

Association Nemours saint-pierre Sports Aventures

Le sport nature au pays de Nemours

ANSA



Plaquette 2020



N°19

LE MOT DU PRESIDENT



L'ANSA a connu de bien meilleures saisons que celle qui vient de se clôturer. Une 29^{ème} saison que la pandémie de la COVID 19 a très largement perturbée. Une saison, qui vous le verrez au fil des pages de cette 19^{ème} plaquette nous a quand même offert quelques belles satisfactions. Le nouveau titre de Champion de France Master 4 en Cross-Triathlon de François CONSENTINO, la 3^{ème} place de notre équipe mixte à la Coupe de France des clubs de triathlon. Un podium qui met en valeur l'esprit d'équipe, une valeur importante pour l'association. A cela il faut ajouter le titre de champion du 77 H35 de Thomas COIRON et les 2 et 3^{ème} places de Lydie LIJOUR et Jean-Marc ROBBE en C.O. Mais aussi les beaux podiums obtenus sur les épreuves de début de notre saison (détail dans la plaquette). L'annulation de bon nombre de compétitions a suscité frustration et déception auprès des adhérents qui avaient programmé et préparé des épreuves, en particulier Alexandra PIEDIGROSSI inscrite sur l'EMBRUNMAN et Clément MAUVAIS sur le NORSEMAN un triathlon XXL de l'extrême qui se court en Norvège.

Mais la vie continue, malgré les 2 mois de confinement, les interdictions de déplacements, les contraintes de distanciations, le couvre feu, nous avons réussi à maintenir au travers des réseaux sociaux une vie associative vivante. Merci aux animateurs.

La fin du confinement a vu la reprise partielle des séances d'entraînement avec quelques adaptations, natation à Bagneaux, C A P dans les sables de Poligny et vélo / VTT en petits groupes, tout cela bien sûr dans le respect des mesures sanitaires. Aujourd'hui les entraînements retrouvent leurs lieux habituels et un bon niveau de participation malgré les contraintes liées à la pandémie.

Du côté de nos organisations, seuls le Cross-Duathlon, la C.O du téléthon et le mini raid le Seul'o ont pu être organisés. C'est avec beaucoup de déception que nous avons dû prendre la décision d'annuler le Raid, le Trail de Crève-Cœur et le challenge Cross-Triathlon. La mise en place de la réglementation liée à la COVID était trop contraignante et nous n'avions pas envie d'exposer nos bénévoles.

Je me fais l'écho de tous pour adresser nos remerciements à Céline, Jean-Marc, Laurent qui depuis de nombreuses années s'investissent bénévolement pour animer nos rendez-vous hebdomadaires d'entraînement. Merci également à Antoine qui assure tous les lundis avec compétence l'entraînement natation.

Un merci supplémentaire à Céline qui nous a organisé la traditionnelle Bojonight et le footing de Noël. Cette année pas de stage de printemps, nous étions en plein confinement, mais un jeu préparé par Céline sur la région qui devait nous accueillir.

L'effectif de l'association reste stable 74 adhérents (dont 49 licenciés triathlon et 3 en courses d'orientation).

Avant de conclure, je tiens à remercier tous ceux qui tout au long de la saison nous ont soutenus et restent prêts à nous apporter une aide précieuse sur nos prochaines organisations, qu'ils soient adhérents, bénévoles, institutionnels : les municipalités de Nemours, Saint Pierre, Bagneaux, Grez, le Conseil Départemental, la CC du Pays de Nemours, le syndicat des collèges. Merci à la société EDICOT qui prend en charge depuis plusieurs années le coût des dossards, à KEEP COOL qui nous accueille gracieusement dans sa salle de sports, au Crédit Agricole, à Rénov'Habitat et Afflelou, soutiens du Trail et à tous nos autres sponsors.

Comme chaque année des adhérents nous quittent, bonne route à eux, de nouveaux arrivent, à qui nous souhaitons la bienvenue. Que cette 30^{ème} saison qui commence en confinement soit placée sous le signe de la convivialité, du respect, de la solidarité et apporte à chacun, plaisirs et résultats, et surtout de bons moments sportifs à partager, mais le plus important ce serait que la COVID nous oublie et que nous puissions reprendre ensemble toutes nos activités sans contraintes et sans craintes. Bonne lecture

Daniel

Si la COVID a fait souffrir plusieurs « ANSA », elle nous a parfois fait aussi sourire.



Si on m'avait dit, qu'un jour, je devrais me signer un mot pour m'autoriser à sortir de chez moi ...



RESULTATS EN CHAMPIONNATS

CHAMPIONNAT DE SEINE ET MARNE

COURSE D'ORIENTATION PEDESTRE MD à FONTAINEBLEAU (77)

Thomas COIRON Champion de Seine & Marne H35
Lydie LIJOUR 3^{ème} F 55, Jean-Marc ROBBE 2^{ème} H60



CHAMPIONNAT DE FRANCE

CROSS-TRIATHLON à JEUMONT (59)

François CONSENTINO Champion de France M4



COUPE DE FRANCE DES CLUBS LES HERBIERS (85)

Challenge triathlon master mixte
Céline VALTAT, Yann EMARD, Gilles ROBIC,
Fabrice VEILLARD, Luc PATTARD 3^{ème}



PARTICIPATIONS EPREUVES

TRIATHLONS

S / XS

TRIATHLON DES SETTONS (58)

TRIATHLON EN EQUIPE DES HERBIERS (85) Coupe de France

Céline VALTAT, Luc PATTARD, Yann EMARD, Fabrice VEILLARD,
Gilles ROBIC 3^{ème} équipe mixte

M

TRIATHLON DE BERLIN ALLEMAGNE

TRIATHLON DES SETTONS (58)

CROSS-TRIATHLON / XTERRA

CROSS-TRIATHLON DE JEUMONT (59) Championnat de France

François CONSENTINO Champion de France M4

XTERRA NOUVELLE AQUITAINE MOULIETS (33)

François CONSENTINO 1er M4 et qualifié pour HAWAII

CROSS-TRIATHLON DE JABLINES (77)

DUATHLON / CROSS-DUATHLON

DUATHLON DU VAL DE LOING SOUPPES (77)

DUATHLON DE SENART (77) Céline VALTAT/Yann EMARD/Wilfried

LESTRIEZ/Nicolas HUMEAU 3^{ème} Mixte 2^{ème} Master Mixte

CROSS-DUATHLON DU PAYS DE NEMOURS (77)

Léa et Luc PATTARD 2^{ème} mixte

RUN & BIKE

RUN & BIKE DE BLENNES (77) 14,5Km Clément et Thomas MAUVAIS 1er,

Céline VALTAT/Quentin ROBERT 2^{ème} et 1er mixte, 7,5Km Morgane

BOURGIS/Fabrice VEILLARD 3^{ème} et 2^{ème} mixte, Sabine MAURY/Daniel

VALTAT 1er Master Mixte

RUN & BIKE DE PALAISEAU (91)

RUN & BIKE D'ORLEANS (45)



VELO / VTT

RANDO VTT LES BOUCLES DE LA JUINE LARDY (91)

RANDO VTT LA MILIAICOISE ONCY sur ECOLE (91)

RANDO VTT DES DINDES MONTARGIS (45)

RANDO VTT L'HIVERNALE LARCHANT (77)

RANDO VTT LES FRIMAS QUARRE LES TOMBES (58)

CYCLO-CROSS DE MONTEREAU (77)



PARTICIPATIONS EPREUVES

RUNNING / TRAIL

LYONSAINTELYON (152Km) SAINT-ETIENNE / LYON (42/69)

Clément MAUVAIS 35^{ème} /291 en 20h 01'34

COURSE DE NOEL SAMOIS sur SEINE (77)

TRAIL DU VIEUX SEMUR EN AUXOIS (21)

LA....VALLON TRAIL AVALLON (58)

TRAIL DU DERNIER HOMME DEBOUT CHATEAU CHINON (58)

TRAIL LA MONTAGNEUSE PAUCOURT (45)

7Km : Alexandra PIEDIGROSSI 1^{ère} F, Daniel VALTAT 2^{ème} MH6

MUCO-TRAIL DE BAGNEAUX (77)

L'AVONNAISE AVON (77) Lucie MONTEX 2^{ème} BF du 3Km,

Yann UGO 1^{er} MH3 du 10Km

TRAIL DES 3 PIGNONS NOISY (77)

5Km : Noémie SILVAIN 1^{ère} F, Claire MONTEX 2^{ème} F

TRAIL DES HAUTS FORT MORZINE/AVORIAZ (74)

TRAIL D'ACCOLAY (89) Aude POITOU 1^{ère} MF3 du 11Km

LA NEMOURIENNE NEMOURS (77) 6 premières et 3 deuxièmes places de catégories



C O / RAID

C O DU TELETHON NEMOURS (77)

CHAMP DEPARTEMENTAL C.O PEDESTRE MD FONTAINEBLEAU (77)

Lydie LIJOUR 3^{ème} F55, Thomas COIRON 1^{er} H35

Jean-Marc ROBBE 2^{ème} H60

C.O PEDESTRE REGIONALE 4 FONTAINEBLEAU (77)

C O PEDESTRE NATIONALE NORD/OUEST Sprint urbain CHATEAU LANDON (77)

C O PEDESTRE NATIONALE NORD/OUEST M D Salamandre FONTAINEBLEAU (77)

C O PEDESTRE NATIONALE NORD/OUEST L D Franchard FONTAINEBLEAU (77)

C O PEDESTRE LA 77 FONTAINEBLEAU (77)

C O PEDESTRE REGIONALE 4 NEMOURS (77)

C O PEDESTRE REGIONALE la vallée aux chatons FONTAINEBLEAU (77)

NOCTORIENTATION ANTHONY (92)

MINI RAID SEUL'O LARCHANT (77)

DIVERS

40^{ème} TROPHEE ATSCAF DE SKI DE FOND MERIBEL (73)

Quentin ROBERT 2^{ème}

RELAIS DE LA TOURNESOL NEMOURS (77)

SWIMRUN BEOWULF CHALLENGE WINNERS DE JERSEY

Alexandra PIEDIGROSSI 1^{ère} Féminine



NOS ORGANISATIONS

Humide la 23^{ème} édition du **Cross-Duathlon** !

Mais le spectacle était au rendez-vous. A l'issue des 5 premiers Km de trail, Vincent BROCHOT (UCM Veneux) vainqueur à huit reprises de l'épreuve était légèrement distancé par le jeune Nicolas DURE (US Palaiseau Tri). Une petite erreur de Nicolas sur le premier tour VTT permettra à Vincent de reprendre la tête de course avec Nicolas dans la roue. Au 15^{ème} Km Nicolas place une accélération et terminera les 20Km de VTT avec une petite avance qui lui permettra de gérer les 3 derniers Km de trail et de s'adjuger la victoire en 1h20'02 devant Vincent BROCHOT 1h21'05 troisième Guillaume DUSSIOT (NL) 1h22'57.

En féminine Hugoline ROGER (NL) s'impose en 1h40'05 devant Emilie PEREIRA (Astre Creillois) 1h46'21 et Marie PERRAUD (NL) 1h55'51.

Par équipe c'est la paire Abdelaziz LHOUARI et Serge PEREIRA qui s'impose en 1h21'05. En mixte 1^{er} Lucie RUDKIEWICZ et Florian PINSARD 1h28'55. Fanny BODINBOURG et Séverine NORET 1^{ère} féminine en 2h07'05. Au final 212 participants mouillés et satisfaits



Hugoline



Nicolas

Vincent



La 5^{ème} édition du mini raid ANSA **le Seul'O** S'est courue à Larchant dans le massif de la Dame Jouanne. Malgré les craintes liées à la COVID, ils étaient 33 au départ de cette course nature préparée et tracée par Jean-Marc ROBBE qui leur proposait d'enchaîner C.O pédestre et VTT dans un temps maxi de 2h30.

C'est un orienteur venu du club du Havre David VIEILLEDENT qui a été le plus rapide pour poinçonner les 29 balises en 1h39'24, La Nemourienne Madeleine TIRBOIS 1^{ère} féminine en 1h42'10

Une après-midi nature bien agréable sur des tracés appréciés de tous.

ORGANISATIONS INTERNES



La Bojonight, une épreuve devenue incontournable qui se déroule chaque année le 3^{ème} jeudi de novembre, allez donc savoir pourquoi ! Céline doit beaucoup s'amuser à nous préparer cette épreuve, mélange de C.O, de running et de déchiffrement de ses énigmes parfois un peu tordues. Après 2/3h dans la nature, le moment attendu de tous arrive, partager le Beaujolais Nouveau autour de petits plats apportés par chacun.



Le footing de Noel,

Comme chaque année, frontale et bonnet du père Noël sur la tête, un groupe de grands enfants s'est élancé pour une dizaine de Km en forêt à la recherche de la magie de Noël. Au détour d'un chemin au milieu de la carrière de Pierre le Sault, un sapin enguirlandé les attendait pour la photo souvenir. De retour, tous ont partagé verre de l'amitié et repas à la santé du Père NOEL.



Danse des canards ?
Non, séance de PPG à Poligny

Grâce à la générosité de plusieurs Trailers, qui à la suite de l'annulation du Trail de Crève-Cœur ont fait don du montant de leur inscription, nous avons pu remettre en leur nom à l'association

« Deux petits pas pour un cœur »

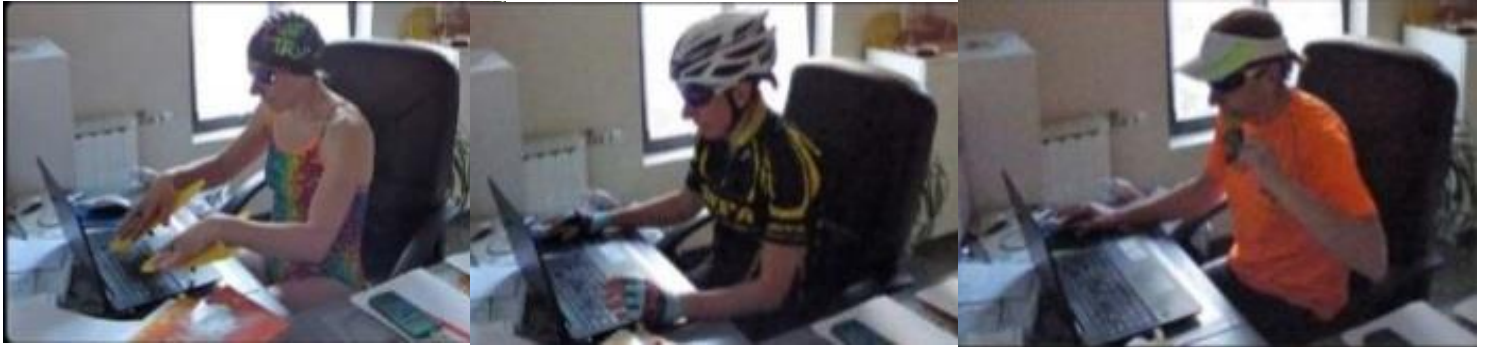
notre partenaire humanitaire du Trail, un chèque de 380€. Une somme modique qui contribuera à prendre en charge une partie de la double intervention cardiaque du petit IDRIS.

C'est après un très long confinement chez sa famille d'accueil qu'il a pu retrouver en pleine forme sa famille en Mauritanie



CONFINEMENT

Le confinement oui ! mais avec humour et en gardant l'esprit sportif.



Céline (prof de math) a su résoudre le problème du télétravail et garder la motivation pour les prochaines compétitions de triathlon.



Fabrice, s'est essayé progressivement aux sports mécaniques en confinement sur deux et quatre roues.



Pour garder la forme, Aude a testé divers sports aquatiques. Aquagym dans sa piscine perso, Surf sur une vague gonflable, natation en air libre.

INFOS DIVERSES



Fin février plusieurs ANSA ont partagé avec la section NAPAP du club plongée OCEANS, un sympathique moment de convivialité, Ils nous avaient invités à goûter les charmes d'une balade sportive et bucolique dans le Loing, une randonnée aquatique de 3Km palmes aux pieds dans une eau des plus fraîche. Une très agréable découverte que nous espérons renouveler.



L'animation course d'orientation organisée par l'ANSA et préparée par Jean-Marc et Sylvain a réuni 92 participants qui se sont répartis sur la C.O forêt et la C.O en ville. Une après-midi conviviale qui a profité de l'animation disco de la patinoire, et nous a permis de récolter **645€** qui ont été remis au nom de tous à l'AFM.

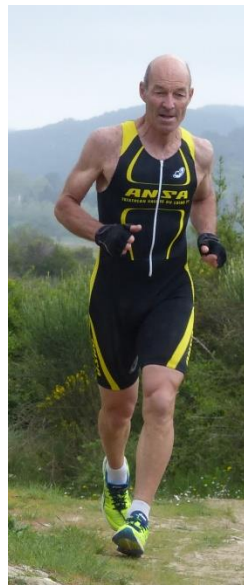
Les villes de Nemours et Saint-Pierre organisent tous les deux ans **Les Trophées des Sports**. Deux triathlètes de l'ANSA ont été honorés pour leurs résultats de l'année François CONSENTINO et Clément MAUVAIS. Nathalie BOROT a été distinguée pour son engagement bénévole. François CONSENTINO a également reçu la médaille de l'Assemblée Nationale remise par la députée Valérie LACROUTE pour l'ensemble de ses résultats sportifs



Cette année, dans le cadre du prix de la solidarité, l'association "deux petits pas pour un cœur", notre partenaire du Trail de Crève-Cœur s'est vu décerner le prix spécial "L'esprit d'ouverture" d'une valeur de 5000€ offert par Janneau Menuiseries, fabricant de fenêtres et portes d'entrée, prix qui récompense les associations qui s'engagent auprès de Mécénat chirurgie cardiaque, association caritative internationale qui accueille et soigne des enfants souffrant de grave pathologie cardiaque.



ZOOM SUR.....



Avec le départ à la retraite de **Jean-Marc ROBBE** (le temps passe trop vite !), une page se tourne pour l'ANSA.

En effet depuis la création de l'association dont il est l'un des fondateurs, Jean-Marc, du fait de son travail au syndicat des collèges a très largement facilité la vie logistique de notre association.

Depuis 29ans Jean-Marc a toujours été d'une grande disponibilité pour notre association, en stockant dans son sous-sol la plus grosse partie de notre matériel, nous accueillant pour des organisations internes, des repas, des préparatifs d'avant organisations etc...

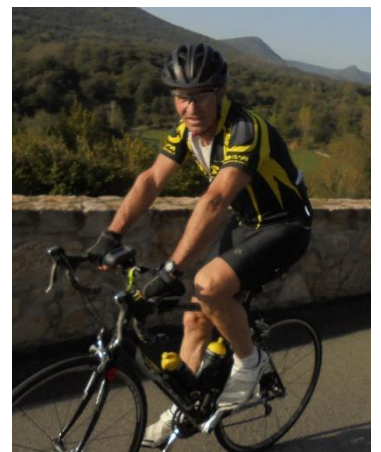
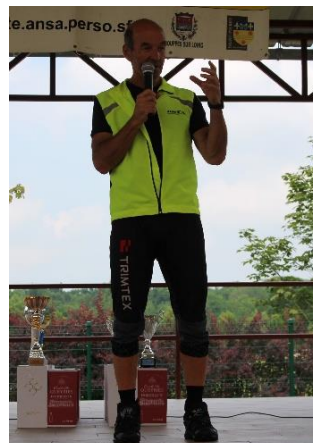
Il serait trop fastidieux d'énumérer tous les services que Jean-Marc a rendus à l'ANSA durant sa vie professionnelle, la plaquette n'y suffirait pas. Je tiens aujourd'hui à le remercier et lui apporter toute notre reconnaissance.

Mais Jean-Marc n'est pas iniquement le gars qui nous accueillait et nous facilitait la vie sur les installations sportives dont il était responsable. Jean-Marc, c'est avant tout, au sein de l'ANSA, un bénévole de caractère, compétent, disponible et toujours présent.

Jean-Marc, c'est aussi et avant tout un grand sportif qui depuis de très nombreuses années porte haut nos couleurs et multiplie les performances, cumule bons nombres de victoires et podiums sur les disciplines qu'il pratique ou qu'il a pratiquées natation, triathlon, raid, vélo, VTT, course d'orientation, running, trail etc... A ce jour il reste le meilleur performeur de l'ANSA sur l'IRONMAN d'EMBRUN (12h22'13) la Mecque du triathlon longue distance français.

Pour lui peu importe les qualités sportives, l'important c'est de se donner au max. Jean-Marc, c'est le compagnon idéal d'entraînement, de sorties vélo, VTT, running ou autre. Il sait mettre en confiance, toujours bon pédagogue et très attentionné aux autres.

Si aujourd'hui nous voyons partir en retraite le responsable des installations sportives, à l'ANSA nous gardons l'adhérent, le sportif, le bénévole et le compagnon d'entraînement et c'est bien cela le plus important.





Association Nemours saint-pierre Sports Aventures

LE BUREAU 2020

Président:

Daniel VALTAT

Vice-Président:

Eric GEORGES

Secrétaire:

Céline VALTAT

Secrétaire Adjointe:

Nathalie BOROT

Trésorière:

Sabine MAURY

Correspondant FFtri/FFCO

Jean-Marc ROBBE

Informatique:

Yann EMARD

Membres:

Sylvain MONTEX,
Joël DESROSIERS,
Quentin ROBERT

Entraîneurs BF5:

Céline VALTAT,
Joël DESROSIERS

Maître nageur:

Antoine GARREAU

Organisations 2020/2021

C.O du TELETHON le 5 décembre 2020 à Nemours

MINI RAID SEUL'O le 6 mars 2021
dans le Pays de Nemours

TRAIL de CREVE CŒUR le 28 Mars 2021 à Nemours

RAID MULTISPORTS le 5 juin 2021 à Grez/Loing

CROSS-DUATHLON le 11 Novembre 2021 à Nemours



Un partage réussi pour
Quentin ROBERT qui monte
sur la deuxième marche du
podium du 40^{ème} trophée de
ski de fond ATSCAF disputé
à MERIBEL (73)

ADRESSE et CONTACT

ANSA

58, rue du Montgagnant
77140 Nemours

E-Mail : site.ansa@gmail.com

Tel : 06 14 12 36 14

Site: <http://site.ansa.free.fr>



<https://www.facebook.com/ANSA-triathlon>

LES ENTRAÎNEMENTS

NATATION : (piscine tournesol Nemours)

Lundi : 19h30 / 20h30

Vendredi : 19h30 / 20h30 (licenciés triathlon)

VELO , VTT (stade des collèges Nemours)

Mercredi / Vendredi / Dimanche

Ou heure et lieu précisés sur le blog ou par mail

COURSE à PIED : (stade de Saint-Pierre)

Mardi : 18h15

Jeudi : 18h15

BIKE & RUN : (stade des collèges) ou RV sur le blog

Samedi : 9h30 (été vélo, hiver VTT)

Quelques entraînements C.O de jour et en nocturne sont
organisés, date et lieu par mail ou sur le Blog.

CHALLENGE CROSS-TRIATHLON

Grez sur Loing le 27 juin 2021

Saint-Pierre lès Nemours le 29 août 2021

Nemours le 3 ou 10 octobre 2021





NOS PARTENAIRES



Si vous aussi vous souhaitez partager avec nous les valeurs sportives portées par L'ANSA, venez nous rejoindre.
Pour nous contacter: Mail: site.ansa@gmail.com Tel: 06 14 12 36 14

