

## A VENIR

### VIE DU CLUB

#### Les cours du mois de février :

2016						
février						
LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
01	02 Course	03 Randonnée	04	05 Enfants Course Adultes Débutants	06 Baby 1 Baby 2 Enfants Débutants Enfants Confirmés	07 Course Adultes Course Enfants
08	09 Course	10 Randonnée	11	12 Enfants Course Adultes Débutants	13 Baby 1 Baby 2 Enfants Débutants Enfants Confirmés	14 Course Adultes Course Enfants
15	16 Course	17 Randonnée	18	19 Enfants Course Adultes Débutants	20 Baby 1 Baby 2 Enfants Débutants Enfants Confirmés	21 Course Adultes Course Enfants
22	23 Course	24 Accès adultes libre	25	26 Pas de cours	27 Pas de cours	28 Pas de cours
29	01 Course	02 Accès adultes libre	03	04 Pas de cours	05 Pas de cours	06 Pas de cours
07	08	Remarques : 07 Février 2016 : Start'in à Maison Laffitte 06 & 20 Février : Randonnée du samedi ( à confirmer en fonction des participants) 21 Février : challenge indoor à Asnières				

**Les vêtements du club sont arrivés !** Pour toutes les personnes qui avaient commandés des vêtements, la distribution va commencer dès ce soir pendant vos heures de cours. Si vous aviez passé commande, n'hésitez pas à vous rapprocher de Perrine pour les enfants course et adultes débutants, de Patrick pour les enfants ayant cours le samedi après-midi et de Michel pour les adultes du groupe randonnée.

**1<sup>ère</sup> épreuve du Start-in à Maisons Laffitte - 7 février 2016 :** Le dimanche 7 février 2016, 20 enfants zone 4 issus de tous les groupes : baby, débutants, confirmés et course vont participer à la 1<sup>ère</sup> étape du start in à Maisons Laffitte. Souhaitons leur de réaliser de beaux parcours d'agilité, de belles courses tout en s'amusant. Bonne chance à eux.

**Challenge IDF indoor Asnières – 21 février 2016:** Le club Magliss d'Asnières organise pour les enfants des catégories super mini à benjamin un challenge indoor (course vitesse et course de fond). Pour s'inscrire, envoyer un mail à [mg.goupil@orange.fr](mailto:mg.goupil@orange.fr) avec le nom et prénom de votre enfant.

**2ème épreuve du challenge interne Zone 4 – 11 et 12 mars 2016:** après le challenge galette (1<sup>ère</sup> étape du challenge interne), le vendredi 11 mars (pour les enfants course) et le samedi 12 mars pour tous les autres enfants (baby, débutant, confirmés) aura lieu la 2<sup>ème</sup> étape du challenge interne, qui se clôturera par une dernière étape prévue le **14 Mai 2016** et la remise des récompenses.

**Start-in Cergy – 3 avril 2016 :** Zone 4 organise la 3<sup>ème</sup> étape du Start-in le dimanche 3 avril 2016 => Réservez d'ores et déjà la date pour défendre les couleurs du club à domicile.

**Formation staffeur – 16 et 17 avril 2016 :** Cette année Zone 4 organise une formation staffeur niveau 1 en partenariat avec la FFRS. N'hésitez pas à vous inscrire via le lien fourni dans le mail intitulé « Formation Staffeur niveau 1 » envoyé le 09/02/2016 aux adhérents des groupes adultes.

**Tous en roller – 21 mai 2016:** Cette année, Zone 4 innove en invitant l'association mobile en ville. Des personnes en fauteuil proposeront des animations devant visage du monde et participeront à une des randonnées Zone 4 proposées ce jour là avec l'aide des patineurs zone 4. On compte sur vous !

## LES NEWS DU MOIS

### VIE DU CLUB



#### **Zone 4 labellisé pour 2016:**



Zone 4 roller a été labellisé pour l'année 2016 pour l'**Ecole de Roller Sports** et **Roller pour Tous**. Merci à tous ceux qui ont rendu cette labellisation possible.

« **Ecole de Roller Sports** » : offrir les meilleures conditions pour apprendre à faire du roller. S'adressant aux écoles de roller pour tous les âges, ce label est aussi un gage de qualité pour les parents dans le choix d'une structure pour leur enfant.

« **Roller pour Tous** » : proposer des activités de loisir accessibles au plus grand nombre. Ce label répond à de nouvelles attentes en matière d'offre sportive, tournée vers le ludique, la convivialité, le sport de nature ou encore le bien-être.



**Challenge indoor Montreuil :** Une vague rose fuchsia a frappé Montreuil le 10 janvier 2016 avec 9 enfants et 8 adultes Zone 4 venus participer au challenge indoor de Montreuil. Dans une ambiance de feu, nos Zone 4 ont brillé grâce aux précieux conseils de leur coach Elhadi qui fêtait son anniversaire. En guise de cadeau, ils ont tout donné sur les différentes courses et certains ont même décroché de beaux podiums :

- Agathe 3ème super-mini Fille
- Patrick F : 2ème MCJSV Homme (MCJSV : regroupement des catégories minime, cadet, junior, senior et vétéran)
- Aurélien : 3ème MCJSV Homme
- Dont 1 podium 100% zone 4 :
- Perrine : 1ere MCJSV Femme
- Caroline : 2ème MCJSV Femme

- Marine : 3ème MCJSV Femme



Ils sont dans les start in block : attentif aux conseils du coach...



Voici une partie des podiums

Et la preuve qu'il a fallu rouler pour les obtenir



 **Challenge interrégional de Beauvais:** Motivé par les résultats et l'ambiance de Montreuil, 8 zone 4 (4 enfants et 4 adultes) sont allés passer une journée à Beauvais pour le challenge interrégional. En plus des courses de vitesse et de fond habituel, Beauvais a également proposé une épreuve de tour lancé (le patineur est chronométré sur un tour effectué individuellement).

Toujours accompagnés par leur coach Elhadi, 3 d'entre eux ont décroché de beaux podiums :

Florian : 2ème Poussin

Patrick F : 2ème Vétéran H

MG : 1ère Vétéran F



Marine poursuivie par l'équipe locale (Abil roller de Beauvais) et Martin qui passe le relais à Olivier.



L'équipe de vainqueurs !!

La preuve avec les podiums



**RENCONTRES SPORTIVES**

 **Le calendrier des randonnées verte 2016 :**

- **3 avril 2016 : La rando des Salines** (Besançon et Rans (25) – distance 25 et 65 km)
- **16 avril 2016 : Gallo roller** (Ploërmel et Mauron (56) – distance 17, 42, 65 ou 110 km)
- **1<sup>er</sup> mai 2016 : Rando Trans'Oise** (Clermont (60) – distance 50 ou 100 km)
- **8 mai 2016 : Rando Côtes d'Amour** (Pornichet (44) – 42 km)
- **17 mai 2016 : En terre inconnue** (Vauvert (30) – 50 km)
- **22 mai 2016 : Boucles de la Meuse** (Charleville Mézières (08) – Distance au choix max 80 km)
- **28 et 29 mai 2016 : Traversée des Landes** (Gujan Mestra (33) – 220 km)
- **4 juin 2016 : Rando Mirabelle** (Ennery (57) – 60 km)
- **12 juin 2016 : Marne Roll Express** (Châlon en Champagne (51) – 5, 15, 25 ou 50 km)
- **26 juin 2016 : Rando des lacs** (Menois/Rouilly St loup (10), de 14 à 80 Km)
- **17 juillet 2016 : Marais Poitevin** (Coulon(79), 30 à 60 Km)
- **17 et 18 septembre 2016 : La boucle de bassin d'arcachon** (Guyan-Mestras (33) 30,60 et 90 Km)
- **25 septembre 2016 : Rando Angevine** (Angers(49), 60 Km)
- **09 octobre 2016 : Roll d'Azur** (Hyères(83), 65 Km)



 **Le calendrier des courses 2016 (Enfants):**

- **21 février 2016 : Challenge régional IDF à Asnières** (Super mini à Benjamin)

 **Le calendrier des Start in 2016 (Enfants):**

- **7 février 2016 : 1ère étape Maisons Laffitte** (Patineurs de 3 à 16 ans)
- **20 mars 2016 : 2ème étape à Villemomble** (Patineurs de 3 à 16 ans)
- **3 avril 2016 : 3ème étape à Cergy** (Patineurs de 3 à 16 ans)
- **28 mai 2016 : Finale au circuit Carole** (Patineurs de 3 à 16 ans)



 **Le calendrier des courses 2016**

- **10 Avril 2016 : Marathon et semi-marathon de Vannes**
- **05 mai 2016 : La course dans la cité Saint-Denis**

- 05 mai 2016 : **Marathon et semi-marathon de la Croix en Ternois (ANNULE !)**
- 22 Mai 2016 : **Marathon et semi-marathon de Rennes**
- 27 mai 2016 : **Marathon et semi-marathon du circuit Carole**
- 05 juin 2016 : **Roll'athlon** (au choix 50 km ou 100 km)
- 12 juin 2016 : **Marathon et semi-marathon à Dijon**
- 24 septembre 2016 : **Marathon de Berlin**



Course



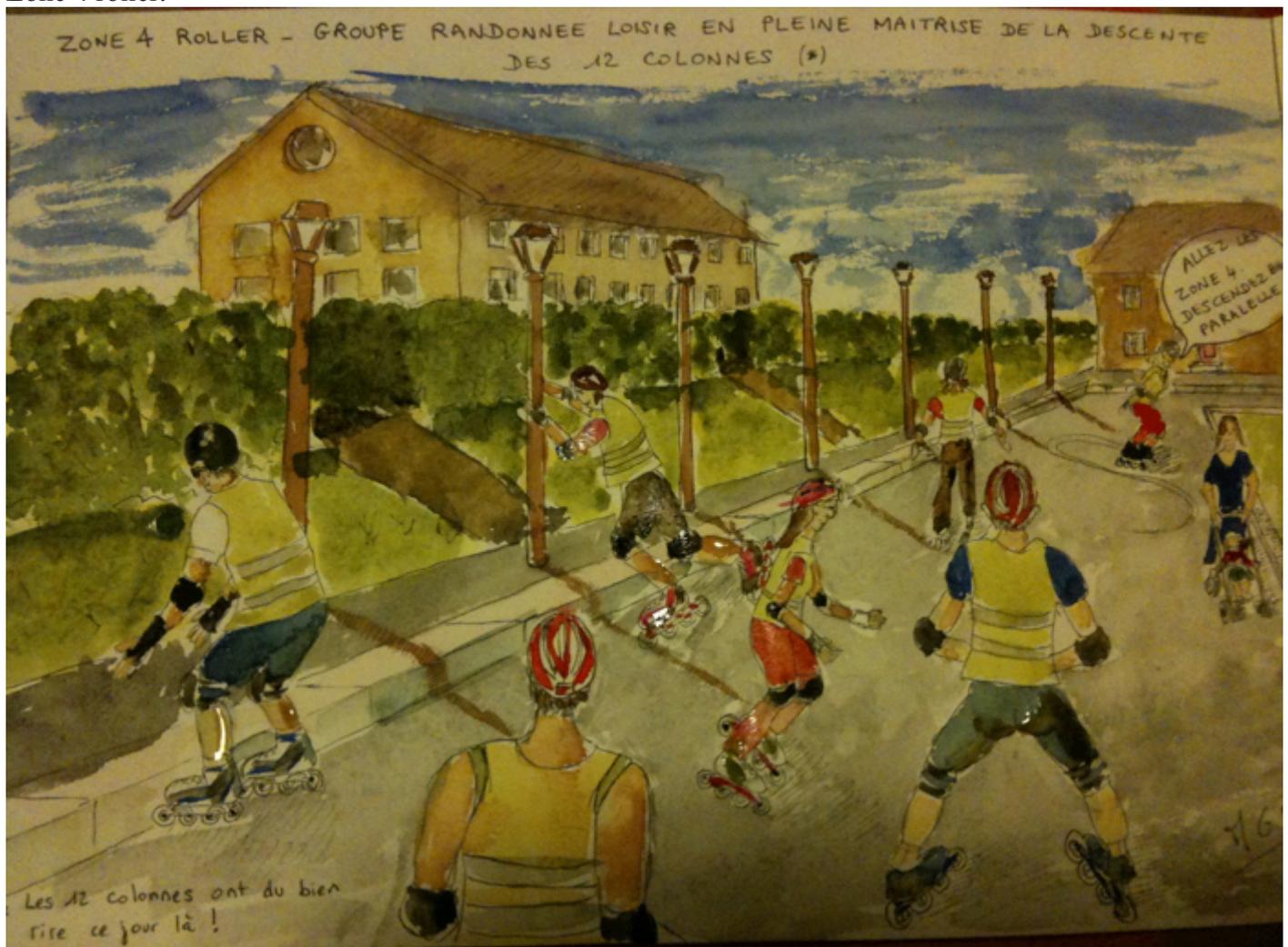
Le calendrier des 6/12/24 heures :

- 24 avril 2016 : **Les 6h du Mont St Aignan** (à côté de Rouen)
- 28 mai 2016 : **Les 6h de Carole**
- 2-3 juillet 2016 : **Les 24h du Mans**
- 07 Aout 2016 : **6 heures de Paris**

Pour plus d'information, voir le site <http://www.rollerenligne.com/calendrier-competitions-roller> , et cliquer sur la compétition qui vous intéresse dans le calendrier.

## SOUVENIRS SOUVENIRS

Voici une aquarelle immortalisant la descente des 12 colonnes un samedi après-midi en sortie randonnée Zone 4 roller.



Moralité : on a tous été débutant un jour...

Rendez vous en mars pour notre prochaine newsletter Zone 4

Vous pouvez retrouver cette newsletter sur le site Zone 4 : [www.zone4roller.com](http://www.zone4roller.com)