

N°127 – Janvier 2020

SOMMAIRE

Raconte-moi ton mois

- **La Lanagu'étoile à Launaguet**
- **La corrida de Noël à Toulouse**
- **Le réveillon ACFA à Molières**
- **Dernière minute : le trail des rois à Villemur**

Compte-rendu de la réunion du bureau

- **Les activités et les courses au calendrier à venir**
- **Rappel des dates à cocher dans vos agendas**

L'espace adhérents

- **Vente de vin**
- **Rappel pour l'année 2020 : les nouvelles catégories**
- **Carnet rose**

Cris de douleur

Félicitations

Raconte-moi ton mois

- **La Lanagu'étoile à Launaguet**

Quelques belles images de nos valeureux représentants à la Lanagu'étoile







après l'effort :



Bravo à tous les coureurs qui ont eu le courage de quitter leur couette, de sortir dans le brouillard et de courir dans quelques KM de boue.

Bravo à Nadine S. pour sa randonnée solitaire. Je ne doute pas qu'elle ait pris le temps d'échanger avec quelques marcheurs inconnus.

Merci à Josy pour ses fauteuils moelleux disposés devant une bonne flambée, pour son délicieux couscous et son accueil toujours aussi chaleureux.

Framboise.

• La corrida de Noël à Toulouse

....c'était la fête à la Corrida de Noël à Toulouse



Ce matin-là le centre-ville de Toulouse a été envahi par plus de 1300 mères et pères Noël. Une déferlante rouge dans laquelle se cachait quelques sapins verts.

Véronique DASTE, Nadine VENDITTO, Ludivine BIARC, Alain NIKITINE et Framboise étaient parmi eux, encouragés par Rino VENDITTO, le photographe attitré de l'ACFA.

Le départ et l'arrivée se sont faits place Saint-Sernin, sur un circuit ressemblant à celui de la corrida de juillet, mais pris à l'envers. Les traditionnelles décorations de Noël donnaient un air très festif à la ville.

Framboise.

- **Le réveillon ACFA à Molières**

Vraiment un endroit charmant que ce domaine pour accueillir notre réveillon.





Tout commence toujours par l'apéro.

Ensuite nous vous laissons le plaisir d'apprécier un florilège de ces instants privilégiés !

Un mélange subtil de moments

touristiques ...

gastronomiques ...

sportifs

et autres ...











A nouveau, nous en profitons pour vous souhaiter une merveilleuse année 2020 !

- **Le trail des rois à Villemur**



Bravo à nos deux représentants sur ce 1er trail de l'année dans la région, trail nocturne de 13km.

Gégé qui remporte sa catégorie (M7), et Alexandre qui claque une belle 25ème place au scratch et 13 en senior.

Et en exergue, un grand bravo et merci à notre ami Marc Boyer qui a organisé cette belle course depuis des années, et qui doit jeter l'éponge après cette édition 2020. Encore un joli rendez-vous qui disparaît du calendrier

Compte-rendu de la réunion du bureau

- **Les activités et les courses au calendrier à venir**

Le Week-end neige à Arlos (Le Mourtis) du 17 au 19/01/2020

Nous y sommes déjà
20 participants seront au rendez-vous.

La neige manque mais nul doute que le week-end sera de qualité quand même !!!

Bourguignon et patates au menu.

BB vous a envoyé un message.

Le Gruissan Poli trail les 15 et 16/02/2020

Il y aura sur cette course 4 coureurs (GG, Alain P., BB et PP) et 3 accompagnateurs pour porter haut les couleurs de l'association.

- **Rappel des dates à cocher dans vos agendas**

L'assemblée générale de l'association le Vendredi 28/02/2020 au casino Barrière à Toulouse

L'AG aura lieu au Casino Barrière à Toulouse, suivie du traditionnel repas.
Le rendez-vous est fixé à 18h30, pour un début d'AG à 19h pétantes.

Le raid ACFA aura lieu au mois de mai, du 15 au 17

A La Pouzaque, en montagne noire, les préparatifs vont bon train !

L'espace adhérents

- **Vente de vin**



BORDEAUX ROUGE

Château CAMARSAN 2016,
Médaille d'or au concours de Paris 2017

Rosé Côtes du Roussillon

AOP, Cap Estany

BLANC

IGP, Cap Estany muscat sec

IL reste actuellement 12 cartons de Rosé, 11 de Blanc, et 7 de Rouge.

..... PASSEZ VOS COMMANDES

Seulement 25€ le carton de 6 bouteilles

Ceci représente un complément au budget permettant de faire fonctionner l'association.
Ne l'oubliez pas et n'hésitez donc pas à vous fournir ici plutôt qu'en grande distribution,
et parlez-en à vos amis (si vous en avez)

- **Rappel pour l'année 2020 : les nouvelles catégories**

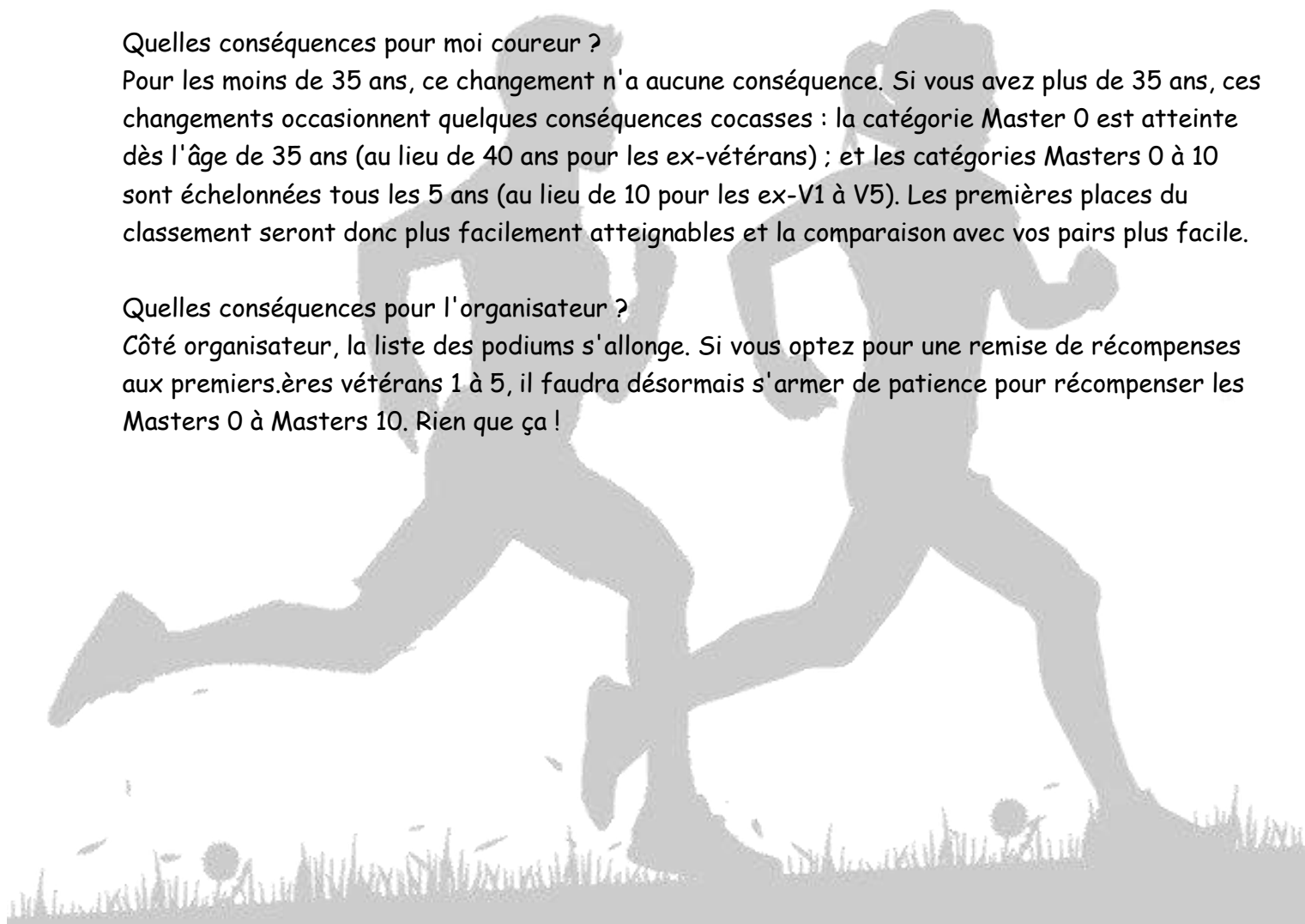
Vous l'avez peut-être appris par ailleurs, mais La Fédération Française d'Athlétisme a acté lors du bureau fédéral du 19 juin 2019, le changement des catégories Seniors et Masters (anciennement Vétérans). Le changement de catégories est intervenu dès le 1er novembre 2019.

Quelles conséquences pour moi coureur ?

Pour les moins de 35 ans, ce changement n'a aucune conséquence. Si vous avez plus de 35 ans, ces changements occasionnent quelques conséquences cocasses : la catégorie Master 0 est atteinte dès l'âge de 35 ans (au lieu de 40 ans pour les ex-vétérans) ; et les catégories Masters 0 à 10 sont échelonnées tous les 5 ans (au lieu de 10 pour les ex-V1 à V5). Les premières places du classement seront donc plus facilement atteignables et la comparaison avec vos pairs plus facile.

Quelles conséquences pour l'organisateur ?

Côté organisateur, la liste des podiums s'allonge. Si vous optez pour une remise de récompenses aux premiers.ères vétérans 1 à 5, il faudra désormais s'armer de patience pour récompenser les Masters 0 à Masters 10. Rien que ça !



Age	Catégorie	Dates de naissance pour la saison du 01/11/2019 au 30/10/2020
35 ans et +	Master	nés en 1985 et avant
35 à 39	Master 0	1981 à 1985
40 à 44	Master 1	1976 à 1980
45 à 49	Master 2	1971 à 1975
50 à 54	Master 3	1966 à 1970
55 à 59	Master 4	1961 à 1965
60 à 64	Master 5	1956 à 1960
65 à 69	Master 6	1951 à 1955
70 à 74	Master 7	1946 à 1950
75 à 79	Master 8	1941 à 1945
80 à 84	Master 9	1936 à 1940
85 à 89	Master 10	1931 à 1935

- **Carnet rose**

Toutes nos félicitations et bienvenue à LENI !



Cris de douleur



Béatrice a chuté et s'est brisé l'épaule assez salement ...elle est en attente d'un diagnostic complet pour être fixée sur l'état de son humérus ..Nous lui souhaitons bon courage et beaucoup de patience pour la rééducation qui va suivre.

Michel Martinez a entamé la phase post-opératoire après les interventions qu'il a subit.

Bon courage à lui également.

Félicitations



A Alexandre qui termine 7ème au scratch et 1er Senior au trail du cassoulet (10km) à Verfeil en décembre,

puis 25ème au scratch et 13ème Senior à Villemur en Janvier.

Un grand Bravo !

et à

BB 3ème

Framboise 2ème

JP Cazals 3ème

dans leur catégorie à la Launagu'etoile .

Véro et Lucien complètent ces beaux résultats avec deux 4èmes places.

Bravo à Gégé pour sa 1ère place en M7 à Villemur.

