

FOULÉES LIBRES



Section Courir
Page Blanche
du Journal



FIN 2009

Voir Saint-Jean et courir



PHOTO WILFRID MECHINET

Esprits inquiets, questions hasardeuses, assez couvert, mes lacets, regards confiants, sourires de soulagement, chronos à toutes les phrases, démarche déconcertée, joie, déception, solitude, groupe, douche, résultats, j'ai sprinté, podium, je reviendrai, mes épingles, j'étais bien, pas de sucre au ravito, j'ai forcé...

Toutes ces palpitations étalées sur plusieurs heures ou réduites à quelques secondes entre la veille, le réveil, le dossard, le départ et... l'arrivée !

Si commune à tous les sportifs et pourtant si personnelle à chacun, cette émotion peut nous envahir jusqu'à faire ruisseler quelques larmes de compassion sur nos visages asséchés par le vent et les kilomètres...

Une année sympathique pour ma part avec il me semble un retour aux rendez-vous humains pour partager expériences et dégustations, une année qui entre dans les stats : le record du nombre des adhérents est tombé, de 50 en 1999 nous passons à 53 dix ans plus tard !

Pour les anciens merci de votre fidélité, pour les nouveaux merci de votre confiance, que les bras s'élancent, les jambes s'activent, les poumons ventilent, le cœur se règle, les chaussures accrochent pour que le plaisir de l'effort persiste et nous fasse partager bien des sensations...

Agostinho José DUARTE



PHOTO PIERRE DARTHOUT

Bonjour Saint-Jean-de-Luz. De gauche à droite : Michel Gesse, Gwenola Guyomarc'h, Nadine Joie, Jean Schmitt, Christel Jorand, Xavier Vansielegem, Agostinho José Duarte, Bruno Apiou, Alain Ghinassi, Fernando Yvorra, Luc Desavre, Daniel Pires

7 juin, MOULIS

11 km - Oubli

111. Christel JORAND 55 min 00 s

11 septembre, CAP-FERRET Marathon - 2 PB - 736 arrivants

75. Christophe LAUGA 3 h 24 min 08 s
413. Yann VIMENEY 4 h 06 min 32 s

11 octobre, BLANQUEFORT 6,3 km - 2 PB - 130 arrivants

79. Abel BONNET (3^e V3) 36 min 08 s
114. José CARRILLO 40 min 18 s

10 km - 10 PB - 593 arrivants

31. José DUARTE 37 min 55 s
40. Bruno APIOU 38 min 22 s
101. Fernando YVORRA 41 min 36 s
217. Xavier VANSIELEGHEM 46 min 01 s
290. Christel JORAND 48 min 14 s
372. Daniel PIRES 51 min 07 s
454. Gérard POLONI 54 min 32 s
488. Josyane BONNET 56 min 02 s
492. Catherine CASTETS 56 min 15 s
515. Stéphane HILARION 58 min 02 s

Marche 6,3 km - 1 PB

Marie-Laure YVORRA.

Abel a bien fait de choisir la petite distance puisqu'il se classe troisième dans sa catégorie, devançant nettement l'Ibérique José.

Sur la distance « reine » Agostinho reprend le leadership devant un Bruno dépité. Le petit (...) nouveau Fernando réalise une bonne performance ainsi que Xavier et Christel. Daniel, à son niveau, précède le revenant Gérard cependant que Josyane mate Cathy. Course courageuse de Stéphane. Marie-Laure représente les marcheurs.

25 octobre, FONTARRABIE 21,1 km - 10 PB - 1730 arrivants

64. José DUARTE	1 h 24 min 45 s
92. Bruno APIOU	1 h 26 min 39 s
443. Michel GESSE	1 h 39 min 53 s
480. Fernando YVORRA	1 h 40 min 43 s
666. Nadine JOIE	1 h 44 min 55 s
675. Alain GHINASSI	1 h 45 min 06 s
955. Xavier VANSIELEGHEM	1 h 51 min 11 s
1175. Christel JORAND	1 h 56 min 20 s
1294. Daniel PIRES	2 h 00 min 13 s
1657. Jean SCHMITT	2 h 20 min 02 s
1174. Gwenola GUYOMARC'H	1 h 56 min 19 s
1697. Luc DESAIVRE	2 h 27 min 53 s

Gros succès que cette sortie dans le Pays Basque : un bus bondé pour... seulement dix coureurs de la section et deux invités. Le reste de la troupe est descendu pour moitié à la frontière pour rallier sur 8 kilomètres l'arrivée, cependant que les autres jouaient les voyeurs, dont votre serviteur.

Quoi qu'il en soit, Agostinho, décidément en grande forme, s'impose à nouveau et facilement devant Bruno, cependant que Michel surprend tout le monde en montant sur le podium. Fernando déroule facilement sa grande foulée sur ses terres, tandis que Nadine en remonte à Alain. Xavier maintient Christel à bonne distance qui fait de même avec Daniel, cependant que Jean termine...

Ensuite, apéritif sous le soleil espagnol et repas à la venta Miguel, à Ibaridin.

Le retour, rythmé par notre président déchaîné, nous mène à bon port, malgré un car crachant son moteur par les pots d'échappement !

1^{er} novembre, NEW YORK Marathon - 1 PB - 43475 arrivants

34273. Adrienne TUCCIO 4 h 58 min 57 s

La Page Blanche représentée dans le Nouveau Monde ! Adrienne a réalisé ce dont beaucoup de coureurs rêvent : participer à cette fabuleuse épreuve. Des souvenirs pour toute la vie...

11 novembre, LA TESTE Semi-Ekiden - 2 équipes 56 équipes classées

9. PAGE BLANCHE 1 1 h 26 min 04 s
36. PAGE BLANCHE 2 1 h 42 min 00 s

L'équipe 1 de la section (Fernando YVORRA, Yvon GABRIEL et José DUARTE) se classe honorablement malgré les mauvaises conditions climatiques.

L'équipe 2 emmenée par Christian THIBAUT dont c'était le grand retour, appuie sur l'accélérateur avec Alain GHINASSI et Thierry MOGABURU et réalise une performance convenable.

Domage que nos adhérents aient boudé cette épreuve qui permet de courir avec un vrai esprit d'équipe.



PHOTOS PIERRE DARTHOUT

Les participants à Saint-Jean-de-Luz-Fontarrabie



Les marcheurs à Hendaye...



... et à Arcachon

Gujan : Louis Lauga, Michel Gesse, Nadine Joie, Fernando Yvorra, José Duarte, Alain Theux, Christel Jorand, Bruno Apiou, Thierry Jorand, Bernard Boube, Hervé Pouget, Alain Ghinassi de gauche à droite



Assemblée générale Samedi 30 janvier



Avec repas dansant
Avec repas dansant

Le programme

8 heures : Mot du président, rapport financier, bilan 2009, Calendrier des courses 2010, Cotisations 2010, Remise des prix aux lauréats des challenges
11 h 30 : Apéritif
20 heures : Repas dansant

Prix

23 euros pour les adhérents et conjoints
26 euros pour les extérieurs
8 euros pour les enfants

Menu

Apéritif : Kir ou Sangria

2 entrées au choix :

Brochette de Gambas sauce beurre citronnée ou Assiette de Foie gras aux tomates

2 plats au choix :

Magret de Canard sauce poivre ou Filet de Saumon sauce hollandaise

2 accompagnements au choix :

Riz

Pommes sautées/Haricots verts

Assiette Fromagère

2 desserts au choix :

Croquant aux trois chocolats et sa crème anglaise

ou Omelette norvégienne

Vin rouge ou rosé, clafoutis, café



28 novembre, GUJAN-MESTRAS
7,73 km - 15 PB - 74 arrivants

2. Bruno APIOU	28 min 27 s
7. Louis LAUGA (1 ^{er} cadet)	29 min 00 s
11. José DUARTE	30 min 07 s
14. Christophe LAUGA	30 min 19 s
17. Fernando YVORRA	31 min 19 s
19. Michel GESSE	32 min 32 s
20. Alain GHINASSI	33 min 30 s
25. Bernard BOUBE	33 min 45 s
32. Hervé POUGET	35 min 00 s
2. Nadine JOIE (2 ^e féminine)	35 min 20 s
5. Christel JORAND (5 ^e féminine)	36 min 53 s
59. Jean SCHMITT	42 min 24 s
68. Thierry JORAND	42 min 30 s
69. Abel BONNET	43 min 00 s
72. Alain THEUX	48 min 14 s

Dimanche 29 novembre
4 km - 2 PB - 419 arrivants

64. Xavier VANSIELEGHEM	17 min 12 s
121. Daniel PIRES	18 min 45 s



Nadine, Christel et Bruno peuvent savourer leurs récompenses après leurs belles performances lors du cross court de l'incontournable épreuve organisée par le club de Gujan-Mestras sous l'égide de notre entreprise



PHOTOS JLGB

Cette année encore le cross Sud Ouest a attiré beaucoup de nos adhérents. Le soleil s'est montré en début de week-end, cependant que nos représentants du dimanche se trempaient.

Le samedi, le cross court retrouvait la butte (merci Pierre et Jean-Louis...). Bruno fait briller la section ainsi que Louis, cependant que José devance tout juste Christophe. Fernando découvre avec plaisir le circuit sablonneux devant le valeureux et surprenant Michel. Alain retrouve petit à petit la forme à peine devant le méritant Bernard. On retrouve avec grand plaisir Hervé que l'on aimerait voir plus souvent et qui s'impose devant nos gazelles Nadine et

Christel qui nous font honneur sur le podium. Jean-Nicolas toujours étincelant se permet de coiffer un Thierry claudiquant. Abel réalise un bon parcours malgré son départ tardif... cependant que Alain apprécie l'effort... pour le réconfort que nous ont offert une nouvelle fois les responsables de notre journal lors du buffet traditionnel sous la tente Sud Ouest.

Nous n'oublierons pas Josyane Bonnet, Maryse Darthout, Stéphanie Parrot, Annie Schmitt, Martine Theux et Marie-Laure Yvorra qui ont marché autour de Chante-Cigale.

Le dimanche, dans la course des entreprises, Xavier et Daniel montrent nos couleurs.

6 décembre, ARCACHON
10 km - 10 PB - 1109 arrivants

40. Louis LAUGA (1 ^{er} cadet)	38 min 41 s
47. José DUARTE	39 min 06 s
129. Thierry MOGABURU	42 min 20 s
196. Fernando YVORRA	43 min 51 s
273. Alain GHINASSI	45 min 39 s
318. Xavier VANSIELEGHEM	46 min 26 s
629. Daniel PIRES	52 min 25 s
791. Jean SCHMITT	56 min 31 s
875. Adrienne TUCCIO	58 min 14 s
966. Christian THIBAUT	1 h 01 min 28 s

Et Louis réédite sa performance de l'an passé, aidé il est vrai par notre président. Décidément Thierry termine l'année en boulet de canon puisqu'il devance le valeureux Fernando, cependant qu'Alain revient enfin à un niveau plus conforme à sa valeur. Xavier s'arrache et Daniel se fait violence, cependant que Jean carbure... plein pot. Bravo à Adrienne qui caracole devant un Christian à court de forme.

Les marcheurs, représentés par Fabienne et Gérard Adam, Maryse et José Carrillo, Maryse et Pierre Darthout, Christian Garcia, Stéphanie Parrot, Annie Schmitt et Marie-Laure Yvorra ont effectué, en sortie section, le parcours des coureurs.

Une vingtaine de nos participants se sont retrouvés, à l'initiative d'Alain Theux, autour d'une bonne table d'un restaurant local.

glu du jeu, devant un Christophe délesté de Louis. Qui de Thierry ou Fernando a coupé le fil d'arrivée en premier ? On ne le saura pas. Alors on se contentera des places officielles. Christel, de retour après une petite pause, s'est faite aider par Agostinho pour précéder Daniel et un JLGB des petits jours. Jacky fait une apparition remarquée, cependant que Josyane devance à peine un Abel requinqué.

Après cette dernière course de la saison, le groupe s'est retrouvé dans l'antre des Sarasa pour un très chaleureux apéritif.

Rendez-vous en février 2010 pour de nouvelles aventures.

Commentaires JLGB

20 décembre, MÉRIGNAC
12,5 km - 11 PB - 386 arrivants

23. Bruno APIOU	50 min 34 s
38. Christophe LAUGA	52 min 01 s
64. Thierry MOGABURU	53 min 17 s
105. Fernando YVORRA	56 min 01 s
199. Christel JORAND	1 h 04 min 51 s
200. José DUARTE	1 h 04 min 52 s
248. Daniel PIRES	1 h 07 min 42 s
261. JLGB	1 h 10 min 16 s
281. Jacky SOUC	1 h 11 min 55 s
341. Josyane BONNET	1 h 16 min 53 s
342. Abel BONNET	1 h 16 min 58 s

Marche, 12 km - 6 PB

Christian GARCIA, Stéphanie PARROT, Joël SARASA, Martine et Alain THEUX, Marie-Laure YVORRA.

Curieuse cette course, surtout à l'arrivée et son passage compliqué dans le bois. Pour la distance, on ne sait quel kilométrage exact on a effectué. Certains auront fait moins (n'est-ce pas Thierry) sans le vouloir, mal aiguillés par des commissaires absents. A ce petit jeu, Bruno tire son épingle



... et celles de Josyane, Bruno et... Jacky Souc, dont c'était le grand retour, au Burck



La belle attitude de Fernando à Fontarrabie...

PHOTO FESTAK

PHOTOS PIERRE DARTHOUT

Le coin de l'assemblée 2010

Une quarantaine de personnes ont répondu à l'invitation du bureau pour l'assemblée générale et le dîner dansant qui se sont déroulés le samedi 30 janvier à l'auberge Les Trois Canards, à Villenave-d'Ornon.

Le président Agostinho José Duarte salut l'assemblée et se félicite de l'affluence pour ce moment très important dans la vie de la section. Il fait tout d'abord le bilan sportif : 53 adhérents étaient inscrits en 2009, soit le plus grand nombre d'adhérent dans l'histoire de la section. Bravo aux recruteurs (Nadine, Xavier). Ensuite il énonce quelques chiffres : la section a participé à 10 distances de moins de 10 km, 12 de 10 km, 6 de 15 km, 8 semi-marathons, un marathon (le Mont Saint-Michel), 9 trails ou courses nature, le cross Sud Ouest, 13 marches/randos, une organisation (Le Barp), ces épreuves étant inscrites dans le calendrier 2009.

35 coureurs composés de 19 féminines, 2 cadets, 3 seniors, 11 retraités et quelques vétérans ont participé à au moins une course ou une marche pour parcourir au total 4846 km (4463 en 2008 et record pour 1998 avec 7366 km pour 48 adhérents/coureurs).

Hors calendrier section il faut rajouter les marathons de Lège-Cap-Ferret, Blaye, Cheverny, Saint-Petersbourg, Tokyo et New York.

Les lieux d'entraînements collectifs du jeudi se sont plus souvent déroulés sur la rive droite, à Carignan. Quelques venues aux antennes de Bordeaux-Lac, mais aussi régulièrement les mardis et jeudis autour du siège de Sud Ouest à La Bastide.

Le secrétaire Jean-Louis Galan-Bartette se charge, en l'absence de la trésorière Nadine Joie, de détailler les comptes de la section. Malgré les déboires avec la société Lim

Tour, concernant le bus pour Saint-Jean-de-Luz, et grâce à une subvention exceptionnelle de 300 euros de la Page Blanche qui porte notre subvention à 2900 euros en 2009, nous terminons avec un solde positif de 227 euros.

Les dépenses aux inscriptions courses ont considérablement augmenté, du fait du nombre supérieur d'inscriptions, mais aussi et surtout à l'augmentation des tarifs pratiqués par les organisations : près de 2200 euros !

Le reste de nos dépenses concerne l'achat de la revue RUNNING, les frais administratifs, les sorties exceptionnelles. Bonne tenue des comptes de notre trésorière et quitus donné par la commission de contrôle de la Page Blanche.

José en profite pour lancer un cri d'alarme : on ne pourra plus prendre d'extérieurs pour l'instant, car nous arrivons à 33 % de l'effectif, ce qui est somme toute important.

Le montant des cotisations doit être revu à la hausse et il faut marquer nettement la différence entre le tarif adhérent Sud Ouest (personnel Sud Ouest, conjoint, parents et enfants, retraités) et les adhérents extérieurs.

Le montant des cotisations 2010 est soumis au vote et approuvé à l'unanimité.

Voici le détail de celles-ci qui comprennent également la cotisation annuelle et individuelle Page Blanche d'un montant de 2 euros : coureur Sud Ouest, 22 euros ; coureur extérieur, 32 euros ; marcheur Sud Ouest, 17 euros ; marcheur extérieur, 27 euros.

A propos des marcheurs est évoquée une possible création d'une section rando. Alain Theux et Abel Bonnet, les responsables actuels, ne sont pas d'accord pour une scission, préférant que les marcheurs/coureurs continuent à faire partie de la section Courir pour une meilleure convivialité.

Vient ensuite l'élection du bureau. Les responsables 2009 sont reconduits, à savoir : président Agostinho José DUARTE, trésorière

Nadine JOIE, secrétaire Jean-Louis GALAN-BARTETTE, secrétaire adjoint Xavier VANSIELEGHEM.

Le calendrier 2010 des courses sélectionnées pour les challenges est ensuite présenté à l'assemblée par Xavier. Vingt-deux courses ont été choisies avec quelques nouveautés : Cestas, Bassens, Bordeaux les quais, Peujard (nocturne)

et le retour d'Azay-le-Rideau, Le Porge, Montagne-Saint-Emilion et le marathon de La Rochelle.

Vient ensuite le moment de récompenser les lauréats 2009 des challenges :

Nadine Joie et Bruno Apiou remportent le challenge de la performance, cependant que Chistel Jorand et José

Duarte remportent celui de la participation. Des récompenses complémentaires (offertes par Sud Ouest) sont remises à Josyane Bonnet (deuxième du challenge participation), Stéphanie Parrot (première marcheuse, excusée), Martine et Alain Theux (deuxièmes marcheurs), Pierre Darthout (reportages photos),

Abel Bonnet (fidélité)... Puis un tirage au sort clôture cette assemblée très studieuse.

Durant l'apéritif, le film de la sortie de Saint-Jean-de-Luz - Fontarrabie, monté par Pierre Darthout, est présenté à l'assistance. Ensuite, place aux danseurs sur les rythmes endiablés concoctés par le disc-jockey de l'auberge.

Reportage photos : Pierre DARTHOUT et JLGB



Renseignements pratiques

Blog Coureurs et Marcheurs Page Blanche :
<http://courirpageblanche.blogs.sudouest.com>

Inscriptions aux courses : Par le blog, par mail auprès de JLGB 05.56.20.63.33 ou José DUARTE 05.56.68.34.07 - 05.35.31.38.38 travail, jusqu'au lundi minuit

Pour les marcheurs : Lorsque la marche est organisée par la section, départ une heure avant les coureurs. Responsables : Abel BONNET 05.56.20.06.08, Alain THEUX 05.56.05.24.45, Pierre DARTHOUT 05.56.78.60.22

Entraînements : Les jeudis aux antennes S1 de Bordeaux-Lac; à Carignan (prévenir JLGB); à Bordeaux-Bastide (entre midi et 14 heures), responsable Xavier VANSIELEGHEM. Consulter le blog pour les lieux et horaires.

Revue : Running (merci de faire circuler)