



Mardi 03  
Mars 2020

# Newsletter

**ATHLÈ**  
FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME

Suivez-nous  
Facebook



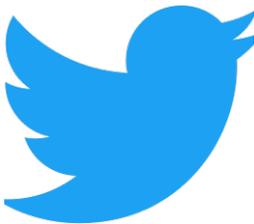
Instagram



LinkedIn



Twitter



+ de 2800  
j'aime !



## Informations

### Ecusson EFSRA

Nouveau : écusson EFSRA, en vente au club!  
6€ le petit  
10€ le grand



### Préparation Hypnose et Mentale

Ce mercredi 4 mars 2020 à 19h30 se déroulera dans la salle de réunion du stade Georges Hébert notre 3ème rencontre RUNNING avec Antoine Menet spécialiste «Préparation mentale et hypnose».

Venez programmer votre mental à la réussite et parler de techniques de visualisation, de motivation et de Dépassement de soi.

Comment être à 200% le jour de sa course ?

Comment transformer son entraînement en succès ?



## Athlètes Du Mois

David Kuster, Romain Severin, Sonia Demon, Angelica Berriot, Léa Guerard, Stéphane Billat, Adeline Brastel et Cedric Crolet ont été désigné athlètes du mois de février.

### athlètes du mois février 2020



## Inscriptions Courses

Vous pouvez vous inscrire au secrétariat pour les courses suivantes :

- Courir Pour La Vie à Chalons-En-Champagne du 5 avril (inscription jusqu'au mercredi 1er avril 20h)
- Trail du Pays d'Argonne à Ste-Ménéhould du 19 avril (inscription jusque mardi 31 mars 20h).

## Prochaines Organisations du Club

10km de Saint Brice Courcelles qui aura lieu le samedi 22 mars à 19h  
10km de Witry-Lès-Reims qui se déroulera le dimanche 29 mars à 10h



Suivez l'Entente Family Stade de Reims Athlétisme sur sa page Facebook

Entente Family Stade de Reims Athlétisme  
25 rue Raymond Poincaré  
BP 21 - 51873 Reims Cedex  
Tél : 03.26.09.22.41  
Mail : contact@efsra.com  
Internet : www.efsra.com



YPREMA-MORC



Grand Est  
Région Champagne-Ardenne Lorraine

MARNE  
L'ÉQUIPEMENT

Reims.fr



Mardi 03  
Mars 2020

# Newsletter



## Agenda Mars

- 14: Kids Athlé à Reims
- 21: 10Km de Saint-Brice-Courcelles



- 22: Championnats de France des 20km et 50km Marche à Gien (CEN)
- 29: 10Km de Witry-Lès-Reims



## Avril

- 04: Kids Athlé à Reims
- 05: Courir Pour la Vie à Châlons-En-Champagne
- 19: Trail du Pays d'Argonne à Sainte-Ménéhould
- 26: 10Km d'Épernay
- 26: Relais des Cathédrales
- 26: Challenges CORA de la ville de Reims

+ de 2800 j'aime !



## Résultats

### SALLE

#### 29/02-01/03 : Championnats de France Elite à Liévin (H-F)

Hommes  
800m

Série 1 : 7. Romain SEVERIN 1'54"69

5000m Marche

2. David KUSTER 19'54"65

**Vice-Champion de France**



#### 01/03 : Match Minimes G-E / BFC à Metz (57)

**MIF : 50m :** Zoé LUTHAR 7"09 - **1000m :** Elena PRAT 3'17"89 - **Hauteur :** Faustine DOLLEZ 1m37 - **Longueur :** Melca VUADI 3m58 - **Perche :** Zoé LUTHAR 2m90 - **Poids :** Melca VUADI 8m26 - **3000m Marche :** 17'08"50

**MIM : 50m Haies :** Pape-Ousmane SOW 8"20 - **1000m :** Pape-Ousmane SOW 2'52"87 ; Pierre VARNIER 2'59"48 ; Lucas SWYNGHEDAUF 3'02"99 - **Hauteur :** Lucas SWYNGHEDAUF 1m71 - **Perche :** Thomas RICHARD 3m20 - **3000m Marche :** Simon AUBRY 16'22"54

### STADE

#### 28/02 : Compétition en Afrique

**TCF : Longueur :** Lerato SECHELE 5m76 - **Triple :** Lerato SECHELE 13m14



**CORA**  
Reims Neuville

### CROSS

#### 01/03 : Trail du Petit Ballon et Circuit des Grands Crus à Rouffach (68)

**28Km :** 199. Emmanuel BLIN 2h42'35 ; 434. François BARRERE 3h04'48

#### 01/03 : Trail De La Sainte Baume à Cuges-les-Pins (PCA)

**25Km :** 79. Thomas CANET 2h58'16

### HORS-STADE

#### 16/02 : Semi-Marathon de Barcelone (ESP)

(Complément) 9809. Nathalie DREZET 1h52'48 ; 10196. Christophe DANHIEZ 1h53'56

#### 01/03 : C10K à Courcy

**10Km :** 6. Jérôme BRETON 34'43 ; 8. Davy COTTON 34'46 ; 12. Aurélien QUENARDEL 36'17 ; 14. Freddy BISCHOFF 36'43 ; 18. Simon RIEU 38'18 (1<sup>er</sup> CAM) ; 26. Mathieu RICHET 39'34 ; 27. Christopher GERARD 39'35 ; 29. Tristan CHRETIEN 39'52 ; 34. Axel BOUY 40'51 ; 39. **Giline PARMENTIER 41'32 (1<sup>ère</sup> Femme)** ; 59. Ambroise TATTI 44'15 ; 60. Jean-Paul GRANDPIERRE 44'15 ; 62. Didier PHILIPPOTEAUX 44'23 ; 66. David DROTHIERE 44'42 ; 94. Clément CHANET 47'26 ; 97. **Caroline DEMOLIN 47'37** ; 98. **Marianne SWYNGHEDAUF 47'38** ; 103. Eric LAMBERT 47'54 ; 112. **Marie DEMOLIN 48'47** ; 118. Jean-Philippe TRIDON 49'26 ; 162. **Estelle FALVY 53'11** ; 176. **Anne GUILLIOU 54'27** ; 179. **Marjorie HAULIN 54'30** ; 195. Vincent POIDEVIN 56'36 ; 204. **Agnès GANDOIN 58'14 (1<sup>ère</sup> M6F)** ; 212. **Mireille GUILLAUME 59'23** ; 224. **Ane-Claire TATTI 1h00'39**

#### 01/03 : 10Km de Givet (08)

1. David DUQUESNOY 31'55



Suivez l'Entente Family Stade de Reims Athlétisme sur sa page Facebook

Entente Family Stade de Reims Athlétisme  
25 rue Raymond Poincaré  
BP 21 - 51873 Reims Cedex

Tél : 03.26.09.22.41  
Mail : contact@efsra.com  
Internet : www.efsra.com



YPREMA-MORC



Grand Est  
Région Champagne-Ardenne Lorraine



Reims.fr