

A.J.P.C ASSEMBLEE GENERALE du 10/11/2016
Salle Edgard PISANI Lycée agricole à 20h

ACCUEIL des participants et remerciements

Amis joggeurs et marcheurs bonsoir.

Nous avons grand plaisir à vous accueillir ce soir, dans cette magnifique et fonctionnelle salle Edgard PISANI.

Votre présence massive nous rassure et nous encourage dans nos actions.

Nous comptons vivement sur votre participation dans la discussion, la réflexion et la prise de décisions

Au nom de notre Comité Directeur, je vous adresse nos plus chaleureux remerciements.

Nous saluons la présence de Melle CAROLINE, secrétaire au CDOS et au CMES (Centre Médical d'Evaluation Sportive)

Nous aurons dans un instant celle du Dr PETITFOUR, médecin au CMES pour une conférence sur le thème de « La femme et le sport »

Je vous présente donc notre Comité Directeur :

Au bureau :

Daniel PLUBEL :	Président
Raymond PITOSET:	Vice-Président
Anne Marie HENRI:	Trésorière
Patrick MANS:	Secrétaire
Karine CARPENTIER:	Secrétaire adjointe
Bernadette PELTIER-PLUBEL:	Secrétaire adjointe à la Marche Nordique (MN)

Les membres administrateurs :

Catherine CHAILLAUD, Francis VOIRIN, Jean Marie DESCHARMES et Dominique HENNEQUIN

Nous allons donc vous soumettre au cours de cette soirée :

Concernant la saison passée (du 1^{er} septembre 2015 au 31 Août 2016)

- Afin de laisser plus de place à la discussion, la réflexion, à nos projets d'orientation, et pour rattraper le temps utilisé pour la conférence, nous avons volontairement et très sensiblement écourté nos rapports

- Un rapport moral
- Un rapport d'activités
- Un rapport financier

Concernant la saison en cours (1^{er} septembre 2016 au 31 août 2017)

- Un rapport d'orientation ; ce sont nos projets, pour cette saison.
- Les élections.
- Diverses questions sur notre site, nos groupes et leurs encadrants, sur lesquelles chacun pourra s'exprimer
- Nous terminerons cette AG par le palmarès sportif suivi du pot d'anniversaire auquel vous êtes bien sûr tous conviés.

A cette occasion, L'AJPC vous offre un alcool léger les dames et quelques messieurs ont confectionné de délicieux gâteaux.

Soyez vivement et sincèrement remerciés.

➤ **RAPPORT MORAL :**

1. Les valeurs de l'Association, son évolution.
2. Structures et effectifs
3. Les activités

1. Les valeurs :

En février 2016 l'AJPC fêtait ses 10^{èmes} année d'existence je dirai officielles, car elle est née d'un groupe « les cousins, cousines » bien plus ancien. Au cours de ces 10 années, elle a considérablement changé, elle s'est structurée, elle s'est agrandie, elle s'est forgé une solide et méritée réputation.

A l'entrée de notre AS dans sa deuxième décennie, je me dois d'exprimer notre gratitude à tous ceux qui ont œuvré pour elle pendant ces dix premières années, les collaborateurs, les encadrants, les partenaires.
A tous un chaleureux merci.

L'an passé dans cette même salle, et à cette même occasion, j'avais demandé aux membres du comité, aux entraîneurs, aux encadrants d'œuvrer en fédérateurs afin d'assurer une cohésion, de mobiliser, de rassembler car notre AS n'est pas une affaire de clan, ce doit être un groupe avec des libertés certes, mais aussi avec des obligations d'écoute, de confiance et de respect de l'encadrant et du camarade. N'oubliez pas qu'elle est née pour servir l'intérêt général et je m'y attacherai aussi longtemps que je le pourrai. Je citerai pour exemple de service à l'intérêt général : le montant très modeste de la cotisation annuelle qui ouvre notre porte à tous. Je citerai aussi les grandes possibilités de pratique que nous offrons à tous, en comparaison d'autres clubs.

Je leur avais aussi demandé d'exprimer notre potentiel, notre talent. De prendre des initiatives, d'être entreprenants, exigeants, afin de préparer une place agréable à tous ces jeunes et moins jeunes de plus en plus nombreux, qui frappent à notre porte.

Y sommes-nous parvenus ?

Je dirai oui, en partie. Oui pour la marche nordique ou j'observe une cohésion, une volonté de faire et une satisfaction de tous les participants.

Je mets un peu de réserve pour le jogging ou l'encadrement, l'accompagnement n'ont pas été faciles et un peu désorganisés.

Mais, les volontés déjà mises en pratique par certains, les décisions dernières prises en comité, les effectifs prévisionnels en hausse, me donnent beaucoup d'espoir pour un avenir serin de cette section, qui vous le savez avant la marche nordique a été mon premier et grand amour.

Enfin non, il est plutôt en chair et en os et il est là, alors il ne faut pas que je dise de conneries !

2 Nos structures sportives et les encadrants.

Les joggeurs :

Trois rassemblements dans la semaine, les lundis, mercredis et vendredis en ville en hiver et au Corgebin en été. Cet été nous avons aussi un groupe sur Chaumont tous les lundis. Sans oublier la sortie du dimanche matin dans le cadre d'une préparation à compétition dont les lieux et heures de rassemblement sont communiquées chaque semaine par mail.

Les marcheurs Nordiques:

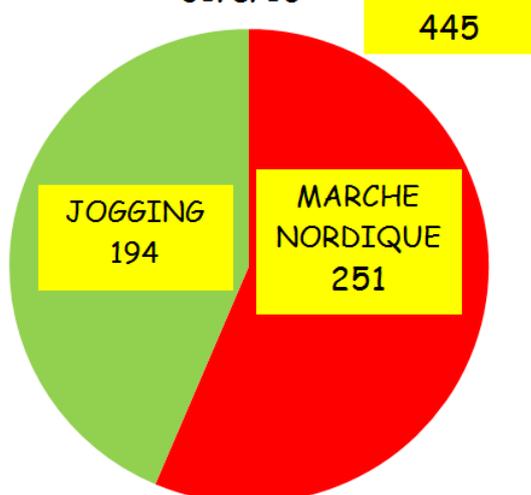
Cette section a fonctionné sur cinq créneaux mis en place aussi pendant les vacances scolaires. Une nouveauté cette dernière année, un groupe a fonctionné tout l'hiver les lundis et mercredis au Corgebin avec les lampes frontales et deux encadrants, alors que les mêmes créneaux étaient assurés sur la ville et les environs par aussi deux encadrants. Selon les qualités physiques, selon l'âge et selon aussi le désir de chacun, nous avons été en mesure d'assurer la prestation de groupes de différents niveaux. Parfois cinq groupes par créneau les après-midi.

Vous pouvez consulter sur notre site : ajpc-chaumont.fr sous l'onglet Marche Nordique ou Course à pied, les tableaux présentant les groupes, et les encadrants ainsi que les créneaux proposés.

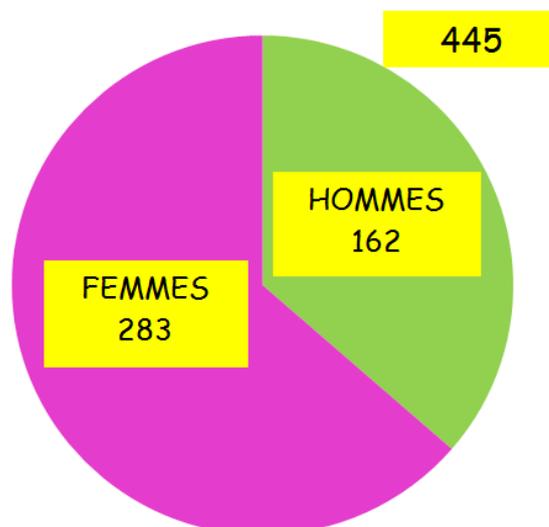
Les effectifs

Nous avons voulu à l'occasion de cet anniversaire mettre en évidence les effectifs « jogging et marche nordique » de cette dernière saison et l'évolution de l'AJPC pendant ces dix dernières années.

EFFECTIF GLOBAL A J P C
31/8/16

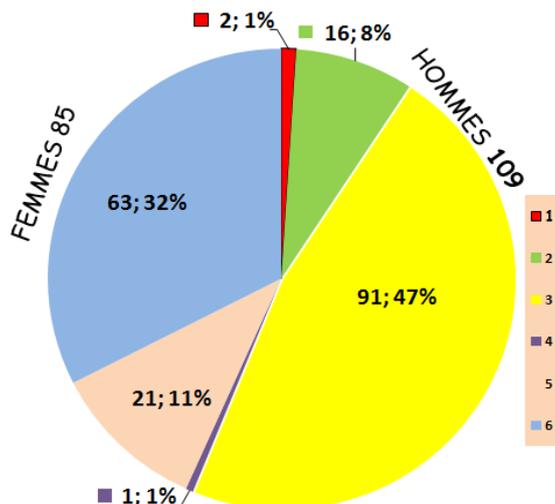


REPARTITION H / F 31/8/16



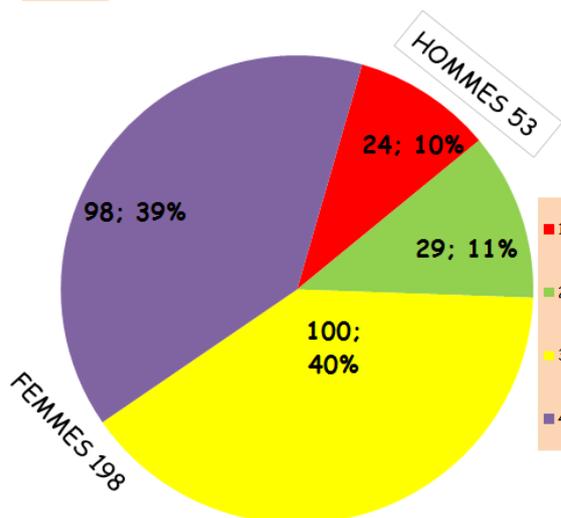
EFFECTIF JOGGING REPARTITION
31/8/16

194

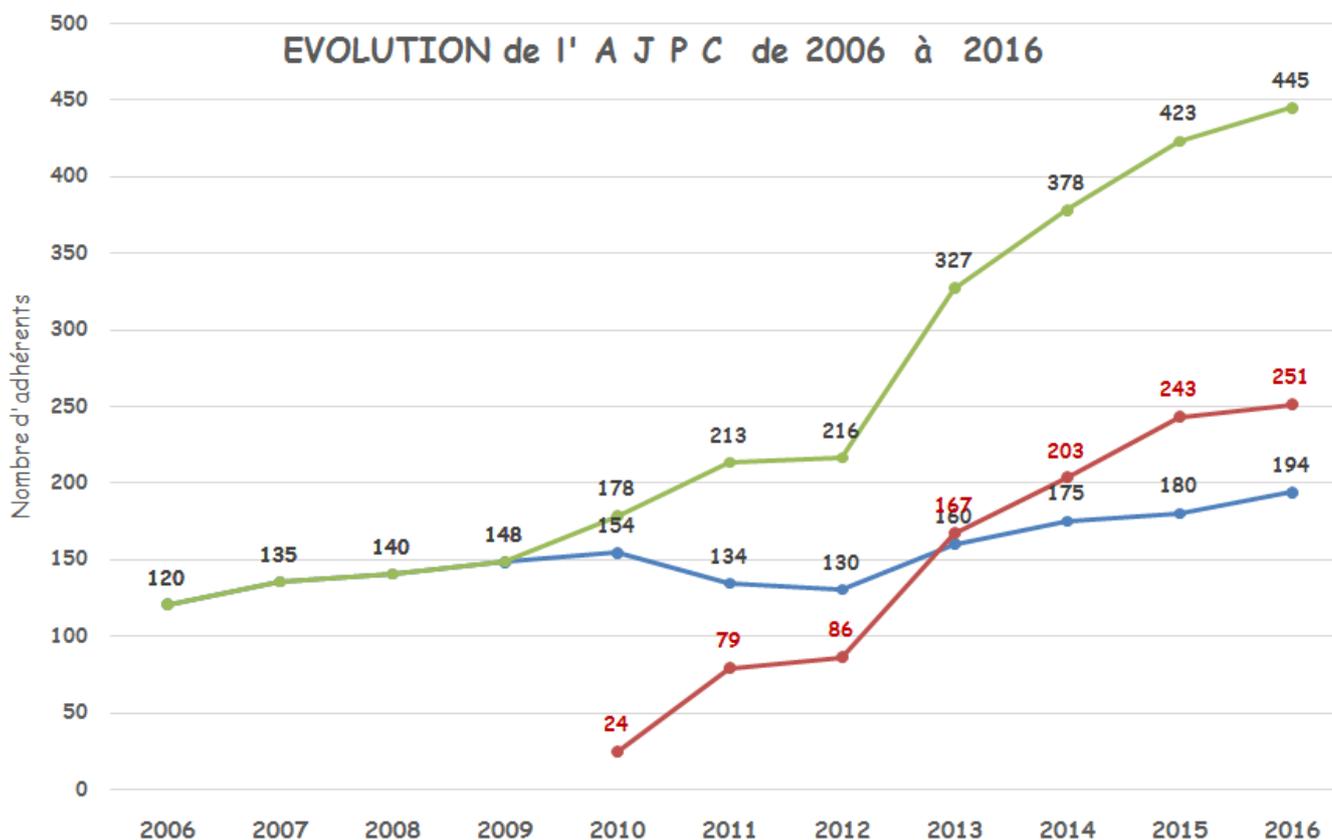


EFFECTIF M N REPARTITION
31/8/16

251



EVOLUTION de l' A J P C de 2006 à 2016



A titre indicatif, pour la saison à venir, à cette date nous avons 210 Inscrits en marche nordique et 177 en jogging. Sachez aussi que des 24 marcheurs de la 1^{ère} année de création, 20 sont encore parmi nous. Que des 120 joggeurs de 2006, 40 sont encore là.

Rapport adopté à l'unanimité à main levée.

RAPPORT d'ACTIVITE.

1- Les activités de loisirs communes MN et Jogging

➤ La galette

C'est notre principale manifestation festive de l'année. En janvier 2016 à Villiers-le-sec, 230 participants.

➤ La rencontre joggeurs et marcheurs à Villiers sur Suize

Chaque année fin juin, Francis AUBRY et son épouse, nous reçoivent à Villiers sur Suize dans un cadre très agréable. Après une matinée de marche ou de course, grand barbecue suivi de baignade, jeux de boules etc...qui ont

beau succès. Malheureusement cette année le terrain étant détrempé par les intempéries, il était devenu impraticable et cette journée a été annulée.

➤ **La soirée brochette fin juin**

Rassemblement de 70 adhérents à la salle des fêtes de Chamaranthes. Soirée très agréable.

2- Les activités sportives

➤ **La sortie raquettes**

Nous avons aussi prévu une sortie raquettes en mars à Samoëns, malheureusement Catherine et Jean Louis n'ont pas pu nous recevoir pour des raisons de fonctionnement

➤ **Le stage de préparation à Samoëns**

Chaque année au grand WE de l'Ascension nous organisons un stage à Samoëns.

30 participants ont eu cette année la chance d'avoir le soleil pendant les 4 jours

➤ **Les sorties compétition jogging**

Les innombrables compétitions auxquelles une majorité des joggeurs participent tout au long de l'année, sont une vitrine pour notre association.

Vous avez aussi participé à une constellation d'épreuves de trails, de bike and run, de cross, et aussi de triathlons. Si cette constellation d'épreuves vous satisfait, vous motive, vous incite à vous dépasser, eh bien tant mieux.

Les épreuves les plus fréquentées ont été bien sûr la Corrida du JHM avec 78 participants inscrits globalement et 85 avec les individuels. Sur 731 arrivants nous représentons 12%, c'est énorme et le challenge de 200€ a été allègrement remporté.

Nous comptons pour beaucoup dans le succès de ces épreuves locales qui sont souvent les premières occasions pour nos jeunes adhérents de se lancer dans la compétition.

Les plus importantes épreuves :

En début de saison (octobre novembre 2015) Marathon Nice-Cannes.

Un bus pour emmener 47 passagers dont 41 coureurs à Lyon pour courir 10, 21 ou 42kms

Et puis il y a eu le 1^{er} novembre 12 participations au Marathon de NY dont on a déjà parlé lors de notre dernière AG

Le marathon de Paris et d'innombrables autres comme :

Le « cross du Mont blanc » organisé par **Eliane** fut une magnifique découverte

Ainsi que le le trail de SERRE-ZINAL en Suisse organisé par Dominique

Dans les épreuves qualificatives sur 10, semi et marathon, nous avons enregistré des performances du niveau des qualifications aux championnats de France.

Vous aurez plus de détails à la lecture du palmarès.

Marche nordique :

En juin nous avons accueilli un club de marche de Nancy, ils sont venus un bus, randonneurs et marcheurs nordiques. Temps maussade sans doute la raison d'une présence trop faible de nos adhérents pour les accueillir.

De 10h à 16h30 de Choignes au Corgebin nous avons arpenté des parcours très agréables. Repas pris en commun au Corgebin et goûter au square Philippe LE BON, où ils ont dégusté le fromage de Langres et la Choue.

➤ **Une première sortie un samedi après-midi :**

Pour essai nous avons donc lancé cette initiative avec départ à la Tuffière à Rolampont et une boucle sur le mausolée Gallo-Romain de Faverolles. Succès mitigé (12 participants).

➤ **Nous avons aussi participé :**

A l'organisation de la corrida du JHM

A la demande du JHM, nous avons accepté d'aider au déroulement de la corrida du JHM. Afin de ne pas perturber la compétition des coureurs, j'ai demandé aux marcheurs et coureurs disponibles. Quatorze marcheurs ont répondu, merci à eux, mais aucun coureur.

Au forum des associations

Le 3 septembre 2016, cette manifestation reste incontournable. On pense ne pas avoir besoins de publicité, certes, mais nous tenons cependant à garder cette vitrine de façon à maîtriser quelque peu la concurrence, et surtout conserver un lien avec la population, ce qui nous permet d'enregistrer pas mal d'adhésions.

La projection du film « FREE to RUN »

Il ne faut surtout pas oublier que nous sommes par l'intervention de Dominique, à l'origine de la projection du film « FREE to RUN » au cinéma « A l'affiche » à Chaumont et de la venue de son réalisateur « Pierre Morath ».

Ce fut une belle et inattendue soirée pour les coureurs Ht-marnais

➤ **RAPPORT FINANCIER.**

Anne Marie présente le rapport financier et vous le validerez par votre vote à main levée si vous reconnaissez une gestion exacte et régulière.

Rapport adopté à l'unanimité à main levée.

➤ RAPPORT D'ORIENTATION.

C'est en fait l'énumération et la description de nos projets d'organisation, de compétitions, de modifications pour la saison à venir et pour certaines nous vous demanderons votre approbation à main levée.

L'encadrement

Il ne faut pas se voiler la face, les difficultés rencontrées l'an passé pour encadrer, pour assurer la sécurité des groupes, pour accueillir les nouveaux arrivants, nous ont démontré l'insuffisance de l'encadrement en jogging.

Devant ces difficultés et les effectifs grandissants annoncés tout à l'heure, nous avons donc pris quelques décisions en comité. C'est là mon espoir ressenti.

Accueil des tout-nouveaux coureurs.

Du 1^{er} /09 au 15/11 Francis Voirin se charge de former ces tout-nouveaux qui pourront intégrer en douceur les différents groupes. Deux remplaçants éventuels sont désignés : Anne Marie et Thierry.

Pour les coureurs avertis

En dehors des groupes déjà conduits par Raymond, Thierry et autres, se sont proposés pour encadrer deux groupes spécifiques :

- Jean Marie Descharmes conduit un groupe le Mercredi soir axé sur la préparation physique. Il conduit aussi un groupe de Marche Rapide le jeudi AM
- Dominique Hennequin, assure une sortie plutôt trail programmée au coup par coup, il vous en dit 2 mots

C'est plutôt rassurant et encourageant, mais pour assurer des remplacements et un suivi permanent il va falloir étoffer ce groupe.

Nous considérons que plus l'encadrement sera dense, que moins les charges de chacun seront importantes.

Voilà, il faut absolument éviter qu'un jour on soit obligé de dire à nos adhérents et aux adhérents potentiels : Eh bien non, on ne peut plus s'occuper de vous, on ne peut plus vous garantir d'encadrement, de préparation, d'initiation. Il faut aller voir ailleurs !

Formation des encadrants.

Avoir une grande expérience de coureur ou de marcheur, c'est déjà très bien mais pas suffisant. C'est pourquoi, afin d'entretenir et même d'améliorer ce travail je me propose d'organiser en Mars-Avril quelques séances de perfectionnement à l'initiation de la marche nordique et pourquoi pas faire de même pour les encadrants coureurs. En dehors de ça nous pouvons proposer aux frais de l'AJPC une formation d'initiateur (5jours) par un formateur fédéral qui délivrera un brevet.

Formation aux premiers secours de tous les encadrants Jogg et MN actuels et de ceux désireux de l'être.

Lors de la discussion l'an passé sur le manque d'encadrement, nous avons ressentis votre inquiétude de l'incident ou l'accident lors des sorties en groupe, et avons estimé que ce pouvait être un frein à votre volontariat. Nous avons donc mis en place des séances de formations par la pratique et **surtout par l'information** aux premiers secours. Secours qui pourraient être mis en pratique lors d'incidents ou d'accidents lors de nos sorties jogging ou MN. Nous n'évoquerons pas bien sûr les accidents par noyade, incendie ou autres...

Cette formation sera assurée par notre ami Lulu (Lucien Fortunato) notre soigneur et ancien formateur à la Protection Civile. Merci lulu

Nous avons déjà planifié 2 séances, les mardis 15 et 22 novembre à 20h.

RDV à L'OMS, 1 route de Brottes. Avons enregistré une quinzaine de volontaires.

Ces deux séances qui se complètent sont réservées aux encadrants et éventuels.

Il semblerait que d'autres soient désireux de s'initier aux premiers secours. Nous allons sans doute et dans la mesure du possible, avec Lulu poursuivre cette initiative.

Les prévisions de compétitions et sorties

Les compétitions des joggeurs

Avec Francis nous étions tombés d'accord, sur l'opportunité de changer non pas le mode de préparation mais la périodicité. C'est-à-dire préparer les 10 et semis au printemps et le marathon en fin de saison.

Il se trouve que cette année vous êtes nombreux à participer au Marathon de Paris en avril. Francis va donc commencer la préparation mi-février. Ce déplacement sera indemnisé par l'AJPC.

Eliane nous proposait le trail de Marsannay le 27 mai qui propose aussi plusieurs parcours et 13kms de marche nordique. Malheureusement cela tombe en plein dans notre stage à Samoens. On va plutôt le prévoir pour l'année prochaine en déplacement groupé. Ceux qui seront disponibles pourront toujours participer.

Nous reportons donc notre déplacement sur une journée en bus sur une épreuve 10 et semi-marathon en fin de saison.

Voici les propositions :

Début septembre : Le Bien public à Dijon (12h30)

Fin septembre : Le Lion de Belfort (13h)

Début Octobre : Sedan Charleville (24,3kms) (14h)

Début novembre : Vittel 10kms (14h)

Début octobre : Semur en Auxois 9,4 et 21kms (10h)

A savoir que c'est **Virginie** qui a pris l'initiative cette année de pré-organiser le déplacement pour le « Cross du Mont Blanc ». N'étant pas tirés au sort, c'est le Trail de Samoëns qui a été choisi (week-end des 17 et 18 juin 2017)

Le stage de préparation groupé marcheurs - coureurs.

A SAMOENS lors du week-end prolongé de 4 jours du 25 au 28 mai à SAMOENS.

Ce sera pour les marcheurs encadrés par Catherine, une magnifique sortie par le paysage et un très tonifiant exercice par les parcours accidentés. Il faut préciser que c'est à la portée de marcheurs corrects et volontaires et qu'il y a des aménagements de parcours en fonction des demandes.

Ce sera aussi un stage de préparation au trail ou course en montagne pour les joggeurs, encadré par Jean Louis, le gérant du gîte ou nous serions hébergés.

A cette occasion nous pratiquerons le covoiturage indemnisé.

Vous avez la possibilité :

- de ne venir que 2 ou 3 jours, vous pouvez arriver jeudi midi ou vendredi soir.
- de partir dès le mercredi soir après le travail, de façon à en profiter d'avantage.
- d'organiser sur places différents déplacements sur différents sites.

Le montant de la pension complète est très raisonnable, moins de 45€ par jour et par personne.

La sortie marcheurs à Nancy

Nous sommes invités au printemps à Nancy par le club que nous avons reçu.

Déplacement en bus affrété par l'AJPC. On en reparlera

Epreuve de Marche à Chateavillain le 3 ou 4 juin

Compétition importante sur un parcours et d'autres seront ouverts aux non-licenciés.

Sorties Marche dans le département

Jean Yves se propose d'organiser une sortie sur Joinville un dimanche, date non définie. **Jean Yves 2 mots ?**

Nous prévoyons d'organiser une sortie dans le département 1 samedi après-midi par mois. Mais je pense que l'on attendra que la chasse soit terminée.

Certains et certaines ont déjà proposé diverses possibilités.

Sorties Marche au Corgebin

Les lundis AM de chasse au Corgebin durant- cet hiver

21/11 ; 5/12 ; 23/01 ; 13/02 et 27/02.

Ils ajoutent parfois une date supplémentaire.

Les sorties sont donc reportées au lendemain mardi RDV même lieu, même heure.

C'est plus de la Marche, c'est de l'amour

Elle se nomme Anne Marie, elle n'est pas là ce soir, travaille à Chaumont mais rentre le soir à St Dizier où il y a un club de marche mais pas de créneau le soir après le travail.

Elle reste donc à Chaumont le lundi soir, viens marcher avec nous et loge dans un B and B qu'elle doit payer bien sûr.

Si ça c'est pas de l'amour !

D'ailleurs elle aimerait trouver une chambre chez une grand-mère ou un célibataire de la cinquantaine. Alors si vous connaissez !....

Manifestations festives

1) La soirée galette du 21 janvier 2017 à Villiers le Sec

C'est une soirée dansante qui remporte toujours un franc succès populaire, un peu de bénéfice et beaucoup de travail.

Nous allons **limiter les inscriptions à 230.**

Attention il n'y aura pas d'inscription de dernière minute. Nous avons cette année beaucoup de nouveaux et de jeunes. Dès les invitations lancées (début décembre), inscrivez-vous auprès de Karine (Joggeurs) ou Daniel (marcheurs) **en versant la participation de 20€.**

Il y aura bien sûr jusqu'au 31 décembre une priorité pour les **adhérents et leurs invités.**

Inscrivez correctement le nom de vos invités sur le bordereau. Si des absences, prévenez et indiquez le nom des remplaçants. Si pas de remplaçant, nous encaissons le montant de la participation.

En fonction des places disponibles, après décembre nous ouvrons la participation aux gens de l'extérieur.

Nous appliquons la formule habituelle : nous faisons appel à votre disponibilité hommes et femmes pour préparer la salle et les toasts le samedi AM de 14h à 16h environ, à la salle des fêtes de Villiers le Sec, pour le service le soir et le rangement le dimanche matin à 10h. A la fin du rangement, le travail bien fait, l'AJPC vous offre le buffet.

C'est encore une occasion de passer un bon moment ensemble.

LES ELECTIONS :

Notre Comité Directeur depuis la création de la section marche nordique, peut compter 12 membres. Ce Comité n'est pas complet, et deux places réservées à la marche nordique sont disponibles. Ces 12 membres sont répartis en 3 tiers de 4 dont 1 est rééligible chaque année.

Le tiers sortant cette année :

Karine CARPENTIER
Daniel PLUBEL
Bernadette PLUBEL
Jean Marie DESCHARMES
Tous se représentent

Réélection de Karine CARPENTIER, Bernadette PLUBEL, Jean Marie DESCHARMES, Daniel PLUBEL

Ces nouveaux élus, entrent donc dans le tiers qui sera sortant en 2019

CREATION DE 2 SECTIONS :

Toujours dans le but de structurer au mieux l'administration de notre association, afin de mieux répartir la charge de fonctionnement qui devient très lourde à cause des effectifs grandissant, et afin de sensibiliser, d'inciter certains d'entre vous à venir nous rejoindre, nous avons, en réunion de comité, opté pour la création de deux sections bien distinctes. Une section Jogging et une section Marche Nordique.
Qui dit deux sections, dit deux bureaux et pour affiner l'organisation, répartir au mieux la charge de travail nous allons créer des commissions.
Certaines seront mixtes (jogg et marche) comme celle des finances ou autres, et d'autres bien spécifiques à chaque section.
Certes nous allons entrer tout doucement dans ce système en fonction de nos moyens en personnel.
J'ai déjà concocté un organigramme qui vous fera mieux comprendre notre charge de fonctionnement et vous définira de qui nous avons besoin.

Actuellement notre Comité Directeur peut compter 12 postes, 10 sont occupés.
6 représentent les joggeurs, 2 les marcheurs et 2 les joggeurs et marcheurs.

Les cases vides de notre organigramme vous montreront notre déficit.

Nous admettons qu'il n'est pas nécessaire de faire partie d'un bureau pour entrer dans une commission, mais cela se résume à de l'aide et non à des prises de décision.

Voilà notre grande réforme en route, mais je suis convaincu qu'elle ne peut que faciliter et améliorer l'entente, l'entraide et la qualité de la gestion.

Je vous ferai passer notre organigramme que vous étudierez à la maison et auquel j'espère, quelques-uns donneront réponse.

Je souhaite vous montrer l'an prochain un organigramme de toute beauté

QUESTIONS DIVERSES :

La couverture assurance

Sur notre site vous trouverez toutes les informations concernant notre couverture (risques assurés, montant des indemnités etc...)

**Si toutes fois vous ne la jugez pas suffisante, vous pouvez consulter la notice individuelle « I.A. sport + »
Nous avons à votre disposition des formulaires que vous pourrez servir et nous remettre avec la cotisation demandée.**

La cotisation pour la saison 2017-2018.

Nous avons décidé de ne pas augmenter le montant de la cotisation, elle reste à 20€ et 35€ par couple.

Montant de la cotisation adopté à l'unanimité à main levée.

Les Tests au CMES

On ne doit pas négliger sa santé et les risques encourus.

A l'analyse des effectifs, vous êtes 90% à avoir plus de 40 ans. Tous les médecins vous diront de passer ce test à partir de 50 ans, par sécurité vous pouvez le passer avant. Surtout si vous prenez ou reprenez le sport et surtout si les certificats médicaux sont désormais valables 3 ans.

Caroline ici présente vous y accueillera les bras ouverts. Vous prenez RDV, vous ne réglez rien. L'AJPC vous donnera la facture plus tard.

Les maillots.

Nous organiserons des journées d'essai en début d'année afin d'avoir nos vêtements pour le printemps. Je vous rappelle que les nouveaux adhérents peuvent prétendre à un débardeur gratuit ou l'équivalent, avec la promesse d'être encore avec nous l'année prochaine.

Notre site, son évolution

A ce sujet, je vous demande, je vous implore de faire réponse aux questionnaires, aux sondages que nous lançons sur le site ou la boîte mail.

Vous avez tendance à oublier que nous communiquons par email et par notre site.

La saisie de vos résultats.

Toutes vos compétitions donnent des résultats, qui sont en principe reportés par chacun sur un tableau Excel mis à votre disposition, lequel tableau est remis en fin de saison à vos entraîneurs qui suivront votre évolution et qui pourront établir un palmarès pour l'AG. C'est hélas très loin d'être suivi assidûment et correctement ce qui fait que nous avons un minable palmarès à vous présenter malgré un groupe d'une centaine de compétiteurs.

Présenter le tableau à l'écran. Expliquer comment saisir

Ce tableau est sur le site.

A partir des tableaux reçus, nous avons avec Raymond et Francis collecté les résultats, records et bonnes perfs que vous entendrez tout à l'heure.

Je vous présente le tableau de Cyril. Tous les cadres sont très bien servis

➤ **PALMARES SPORTIF.**

La majorité de ces coupes nous a été offerte comme l'an passé par **Geneviève et André Monfils**, et par Jean Pierre et Martine MORENO. Nous les applaudissons très fort pour les remercier.

Notre première récompense sera pour vous tous !

Nous avons voulu marquer les 10 ans de notre AS. L'AJPC offre donc à tous les présents ce soir une magnifique pochette à nos couleurs.

La 2^{ème} sera pour tous les encadrants titulaires et remplaçants qui sont aussi les garants du bon fonctionnement de nos groupes marcheurs et coureurs. (Distribuer enveloppes)

La reconnaissance de la fidélité à notre AS :

Les marcheurs :

Nous ont suivis depuis la naissance de cette section, une dizaine de femmes sur les 24 inscrits en 2010. Parmi celles-ci 2 non jamais été reconnues et récompensées

F : (2016) : **Chantal CHAUMONT et CORROY Sylvie (Declercq Annie, Henry AM, Galand M,)**

Les joggeurs :

Tant et tant d'années en notre compagnie (plus 20ans pour certains).

Sur les 120 inscrits à la naissance de l'AJPC 2006, 40 sont restés parmi nous.

Et parmi ceux-ci un couple indéboulonnable de l'AJPC, un couple qui truste toutes les premières places de leur catégorie, un couple qui s'accroche à la course à pied et qui est devenu un modèle de courage, de longévité pour tous les coureurs Haut-Marnais : **Geneviève et André MONFILS**

La reconnaissance du courage et de la volonté :

Il est indéniable, vous serez d'accord avec moi, d'être en admiration devant sa volonté, son courage, sa ténacité qui lui ont permis de revenir presque à son meilleur niveau en si peu de temps.

Florence LAIR

A lui aussi il en a fallu, du courage et de la volonté pour boucler de très belle manière en 15h20, les 3.8km de natation, les 188km de vélo avec 4600m de dénivelé et le col de l'Izoard) et les 42.195km (Marathon) de course à pied que proposait l'ironman d'Embrun le 15 août

Eric LAIR

La reconnaissance de la coopération :

Jean Louis CARTERET

Elle est infatigable, elle est de tous les coups, elle est partout, sur la route, dans l'eau, dans la forêt, dans la montagne et de plus elle est superbement motivante, rassembleuse et coopérante, et pourtant elle n'est pas dans notre comité directeur. Une pièce très précieuse dans une association

Eliane DEPERNET

Les plus assidus aux entraînements d'après Raymond :

Femmes : Maud ROGER, Charlotte Touatti, Carole Brenet, Laurence Bertin, Fabienne Rameau, Mireille Poé,

Hommes : Gilles CAZIN, Thierry GALLAND, Christian Mathé, Marcel Gilson.

Entrée dans la compétition :

Nous tenons aussi à distinguer ceux et celles qui sont entrés dans le grand bain des compétitions officielles (10, semi et marathon)

Ont couru leur premier 10km :

Charlotte TOUATI

Christine GENTILHOMME à Lyon 2015 en 1h 05' 43

Ont couru leur premier Semi-marathon :

Charlotte TOUATI

Carole BRENE : Semi de Montier en 2h12'49 et record sur 10kms à la corrida du JHM en 59'06

Nicolas JACQUOT : Semi de Nuit St Georges en 1h36'47 et celui de Troyes en 1h35'42 et un excellent 10 à Bologne en 42'51 (VMA 16.9) Bravo

Franck THIEBLEMONT : Semi de Nuit St Georges en 02 :05 :37

Ont couru leur premier Marathon :

Jean François FERRAND : New-York en 3h53

Christophe GROLIER : Nantes en 3h38'51 (VMA 16.4) pour un premier c'est très bien. Egalement 1h45'50 sur semi et 45' sur 10 km

Ont égalé ou battu leurs meilleures performances dans leur catégorie sur les distances 10, semi et marathon :

Fabienne RAMEAU : Sur 10 km : Corrida du JHM en 54 :46 (VMA 14.2) Tableau très bien servi également

Emmanuel AUBRY : Sur 10 km : Corrida du JHM en 42 :33 (VMA 17) Très bien

Aurore BOUTHIER (SF) : Sur Marathon : 4h03 à NY contre 4h22 à Barcelone VMA 15.5

Laurence Bertin (V1F) : Sur 10kms : Corrida du JHM en 51'17 (VMA 15)

Hamid LOUCIF (V2M) : Sur Semi : à Nuit St Georges en 1h55h33 (14.7), Sur 10kms : à Bologne en 48'01 (VMA 15.6)

Virginie Becquet VF1 : Elle n'a rien battu mais je tenais à citer Virginie pour montrer son évolution vers les trails et courses de montagne. Elle n'a pas fait une seule course sur route cette année. Ce qui montre qu'à l'AJPC chacun y trouve son compte.

Trail de nuit près de Nuit st Georges, Trail de la Liez, Cross du mont blanc, Trail de Serre Zinal. Bravo Virginie

Régis COLLIN (V1) : Sur 10kms à St Dizier en 41'02 (VMA 17.5), Sur Semi à Nuit St Georges en 1h30'21, Sur Marathon à Nantes en 3h22'17

Bravo à Sandrine AUBRY qui m'a envoyé son tableau, mais je suis incapable de dire si ce sont des 1ères épreuves ou des records.

Je salue la longévité et régularité de Catherine PITOISET qui sert très bien son tableau en indiquant des records qui datent de 2009 et 2010. Bravo

Les résultats significatifs :

Christophe DELMAS V1 : Christophe ne m'a pas transmis ses résultats cette année mais depuis 2 ou 3 ans il était désigné le meilleur élément masculin, mais ne pouvait être présent à l'AG.
 Il est d'une régularité exemplaire dans ses perfs et de plus il est volontaire pour encadrer un groupe tous les lundis soir lors de préparations à compétitions.
 Si j'ai bon souvenir ses meilleures perfs sont moins de 3h sur Marathon et 1h20 sur semi. Bravo Christophe

Jean Pierre FEVRE : Il n'a pas battu ses records mais retour de blessures, il revient à son meilleur niveau et termine l'année par un très bon marathon à Metz en 3h34'52

Jean Pierre MORENO (V3) : N'a pas battu de records cette année mais termine 1^{er} de sa catégorie aux Boucles de Bologne en 43'45 (VMA 16.7) ce qui est une perf qualifiante aux championnats de France
 Il a également 2^{ème} à Marnay. Bravo Jean Pierre

Francis AUBRY (V3) : Il a obtenu 6 podiums sur les 13 épreuves qu'il a couru cette année, 3 fois 2ème et 3 fois 3^{ème}.
 Sur 5 épreuves de 10kms il a réalisé des perfs du niveau des qualifications aux championnats de France (46')
 Bologne : 45.20 ; Neufchateau 45.07 ; Xonrupt 45.40 ; Poissons 45.50 et sa meilleurs à Chaumont 45.00 (VMA 16.3)
 Un très bon semi aussi à Dommarien où il est très difficile : 1h41.00 à 1' de la qualif. Bravo Francis

Ce que j'ai trouvé de mieux cette année au palmarès féminin à partir de vos tableaux transmis :

Martine MORENO (V3) : Sur 6 compétitions effectuées cette année elle a fait 6 podiums : 5 fois 1^{ère} et 1 fois 2^{ème}.
 Rien que pour ça il faut l'applaudir.
 A savoir qu'elle ne pratique la course sur route que depuis 2 ou 3ans. Elle pratiquait la marche nordique avant et encore maintenant une fois par semaine.
 Ceci pour vous démontrer que la marche nordique peut être un excellent substitut et un excellent complément
 Donc, non seulement 6 podiums mais 3 performances du niveau des qualifications aux championnats de France.
 1^{er} semi à Beaune 1h59'32 (VMA 14.4)
 Boucles de Bologne : record en 54 :15 (VMA 14.4)
 Corrida du JHM en 54'50 (VMA 14.2)
 Bravo Martine

Voilà c'est terminé. Vive l'AJPC et souhaitons gaiement sont anniversaire !