



Deux mois déjà !



03

Retour sur la Coupe de France

Montceau Tri Mag

02

l'AG du
16 novembre

07

Ils savourent
l'ultra trail

08

Stage jeunes
Toussaint

09

Bike & run
C'est reparti !

11

Focus sur un
partenaire
Horizon Télécom

16 novembre 2018, Assemblée Générale du club : Le comité directeur renouvelé.

Comme annoncé depuis l'année dernière Loïc laisse donc la place de président après huit années à la tête du club qui aura vu ses effectifs quasiment doubler avec 165 licenciés cette année ~~passée et~~ la création de l'emploi à temps partiel de Sophie.

Sous sa houlette, le club aura gagné en notoriété et en reconnaissance tant au niveau régional que fédéral ainsi qu'auprès de nos partenaires.

L'organisation du premier triathlon du club puis dans la foulée des deux demi-finales jeunes de triathlon et la réussite des trois épreuves d'envergure nationale auront permis au club de montrer la qualité de son savoir-faire et prouvé son dynamisme. Le territoire Montceau/Blanzy peut aussi le remercier et lui être reconnaissant de l'avoir valorisé comme l'auront souligné les maires de Blanzy et de Montceau à cette AG ou sur le podium de la Coupe de France. Avec lui, ce sont plusieurs figures du club qui quittent le comité directeur, Pierre Perrin son fidèle binôme, préparateur hors norme de toutes ces épreuves nationales, Anne Lamborot longtemps secrétaire, minutieuse et experte dans le domaine des inscriptions et des dossards, Michel Cannel, « l'ancien » un des fondateurs du club il y a 19 ans, toujours autant disponible ! Et sans oublier Catherine Mauro qui quitte aussi le comité directeur. Merci à vous !

Et merci à toi Loïc, tu laisses un club à son top ! Ton successeur et son équipe héritent d'un club sain, dynamique et convivial avec plein de projets dans les cartons !

Le roi est mort, vive le roi !

L'assemblée Générale a donc élu un nouveau Comité directeur emmené par Olivier Grivault avec Alice Vaury comme trésorière, Charline Favrichon secrétaire et trois vice-présidents : Benoît Thierry, Sandrine Ghesquière et Christian Poutissou.

A noter au cours de cette AG, la sympathique remise des livrets et bracelets aux plus jeunes du club attestant leur réussite aux différents tests triathlon de la Fédération.

Plus d'infos sur les projets et la vie du club dans le prochain numéro !



Coupe de France de triathlon et duathlon : une belle aventure, une belle réussite 13&14/10/18

Des heures de réflexion, de réunions, de préparation depuis le dépôt de candidature il y a maintenant plus d'un an, des dizaines de bras mobilisés 48 heures avant l'échéance pour tout organiser, monter, installer, préparer et avoir des doutes jusqu'au dernier moment. Serons-nous une nouvelle fois capable de relever cet important défi, la météo sera-t-elle au rendez-vous ? Les clubs et concurrents seront-ils satisfaits ? Pari réussi au-delà de nos espérances et un grand soulagement, ce dimanche 14 octobre vers 17h00, qui prend le dessus sur la fatigue accumulée des derniers jours. Merci aux nombreux bénévoles, efficaces, avenants et toujours de bonne humeur. Merci à nos partenaires privés et institutionnels sans qui rien ne serait possible non plus. Retour en images sur ce super week-end ! Allez, un peu d'auto-satisfaction, une fois n'est pas coutume, ça ne mange pas de pain !



C'est la première fois que Montceau Triathlon apparait sur un podium National !!!



**La
compétition,
ça décoiffe !**



**Après la compétition,
Ça décoiffe aussi !!**

BENEVOLES : MERCI A VOUS !



Partenaires, par une aide logistique, par des prêts de matériel ou de véhicules, ou par votre investissement financier, vous nous êtes aussi indispensables !



Un grand merci également aux municipalités environnantes pour le prêt de barrières, aux municipalités de Blanzay et de Montceau notamment et des agents techniques de celle-ci qui ont nettoyé le terrain, monté les stands, livré le matériel, raccordé les installations électriques, bref pour tout le travail fourni avant et après la manifestation.

Sandrine et Cyrille savourent l'ultra trail : explications

L'ultra trail d'après Wikipédia est une course nature supérieure aux 42km du marathon selon certains spécialistes, ou supérieure à 80km selon d'autres. Quoi qu'il en soit, nous avons deux spécialistes dans le club, Sandrine Ghesquière qui a terminé le trail du Haut Clunysois ce 27 octobre avec 53 km au compteur, 10 km de plus que le trail de la Jordane en plein Massif Central au Puy Mary effectué en duo avec Sandrine Marchand en juin dernier et Cyrille Bérardan qui vient de terminer dans le top 100 des 101km du mythique trail des Templiers à Millau ce 19 octobre dernier (Ce n'était pas son premier), et de la Saintélyon dernièrement.

Cyrille a plusieurs ultras à son actif !

Mais qu'est-ce qui les motive donc à pousser si loin les limites sur des dénivelés aussi importants ?

Sandrine a résumé son trail et Cyrille a écrit le récit du sien d'une plume aussi efficace et légère que sa foulée que je vous invite fortement à lire : suivre le lien en fin d'article. Extraits :

Une envie, un grain de folie, une passion selon Sandrine, un voyage, selon Cyrille ! « c'est aussi un cheminement intérieur vers une prise de conscience plus complète du fonctionnement de son corps, de l'association de celui-ci avec l'esprit dans un dialogue permanent que l'expérience permet de mieux déchiffrer. Enfin c'est un formidable ascenseur émotionnel qui nous voit passer par tous les états allant de l'extrême concentration de l'esprit au relâchement le plus complet du corps, de l'euphorie d'un départ au désespoir de devoir marcher sur toute une fin de course en cas de moins bien » écrit-il dans son récit.

Et ce n'est pas Sandrine qui dira le contraire : « Ce trail est fort en émotions pour moi : Un départ frissonnant, un défi magique avec dame nature m'incitant à puiser au



plus profond de moi, des larmes coulant face au bonheur de pouvoir faire plus de 50km et en me faisant plaisir, s'en suit une immense satisfaction de finir quelque chose par moi-même »

Volonté de connaître ses limites physiques et mentales à coup sûr. Un entraînement de forçat de toute évidence. Du plaisir évidemment. Et des doutes aussi. De l'humain donc. « il en est de l'ultra trail comme des voyages, il y a un départ et une arrivée, mais il y a surtout un cheminement fait de rencontres et de découvertes, d'efforts et d'apprentissages, de doutes et d'affirmation de soi. Une leçon de vie. » écrit encore Cyrille.

Quant à Sandrine, elle continue ainsi son récit : « Heureuse de pouvoir vivre une telle aventure, motivée pour continuer à me dépasser et poursuivre ma passion ! »

Et de nous inciter et nous encourager : « Profitez de vos capacités pour réaliser des rêves, des envies ou tout simplement pour suivre vos pulsions ... Nous en sommes tous capables... Je crois en la persévérance, à l'entraînement, au respect de nos valeurs, et à la reconnaissance que l'on peut faire à son corps, à sa propre personne ou aux personnes qui nous entourent au quotidien. Défiez vos envies ! »

Des propos que nombre de triathlètes adeptes des longues distances et autres Ironman ne renieraient pas. Sandrine triathlète confirmée nous le site très bien et Cyrille, novice en ce domaine le vérifiera peut-être prochainement. Un nouveau voyage ?

Le récit de Cyrille :

<https://docs.google.com/document/d/1gIoZyaFKs0WsC9174Tt3N36jqKH58SA4w6seXh8jLm0/edit?usp=sharing>



STAGE ECOLE DE TRIATHLON VACANCES DE LA TOUSSAINT

Une nouvelle fois, le mini-stage organisé par Sophie aura connu un vrai succès avec près de 20 participants à chaque journée. 20 participants le lundi 29 octobre (Axelle, Colombe, Sarah, Zoé, Lou, Neige, Titouan, Hugo, Antonin, Antoine, Marine, Marius, Mathieu, Noémie, Robin, Loan, Pierre, Marjolaine, Nicolas, Tom), 19 le 30 octobre (Axelle, Colombe, Sarah (matin), Eléa, Zoé, Lou, Neige, Hugo (matin), Antonin, Garance, Antoine, Marine, Marius, Noémie, Robin, Juliette, Pierre, Marjolaine, , Tom) et 10 ados le mercredi 31 octobre (Hugo, Antonin, Antoine, Marine, Marius, Noémie, Mathieu, Pierre (matin), Marjolaine (matin) , Tom)



Au programme : de la natation les matins avec Sophie et Cyril pour un travail d'appui et d'apprentissage 3 ou 4 nages selon les niveaux, du VTT les a-midis (Sophie et Olivier) avec maîtrise du matériel et bike & run. Une séance a été annulée pour cause de mauvais temps et remplacée par une séance de renforcement et un parcours athlétique au COSEC

St Exupéry avec les éducateurs ville.

Le mercredi était réservé aux seuls ados et la séance VTT de l'après-midi a eu lieu au CRAPA après un bon pique-nique tiré du sac au bureau du club comme les jours précédents !

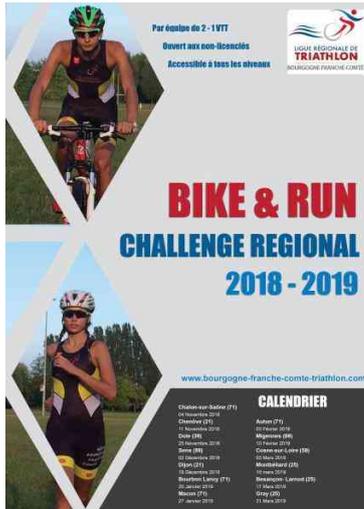
Un bon moment de travail,
de partage et de rigolade bien entendu !

A renouveler sûrement !



Coin trigolade ! Délocalisé !





Le 28 juin dernier, le club en montant sur de nombreux podiums en jeunes, en vétérans, en équipe mixte était récompensé de son fort engagement dans ce challenge régional.

Cette année, à ce jour, deux épreuves ont déjà montré l'engouement de nos licenciés pour ce challenge .

Très nombreux à Chalon (qui marque habituellement le début des compétitions de la saison) et à Chenôve, nos licenciés avec des fortunes diverses ont bien débuté sur le circuit. Nos jeunes féminines totalisent déjà 6 podiums !

Chez les cadets/juniors et chez les adultes, de jolies places d'honneur laissent augurer de nouveaux podiums sur les épreuves à venir. Mâcon étant annulé, il faudra certainement se déplacer en Franche-Comté pour glaner des points pour la classement final !

pour rappel, tous les résultats sur : <http://montceatriathlon.com/blog/>

ou sur : <https://www.facebook.com/montceatriathlon/>

Vous pouvez également avoir accès au règlement de cette épreuve en suivant le lien :

http://www.onlinetri.com/sites/lbfctri/documents/Reglement_Challenge_Bike_and_run_2018Vf.pdf



Chenôve 11 novembre



**CHALON
4 NOVEMBRE**



Coin trigolade ! Délocalisé ! Suite !



Triathlete
tri-ath-lete, (trī-āth'lē't)
n.
A person who doesn't understand that one sport is hard enough.

Il n'y a que sur un TRIATHLON que tu manges banane, tuc et pastèque en même temps !

ZOOM SUR UN PARTENAIRE : HORIZON TELECOM

HORIZON TELECOM, société basée à Montceau les Mines a été créée en 1988 et emploie à ce jour 30 salariés.

Spécialisée dans le domaine de la téléphonie, la société a su évoluer grâce à ses compétences complètes tant sur la partie études que sur les procédés de fabrications.

Entretien avec **GIUSEPPE GALLO** son président :

EF : Monsieur le PDG pouvez nous décrire en quelques mots l'activité de votre société ?

GG : L'activité principale est la sécurisation des ascenseurs et des sites sensibles mais depuis 5 ans nous avons aussi opéré une nouvelle orientation vers les produits connectés.

EF : La société Horizon Télécom vient de fêter ses 30 ans pouvez-vous nous dire ce qui fait la force d'HORIZON TELECOM et de ses produits phares ?

GG : La force d'HORIZON TELECOM est d'avoir sur le même site, bureau d'étude et ligne de production locale ce qui nous donne une réactivité sans commune mesure avec une sous-traitance offshore.

Le produit phare et marque de fabrique de la société est la platine d'appel équipant les ascenseurs de tous les manufacturiers en ce domaine.

Lorsque vous prenez un ascenseur il y a probablement à l'intérieur un produit Horizon Telecom qui veille à votre sécurité.

EF : A titre personnel vous êtes engagés dans le milieu associatif et plus particulièrement sportif puisque président du club d'athlétisme du Creusot. Quelles sont donc les valeurs trouvées au niveau de Montceau triathlon qui vous ont convaincu de devenir partenaire ?

GG : C'est l'aspect course à pieds et performance que j'ai retrouvé avec mon domaine de prédilection la course, tout l'investissement et le dépassement de soi qu'il faut avoir tout au long de la saison et de la rudesse des entraînements pour aboutir au jour de la compétition

EF : Nous pouvons donc compter sur votre fidélité pour les saisons à venir.

G.G : Oui bien sur

EF : Au nom du club Mr GALLO et en mon nom, Joseph nous te remercions pour ton soutien et souhaitons pleine réussite à votre société.

E.F

A noter aussi qu'HORIZON TELECOM compte parmi son effectif notre vice-président Benoît.

