



## TEAM LES CYCLISTES DU CŒUR SECTION RUNNING

Chers amis et membres du Team Les Cyclistes du Cœur,

Mesdames et Messieurs les Maires,

Merci pour votre présence.

En tant que responsable de la Section Running, je vais vous présenter notre activité pour l'année 2023-2024.

Il s'agit certes d'une énumération de courses auxquelles nous avons participé, mais vous verrez que nous représentons l'association aux 4 coins de la région.

### **I. PRESENTATION DE LA SECTION :**

Précisons d'abord que nous n'avons pas réussi à attirer de nouveaux adhérents dans notre section depuis la dernière assemblée.

En effet, nous sommes et nous restons 3, malgré toute la publicité diffusée sur les courses auxquelles nous avons participé, ce qui est plutôt frustrant.

Je peux donc vous présenter, même si vous les connaissez certainement déjà :

- Séverine MASSET, notre féminine qui cumule des très bons résultats,
- Christophe Chevalier, notre expert en longues distances,
- et moi-même.

### **II. TEMPS FORTS :**

*Commençons au lendemain de la dernière Assemblée Générale de 2023 :*

- le 14/10/2023 : nous avons tous les 3, participé au Trail de la Go'Dache sur les terres de la ville de LILLERS au hameau d'HURIONVILLE, très beau circuit sur notre terrain d'entraînement, précisons-le, belle organisation et convivialité au rendez-vous,
- le 22/10/2023 : nous étions Séverine, Allan (adhérent au Team et copain de vélo de Benjamin MORIEUX), et moi sur les Championnats de France 5 kms à SAINT-OMER, en catégorie Open (course ouverte à tous). Course, à laquelle



nous avons eu le prestige de participer et où nous avons réalisé de très bons chronos :

- Allan : 20 mn 48 s,
  - Sév : 22 mn 37 s,
  - moi : 22 mn 28 s,
- le 05/11/2023, c'était la course « Monts et Merveilles » à BOESCHEPE, au cœur des Flandres, terrain et région que nous apprécions beaucoup pour son dénivelé, Sev et moi,
- le 09/12/2023, nous étions sur le Téléthon d'ALLOUAGNE, très belle organisation !!
- nous avons, Sev et moi, terminé l'année 2023 sur un 10 km sur route, à SAINT-VENANT. Eh oui, il fallait finir l'année sur une bonne note et se préparer à attaquer le Réveillon avec une bonne faim !!

*On continue en 2024 :*

- le 07/01/2024, Christophe CHEVALIER a bien commencé l'année avec le Trail des Lapins à LABEUVRIERE. Il a invité des collègues pour leur premier trail... ils ont adoré,
- le 14/01/2024, il a ensuite participé à « La Roquelaure » de LAPUGNOY,
- le 18/02/2024, nous nous sommes alignés Sév et moi sur la fameuse course « CASSEL, Montagne d'un jour », réputée pour son important dénivelé, une course de 15 km avec beaucoup de grosses montées, c'était notre 2<sup>ème</sup> participation (Sev : 1h32, moi 1h30),
- le 09/03/2024, Christophe CHEVALIER a participé à la marche nocturne de BETHUNE contre les violences aux femmes,
- le 17/03/2024, il a fait la rando à AMETTES, avec des passages techniques mais excellents,
- le 31/03/2024, il était sur le STD (Sur les Traces de David), parcours et ambiance excellente. A l'arrivée, il y avait un groupe bavarois... à recommander,
- le 07/04/2024, Christophe CHEVALIER était sur le parcours du cœur de la ville de LILLERS. Il était accompagné d'amis et ils ont réussi à se perdre grâce à son sens de l'orientation,
- **le 21/04/2024, était le jour de notre gros objectif de l'année 2024 à Sev et moi mais aussi un des objectifs de Christophe Chevalier : Le Nord Trail Mont des Flandres (NTMF). Sev et moi étions sur la distance de 42 km et Christophe CHEVALIER sur le ... 80 km, 1843 D+ en 9 h 53, ambiance boue monstrueuse et c'est bon pour la peau. Nous avons pu apprécier les superbes paysages flamands et nous surpasser sur cette belle épreuve**



**très populaire (des milliers d'inscrits et une bonne ambiance) mais surtout le dépassement de soi,**

- le 26/04/2024, Christophe CHEVALIER était à l'Urban Trail de BETHUNE, Spécial JO 2024. Les Urbans Trails sont des manifestations où vous courez au beau milieu de la ville et où vous y découvrez les principaux édifices, les musées, ... etc... une façon de découvrir la ville sous un autre angle. L'occasion aussi de s'initier à plein d'activités sportives le long du parcours,
- le 08/05/2024, Sev et moi étions sur la randonnée du Lydéric à AIRE SUR LA LYS, pour changer un peu de la course à pied....
- le 17/05/2024, le Trail attendu, Christophe CHEVALIER s'attaquait à son objectif de l'année 2024 : Le Trail des Pyramides Noires et ses 124 km. Ça commencé très fort : 10 h de pluie en continu dès le départ. Le décor était planté, des péripéties et de jolis moments de partage. Pour finir, après 21h40 de course, 128 km de parcourus pour plus de 2 300 m de dénivelé. Il est heureux de faire partie des 63 trailers qui ont terminé cette belle balade. Classement : 46<sup>ème</sup>. BRAVO à notre spécialiste des grandes distances !!
- le 26/05, Christophe CHEVALIER participait d'ailleurs (en récupération) à la Marche de LAPUGNOY : la PUNNEENNE,
- le 09/06/2024, Christophe CHEVALIER était sur le parcours du cœur d'ALLOUAGNE,
- le 16/06/2024, nous étions, Sev et moi sur les 10 km de RINCQ avec de très bons chronos encore (Sev, 4ème féminine),
- le 29/06/2024 , sous tout un autre registre, Christophe CHEVALIER partait à nouveau à l'assaut d'un nouveau défi longue distance (son second objectif de l'année 2024) : les 24 H de BETHUNE – Gare d'eau. Le but : faire un max de boucles de 1,5 km. C'était une première et il a beaucoup appris. Bilan : 140 kms effectués en 98 tours (le premier a bouclé 159 tours... une machine) !! BRAVO à lui encore une fois, l'insatiable des kms.
- le 24/08/2024, Sev, Allan et moi, étions à nouveau dans le pays de CASSEL pour la course des Géants, à nouveau avec du dénivelé... Et surtout la pluie toute la course ...
- pour finir, avant cette Assemblée Générale 2024, Sev et moi étions sur les 10 km de CALONNE SUR LA LYS, « Les Foulées du Lingot du Nord » où nous avons pu constater nos progrès et exploser nos chronos :
  - Sev : 47 mn 04,
  - moi : 45 mn 12.

Nous ferons au passage un petit clin d'œil à l'Association SG Running qui s'est créée début 2024 à LILLERS avec Romain YELLAS et Alexia BEGHIN, notamment.



### **III. OBJECTIFS 2025 :**

Nous concernant, pas d'objectifs cette année car nous décidons des courses au derniers moments. Comme nous suivons de très près notre fils Allan, qui pratique la compétition cycliste à un bon niveau, Amateur en Nationale 3 au club de SAINT QUENTIN dans l'Aisne.

Pour Christophe CHEVALIER, pas d'objectifs d'ici la fin de l'année 2024 mais en 2025, au moins deux ultra trail mais où ?? Il est actuellement en pleine réflexion....

En revanche, nous participerons tous les trois, ce dimanche 10 novembre à « La Cervoise Race » à BARLIN. Sev et moi ferons le 25 km. Voir avec Christophe pour sa distance ??

Ensuite, le 17 novembre, Sev, Allan et moi seront à l'Annezinoise pour un 10 km.

Je vous remercie de m'avoir écouté

Bonne soirée à tous et bonne fin d'Assemblée Générale