo en 2 tours avec 2 monstrueuses côtes et pour finir de nouveau 5.8km de course à pied. Une course très sympa mais pas très adaptée pour les non initiés, Valérie en fera les frais et préférera abandonner à la fin de la 1ère boucle de vélo. Parmi les bleus on retrouve Pierre Yves plus motivé que jamais, Emmanuel, Gilles, Eric et Nathalie P. qui terminent la course ensemble.

Tous les résultats <http://tcsa38.free.fr/>

Bravo et Félicitations à tous d'avoir porté hauts et partout les couleurs du club.



## Natation

Lundi

19-20h 20-21h

Mercredi

12-13h

19h15-20h30

Vendredi 19-20h

À la piscine



## Vélo

Samedi 9H30

Dimanche 9H00

Point RDV à la

piscine



## Cap

Mardi & Jeudi

18h45 à 19h45 à

l'hippodrome



Aix les Bains



activasport  
Courir. Marcher. S'évader

SUUNTO



## Orient'Aix

30/09/07

**F**inalement, cette course c'est super bien passée. Super ambiance, comme d'habitude. Etait présent du club : Sylvie et Julien, Karine et Olivier Tison, Nath et moi-même. Sylvie et Julien finissent devant nous au nombre de balises trouvées à la 4<sup>ème</sup> place. Les Tisons et nous-mêmes avons fait la course à 4 ensemble, c'était génial, et nous finissons à la 11<sup>ème</sup> place. En plus de la recherche de balises, il y avait aussi du tir à l'arc et du lancé de Javelot. Conclusion : super journée (soleil et température agréable) et super ambiance.

Commentaires : Nicolas Horvais

Tous les résultats :

[http://www.clubalpinaixlesbains.org/orientaix/OA2007/Classement\\_Rando\\_Strategie\\_Ed9\\_2007.pdf](http://www.clubalpinaixlesbains.org/orientaix/OA2007/Classement_Rando_Strategie_Ed9_2007.pdf)

## Tenues Saison 2008

**P**lus qu'une semaine à attendre pour pouvoir commander et essayer vos tenues au couleur du club. Cette année vous aurez une gamme complète été hiver en vélo et running ainsi que des maillots de bain.

## Téléthon 2008

**L**e 8 décembre aura lieu le téléthon à Aix les Bains. Les clubs aixois sont sollicités. L'objectif est de trouver des fonds pour aider les chercheurs de l'Association Française contre la Myopathie (AFM). C'est une occasion de se faire connaître sous un autre jour et une façon d'aider. Aujourd'hui nous avons des idées d'animations. Nous recherchons des personnes pour aider à organiser cette journée. Une réunion d'information est prévue le 08/10. Nous restons à votre disposition pour plus d'infos et n'hésitez pas à nous rejoindre.

## Actualités DUATHLON / TRIATHLON et Autres Courses

### Triathlon de La Ciotat Iron B

07/10/07

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

### 25<sup>ème</sup> Foulée de Drumettaz (73)

07/10/07

9,8 et 16,8 Km : 7€

Infos : <http://www.fouleededrumettaz.com/>

### Gentlemen d'Aiguebelette (73)

07/10/07

Circuit de 2x17km : 20€/par équipe

Infos : [http://www.chambery-cyclisme.com/org/index\\_cco.htm](http://www.chambery-cyclisme.com/org/index_cco.htm)

### Ronde des Vendanges (73) - Bourget du lac

14/10/07

9 et 15 km : 8€  
Pas d'inscription sur place

Infos :

<http://ronde.larondesvendanges.org/index.php>

### 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/>



## Natation

Lundi

19-20h 20-21h

Mercredi

12-13h

19h15-20h30

Vendredi 19-20h

À la piscine



## Vélo

Samedi 9H30

Dimanche 9H00

Point RDV à la

piscine



## Cap

Mardi & Jeudi

18h45 à 19h45 à

l'hippodrome



Champion  
Aix les Bains

activasport  
Courir. Marcher. S'évader

SUUNTO



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

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