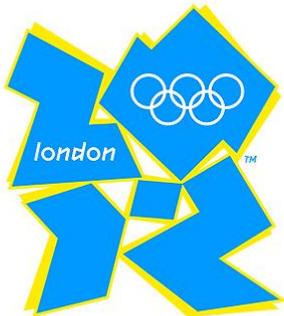




Club **A**thletic **S**port **A**vignonnais



Saison 2011-2012



Assemblée Générale du 22 SEPTEMBRE 2012
A 17H00

Stade Lucien GILLARDEAUX - AVIGNON

PREAMBULE

Vous avez sous vos yeux la **16ème édition** de la "Gazette du club". La première parution de ce document a eu lieu à l'issue de la saison 1996/1997 à l'initiative de Françoise AMOUREUX et de votre serviteur respectivement Secrétaire et Président du club.

Cette Gazette a ensuite été éditée tous les ans, résumant tout à la fois les résultats sportifs et la vie sociale du club.

Merci à tous ceux qui ont contribué à sa pérennité tout au long de ces 16 années.

16, c'est aussi le nombre d'années que j'aurai passé à la présidence de ce club. Aussi, ce n'est pas sans un petit pincement au coeur que j'ai rédigé ce dernier préambule de la Gazette en ma qualité de Président du CASA.

Je vous souhaite de passer un agréable moment à la lecture de cette Gazette et ainsi de revivre les bons souvenirs que cette saison nous a donné.

Le Président,

Alain FAGEOT

HISTORIQUE DU CLUB

Avant d'être ce qu'il est aujourd'hui, le club a connu diverses métamorphoses :

* 14 mai 1939 (A.A.A.) Association Athlétique Avignonnaise

Sous la direction de :

- M. Lucien GILLARDEAUX : secrétaire, et également entraîneur,
- M. Gaston MARCY : président,
- M. Jean VINCENSINI : vice-président,
- M. Fernand CHASTEL : vice-président,
- M. Henri BECRIAUX : trésorier.

* 1941 (S.O.A.) Sporting Olympique Avignonnais

Sous la direction de :

- M. Georges ARTIGUES : président
- M. Lucien GILLARDEAUX est toujours le fidèle secrétaire-entraîneur.

* 1942 :

Inauguration de la piste de 400 mètres, en mâchefer, autour du terrain de rugby de Saint-Ruf.

* 1945 (S.O.A.) Stade Olympique Avignonnais

Le jeu à treize se sépara des autres sections sportives du fait qu'ils étaient des dissidents pour le Comité National des Sports.

Les autres sections perdirent le sigle S.O.A. et remplacèrent Stade par Sporting.

* 1945 (E.S.A) Entente Sportive Avignonnaise

Le S.O.A. fusionna avec l'Union des Cheminots et l'Electricité Sportive. On conserva les mêmes membres initiaux du bureau que l'Electricité Sportive qui devint l'E.S.A.

* 1958 (C.A.S.A) Club Athletic Sport Avignonnais

Ce Club spécialisé porta le nom de « Club Athletic Sport Avignonnais » ou plutôt « C.A.S.A », qui fut rapidement reconnu dans les milieux athlétiques comme l'avait été celui de l'E.S.A.

* 1988

Le Club obtient **son** stade d'athlétisme : Route de Tarascon à AVIGNON.

* 1995

Dénomination officielle du stade «Lucien GILLARDEAUX » de la piste «Roger FOURNIER » et des tribunes «Roger VERDIER ».

* 1997

Co-présidence de M. Alain FAGEOT et Claude MARTINEZ.

* 2006

Présidence de M. Alain FAGEOT

REGLEMENT INTERIEUR DU C.A.S.A

Article 01 : Le CASA a pour but de favoriser la pratique de l'**athlétisme en compétition**.

Article 02 : Tout athlète doit être licencié pour cela il doit remplir annuellement sa fiche d'inscription, fournir un certificat médical et régler le montant de la cotisation (sauf cas étudiés au sein du comité directeur).

Article 03 : Tout athlète se doit de **respecter** ses *camarades de club*, les *entraîneurs* et les *dirigeants* du club, ainsi que les *installations* mises à sa disposition.

Article 04 : Le comportement des membres du CASA en compétition vis à vis des autres athlètes et des officiels doit être irréprochable et digne du club.

Article 05 : Tout athlète doit laisser les installations dans l'état où il les a trouvées ce qui implique le **rangement du matériel utilisé** et notamment celui de la salle de musculation.

Article 06 : Le port du maillot du club est **obligatoire** en compétition.

Article 07 : La participation aux entraînements ne peut s'effectuer qu'après avoir été licencié par le CASA et en cohabitation parfaite avec les autres athlètes.

Article 08 : Le CASA étant un club de compétition, chaque athlète a le devoir de participer à un minimum de trois compétitions dans l'année.

Les compétitions suivantes sont obligatoires :

- **Les Championnats de Vaucluse de Cross**
- **Les Championnats de Provence de Cross,**
- **Les Championnats de Relais sur sélection des entraîneurs,**
- **Les Interclubs sur sélection des entraîneurs,**
- **Les Championnats de Vaucluse sur Piste.**

Toute sélection au sein d'une équipe doit être respectée afin de ne pas pénaliser ses camarades de club.

Article 09 : Toute demande de qualification exceptionnelle sera faite sur décision avec l'entraîneur. *Les frais resteront à la charge de l'athlète si elle n'est pas honorée.*

Article 10 : Toute participation aux différents championnats de France, toute demande de qualification exceptionnelle devra émaner de l'entraîneur et être étudiée par la commission sportive. Si les demandes d'engagement ne sont pas honorées elles resteront à la charge de l'athlète.

Article 11 : **La participation aux stages** organisés par le Comité de Vaucluse ou la Ligue de Provence n'est pas chose acquise et devra être accordée par l'entraîneur et le Comité directeur. Des frais de participation resteront à la charge de l'athlète.

Article 12 : **Frais de déplacement** : toutes les demandes de remboursement devront faire l'objet d'un accord préalable du Comité Directeur.

Pour un départ groupé du parking du stade, décidé par le Comité Directeur, le remboursement sera total pour ceux qui mettent leur voiture à la disposition du club, il pourra être partiel pour des départs individuels.

Le remboursement des frais de déplacement aux différents Championnats de France de course hors stade est conditionné au classement de l'athlète concerné en **Catégorie Régional 2** pour la saison au titre de laquelle se déroulent les dits Championnats.

Les tarifs de remboursements sont fixés :

- **Voiture** : 0.15 euros du kilomètre (carte Michelin),
- **Autoroute** : en totalité sur présentation des certificats de passage,
- **Repas** : dans la limite de 11 euros par repas sur présentation de facture,
- **Hébergement** : dans la limite de 30 euros par nuit sur présentation de facture,

Les frais ne seront remboursés qu'après avoir rempli le formulaire de déplacement.

Article 13 : **Le classement des athlètes** : celui-ci permet de se situer dans la hiérarchie nationale bien qu'imparfait, il s'agit d'un indicateur important, révélateur de la vitalité d'un club. Aussi chaque athlète doit avoir pour préoccupation la réalisation de deux performances classantes qui lui permettront d'être classé selon le barème affiché au stade.

Modalités de classement :

POUSSINS	Participer à trois compétitions pendant l'année sans notion de performance.
BENJAMINS	Réaliser deux performances classantes : D3 , Réaliser deux performances classantes dans une famille d'épreuve et une performance classante dans une autre famille d'épreuve : D2 , (exemple : 2 performances en course et 1 performance en lancer), Réaliser deux performances classantes dans une famille d'épreuves plus une performance classante dans une deuxième famille d'épreuves plus une performance classante dans une troisième famille d'épreuves : D1 , (exemple : deux performances en lancer, une performance en saut et une performance en triathlon).
MINIMES CADETS-JUNIORS ESPOIRS-SENIORS VÉTÉRANS	Réaliser deux fois une performance minimale de classement dans la même épreuve ou dans des épreuves différentes.

Article 14 : Toute décision concernant le fonctionnement du club sera prise en réunion du Comité Directeur, les remarques ou les contestations *devront se faire par voie hiérarchique*.

Article 15 : Tout athlète/entraîneur/dirigeant ne respectant pas les articles cités précédemment risquera d'être sanctionné par le comité directeur (exclusions du stade, interdiction de compétitions, arrêt des remboursements).

Article 16 : Pour le bon fonctionnement du club tout problème ou conflit devra immédiatement être remonté auprès du Manager général et du Comité directeur.

ASSEMBLEE GENERALE

Samedi 22 SEPTEMBRE 2012

Stade Lucien GILLARDEAUX – AVIGNON

Nous pouvons féliciter les lauréats du challenge du club de la saison 2011/2012 ainsi que les dirigeants et entraîneurs récompensés :

Challenge du Club :

1. AFOLABI ISLAMIA
2. RUSCONI SEBASTIEN
3. THORE ROMAIN
4. WAYSERSON MARION
5. KENGBA-KOYANGBA JONATHAN
6. BEAU VINCENT
7. MARQUIS OLIVIER
8. EQUET FLORENT
9. MOURET MARION
10. MARTINEZ REMY

Coupe performance : AFOLABI Islamia pour sa performance de 11m 51 au triple saut espoir fille



Dirigeant: GAOUILLE Belkheïr



Entraîneur: BEAU Vincent



ORGANIGRAMME DU CLUB

PARTIE DIRECTION:

PRESIDENT
Alain FAGEOT

PRESIDENTE D'HONNEUR
Eliane MARGAN

VICE PRESIDENT DELEGUE
Lucien MIONE

TRESORIER
Georges RIGAUD

SECRETAIRE GENERALE
Isabelle MIONE

SECRETAIRE
Marion WAYSENSON

MEMBRES

Bernadette LUNETTA - Marie-France BARRACAN- Belkheir GAOUILLE -
Guy PERSIA - Claude MARTINEZ – Maurice MOUHET

PARTIE ENTRAINEMENT:

DIRECTEUR TECHNIQUE: Gilles CHAPPELLIER

SPRINT/HAIES: Christopher MORRISSEY

SAUTS: Franck LBOUC

LANCERS: Gilles CHAPPELLIER

BENJAMINS/MINIMES: Loïc MOUHET

ECOLE D'ATHLETISME: Vincent BEAU- Islamia AFOLABI- Marie
COLOZZI- Georges RIGAUD- Guy PERSIA

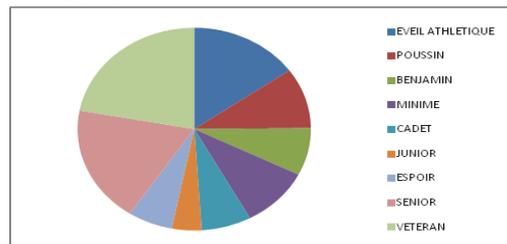
LE JURY OFFICIEL **DU CASA**

- Marie France BARRACAN** : Juge-Arbitre Fédéral
- Alain FAGEOT** : Juge Fédéral Sauts
: Juge-Arbitre Régional
: Chronomètre manuel Régional
- Bernadette LUNETTA** : Juge régional Secrétariat
- Eliane MARGAN** : Starter Régional
- Maurice MOUHET** : Juge Fédéral Courses
: Anémomètre Régional
- Georges RIGAUD** : Juge-Arbitre Régional
- Isabelle MIONE** : Juge régional lancers
- Lucien MIONE** : Juge fédéral chrono
Juge arbitre Régional courses hors stade
- Gilles CHAPPELLIER** : Juge régional Lancers
- Jean-Philippe GALITTU** : Jury Départemental
- Jean-Claude RUET** : Jury Régional Saut
- Raymond DUMAINE** : Jury Régional Saut

LE CLASSEMENT DU CLUB

I AU NIVEAU DES LICENCIES

Saison 11/12 : 145 licenciés



EFFECTIF SAISON 2012			
Catégorie	Masculin	Féminin	Total
EVEIL ATHLETIQUE	14	8	22
POUSSIN	8	6	14
BENJAMIN	6	5	11
MINIME	12	2	14
CADET	4	6	10
JUNIOR	4	3	6
ESPOIR	5	4	9
SENIOR	24	3	27
VETERAN	19	13	32

Total Saison 2012 :

145

Classement par points (au 31 AOUT 2012)

- Classement mixte : 940 points *pour 80 athlètes classés.*
 - 422^{ème} / 1735 clubs français classés
 - 16^{ème} club provençal sur 62 clubs
 - 6^{ème} club vaclusien

- Classement masculin : 511 points *pour 50 athlètes classés.*
 - 381^{ème} / 1620 clubs français classés
 - 14^{ème} club provençal sur 56 clubs classés
 - 4^{ème} club vaclusien

- Classement féminin : 284 points *pour 30 athlètes classées.*
 - 426^{ème} sur 1437 clubs classés
 - 16^{ème} club provençal sur 51 classés
 - 6^{ème} club vaclusien

ATHLETES CLASSES EN 2011/2012

FEMMES	HOMMES
RANCHIN Marie-lise N3 (26 pt) SE/F	CHAPELLIER Bastien IR1 (21 pt) JU/M
AFOLABI Islamia IR1 (21 pt) ES/F	RUSCONI Sebastien IR1 (21 pt) SE/M
HABLOT Anais IR1 (21 pt) ES/F	D'ANTONIO Jean IR2 (20 pt) CA/M
VON DER OSTEN Alice IR4 (18 pt) CA/F	DEMOURE Bastien IR2 (20 pt) ES/M
RTILI Cerine R1 (15 pt) CA/F	THORE Romain IR2 (20 pt) ES/M
WAYSEASON Marion R1 (15 pt) VE/F	KENGBA-KOYANGBA Jonathan (CAF) IR3 (19 pt) SE/M
BERTOLAS Mireille R3 (13 pt) VE/F	SERGHINI Mohamed IR3 (19 pt) SE/M
OUAZZINE Myriam R5 (11 pt) JU/F	DE SOUZA Bruno R3 (13 pt) SE/M
COLOZZI Lisa R6 (10 pt) ES/F	BEAU Vincent R4 (12 pt) SE/M
MAGNAUD Nadine R6 (10 pt) VE/F	GALLITU Cosmin R4 (12 pt) CA/M
PELTIER BELHOSTE Beatrice R6 (10 pt) VE/F	MARQUIS Olivier R4 (12 pt) SE/M
JARJAT Emilie D1 (8 pt) BE/F	SCHROLL Mikael R4 (12 pt) JU/M
MOURET Ouesna D1 (8 pt) VE/F	DUPELOUX Julien R5 (11 pt) SE/M
JUNGAS Marie-pierre D2 (7 pt) VE/F	LESTRELIN Hugo R5 (11 pt) MI/M
SERVIERE Laura D2 (7 pt) BE/F	MARTINEZ Remy R6 (10 pt) SE/M
CHEVAL Caroline D3 (6 pt) SE/F	EQUEL Florent D1 (8 pt) SE/M
GOURVITCH Cecile D4 (5 pt) JU/F	MADOUI Mourad D1 (8 pt) VE/M
LACROZE Claire D4 (5 pt) BE/F	GAOUILLE Belkheir D2 (7 pt) VE/M
COLOZZI Marie D7 (2 pt) ES/F	MARTINEZ Cedric D2 (7 pt) MI/M
BOUYER Emmanuelle D8 (1 pt) SE/F	MOUHET Loic D2 (7 pt) SE/M
EL MESBAHI Sihame D7 (2 pt) PO/F	RIEU Jean-pierr D2 (7 pt) VE/M
BELLES Emeline D8 (1 pt) PO/F	TANICHA Chaouki (MAR) D2 (7 pt) SE/M
DE COLLE Juliette D8 (1 pt) EA/F	HAMIANI AKBI Malik D3 (6 pt) ES/M
FRICHOT Emma D8 (1 pt) EA/F	LESTRELIN Thomas D3 (6 pt) MI/M
FRICHOT Flavie D8 (1 pt) EA/F	NANNINI Matthieu D3 (6 pt) SE/M
HAJJAJI Assia D8 (1 pt) EA/F	TOUZARD Andre D3 (6 pt) MI/M
JAFFAL Sabrina D8 (1 pt) PO/F	MOURET Yohan D4 (5 pt) CA/M
	GAUTHIER Franck D5 (4 pt) VE/M
	MIRIOT Alain D5 (4 pt) VE/M
ENCADREMENT	OTAMIAN Patrick D5 (4 pt) VE/M
BARRACAN Marie-france IR1 (21 pt) VE/F	BELAHCEN Mourad D8 (1 pt) SE/M
MIONE Isabelle IR1 (21 pt) VE/F	DRAGON Florent D8 (1 pt) SE/M
LUNETTA Bernadette R1 (15 pt) VE/F	FOUVON Abel D6 (3 pt) PO/M
	MILLIOT Hamza D6 (3 pt) PO/M
BLOUQUET Thomas IR1 (21 pt) SE/M	CAZORLA Thomas D8 (1 pt) PO/M
CHAPELLIER Gilles IR1 (21 pt) SE/M	CLEMENT Arthur D8 (1 pt) PO/M
FAGEOT Alain IR1 (21 pt) VE/M	FARANO Ennio D8 (1 pt) EA/M
MIONE Lucien IR1 (21 pt) VE/M	HUET Thomas D8 (1 pt) EA/M
MOUHET Maurice IR1 (21 pt) VE/M	MARTIN PAGANELLI Jules D8 (1 pt) EA/M
SEIGNOUR Xavier IR1 (21 pt) SE/M	MILLIOT Amine D8 (1 pt) EA/M
DUMAINE Raymond R1 (15 pt) VE/M	SIXOU Victor D8 (1 pt) PO/M
RIGAUD Georges R1 (15 pt) VE/M	
RUET Jean-claude R1 (15 pt) VE/M	

LE PALMARES SPORTIF

SAISON 2011/2012

I RESULTATS GLOBAUX

Pas moins de **860 performances** pour les sociétaires du **CASA** qui ont participé a 106 compétitions sur toute la France.

1 Titres officiels et participations aux championnats de France FFA

- ❑ Nombre de titres de champion de Vaucluse : 31 (28 en 2011 sans salle)
- ❑ Nombre de titres de champion de Provence : 10 (6 en 2011)
- ❑ Nombre de titres de champion de Sud-est : 9 (3 en 2011)
- ❑ Nombre de participations aux championnats de France FFA : 22 (18 en 2011)
 - Cross : 0 (0 en 2011)
 - Salle : 1 (1 en 2011)
 - Piste : 19 (15 en 2011)
 - Route : 0 (0 en 2011)
 - Lancers longs : 2 (1 en 2011)
- ❑ Nombre de finalistes aux championnats de France : 11 (13 en 2011)

2 Equipes interclubs senior mixte 109^{ème} français sur 182 clubs en nationale 2

1er tour - Nationale 2

6^{ème} club régional avec un total de 35003 points

3 Challenge des CROSS

Sur les 1342 clubs français classés le CASA se situe à la 763^{ème} place avec 208 points.

4 Classement des athlètes

- 1 athlète classée N3 → Marie-lise RANCHIN
- 4 athlètes classés IR1 → Islamia AFOLABI, Anaïs HABLOT, Sébastien RUSCONI, Bastien CHAPPELLIER
- 3 athlètes classés IR2 → Jean D'ANTONIO, Bastien DEMOURE, Romain THORE
- 2 athlètes classés IR3 → Jonathan KENGBA-KOYANGBA, Mohamed SERGHINI
- 1 athlète classée IR4 → Alice VON DEROSTEN



II CROSS - COUNTRY

1 Championnats de Vaucluse de cross le 15.01.11 au PONTET

31 participants et 3 équipes classées

- 1 titre de champion de Vaucluse : Alice VON DER OSTEN (cadette)
- 1ère place par équipe pour l'école d'athlétisme garçons
- 1 podium : Mohamed SERGHINI (2ème SG)

2 Championnats de Provence de cross le 5.02.2012 à MARSEILLE

9 participants et 1 équipe classée

4 Championnats interrégionaux de cross le 19.02.2012 à ARAMON (Gard)

- * Cadettes : VON DER OSTEN Alice (13ème)
- * Cross court masculin : SERGHINI Mohamed (ABD), MARTINEZ Rémy (95ème), TANICHA Chaouki (98ème)
- * équipe de Vaucluse minime: MOURET Marion (105ème MF), MOUSSAID Marouane (111ème MG)





II LES CRITERIUMS DE LANCERS LONGS

1 Les Championnats Régionaux de Lancers Longs le 29.01.2012 à Avignon (84)

8 participants, 4 podiums, 3 victoires et 2 titres :

- * KENGBA-KOYANGBA Jonathan 46m99 au javelot SG (1er)
- * DEMOURE Bastien (EG): 50m38 au Javelot (**Champion de Provence**); 26m32 au Disque (2ème)
- * HABLOT Anaïs (EF): 35m74 au Javelot (**Championne de Provence**)
- * MOURET Yohan (CG): 30m51 au Marteau CG (5ème)
- * BERTOLAS Mireille (VF): 28m04 au disque (3ème)
- * WAYSENSON Marion (VF): 29m13 au disque (2ème), 33m56 au marteau (2ème)
- * RIEU Jean Pierre (VG): 24m74 au disque (1er en V2); 25m32 au marteau (6kg, 1er en V2)
- * RUSCONI Sébastien (SG): 38.08 au disque (5ème)

2 Les pré France le 05.02.2012 à VENISSIEUX (69)

2 participants (hors concours; les IR Sud Est se déroulant en Corse) :

- * HABLOT Anaïs (EF): 36m77 au javelot (1ère)
- * CHAPPELLIER Bastien (JG): 55m56 au marteau (1er)

3 LES CHAMPIONNATS NATIONAUX LE 25 02 2012 A CHATEAUROUX (36)

- * CHAPPELLIER Bastien (JG): 57m12 au marteau (5ème)
- * HABLOT Anaïs (EF): 33m39 au javelot (12ème)



IV LES COMPETITIONS EN SALLE

1 Les championnats départementaux hivernaux le 27.11.2011 à Isle sur la Sorgue (plein air)

11 participants, 6 titres et 2 podiums :

- * RUSCONI Sébastien (SG): 13m51 au poids (1er)
- * THORE Romain (EG): 7"32 au 60m (1er)
- * BLOUQUET Thomas (SG): 7"83 au 60 m (1er)
- * FAGEOT Alain (VG): 7"97 au 60m (1er)
- * AFOLABI Islamia (JF): 8"28 au 60m (1ère)
- * JUNGAS Marie Pierre (VF): 9"79 au 60m (1ère)

2 Les championnats de Provence le 28.01.2011 à Salon (13)-poids- et le 11.02.12 à Montpellier (34)

10 participants, 3 titres et 6 podiums :

- * RANCHIN Marie Lise (SF): 7"84 au 60m (2ème- **championne de Provence**)
- * AFOLABI Islamia (EF): 10m92 au triple saut (**Championne de Provence**), 3ème en longueur (5m) et 3ème au 60m (8"16)
- * PELTIER BELHOSTE Béatrice (VF): 9"37 au 60m (9"17 en série) **Championne de Provence**
- * RTILI Céline (CF): 69"23 au 400m (2ème)
- * DEMOURE Bastien (EG): 1m88 en hauteur (2ème)
- * RUSCONI Sébastien (SG) 13m77 au poids (2ème)
- * FAGEOT Alain (VG)): 8"01 au 60m (2ème)



3 Les interrégionaux de la méditerranée les 25 et 26.02.2012 à BOMPAS (66)

7 participants, 2 titres et 3 podiums :

- * RANCHIN Marie Lise (SF): 7"80 au 60m (7"81 en série) - **Championne IR**
- * AFOLABI Islamia (EF): 11m01 au triple saut- **Championne IR-**, 8"19 au 60m
- * RTILI Cerine (CF): 8"62 au 60m et 9"82 au 60m haies
- * D'ANTONIO Jean (CG): 6m37 en longueur (2ème) et 7"49 au 60m
- * DEMOURE Bastien (EG): 1m86 en hauteur (3ème)
- * RUSCONI Sébastien (SG): 13m48 au poids (2ème)
- * THORE Romain (EG): 7'38 au 60m

4 Les Championnats de France nationaux le 10.03.2012 à Nogent/Oise (60)

- * RANCHIN Marie Lise(SF): 7"71 au 60m (7"68 en série) 3ème.





V LA PISTE

1 Les championnats de Vaucluse

24 titres et 1 victoire (étranger ne donnant pas droit au titre) :

Cadets :

RTILI Cerine: 63"26 au 400m

VON DER OSTEN Alice: 2'26"11 au 800m

Juniors :

GOURVITCH Cécile: 21"14 au 100 m haies

CHAPELLIER Bastien: 48m17 au marteau 7kg

Espoirs :

AFOLABI Islamia: 13"17 au 100m (13"13 en série), 10m96 au triple saut

HABLOT Anaïs: 34m91 au javelot

DEMOURE Bastien: 1m93 à la hauteur

THORE Romain: 23"99 au 200m

Séniors :

RUSCONI Sébastien: 14m09 au poids

SERGHINI Mohamed: 4'06"58 au 1500m

KENBA KOYANBA Jonathan: 49m90 au javelot

4X100m (GOURVITCH-PELTIR BELHOSTE-AFOLABI-RTILI): 54"02



Vétérans :

WAYSERSON Marion: 30m91 au disque, 34m04 au marteau

PELTIER BELHOSTE Béatrice: 30"23 au 200m, 20m61 au javelot

JUNGAS Marie-Pierre: 15"30 au 100m (14"94 en série)

MOURET Ouesna: 5'44"19 au 1500m

FAGEOT Alain: 12"71 au 100m, 26"86 au 200m

RIEU Jean Pierre: 26m47 au marteau 6kg, 23m09 au disque 1,5kg, 9m15 au poids 6kg

MADOUI Mourad: 59"31 au 400m

2 Les championnats de Provence les 9 et 23.06.12 à Martigues et Salon de Provence

5 titres :

Espoirs :

DEMOURE Bastien: 1m91 en hauteur

HABLOT Anaïs: 39m58 au javelot

AFOLABI Islamia: 11m51 au triple saut

Vétérans :

RIEU Jean Pierre: 8m98 au poids 6kg,

RIEU Jean Pierre: 26m72 au marteau 6kg





3 Les Championnats InterRégionaux les 30 juin et 1er juillet 2011 à Draguignan (83)

7 titres et 3 podiums :

Cadets:

D'ANTONIO Jean: 6m81 en longueur (1er)

MOURET Yohan: 36m21 au marteau (6ème)

Juniors :

CHAPELLIER Bastien: 56m46 au marteau (1er)

CHAPELLIER Bastien: 11m19 au poids (5ème)

CHAPELLIER Bastien: 31m62 au disque (6ème)

Espoirs :

AFOLABI Islamia: 11m30 au triple saut (1ère)

AFOLABI Islamia: 13"46 au 100m

DEMOURE Bastien: 1m80 en hauteur (6ème)

DEMOURE Bastien: 51m79 au javelot (2ème)

Seniors :

RANCHIN Marie Lise: 12"20 au 100m (1ère)

RUSCONI Sébastien: 40m87 au marteau(1er)

RUSCONI Sébastien: 13m24 au poids (5ème)

KENGBA KOYANGBA Jonathan: 52m74 au javelot(3ème)

Vétérans:

WAYSERSON Marion: 33m74 au marteau (1ère)

WAYSERSON Marion: 29m28 au disque (1ère)

BERTOLAS Mireille: 27m72 au disque (2ème)



4 Les championnats de France

Nationaux et espoirs 14 et 15 Juillet 2012 à Reims (51) :

HABLOT Anaïs: 38m25 au javelot espoir (8ème)

RANCHIN Marie Lise: 12"27 en série du 100m seniors

Cadet-Junior 20 au 22 Juillet 2011 à Lens (62) :

CHAPELLIER Bastien: 54m70 au marteau junior (8ème)

D'ANTONIO Jean: 6m48 en qualification longueur cadet

Nationaux Vétérans 09 et 10 Juin 2012 à Fougères (35) :

BERTOLAS Mireille: 29m50 au disque F40 (9ème)

BERTOLAS Mireille: 21m04 au javelot F40 (2ème)

JUNGAS Marie-Pierre: 15"24 au 100m F45 (8ème), 15"17 en série

JUNGAS Marie-Pierre: 31"67 au 200m F45 (11ème)

WAYSERSON Marion: 15"73 au 100m F45 (9ème)

WAYSERSON Marion: 36m04 au marteau F45 (4ème)

WAYSERSON Marion: 32m32 au disque F45 (3ème)

PELTIER BELHOSTE Béatrice: 14"63 au 100m F45 (5ème)

PELTIER BELHOSTE Béatrice: 21m88 au javelot F45 (3ème)

PELTIER BELHOSTE Béatrice: 31"05 au 200m F45 (9ème)

MAGNAUD Nadine: 5000m marche F50 (Abandon sur blessure)

GAOUILLE Belkheir: 19'55"11 au 5000m H40

FAGEOT Alain: 12"69 au 100m H50 (9ème)

FAGEOT Alain: 26"91 au 200m H50 (11ème)

4X100m F40: 61"22 (2ème)- BERTOLAS .M, JUNGAS MP, PELTIER BELHOSTE B, WAYSERSON M-



VI LES COURSES HORS STADE

10 km de la cité des Papes le 11.09.2011:

SERGHINI Mohamed: 34'57", 14ème (4ème EG)

BEAU Vincent (SG, 40'26"), GAOUILLE B (VG, 43'17), MOURET O (VF, 44'48"), MAGNAUD N (VF, 45'05")

Marseille/Cassis le 30.10.2011:

MARTINEZ R (SG): 1h23'55", GAOUILLE B (VG): 1h43'10", NANNINI M (SG): 1h48"12"

Semi marathon de Marseille le 25.03.2012:

GAOUILLE B (VG): 1h32"04", NANNINI M (SG): 1h34"15"

10 km du Pontet le 01.04.2012:

SERGHINI M (4ème SG) en 33'07", OTAMIAN P (VH), 47'17"

Marathon d'Arles le 29 04.2012:

OTAMIAN P (VG) 3h50'27"

Semi marathon de Nîmes le 01.05.2012:

OTAMIAN P (VG) 1h41'35"

15km du Puy en Velay le 01.05.2012:

MIRIOT A (2ème VG3) 1h26"36"





VII LES RECORDS

Les Records de VAUCLUSE :

CHAPELLIER Bastien au marteau junior (6 kg) **57m12** le 25/02/12 à Châteauroux
(Championnat de France hivernal)

VIII LES SELECTIONS

En équipe de VAUCLUSE :

MOURET Marion (cross MF)

MOUSSAID Marouane (cross MG)

En équipe de PROVENCE :

D'ANTONIO Jean (longueur CG)

CHAPELLIER Bastien (marteau JG)





CLASSEMENT DU CHALLENGE INTERNE CLUB

clt	Nom prénom	ans	stade	cross relais rc	POINTS challenge	points année
1	AFOLABI ISLAMIA	5764,0	4629,5	280,0	12144,3	4910
2	RUSCONI SEBASTIEN	11318,5	3898,9	0,0	14823,4	3899
3	THORE ROMAIN	6901,1	2923,9	75,0	11505,1	2999
4	WAYSERSON MARION	10110,5	2959,6	0,0	12970,5	2960
5	KENGBA-KOYANGBA JONATHAN	6842,5	2537,0	0,0	11379,5	2537
7	BEAU VINCENT	10854,8	1378,4	62,6	13495,8	1441
7	MARQUIS OLIVIER	10600,9	1380,0	0,0	10985,6	1380
8	EQUEL FLORENT	10493,0	1000,8	75,0	12768,8	1076
9	MOURET MARION	8242,8	246,9	229,8	10719,5	477
10	MARTINEZ REMY	10347,9	122,0	297,1	12007,7	419
11	D'ANTONIO JEAN	5154,9	3804,7	75,0	10638,9	3880
12	MADOUÏ MOURAD	7251,6	985,0	90,0	10326,6	1075
13	HABLOT ANAIS	3816,0	3917,3	0,0	10233,3	3917
14	LIRANTE NICOLAS	8944,9	50,0	0,0	9494,9	50
15	RIEU JEAN-PIERRE	6274,6	1850,9	0,0	10125,5	1851
16	TOUL JEROMINE	9046,6	7,0	0,0	9153,6	7
17	RTILI CERINE	3997,5	2498,9	138,1	9034,5	2637
18	RANCHIN MARIE-LISE	4785,2	5189,4	200,0	8356,2	5389
19	BERTOLAS MIREILLE	3875,3	2502,6	0,0	8183,8	2503
20	FAGEOT ALAIN	4916,6	1711,5	0,0	7147,3	1711
21	SERGHINI MOHAMED	4929,3	2516,9	753,3	6950,9	3270
22	CHAPELLIER GILLES	6367,3	1473,0	0,0	6348,5	1473
23	CHAPELLIER BASTIEN	1,0	5690,5	0,0	6225,6	5690
24	MOURET OUESNA	3860,7	1095,9	157,8	5876,0	1254
25	VON DER OSTEN ALICE		2261,3	1071,3	5832,6	3333
26	OUAZZINE MYRIAM	3139,9	1425,3	58,1	5823,3	1483
27	DEMOURE BASTIEN	1,0	3765,4	75,0	5707,3	3840
28	JUNGAS MARIE-PIERRE	2757,3	1418,4	58,1	5372,6	1476
29	RIGAUD ALIX	4904,0	68,0	0,0	4747,2	68
30	DE SOUZA BRUNO	1,0	1590,9	189,8	4181,7	1781
31	PELTIER BELHOSTE BEATRICE	1,0	2130,7	138,1	4202,9	2269
32	MILLIOT HAMZA	1925,6	306,3	84,9	3916,8	391
33	MOURET YOHAN	1453,5	756,2	0,0	3809,7	756
34	MARTINEZ CEDRIC	1421,1	1100,4	38,1	3759,7	1139
35	EL MESBAHI AMAL	3001,5	111,3	0,0	3612,9	111
36	RUET JEAN CLAUDE	3484,9	2,0	0,0	3586,9	2
37	LESTRELIN THOMAS	1814,2	792,6	23,2	3430,0	816
38	MIONE LUCIEN	2543,4	160,0	5,0	3208,4	165
39	GAOUILLE BELKHEIR	896,0	548,1	157,7	3201,8	706
40	AIGUIER MAXIME	2058,4	625,0	0,0	3083,4	625
41	COLOZZI MARIE	2230,3	326,0	200,0	2970,4	526
42	LESTRELIN HUGO	1093,6	933,8	23,2	2850,6	957
43	MARTINEZ CLAUDE	1925,3	230,0	0,0	2756,0	230
44	GIUDICELLI THOMAS	1797,9	528,0	5,0	2730,9	533
45	GALLITU COSMIN	1,0	1356,5	0,0	2661,8	1357
46	SCHROLL MIKAEL		1361,2	0,0	2561,2	1361
47	ACHILLI MARTIN	2339,9	114,0	0,0	2553,9	114
48	MILLIOT AMINE	859,0	311,0	167,9	2537,9	479



CLUB ATHLÉTIC SPORT AVIGNONNAIS

49	MAGNAUD NADINE	0,0	1482,3	60,0	2468,0	1542
50	FARANO ENNIO	578,6	340,0	250,0	2368,6	590
51	CLEMENT ARTHUR	952,6	107,0	104,1	2363,7	211
52	MOUSSAID MAROUANE		108,4	222,2	2330,5	331
53	EL MESBAHI SIHAME	881,5	134,0	69,9	2285,4	204
54	NANNINI MATTHIEU		472,0	177,3	2249,3	649
55	JARJAT EMILIE	1,0	759,5	86,6	2047,0	846
56	GOURVITCH CECILE	1,0	671,3	140,0	2012,3	811
57	SCHUMACHER JACQUES	1754,2	100,0	10,0	1964,2	110
58	JAFFAL SABRINA	1318,3	132,0	10,5	1960,8	142
59	TANICHA CHAOUKI		166,0	160,0	1926,0	326
60	BOUDIN TILL	2029,2	2,0	6,8	1868,4	9
61	SIXOU VICTOR	723,5	131,0	38,4	1792,8	169
62	BLOUQUET THOMAS	0,0	1518,8	5,1	1766,1	1524
63	COLOZZI LISA	1,0	1284,0	200,0	1736,7	1484
64	MARTIN PAGANELLI JULES	1,0	159,0	300,0	1660,0	459
65	TOUZARD ANDRE		773,0	23,2	1596,2	796
66	BONIN NAIM	140,0	106,0	140,0	1586,0	246
67	HAJJAJI ASSIA	1,0	288,0	64,5	1553,5	353
68	DUPELOUX JULIEN	0,0	1202,0	0,0	1521,5	1202
69	KONDOKI STEVE		1073,0	26,5	1499,5	1099
70	CHEVAL CAROLINE		678,0	0,0	1478,0	678
71	BARTHELEMY VICTOR	853,2	104,0	6,4	1463,6	110
72	BARTHELEMY AYMERIC	853,2	104,0	5,0	1462,2	109
73	MOUHET LOIC	1,0	800,0	5,0	1445,5	805
74	BELLES LEOPOLD	1,0	104,0	140,0	1445,0	244
75	FOUVON ABEL		224,2	0,0	1424,2	224
76	SERVIERE LAURA	1,0	444,9	28,2	1274,1	473
77	TOMAS WESLEY		835,0	0,0	1235,0	835
78	SOLEILHET LUCIEN	144,4	25,0	232,0	1201,4	257
79	GAUTHIER FRANCK	0,9	500,0	24,6	1193,0	525
80	HAMIANI AKBI MALIK		348,4	0,0	1148,4	348
81	GONNET LEO		734,0	0,0	1134,0	734
82	HAMADI CHOUKRI		728,0	0,0	1128,0	728
83	DE COLLE JULIETTE	1,0	133,0	58,1	1092,1	191
84	FRICHOT EMMA	1,0	132,0	46,8	1079,8	179
85	FRICHOT FLAVIE	1,0	129,0	43,5	1073,5	172
86	CAZORLA THOMAS	1,0	132,0	39,4	1072,4	171
87	HUET THOMAS	1,0	235,0	0,0	1036,0	235
88	EL OUARDANI ANOUAR		189,0	46,2	1035,2	235
89	BURNEL ANTOINE		25,0	199,0	1024,0	224
90	MOHAMED JORDAN		528,0	0,0	928,0	528
91	JAFFAL SOFIA	132,0	130,0	10,0	772,0	140
92	MIRIOT ALAIN		107,0	209,5	716,5	316
93	BELLES LOIS	1,0	110,0	76,0	687,0	186
94	HISPA PERETTE		166,0	11,4	677,4	177
95	OTAMIAN PATRICK		214,0	63,0	677,0	277
96	LACROZE CLAIRE		125,4	23,2	648,6	149
97	MAHDI JEREMIE	542,2	0,0	6,1	648,3	6
98	SCHUMACHER PAUL	530,4	0,0	5,0	635,4	5
99	DRAGON FLORENT		120,2	0,0	620,2	120
100	BELAHCEN MOURAD		109,6	0,0	609,6	110



CLUB ATHLÉTIC SPORT AVIGNONNAIS

101	BELLES EMELINE	1,0	80,0	0,0	581,0	80
102	HMATOU ABACHIKH		79,7	0,0	579,7	80
103	LE TOULLEC ERWIN		79,0	0,0	579,0	79
104	BENSALEM MEISSA		0,0	75,7	575,7	76
105	MARIN-MIGUELEZ-ALONSO KEVIN		64,0	0,0	564,0	64
106	RICARD NICOLE		54,0	0,0	554,0	54
107	GUIZONNIER OLIVIA	1,0	0,0	21,5	522,5	22
108	MIONE ISABELLE	352,0	0,0	6,8	458,8	7
109	BOUYER EMMANUELLE		102,0	16,8	218,8	119
110	POISSE LOUIS	1,0	0,0	5,0	106,0	5
111	PAYSSERAND-MILLAUD CARLA	1,0	0,0	5,0	106,0	5





COMPÉTITIONS ORGANISÉES SAISON 2011-2012

Cette année encore, le stade «Lucien GILLARDEAUX » et le CASA furent très prisé par les différents organisateurs de compétitions d'Athlétisme.

11 septembre 2011 :	10km de la cité des Papes (541 classés)
29 janvier 2012 :	Championnats régionaux lancers longs (81 participants)
31 mars 2012 :	Critérium minimes à vétérans (146 participants)
6 mai 2012 :	Interclubs N2 (525 participants)
3 juin 2012 :	Championnats de Vaucluse cadets-séniors (183 participants)
13 juin 2012 :	Souvenir J.Margan (168 participants)
12 juillet 2012 :	Match Interligue LIFA-LPA-CA-LAN (217 participants)

Le stade L.GILLARDEAUX a vu pas moins de 1861 athlètes (contre 2802 en 2011) sur sa piste au cours de cette saison sans compter les scolaires (UGSEL et UNSS). Cela confirme le dynamisme de l'équipe dirigeante ainsi que la confiance que les institutions portent au club ceci malgré des installations plus que vieillissantes.

Un grand **MERCI** aux Services Municipaux de la ville D'AVIGNON

Et plus particulièrement à Luc ROBERT notre gardien du stade.



PAROLES D'ATHLETES

Le stade Lucien Gillardeaux affiche son nom depuis le mois de juillet

Le stade Lucien Gillardeaux, situé au 140 de l'Avenue de Tarascon, à côté du Lycée Robert Schumann affiche (enfin) son nom sur un panneau installé par la ville.

Construit en 1988 et inauguré « stade Lucien Gillardeaux » en 1989, l'unique stade d'athlétisme d'Avignon, qui héberge le CASA, comprend :

- 4 sautoirs en longueur, 2 de hauteur et 1 de perche,
- 2 aires de lancer de poids et 3 de lancer de disque et de marteau
- 9 couloirs en ligne droite et 8 en couloir
- 1 tribune d'environ 250 places assises
- 1 salle de musculation
- 1 bâtiment administratif hébergeant, entre autre, le siège du CASA

Pourquoi « stade Lucien Gillardeaux » ?

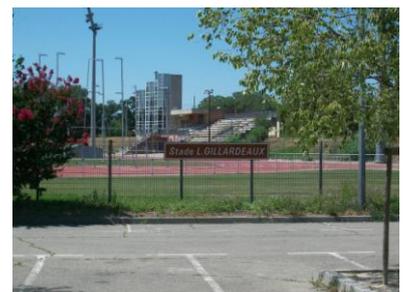
Lucien Gillardeaux était une figure emblématique du club, bien avant que celui-ci ne se nomme CASA.

Il était alors, dès en 1939, secrétaire-entraîneur de l'Association Athlétique Avignonnaise (A 3). Il a également été responsable des sports au Lycée Frédéric Mistral et correspondant sportif pour le Dauphiné Libéré et il a transmis sa passion de l'athlétisme à bon nombre d'athlètes encore présents au CASA aujourd'hui. Il a été le moteur de toute une génération d'athlètes.

Son nom a été donné au stade à titre posthume, juste après son décès



Marion W.





Merci !!

Merci beaucoup ! Je suis d'autant plus contente qu'avec tous ces changements dans ma vie, mon niveau à vraiment baissé, mais je ne baisse pas les bras. Et ce genre de récompenses je l'apprécie aujourd'hui 2fois plus qu'avant! Et surtout cela me redonne beaucoup d'espoir, de courage et d'envie pour persévérer et m'entraîner encor dur pour revenir à mon niveau, (et au delà un jour ci possible)! D'ailleurs à ce sujet merci à gilles, tac, et tous ceux qui me soutiennent souvent par petits messages quand je doute de moi (souvent!)! Merci!

Un énorme merci au président et au club qui pour ne pas changer font vraiment au mieux pour moi! Jusqu'à participer à un bon environnement d'entraînement jusque Nice, (je pense à benoit bien sur). Président et club qui m'accompagne toujours pour mes déplacements, et ceux de mon coach. A ce sujet le club me permet de rester au mieux avec Xavier qui me suit toujours et qui a vraiment du boulot pour réajuster toute ma préparation physique pour l'adapter a mon rythme de vie, et qui me suit toujours! Le club lui a permis de venir me rejoindre sur ces championnats et ça encore s'était très important pour moi!!

Peut-être évident pour certains, mais moi je tiens à le souligner, car à l'image de ce que je vois dans d'autre club (pourtant plus gros que nous), il n'y a pas autant d'accompagnement des athlètes, et il n'y a pas autant l'esprit familiale.

En tous cas merci Guy, et j'espère que les "petit" et aussi moins "petit" ont surtout bien conscience de ça et le montreront un maximum aux interclubs!!

Donc encore une fois merci énormément au CASA, au président, et à Georges avec qui je suis directement en contact pour tous ça et qui est vraiment efficace et opérationnel pour tout!!

J'espère pouvoir rester dans ce club le plus longtemps possible et surtout surtout, j'espère pouvoir vous représenter encore en redécrochant de bons résultats!!

BISES A TOUS



M.lise





TAC

Je m'appelle Thomas Blouquet et je me suis licencié au Club Athlétique Sport Avignonnais avec mon frère à l'âge de 7 ans. Je suis arrivé grâce à Jean-Claude Amoureux qui nous avait fait d'abord venir en école de sport. Cela fait donc 18 ans que je me suis licencié au Club Athletic Sport Avignonnais et 6 ans que j'y entraînai.

J'ai eu entre autres comme entraîneurs Jean-Claude RUET, Fred MARTINEZ, Ludovic ROUX et Serge MIGNON et à partir de la catégorie cadet, où je me suis spécialisé dans les lancers, Gilles CHAPPELLIER.

À delà de la rencontre de ces supers entraîneurs qui m'ont transmis cette passion de l'athlétisme, le club m'a également permis de rencontrer des athlètes d'exception comme Aurore RUET, Marie-Lise RANCHIN, Benoit TRINCA, Sébastien RUSCONI (et tant d'autres) qui brillaient aussi bien sur les pistes que par leur comportement en dehors.

Ce club m'a ainsi permis de me constituer un cercle d'amis inestimable tout au long de mon apprentissage. Les citer serait trop long mais toutes ces personnes ont beaucoup compté pour moi et ont largement contribué à ma passion du sport et à ce que je suis devenu aujourd'hui.

Aujourd'hui, j'ai du quitter le club pour des raisons professionnelles mais je soutiendrai toujours le CASA et j'espère que le club restera ce qu'il a toujours été pour moi, un lieu d'échange, de rencontres et de plaisir.

Bonne continuation à tous et à toutes ET MERCI POUR TOUT.

Vive le CASA



TAC



ANIMATIONS CLUB

Retour sur le stage d'avril du groupe sprint !

7 athlètes du CASA accompagné de leur entraîneur ont participé à ce stage de préparation aux prochains Interclubs. C'est dans le cadre magnifique des gorges de l'Ardèche au sein du centre Lou Capitelle à Vogûe, que les athlètes sont venus peaufiner leur préparation.

L'ambiance fut excellente et les athlètes se projettent déjà pour les futurs stages !

Étaient présents à ce stage: THORE Romain, AFOLABI Islamia, D'ANTHONIO Jean, RTILI Céline, DEMOURE Bastien, GOURVITCH Cécile, EL MADJOUBI Sofiane et Christopher Paul MORRISSEY.

Organisation du stage :

Vendredi 19h30 Repas et informations sur le déroulement du stage

Samedi 10h15 Séance de Préparation Physique Bas du Corps avec au programme des squat Egger, des fentes Egger, des arrachés, des jetés de supports et des fentes en déplacements, le tout finalisé par un petit concours de fréquence maximale sur 4'' en marches d'escaliers.

16h30 Cours de 30' sur le thème du stretching abordant les mécanismes, l'intérêt et le moment idéal pour privilégier telle ou telle méthode de stretching ; ont donc été abordés : les étirements passifs, le stretching actif postural, les techniques en activo-dynamiques ainsi que le C.R.E > Contracté-Etiré-Relâché)

Suivi de 30' d'étirements passifs

Suivi de 15' de Sophrologie assurée par le Coach

Dimanche 10h15 Séance Spécifique sur Piste avec au programme trois séances individualisées :

Séance 1 Courses de haies (sur 6 haies) pour les filles à 0.84m de hauteur.

Séance 2 2 x (5x60m) à 90% et + Récup 2' à 3' et 7'-8' entre les séries.

Séance 3 2 x (80m + 120m + 150m) à 100% r5' à 6' et 12' entre les séries

17h00 Séance de Préparation Physique Haut du Corps « en Push and Pull »

Privilégiant le travail postural + Gainage abdos-lombaires en fin de séance

Lundi 10h30 Travail de Puissance Aérobique à intensité modérée avec volume réduit en Nature dont l'un des buts sera d'accélérer le processus de récupération : 10 x 25'' récupération active 35''



15h30 Fin de stage ...et tous prêts à recommencer!!!



SPONSORS

Nous nous tenons, à la disposition de chacun, afin de vous présenter le club et les possibilités de partenariat. Cela peut se traduire par :

- ◆ Le parrainage d'une équipe, d'un relais,
- ◆ La dotation de coupes, médailles, Tee-shirts,
- ◆ Aide financière pour des déplacements, achats de matériels

N'hésitez donc pas à nous contacter, la plus petite aide sera la bienvenue, cela permettra de faire pratiquer notre sport dans des conditions encore meilleures.





REMERCIEMENTS

Tout d'abord un grand merci aux :

Athlètes,
Entraîneurs,
Jury,
Dirigeants,
Parents bénévoles,

Il apparaît nécessaire de rappeler que toute cette activité et ces résultats n'auraient pu se réaliser sans la bonne volonté des dirigeants, des parents, des athlètes, des entraîneurs et de toutes les personnes qui ont bien voulu apporter leur contribution.

Le Club tient à remercier toutes les personnes qui œuvrent pour la pratique de l'athlétisme au travers du CASA

MERCI A TOUS