Septembre 2017 L'Écho de l'ACFA N° 44

Contact : rey.jack@wanadoo.fr

JOURNEE FESTIVE ACFA

Dimanche 9 juillet, près de 60 adhérents ont participé à la journée festive de l'amicale organisée à Saint Hippolyte.

Matinée sportive dans les Gorges d'Enval et du Sans-souci, et dans les chemins du Renard et de l'Apage

- 2 parcours pour les coureurs (12 et 18 km) et un de 12 km pour les marcheurs -

Puis, place à la détente : un apéritif de rigueur et un repas barbecue fort apprécié. De nombreux échanges entre adhérents ont par ailleurs animé l'après midi. **Opération à renouveler.**

SALONS

Samedi 2 septembre, l'ACFA était présente au forum des associations à Blanzat. Elle était également représentée au salon Trail de la foire de Clermont les **9 et 10 septembre**.

NOCT'BLANZATRAIL

Samedi 25 novembre aura lieu la 9ème édition du **Noct'BlanzaTrail**, avec ses 2 parcours de 12,5 km (départ 17h 40) et 19,9 km (départ 17h 50) et sa course enfants à 16h 30.
Depuis la mi-août, le mini site dédié à cette course **www.noct-blanzatrail.fr**. est opérationnel.

Cette année encore, 1 € par coureur sera reversé au téléthon.

VULCAIN 2018

Les inscriptions 2018 : c'est parti fort !

Lancées le 1er septembre, les inscriptions sont parties très fort. Déjà plus de 250 inscrits ; avec, à date égale, une augmentation des participants dans toutes les courses.
Bénévoles : pensez déjà à réserver votre week-end des 3 et 4 mars.

Souvenez-vous ! Après l'édition 2016, un chèque de 2200 € prélevés sur les inscriptions (1€ par coureur), a été remis au représentant local de l'association **« Parrains et marraines pour le Népal ».** pour venir en aide aux habitants des villages du Solukumbu, isolés à la suite des tremblements de terre survenus au Népal au printemps 2015.

Le fondateur de cette association, Dawa Dachiri Sherpa, traileur Népalais de réputaion mondiale, nous a fait parvenir quelques clichés de la reconstruction.

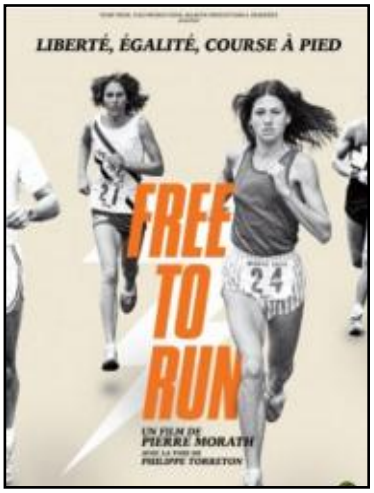
NOUVELLE PAGE FACEBOOK DÉDIÉE AUX ACFAÏENS !

Facebook

Afin de pouvoir échanger des informations entre adhérents, mais aussi de donner la possibilité à chaque Acfaïen de pouvoir organiser et participer à des sorties collectives et des entrainements en toute liberté, l'ACFA ouvrira très prochainement un groupe fermé sur Facebook.
Seuls les membres de l'amicale pourront avoir accès à ce groupe.
Envie d'une sortie running, d'un entraînement en semaine, de participer collectivement à une course, de covoiturer pour un déplacement sur un trail, cette page vous permettra de poster toutes vos demandes et informations utiles et de pouvoir échanger librement entre nous. il sera en libre service et mis à disposition de toutes et tous.
Pour s'inscrire c'est tout simple, il suffit d'indiquer votre compte Facebook à Pierre Batisse ou François Cheville directement sur Facebook

---

FREE TO RUN



Le film que tout Acfaïen doit avoir vu !

Dans l'Echo n°36 (mai 2016), nous vous avions fait part de la sortie du film **«Free to Run»** retraçant la fabuleuse épopée de la course à pied, au cours de ces 40 dernières années.
Considéré dans les années 70 comme un acte marginal, la course hors stade, ce sport solitaire est devenu passion universelle. Ce film de Pierre Morath est un hymne à la gloire de la course libre et de ceux qui la font exister.
Cette approche de la course à pied a présidé à la création dans de nombreuses régions d'associations de « coureurs libres » comme l'ACFA.

Nous vous invitons à une projection privée (sur grand écran), suivie d'un débat le **jeudi 28 septembre** à 20h 30 à la salle de spectacles **''La Muscade''** de Blanzat (à 100 m de la mairie, près du terrain de pétanque).*
*Entrée gratuite, seule condition : envoyer son inscription avec le nombre de personnes à **acfa.ca@laposte.net**, et ce, avant le 24 septembre.*
Le pot de l'amitié clôturera cette soirée.
** La projection est privée (pas de publicité extérieure), mais vous pouvez amener vos amis.*

ENTRAINEMENT *FARTLEK TRAIL*

Le FARTLEK (terme suédois signifiant **« jeux de course »**) est LA méthode permettant de fractionner en nature, de manière souvent beaucoup plus ludique que sur piste.

Sylvie Courally se propose d'animer un entraînement *Fartlek Trail* pour varier vos séances en nature :
Echauffement / Travail de changement d'allure / Récupération / Etirements
Le Jeudi de 17h30 à 18h45 (durée 1h15)
2 sites sont retenus :
- le parking des sources Volvic (d'avril à fin octobre)
- le stade de Blanzat (de novembre à fin mars)

1er rendez vous : au parking des Sources Volvic le jeudi 5 octobre !
Contact : Sylvie 06 68 92 18 30 ou Laurent 06 64 00 84 62

CHALLENGE ACFA

CLASSEMENT au 14 septembre

Chaque semaine, sur le site de l'ACFA, avec les résultats, la mise à jour du classement.

		Points	Nombre de courses enregistrées			Points	Nombre de courses enregistrées
1	**MEYRONEINC Jean-Jacques**	28919	8	47	BERTIN Jean-Loup	879	3
2	RODRIGUES Esrrael	13961	8	48	RAMOS Claude	858	3
3	HEBRARD Jean Paul	12451	10	49	CHARRIERE Jeanne	817	4
4	RODIER André	11297	11	50	VERNEYRE Christian	721	3
5	MATERINSKY Rémi	8582	7	51	SOUCHAUD Patrick	677	2
6	**GALTIER Muriel**	6778	10	52	QUESNE Jean Luc	671	2
7	MULOT Fabien	5371	11	53	FABRE Michel	600	1
8	DUQUENOY Régis	4253	2	54	GUIBERTEAU-DUCHER Eliane	590	3
9	DIEF Gérard	4219	7	55	ROUGIER Séverine	578	3
10	BEYNEL Florence	3904	5	56	CATHEBRAS Eric	574	1
11	HERMENT Vincent	3814	4	57	ROBERT Martine	569	3
12	ROUSSEL Corinne	3765	6	58	LIVEBARDON Christiane	565	2
13	ROCHE Franck	3715	6	59	CERCY Maryse	561	5
14	CERCY Jean Louis	3501	10	60	CERCY Carole	508	4
15	DUBLANCHET Nicolas	3150	4	61	MURIN Gérard	460	1
16	MOULY Pierre	2940	9	62	BALICHARD Luc	436	2
17	PELISSIER Sophie	2916	3	63	DAMAGNEZ Annie	433	2
18	VARENNES Jean Gabriel	2818	12	64	CHOPIN Jean-Michel	418	3
19	SOULIER Gérard	2269	4	65	PAQUET Anne Marie	366	2
20	GIMENEZ Sébastien	2101	2	66	DUQUENOY Marie Christine	362	2
21	LACOMBE Zeline	1974	6	67	BONNIER Françoise	329	3
22	REGNOUX Marc	1860	1	68	LE BOUCHER Jacques	311	3
23	JOB Daniel	1828	12	69	SENNAT Thierry	308	1
24	AYMARD Christophe	1680	4	70	GAYTON Christophe	306	1
25	BASMAISON Nassira	1569	3	71	REBIERE Delphine	283	1
26	RIEUTORD Daniel	1528	3	72	DE LESCURE Jacques	273	1
27	MALOCHET Alain	1491	7	73	MOUTARDE Dominique	272	1
28	PUMAIN Hervé	1440	3	74	MALOCHET David	257	2
29	BEAUMEL Jean Claude	1429	1	75	GAYTON Jean	257	2
30	SCHÜTZER Sylvie	1412	5	76	HERVEAUX Sophie	254	2
31	FARGEIX Michel	1369	4	77	RAVEL Didier	249	1
32	HAVVAS Andrew	1354	3	78	SERRE Elisabeth	230	2
33	CHIROL Alain	1207	5	79	BATISSE Pierre	211	1
34	ROCHE-MANGEART Laurence	1176	3	80	BORTOT Gérard	205	1
35	CHOSSARD Patrick	1169	5	81	CHABORY Antoine	201	2
36	DRISS Muriel	1165	5	82	COURALLY Sylvie	197	1
37	PAYET François	1117	5	83	YTHIER Chantal	161	1
38	DE BIASI Fabrice	1116	2	84	VIGIER Séverine	148	2
39	BOITHIAS Bernard	1114	8	85	TORTAJADA Christian	142	1
40	COSTET Marie-Hélène	1110	4	86	LABUSSIERE Gérard	141	1
41	FABREGOUL Laurence	1067	7	87	BARJOT Cécile	133	1
42	CHEVILLE François	1056	1	88	PALKA Bernard	126	1
43	DAURIAT Dominique	1044	4	89	CORMERAIS Louis	125	1
44	MASDEU Joseph	1024	4	90	ANGELY Véronique	119	1
45	PELIGRY Geneviève	997	7	91	RAYMOND Philippe	115	1
46	SERRE Laurent	953	2	92	BOUSSAROQUE M. Madeleine	112	1

Rappel résultats : Si vous voulez être sûr que votre résultat de course figure sur le site de l'ACFA, et soit pris en compte pour le challenge, merci de nous transmettre dans la **semaine qui suit,** l'info de la façon la plus simple, par courriel à : rey.jack@wanadoo.fr