



Perles de sueur

Le monde de l'ACFA

Edition n° 09 du 06 décembre 2007

Sommaire

Raconte moi ton mois

- La sortie du Gaillac primeur
- Le relais des côteaux

Compte-rendu de la réunion du bureau du 06/12/07

- Les animations et courses au calendrier à venir
- Les résultats de l'enquête 2007
- Vente de vin
- Vêtements
- DVD du Raid 2007 et CD des photos de la saison

L'espace adhérents

Cris de douleur

Les félicitations

Dans le rétro de l'ACFA

Raconte moi ton mois

LA SORTIE DU GAILLAC PRIMEUR

Le 18 novembre 2007

Pour profiter pleinement de la lecture de cet article, imprimez PdS, allez dans votre cuisine, déshabillez-vous, ouvrez la porte du congélateur, et lisez.....

Saviez-vous que les pingouins ont envahi le Tarn ?

Dimanche matin, au pied du château de Castelnau de Lévis : bonnets, gants et collants noirs, Kway blanc (logo ciel).... image floue dans la buée de notre respiration.... le froid est polaire 2 pingouins se dandinent harmonieusement..... « Putain qu'il fait froid !!! » dit le pingouin à moustaches.

Et c'est vrai qu'il fait froid, très froid, sûrement moins (ou plus ?) de -10 °, mais le décor est superbe. Devant les ruines fantomatiques d'un château séculaire, un soleil levant rouge sang, du givre sur l'herbe encore verte.

Bob a bien choisi le jour son « come back » après l'opération qu'il a subit récemment. En tout cas, nous, nous sommes très contents de le revoir.

A l'intérieur de la seule salle du château survivante (ouverte à tous vents), probablement une ancienne salle des gardes, une grande cheminée, dans laquelle crépite un bon feu. A côté un « piano bastringue » vigoureusement actionné par un ancien à la moustache en guidon de vélo, distille des chansons d'autrefois, contre le mur, du café chaud et de la fouasse à volonté. Ambiance totalement surréaliste, et en tout cas inédite pour un départ qui approche.

les ACFAiens se regroupent à l'extérieur, un gobelet de café ou de thé à la main, histoire d'admirer la cathédrale Sainte Cécile d'Albi qui émerge des brumes loin en contre bas du château.

Brigitte et Jean-Pierre partent pour le premier relais, suivi par Jérôme, fidèle cycliste accompagnateur. Pendant la descente, pas d'amortit dans les chaussures, le gel d'Asics n'a jamais si bien porté son nom !
Dur ! Très dur à cause du froid.

Mais ils arrivent à Labastide de Lévis ravis du décor et d'en avoir terminé sans bobo.

Christophe et Françoise SC leur succèdent : petite boucle vallonnée autour de Labastide. Jérôme soutient Christophe, victime de points de côté.

Le monde de l'ACFA

Au départ il fait encore très froid, mais à mi-parcours le soleil fait remonter la température de quelques degrés.

Arrivée en duo sous les encouragements de tous les copains.

Françoise V. et Georges M s'élancent pour un relais comme Georges les aime : avec une superbe côte à l'arrivée au Domaine de Bonnefil, où Michèle et son grand fils l'attendent. « Même pas fatigués ! » Ont-ils l'air de nous dire (?)

C'est au tour de la famille GENTE de partir : c'est sympa de les avoir mis sur le même relais. Plat sur les 3/4 du parcours, superbement vallonné à la fin. La dernière côte se fait sous les encouragements d'un public déchaîné.

Dieu qu'il est dur ce dernier rapailhous !

Tout le monde se retrouve, derrière la ligne d'arrivée, devant la salle des fêtes de Gaillac, autour de Maël, sa Mamou (Annie), sa maman (Vanessa), un verre de Gaillac primeur à la main.

Le repas est toujours aussi bon : salade gersoise, daube, éclairs au chocolat (j'en connais qui en ont mangé 2 !!!!!). Le Gaillac coule à flot..... Ca réchauffe.

Bravo les filles ! Bravo les garçons ! Pas de podium cette année, mais que c'est bon de se retrouver dans cette belle ambiance.

Un grand merci à BB car l'organisation n'a pas été simple entre les désistements d'équipes engagées, les repas accompagnateurs supplémentaires à acheter, etc.... le tout à négocier au départ par -10 °. Peu de bénévoles le feraient avec un si joli sourire.

Françoise SC.



LE RELAIS DES CÔTEAUX

Dimanche 2 décembre 2007 8h30.

Les pingouins de Castelnau de Levis se retrouvaient à Fourquevaux pour cette grande classique d'automne qu'est le Relais des Côteaux. Mais cette fois, le thermomètre avait gagné une quinzaine de degrés et nos pingouins n'étaient plus congelés.

Françoise, qui avait galéré pour nous permettre d'aligner 2 équipes, attendait, les enveloppes à la main qu'arrivent les ACFAistes et Philippe Dugue, un marathonien de Bessières remplaçant de luxe, pour compléter notre pauvre équipe Une au sein de laquelle Domi et Pascal se sentaient bien seuls puisque Jean-Marie Olmeda (vieille connaissance) et Martin Jansen (nouvelle connaissance) avaient déjà complété les relais 4 et 5.

Bref, Quand Pascal et JP s'élancent à l'assaut des côtes de Preserville et d'Odars, tout est prêt côté organisation ACFA pour que la matinée soit belle, et elle le fût.



Sur le relais Odars / Montlaur, Philippe Dugue et Françoise Vallin ont accueilli le soleil qui ne nous a plus quitté ensuite, puis se sont élancés sur le relais 3 Montlaur / Baziège Domi Gente et Georges Martinez suivis par nos 2 vaillants randonneurs Annie et Marc qui auraient souhaité être plus nombreux mais qui se sont bien régalez quand même des paysages sublimes du Lauragais.



Le relais 4 Baziège / Labastide de Beauvoir voyait Martin Jansen et Patrick Gente attaquer le plus long des relais (10,2 km), et enfin Jean-Marie Olmeda et Françoise Sainte Colombe ont brillamment bouclé l'épreuve en courant de Labastide à Fourquevaux.

... / ...



Perles de sueur

Le monde de l'ACFA

.../...

A l'arrivée tout le monde était content. ACFA 1 se classe 89 ème sur 218 en 3h20'15" à 12,61 Km/h de moyenne et ACFA 2 168 ème en 3h42'29" à 11,38 Km/h.

Pas de récompense du moins pas à notre connaissance.....Car il faut vous dire que l'organisation inattendue d'après course nous a quelque peu dérouté !

Figurez vous que la remise des récompenses a débuté avant la fin de la course, ce qui a eu pour 1ère conséquence de laisser arriver les derniers relais et pire même, les derniers Marathoniens dans l'indifférence la plus totale. Comme entre temps, nous avons appris qu'un apéritif suivrait (toujours à Fourquevaux), que les repas étaient servis à Odars (6 kms plus loin), et qu'il était déjà 14h passé.....Que croyez vous que fût la 2ème conséquence ?.....Gagné, nous avons zappé les récompenses et l'apéro pour nous précipiter sur le repas réparateur bien mérité.

Comme d'hab à l'ACFA, la journée s'est donc terminée dans la joie, le ventre plein.

Comment rêver plus belle récompense après tout ?

JP



Perles de sueur

Le monde de l'ACFA

Compte rendu de la réunion de bureau du 06 décembre 07

Les animations et courses au calendrier à venir

En Décembre :

- Le dimanche 16 décembre, la Ronde du feu à Ramonville

Organisée par les pompiers au bord de l'Hers et le long du canal, circuits de 5 et 10 km propices aux « chronos ».

Sur ce parcours roulant, il y a pour le moment 6 inscrits : 3 Ronce, 2 Bertrand, 1 Massol.

Alain fera un message pour le rendez-vous dans le courant de la semaine prochaine.

En Janvier :

- Le 6 janvier, la course des Rois à Sesquières :

9.2 km de plat avec cidre et galette à l'arrivée. C'est une organisation de Marc Boyer. Une excellente idée pour éliminer les toxines !...

- Les 12 et 13 janvier, le Week-end neige :

Nous sommes 30 inscrits. Il y a encore 4 places disponibles et si vous êtes sollicités par des amis, nous les accueillerons avec plaisir.

Rendez-vous début 2008 pour la suite des infos.

Les résultats de l'enquête

Voici les derniers résultats, compilés et synthétisés. Merci beaucoup à tous pour votre participation. Soyez sûrs que nous ferons le maximum pour vous satisfaire.

70 % de nos adhérents ont répondu à cette enquête dont 64,5 % ont plus de 50 ans et dont 71 % sont des hommes.

Avis sollicité	réponses	Conclusions à tirer
Période de l'année à éviter	L'été (15 sur 17 réponses)	Inutile de prévoir une course sur 07/08
Jour de la semaine et fréquence souhaitée	1 week-end sur 2 pour la moitié des réponses et plutôt le dimanche.	Alléger le calendrier en limitant le nombre courses ou manifestations à 2 par mois
Les loisirs	- 87 % pratiquent un autre sport (rando, vélo majoritaires). - 65 % souhaitent le pratiquer avec l'ACFA. - Environ 50 % ont d'autres structures de loisir et ne considèrent pas l'ACFA comme la principale.	Nous sommes déjà dans le vrai. Il faut privilégier + les courses avec rando et s'ouvrir plus sur le vélo.
Les attentes	- Plutôt pas trop long et en relais. Oui aux trails courts. - Environ 50 % sont tentés par le duathlon. - Environ 70 % préfèrent les courses à moins de 50 km - Environ 50 % sont d'accord pour des déplacements de 2 jours - Environ 50 % sont tentés par des Raids (ex : tour du Bearn) - Environ 65 % souhaite qu'une rando soit associée à la course - Environ 50 % souhaite plus de diversité	Nous sommes déjà dans le vrai. Travailler plus sur la diversité et les nouveautés. Prendre en compte les idées émises hors questionnaire. (chercher des courses enfants jumelées, tenter d'organiser des entraînements en commun),
Les organisations ACFA préférées	Le Raid annuel, la fête, les 2 week-end montagne (été et hiver)	Conserver nos manifestations
Les désirs d'engagement dans l'équipe dirigeante	Personne ne souhaite intégrer le bureau.	Bon..... ben..... on continuera tant qu'on pourra !

Le monde de l'ACFA

Vente de vin



Côtes du Roussillon - Domaine de Cordelle 2004
Fronton AOC - Château Cahuzac 2005
Vin de pays du Tarn Comte Tolosan - Tarani 2006

Au prix de 25 euros le carton de 6 bouteilles

Pensez à préparer vos caves pour les fêtes
et pour après !

Il reste à vendre 90 bouteilles de AOC Cordelle (Catalan), 48 AOC Fronton,
30 Côtes du Tarn Tarani
Pour les commandes déjà passées, contacter Alain pour organiser les livraisons.
Pour les autres, pensez à passer vos commandes pour soutenir votre Assos préférée.

Vêtements :

La nouvelle commande est arrivée. Merci à ceux qui ont passé commande de contacter
Bernard ou Michelle pour récupérer les vêtements.
Sinon une distribution sera effectuée lors de l'AG.

DVD du Raid 2007 et CD des photos de la saison :

Les reproductions sont terminées, prêtes à être livrées.
Encore une fois, contacter Alain pour livraison.

L'espace adhérents

Exclusif ACFA ! Exclusif ACFA ! Exclusif ACFA ! Exclusif ACFA ! Exclusif

DH Net!
14 novembre 2007

MASTERS DE TENNIS
Photos géantes: les maîtres de Shanghai

RSCA ACADEMY
Utilisez vos votes et commentaires !

Recherche: Formule 1 Identifiant: Mot de p:

DH Sports > Formule 1

Le point sur les transferts dans les paddocks

(08/11/2007)

Les choses bougent du côté des écuries dans le but de préparer la saison 2008. La question à un eurocent: Alonso retournera-t-il chez Renault?

Alonso chez Renault : "ce n'est pas conclu"

BRUXELLES Le tops de la situation en ce début du mois de novembre.

Ferrari:
Sauf très grosse surprise, Felipe Massa et Kimi Räikkönen seront encore équipiers en 2008. La Scuderia Ferrari n'a en effet aucune raison de se plaindre de ce duo qui a souvent répondu présent lorsque la situation l'exigeait.

Lire aussi

- Esionnage Ferrari : le siège de McLaren perquisitionné par la FIA...
- ... et les représentants de Renault convoqués par la FIA

Et pourtant des rumeurs circulent sur l'arrivée d'un nouveau pilote prometteur (et moustachu) :





Perles de sueur

Le monde de l'ACFA

A RESERVER ABSOLUMENT :

la date de notre assemblée Générale qui a été fixée au 24 Janvier 2008

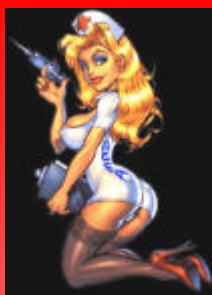
et une nouveauté :

Nous lançons ce mois-ci une nouvelle rubrique « Dans le rétro de l'ACFA », où vous trouverez des anciens comptes rendus et infos de notre création en 1990 à nos jours.
En espérant que cette nouvelle rubrique (r)éveille en vous soit des souvenirs, soit de la curiosité, et en tout cas votre intérêt !

Et...et....et ...

Françoise SC cherche des vêtements pour la sortie neige pour son petit Cédric, taille 12 ans.
Merci de la contacter directement.

Cris de douleurs



Des nouvelles de Nino :

Ca y est, j' ai été opéré hier du ménisque de mon genou droit.

Je n'ai rien vu ni rien senti, je dormais.

Ils m'ont enlevé une partie du ménisque interne 2/3 de la pince ? et un bout qui se balladait.

Je vais bien, je vais aller voir les filles kiné de st Jean pour 10 seances et une infirmière à domicile pour les 2 points qu'ils m'ont faits, si j'en trouve une de mignonne...

Le bonjour à tous.

Et de Jeannot ...

...qui passe une IRM le 11 décembre pour des problèmes de genou. Nous lui souhaitons de tout cœur que tout se passe au mieux.

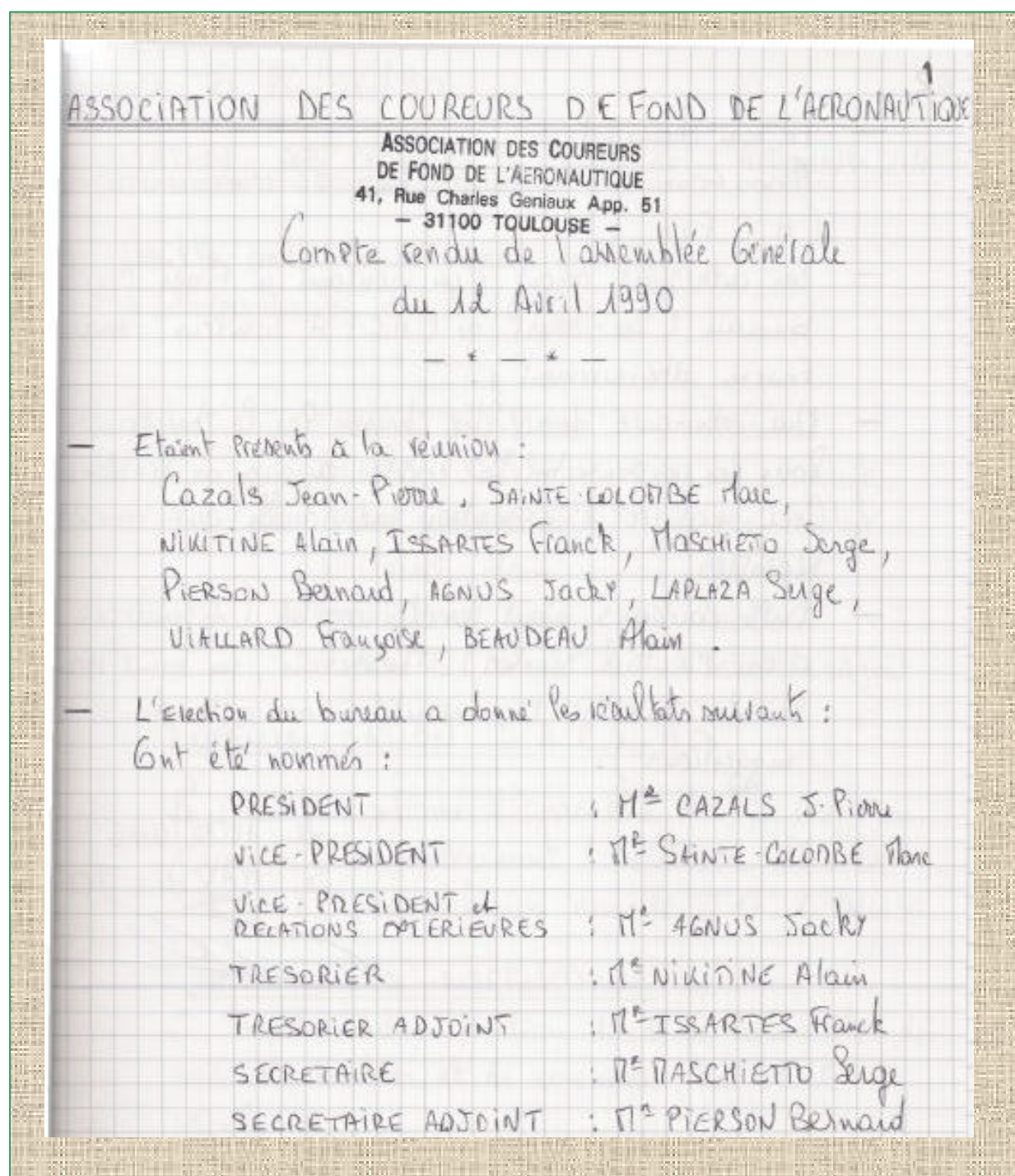
Félicitations à ...



Domi Gente qui à reussi à rattraper
et même ...doubler nos valeureux
randonneurs lors du relais des côteaux.
ENORME.....

Et un GRAND BRAVO à Tom Ronce qui a gagné à
Portet/Garonne la course de 800m catégorie 8/9 ans.
... plus que prometteur, le pitchounet ...

Dans le rétro de l'ACFA



- Les statuts ont été votés à l'unanimité de membres du bureau et peuvent être consultés chez chacun d'eux; l'adhésion à l'association implique leur connaissance.
- Le Siège Social pour un an renouvelable sera situé à Toulouse (31100) 41, rue Charles Geniaux Apt 51.

0.00/0007

2

- Le nom choisi est :
Association des Coureurs de Fond de l'Aéronautique (A.C.F.A.)
- Les adhésions seront d'un montant à fixer par le bureau (Tee-Shirt de l'A.C.F.A. compris, mais fourni ultérieurement).
- Une assurance devra être choisie par le bureau pour la responsabilité civile en cas de problème. Ceci malgré l'inscription individuelle aux courses pedestres.
- Nos couleurs n'ont pas été votés (dépendrons d'un éventuel sponsor). Toutefois, un fond blanc sembla recueillir l'unanimité (nous attendons vos suggestions).

Le Secrétaire

S. MASCHIETTO

