



Newsletter de Octobre 2017

A VENIR

VIE DU CLUB

Marathon de Paris : 15 Octobre 2017

Le Paris Roller Marathon du 15 Octobre sera le 1^{er} marathon Roller organisé dans Paris. Nous l'attendions depuis longtemps ! Il se déroulera sur un parcours de 21 km à parcourir 2 fois sur les quais de Seine.

Si jamais vous doutiez de vous, vous pourrez vous caler sur les meneurs d'allure qui vous emmèneront au rythme que vous aurez choisi (1h30/ 2h/ 2h30/3h). Vous pourrez également choisir de la faire en duo. Chaque équipier parcourant sa boucle de 21km.

Au cas où vous seriez de la partie... mais sans roller, vous pouvez aussi être bénévole en allant à l'adresse ci-dessous :

<https://www.welp.fr/demandes/9472/autre/benevoles-paris-rollers-marathon>

Marathon à venir : finale de la Coupe de France des Marathons et mi Marathon à Calais 1^{er} Octobre

Participants : Marathon Fred / Semi-Marathon : MG et Marine, JS et Quentin, Patrick C / Course Jeune : Florian

La météo annoncée est très venteuse (Rafale à 44km/h avec de la pluie)... La course risque d'être difficile !

LES NEWS DU MOIS

VIE DU CLUB

6h de Paris :

Participants :

Duo : Patrick C et Michel et Frédéric et MG Goupil

Equipes :

Zaoutiens : Christelle, Maud, Marine, Bruno, Olivier P

Zestivals : Frédo, Sandrine, Carine, Laurent, Olivier N

Sous un grand soleil d'aout, ils sont partis à la conquête des allées du bois de Boulogne. Tous les groupes adultes ont été représentés : Débutants, Loisirs et Courses se sont retrouvés pour partager les 6h et pour quelques participants c'était une première course. Bravo à tous

Semi-marathon et marathon de Lyon

Participants : JS et Quentin, Caro et Vinz'

Un papot Mag vient d'être publié à propos du marathon. Allez lire les aventures « humides » de nos 4 patineurs.... Nos patineurs ont vécu une épreuve difficile sous la pluie mais ont tenu jusqu'au bout malgré les

chutes. Caro termine 3^{ème} après un dernier tour stressant qui lui a permis de passer devant son objectif : Rattraper la concurrente qui est devant elle au classement général de la Coupe de France... Nous attendons avec impatience la publication du classement général.

Berlin :

Participants : Sandrine et Laurent, Jean Claude, Jean Victor, Jean Louis, Éric, Sylvie, Patrick C, Patrick F, Kit, Fred, Delphine et Ludo...en espérant n'oublier personne

Jamais il n'y aura eu autant de participants Zone 4 au marathon de Berlin ! Au moment où nous écrivons cette newsletter nous attendons leurs récits. Surveillez le papot' Mag.

Bilan Journée des Associations :

Le club a de nouveau été présent aux journées des assoc' de Cergy et de Courdimanche. Comme elle se déroule le même samedi, il est toujours difficile de trouver suffisamment d'adhérents pour assurer la tenue des stands sur la journée entière. Merci à tous ceux qui ont donné de leur temps pour promouvoir notre Club. Plus nous sommes nombreux, mieux on peut renseigner nos visiteurs et potentiels nouveaux adhérents, et plus le temps passe vite !

Pour l'année prochaine, n'hésitez pas à nous rejoindre.

A ce jour nous avons pris 93 licences. Nous rappelons à ceux qui n'ont pas encore donné leur certificat médical, qu'ils ne pourront pas rouler à partir du 1^{er} Octobre.

Une pensée pour Elhadi

Nolan Beddiaf a décroché 2 médailles d'or cet été. Il est Champion du Monde du Marathon avec un temps de 1h01 ainsi que sur le 20km Elimination.





Le calendrier des randonnées Zone 4 :



Randonnée

- Randonnée du mois : Rendez-vous les 6 ou 13 octobre (en fonction de la météo)



Le calendrier des randonnées vertes 2017 : Réservez vos dates

- 8 octobre 2017 : Rando verte roller 2017 : La roll d'Azur (83)
-



Le calendrier des courses 2017



Course

- 1 octobre 2017 : finale coupe de France et championnat France à Calais (62)
- 08 octobre 2017 : Challenge Idf ROBB + Stage B
- 15 octobre 2017 : Marathon de Paris (75)
- 22 octobre Stage Idf Brétigny
- 1 Novembre : Challenge USMV
- 26 novembre : Challenge Idf Montreuil + Stage MCJ
- 9/10 Décembre : Interzone 1 St Jean de la Ruelle
- 17 Décembre : Challenge Idf lieu à définir

MCJ



Le calendrier des 6/12/24 heures :



Course

- 1 octobre 2017 : Les 6h de Toulouse (31)
- 8 octobre 2017 : Les 6h d'Avon (77)

LE SAVIEZ VOUS ?

Présentation des 3 coachs de la saison :

Cette saison nous accueillons 2 nouveaux coachs au sein du club.

Sylvain Bost que vous avez rencontré en fin de saison dernière prend en charge les groupes adultes débutants ainsi que tous les groupes enfants du samedi. La spécialité de Sylvain est le Hockey Inline. Après de nombreuses années au club de Viarmes où il était joueur et entraîneur il a passé son BIF et élargi son champ d'action pour encadrer les Ecoles de Roller.

Nicolas Prat quant à lui nous arrive du Roll'Air France. Spécialiste de la course, c'est un habitué des podiums sur les épreuves de marathon et autres 6H. Après avoir passé son BIF avec Ludo l'année passée, il prend cette année le groupe enfants/ Ado Course tous les vendredis et le groupe adulte course deux fois par mois.

Nous souhaitons la bienvenue à Sylvain et Nico.

Le 3^{ème} Coach, Ludovic Simon, est parmi est en charge des adultes Loisirs depuis plusieurs années. Il est également coach au club de l'ASAF où il entraîne entre autres Nicolas. C'est un ancien du club puisqu'il avait fait partie des créateurs il y a 15 ans.



Rendez-vous en Novembre pour notre prochaine newsletter Zone 4

Vous pouvez retrouver cette newsletter sur le site Zone 4 : www.zone4roller.com