

DECEMBRE 2022 N° 34

FEUILLET D'INFORMATIONS DESTINÉ AUX JEUNES DE L'ÉCOLE DE COURSE D'ORIENTATION (ECO) ET À LEURS PARENTS

ASSEMBLEE GENERALE du club NOSE

Elle s'est déroulée le samedi 10 décembre 2022 en présence de nombreux licenciés

Le comité directeur élu est composé de 12 personnes en parfaite parité :



Le document support de l'Assemblée Générale est à disposition des licenciés sur le site du club dans ' Le Club/ Accès licenciés' ainsi que le calendrier des déplacements 2023.

Le Compte Rendu de cette AG sera bientôt à disposition.

Connexion NOSE Rappel

Pour vous connecter sur la page réservée aux licenciés, dans « Le club / Accès licenciés »:

- le login est nom_p (nom et initiale du prénom séparés par un souligné (sous le 8))
- le mot de passe c'est prénom sans accent.

Pour vous inscrire sur les déplacements proposés, il suffit de se rendre sur le site du club: nose42.fr ou remplir les tableaux connectés envoyés par mail lors des informations

Les prochains entraînements du mercredi

Le lieu et plan d'accès sera précisé par mail dans les jours qui précèdent l'entraînement, afin que chacun sache où nous nous trouvons, en particulier pour les jeunes qui habitent dans le Pilat et qui viennent directement.

- mercredi 4 janvier - **Genilac** - carte du village / sprint urbain
- mercredi 11 janvier - **Valfleury** - carte Chavanne
- mercredi 18 janvier - **Andrézieux** - carte Les Bords de Loire
- mercredi 25 janvier - **Chambles** - carte Chambles
- mercredi 1 février - **Pont Souvignet** - carte GrandBois
- mercredi 8 et 15 février - vacances de février

En cas d'empêchement, merci de contacter Hervé par mail ou en laissant un message sur le 06 28 51 66 14

Ces lieux sont susceptibles d'être adaptés à la météo, en particulier en raison de chute de neige en début de semaine !

Les prochains entraînements du samedi

Ces séances du samedi sont accessibles à tous les licenciés.
RdV au rond point F. Roosevelt pour covoiturage.

En préparation, les dates et lieux seront annoncées par mail et sur le site du club

Les prochains déplacements

- samedi 7 et dimanche 8 janvier: 4 courses en ski'O, voir mail de Nans du 12/12
- samedi 14 et dimanche 15 janvier: **Romans - WE sprints en Drôme** avec regroupement des jeunes des ECO de la Loire. Des infos vont bientôt nous parvenir, dates à réserver.
- samedi 21 janvier: **St Maurice en Gourgis et St Bonnet le Château - LOST 3** organisée par le CDCO de la LOIRE
- week-end club 28 et 29 janvier: **Méaudre**, ski de fond plaisir
- samedi 25 février: **Pavezin - LOST 4**

Renseignements sur les déplacements, auprès d'Odile par mail odile.haberkorn@gmail.com ou par téléphone au 06 19 76 19 13



BONNES VACANCES de NOEL



Maintien et/ou entrée au groupe ligue LAURACO 2023-2024

Pour les jeunes intéressés, pensez à bloquer les dates ci-dessous !

- Participation obligatoire aux courses de référence 2022, les résultats seront pris en compte:
 - ⇒ Championnat de ligue Moyenne Distance week-end **1er et 2 avril** en Auvergne - Aydat
 - ⇒ Championnat de France Moyenne Distance weekend du **18 au 21 mai** dans l'Ain - Haut Valromey
 - ⇒ Championnat de ligue Longue Distance le dimanche **25 juin** en Isère - Autrans
- Motivation (questionnaire en ligne envoyé à la commission, visé par l'entraîneur) à faire en septembre
- Participation à l'école de CO du club ou du CD si elle existe
- Être âgé de 13 à 17 ans dans l'année de candidature

Ci-contre, premier WE GL 2023 à Monsols (69) 3 et 4 décembre



Ne sont retenus dans les résultats que les 10 premiers par catégorie ou par circuit, le rouge souligne les podiums.

WEEK-END fin octobre entre Championnats et CNE du 29 octobre au 31 octobre 2022

Championnat de France de sprint - Orléans (45) - carte urbaine

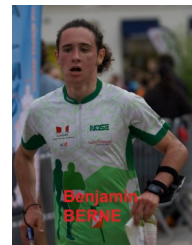
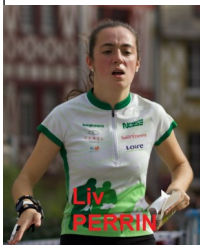
du 29 octobre (circuits de catégories) sont sélectionnés 5 jeunes et 7 adultes (238 participants):

- D14: Juliette Pellissier 9/34
- D18-20: Justine Pellissier 8/30
- D21-35: Jasmina Gassner **3/38**
- H18-20: Arthur Perrin 4/30
- H 21-35: Mathieu Perrin 5/35, Arnaud Perrin 10

Sprint open - Orléans (45) - carte urbaine

du 29 octobre (circuits de catégories) sans sélection, 5 jeunes et 21 adultes présents:

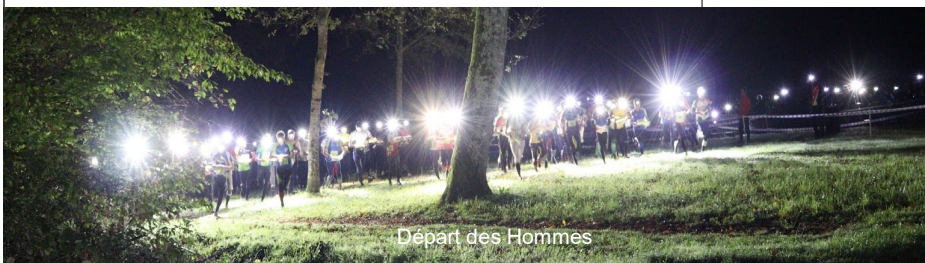
- D16: Liv Perrin **1/22**
- D21-35: Solène Droin 5/83
- D50-55: Véro Héritier 5/91, Odile Perrin 10
- D60 et +: Marie Françoise Roux **3/41**
- H18-20: Benjamin Berne **1/33**
- H40-45: Nans Perrin 9/ 120
- H50-55: Gilles Perrin 6/123



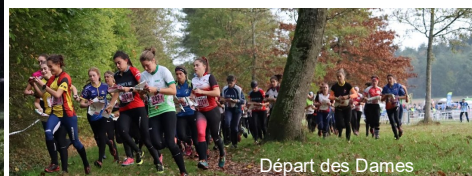
Critérium National des Équipes - Château de Charbonnière - (45)

du 30 octobre (relais) - 13 jeunes et 32 adultes présents
les jeunes de l'ECO sont soulignés

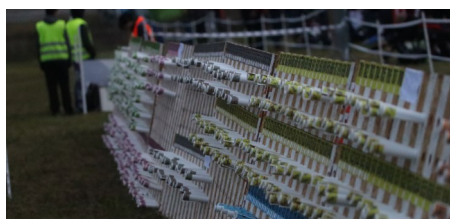
- **Hommes:** Maxime Chabance, Corentin Roux, Arthur Perrin, Yann Chabance, Arnaud Perrin, Maël Héritier, Mathieu Perrin **1/75**
- **Dames:** Jasmina Gassner, Liv Charbonnier, Solène Droin, Justine Pellissier 6/90



Départ des Hommes



Départ des Dames



EQUIPE HOMME 1ère au CNE





Championnat de France de nuit - Ormes (45)

du 31 octobre (circuits de catégories) - 12 jeunes et 21 adultes présents

- **D16:** Liv Perrin 7/35
 - **D18:** Lise Pellissier 2/27
 - **D20:** Liv Charbonnier 3/16, Justine Pellissier 4
 - **D21:** Jasmina Gassner 9/46
 - **D45:** Charlotte André 10/39
 - **D50:** Odile Perrin 4/28, Véronique Héritier 5
 - **D60:** Marie Françoise Roux 8/14
- **H18:** Arthur Perrin 2/37, Benjamin Berne 7, Yann Chabance 8
 - **H20:** Maël Héritier 3/26
 - **H21:** Mathieu Perrin 2/94, Corentin Roux 6
 - **H40:** Nans Perrin 7/44
 - **H50:** Éric Perrin 3/60, Gilles Perrin 4

Bleu: Marie Verdier 5/9

Jaune: Gaëlle Piegay 2/12, Anne Chabance 8

Orange: Thomas Chabance 1/14 (non licencié, ancien jeune ECO)



Journée de formation dans le cadre UNSS - Croix de Trêves

le mercredi 9 novembre 2022

Côté UNSS: 11 établissements ligériens avec 120 jeunes présents encadrés par leurs professeurs et les jeunes de la section sportive du lycée URFE.

Côté Écoles de CO: club de Pélussin (OE42), club de Montbrison (BEF) et club de Saint-Etienne (NOSE) avec leurs encadrants.

Briefing de Véro pour tous les jeunes UNSS et ECO



Beaucoup de monde dans ce joli coin du Pilat avec des activités variées au programme: circuits de couleurs, circuits étoiles, suivi d'itinéraires et circuit d'agilité, après-midi appréciée par les jeunes et leurs encadrants.

LOST 1 - St Nicolas des Biefs (03)

Le samedi 19 novembre 2022 avec 70 participants de la LAURACO dont 9 jeunes, 18 adultes du NOSE et 2 parents

Circuit A:

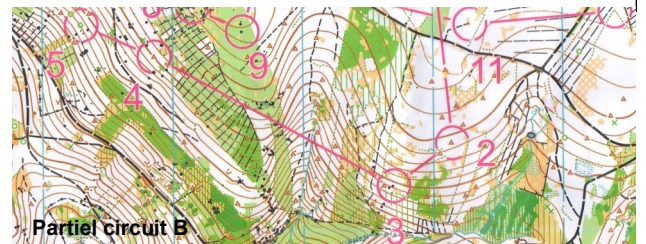
Jasmina Gassner 5/25, Rémi Baudot 8, Lise Pellissier 10

Circuit B:

Juliette Pellissier 1/30, Éric Perrin 2, Arthur Chouleur 5, Hervé Bodelet 7, Elisabeth Pellissier 8, Marie Françoise Roux 9, Bazile Milhau 10

Circuit C:

Léti Viola 6/15, Lazare Merle 7, Alix Milhau 8, Thelma Merle 9



Week-end O'Picardie

(circuits de couleurs) - 1 jeune présent (fait ses études à Compiègne (60))

SPRINT à Agnetz (60)

le 19 novembre

Circuit Orange long:

Yann Chabance 10/19

MD à la Neuville en Hez (60)

le 19 novembre

Circuit violet:

Yann Chabance 5/80

LD à La Neuville en Hez (60)

le 20 novembre

Circuit violet très long:

Yann Chabance 5/36

Séance ECO du 23 novembre 2022 aux Chomeys

Cette année, la pluie nous a souvent accompagnée lors de nos séances du mercredi mais cela n'a jamais arrêté les jeunes, tou-

jours le plaisir d'être en forêt, sourire aux lèvres.



Côté jeunes ECO



Côté jeunes section sportive Urfé

Rhône Orientation à Courzieu (69) le 27 novembre

3 jeunes et 9 adultes présents

Circuit B: Gilles Perrin 1/83 et Costin André 7

LOST 2 - St Genest Malifaux (42) - course au score avec classement aux points.

Le samedi 10 décembre 2022 avec 63 participants de la LAURACO dont 7 jeunes, 15 adultes du NOSE et 1 parent

Score A: Gilles Perrin 3/25, Maxime Chabance 4, Rémi Baudot 5, Nans Perrin 6, Christophe Duverney 10

Score B: Olivier Artaud 4/26, Anatole Fournel 7, Bazile Milhau 7

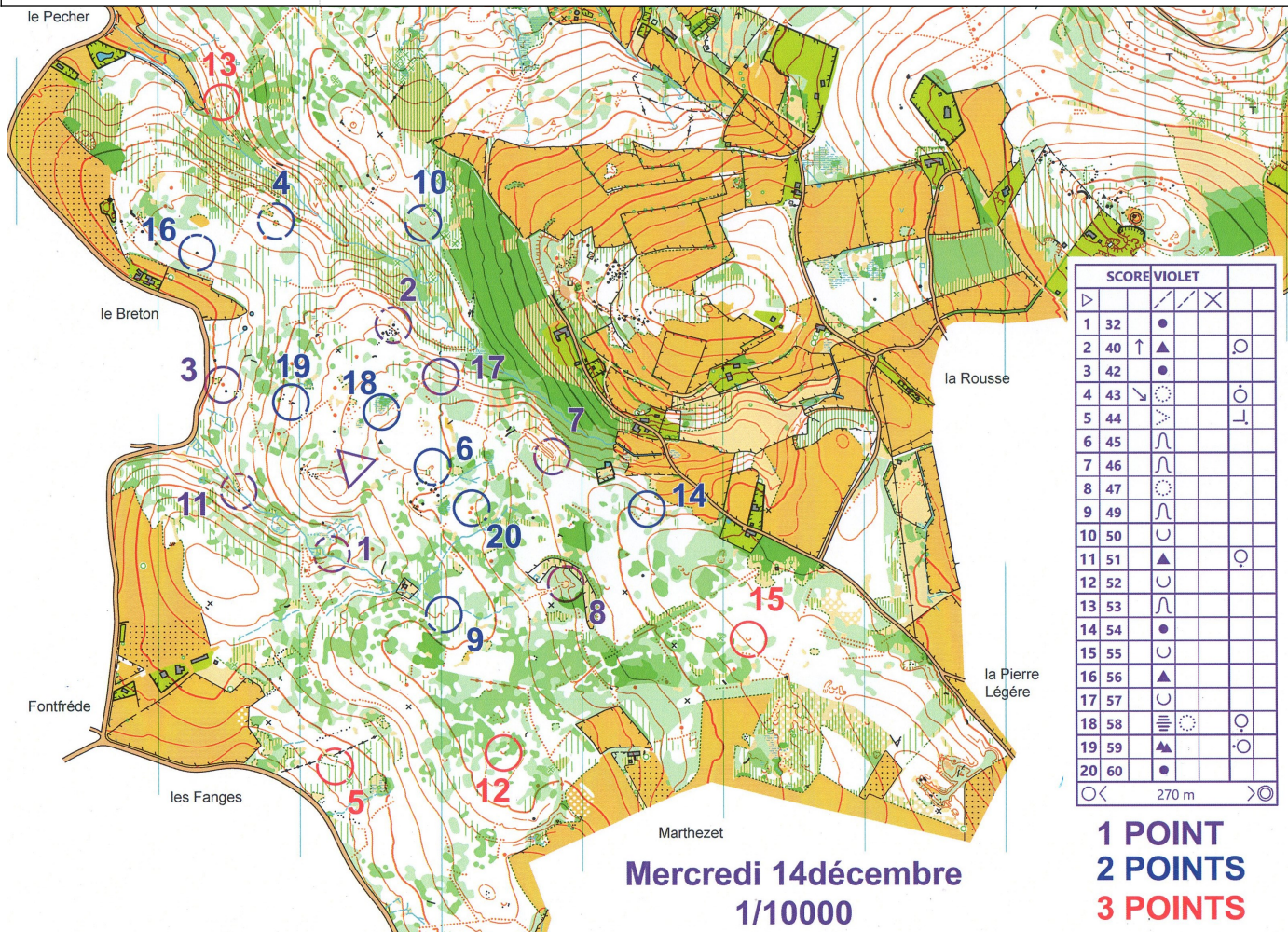
Score C: Lazare Merle 10/13

Séance ECO du 14 décembre 2022 à Fontfrède

Nous avons échappé à la pluie pour cette dernière séance de l'année 2022 avec une course au score au programme. Des circuits adaptés à chaque niveau qui proposent un nombre de balises à poinçonner dans l'ordre de son choix où la réflexion sur les choix d'itinéraires et la prise de décisions sont primordiales dans la limite d'un temps imparti.

Concentration avant le départ en masse

Ci-dessous le circuit proposé aux plus aguerris, carte sans chemin où Arthur Perrin a poinçonné les 20 balises en 42 minutes meilleur temps.



Classement Coupe De Ligue de la LAURACO 2022

en date du 24 novembre

Classement des clubs: cette année, les points marqués proviennent de 31 CDL en additionnant les 2 meilleurs scores par catégorie;

- NOSE 4/32 clubs ayant participés , le club a participé à 20 courses CDL.

Classement individuel: basé sur les 11 meilleures courses réalisées

D14: Juliette Pellissier 7/41, Anahi Perrin 8

D16: Liv Perrin 6/31, Elsa Duverney 7

D18-20: Lise Pellissier **3/36**, Justine Pellissier 4

D50-55: Véronique Héritier **3/55**

D60 et +: Marie Françoise Roux 8, Martine Villedieu 9

H10-12: Erwan Gay Laxenaire 7/53

H14: Bazile Milhau 7/46 avec Anatole Fournel Malsand 7

H18-20: Benjamin Berne **2/62**, Arthur Perrin **3**, Yann Chabance 7, Costin André 9

H40-45: Nans Perrin 7/117

H50-55: Éric Perrin 8/78

Classement pédestre Coupe De France 2022

en date du 6 décembre

D18: Lise Pellissier 5/104

D20: Justine Pellissier 10/73

D35: Amélie Chataing **3/92**

D50: Odile Perrin **2/179**, Véronique Héritier **3**

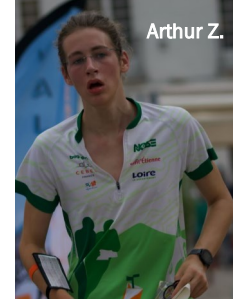
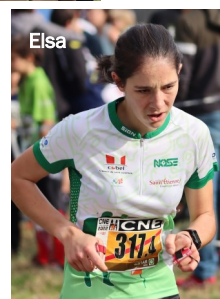
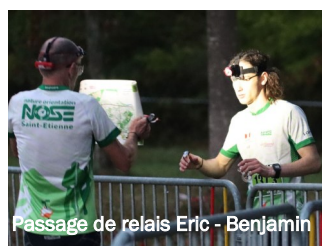
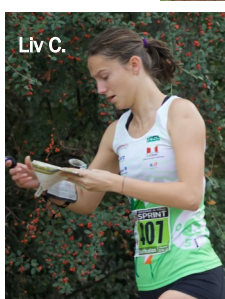
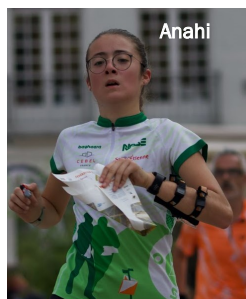
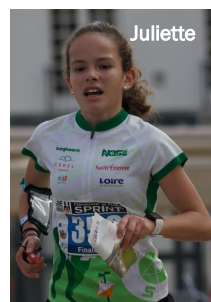
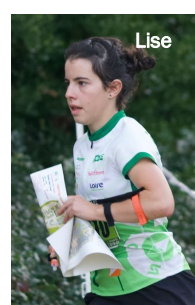
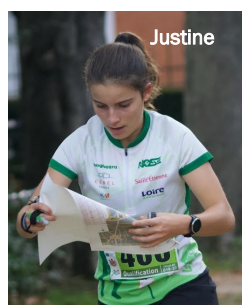
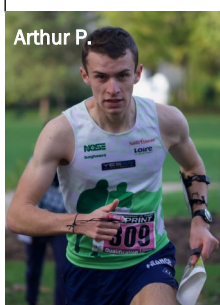
H18: Arthur Perrin **3/124**, Yann Chabance 6, Benjamin Berne 10

H20: Maël Héritier 7/82

H21: Mathieu Perrin **1/372**

H50: Éric Perrin **1/275**, Gilles Perrin **2**

... et quelques photos du WE entre Chpt de France de sprint et CNE



Petit lexique et format des compétitions: les temps ci-dessous sont donnés pour les meilleurs coureurs

- **LOST:** Trophée des Samedis de l'Orientation Ligérienne ... vous gardez les initiales, vous les inversez et vous allez chercher la traduction en anglais ... en général, 3 circuits adaptés aux compétences des participants
- **SPRINT:** course en milieu urbain ou semi urbain d'une durée de 12 à 15 minutes, l'échelle des cartes est au 1/4000 ou 1/5000
- **MD:** course moyenne distance d'une durée de 30 à 35 minutes pour les élites en terrain varié et technique, l'échelle est au 1/10000
- **LD:** course longue distance d'une durée de 70 à 100 minutes pour les élites où le choix d'itinéraire est privilégié, l'échelle est au 1/15000 pour les élites, 1/10000 pour les autres
- **RELAIS:** équipe de plusieurs relayeurs soit par catégorie (circuits similaires pour les relayeurs), soit par club (circuits adaptés au niveau de chaque catégorie de relayeur)
- A savoir que les **circuits de couleurs** proposent des circuits adaptés au niveau de chacun avec des distances et des temps de courses conçus pour que chacun trouve du plaisir dans l'effort en associant choix d'itinéraire et concentration.