

# Ce que je dois savoir sur " l'Entente Sportive Maintenon-Pierres Athlétisme (ESMP)"



I/ L'association .....	2
II/ La pratique de l'athlétisme .....	3
<i>Qui encadrent les athlètes ?</i> .....	3
<i>A l'entraînement</i> .....	4
<i>En compétition</i> .....	4
<i>En stage</i> .....	4
III/ Les évènements et les moments importants .....	6
IV/ La communication .....	6
V/ Le challenge .....	7

Saison 2011-2012

## I/ L'association

**Quel est son statut ?** L'Entente Sportive Maintenon-Pierres athlétisme est une association loi 1901 agréée par la direction départementale de la jeunesse, de la santé et des sports et affiliée à la Fédération Française d'Athlétisme. Elle a pour but de permettre au plus grand nombre de découvrir et de pratiquer l'athlétisme.

**Qui la dirige ?** Des membres bénévoles qui sont élus pour 4 ans à chaque olympiade et qui forment un comité directeur. Celui-ci élit un président, un trésorier et un secrétaire. Le comité directeur se réunit tous les 2 mois pour décider des actions à venir et pour adopter les décisions. Certains points sont votés par l'assemblée générale qui se réunit tous les ans. Elle est composée des athlètes ayant plus de 16 ans et étant à jour de leur cotisation. Tout le monde peut y participer.

<b>Président</b> Guillaume DEROCQ Responsable commission « Jeunes et séjours »			
<b>Secrétaire</b> Audrey GOYAS « Secrétariat »		<b>Trésorier</b> Jean-Pierre KIRCH	
<b>Membre</b> Patrick JALLET		<b>Membre</b> Bruno LAMY	
<b>Membre</b> Michael LHOTE		<b>Membre</b> MAISONNIER Françoise	
<b>Membre</b> Jean-Pascal PONT Correspondant		<b>Membre</b> Alain PAUMIER	

**Quelles sont les valeurs transmises ?** Le respect des autres, l'équité entre tous les athlètes et le dépassement de soi sont les principales valeurs que l'ESMP athlétisme essaye de transmettre. Chacun doit trouver sa place dans le club et ce, quelque soit son niveau. Il n'y a surtout pas d'élitisme. Sans vouloir se substituer aux parents, l'ESMP Athlétisme souhaite contribuer par son action à l'éducation des enfants et des jeunes en général.

**Qu'est-ce qui régit le fonctionnement ?** L'association est régie par des statuts et un règlement intérieur que chacun doit connaître et respecter. Ces 2 documents sont consultables sur Internet ou au stade. Les dirigeants, les athlètes et les familles se doivent d'avoir un comportement irréprochable aux entraînements, en compétition et en stage afin de permettre à tous de pratiquer dans de bonnes conditions.

### Quelles sont les catégories ?

(Attention, les athlètes changent de catégorie seulement au 1<sup>er</sup> janvier)






Catégorie	Eveil Athlétique	Poussin	Benjamin	Minime	Cadet	Junior	Espoir	Senior	Vétéran	Dirigeant	Athlé Loisir
Diminutif employé	EA	PO	BE	MI	CA	JU	ES	SE	VE		
Année naissance	2003 2004 2005	2001 2002	1999 2000	1997 1998	1995 1996	1993 1994	1990 1991 1992	1973 1989	1972 et avant		1994 et avant
Coût *	80 €	80 €	85 €	85 €	85 €	85 €	85 €	85 €	85 €	50 €	65 €
Maillot club **	Offert	Offert	20 €								


Les « Eveil Athlétique » et les « Poussins » forment l'Ecole des Kangourous ou l'école d'athlétisme.

Quelles sont les disciplines pratiquées ? Les athlètes peuvent découvrir toutes les familles de l'athlétisme : la vitesse, le saut, les lancers, le demi-fond, le cross et le hors-stade. Avant la catégorie « cadets », il n'y a pas de spécialisation.

## II/ La pratique de l'athlétisme

### Qui encadrent les athlètes ?

Encadrement	Photo	Statut	Diplôme	Catégorie(s) encadrée(s)
LHOTE Michael		Entraîneur	BEES 1 <sup>er</sup> degré	Benjamins/minimes/cadets/juniors/espoirs
LAMY Bruno		Entraîneur	2 <sup>ème</sup> degré fédéral -12 ans BEES en cours	Ecole des kangourous/athlé loisir et hors stade
DEROCQ Guillaume		Entraîneur Président	Moniteur régional	Ecole des kangourous
QUILLIOT Audrey		Animatrice	Licence STAPS éducation et motricité	Ecole des kangourous
KIRCH Jean-Pierre		Entraîneur Trésorier		Athlé-loisir et hors stade
RENARD Thérèse		Animatrice		Ecole des kangourous

POIL Julie		Animatrice		Ecole des kangourous
------------	--	------------	--	----------------------

### A l'entraînement

Les entraînements permettent de découvrir les différentes disciplines et de se perfectionner. Il est indispensable que les athlètes soient assidus.

Les jours et les heures sont les suivants :

	10h – 11h30	17h30 – 19h00	18h30 – 20h30
Mardi		Eveil Athlétique et poussin	Hors stade (à partir de cadet) De 19h à 20h30
Jeudi			Hors stade (à partir de cadet) De 19h à 20h30 Benjamins/Minimes et athlètes du groupe de Michael De 18h30 à 20h
Samedi	Toutes catégories Toutes spécialités		

Par défaut, le lieu d'entraînement est le **stade Louis Roche à Maintenon**. Pour la période hivernale, les entraînements sont décentralisés dans les gymnases du collège à Maintenon (mardi et samedi) et dans la salle Hélène Boucher à Pierres (jeudi). Cependant, le club informera les licenciés du changement.

Il est important que les athlètes respectent ces horaires. Les animateurs et entraîneurs s'engagent également à les accueillir dans ces créneaux.

A noter, qu'il n'y aura pas d'entraînements pour l'école des kangourous les samedis pendant les vacances scolaires.

Les dirigeants peuvent décider d'annuler un entraînement si l'entraîneur n'est pas là.

Les parents se doivent de venir chercher leur(s) enfant(s) au niveau des vestiaires sauf si « l'autorisation pour rentrer seul » a été complétée. La responsabilité des entraîneurs, animateurs et du club est engagée durant les périodes d'entraînement, de compétition ou de stage aux lieux précisés ci-dessus.

### En compétition

Les compétitions sont des moments importants pour l'athlète, pour les entraîneurs et le club. Elles permettent aux athlètes de mesurer leur niveau et les progrès accomplis. Elles sont l'occasion de rencontrer d'autres athlètes. Les compétitions sont des repères ou des objectifs pour les entraîneurs afin qu'ils adaptent leurs entraînements.

Le club peut prendre en charge le transport des athlètes. La prise en charge se fait sur le parking du stade. Vous pouvez également vous organiser avec d'autres parents et ainsi limiter le nombre de voitures.

### En stage

Les stages sont des moments privilégiés pour les athlètes et l'encadrement. Ils permettent de préparer les compétitions à venir mais également de mieux apprendre à se connaître. Ils créent des liens et soudent le groupe. Chaque stage est conduit autour d'un projet éducatif. Nous demandons aux athlètes de donner le maximum pour que le stage leur soit profitable. D'autres activités sont proposées à côtés des entraînements.

**Pour l'école des kangourous** : les compétitions sont des rencontres ou des animations. La performance n'est pas mise en valeur et les rencontres se déroulent en équipes (à l'exception des cross). Les épreuves sont des ateliers très ressemblants à ceux des séances d'entraînement.

**A partir des benjamins** : les compétitions ressemblent davantage à celles diffusées à la télévision. Les compétitions sont plutôt individuelles sauf pour le challenge équip'athlé et les interclubs (à partir de cadets).

**Pour toutes les catégories** : le cross-country (en saison hivernale) est l'occasion de se retrouver tous sur une compétition. Le classement est individuel et par équipe. D'où l'importance que tous les athlètes soient mobilisés le jour-j.

Les athlètes se doivent de participer à au moins 3 rencontres/championnats pour l'école des kangourous et aux championnats pour les autres catégories.

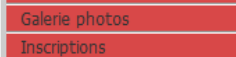
Lorsqu'un athlète veut s'engager sur une course sur route, il doit donner comme nom de club « ES Maintenon Pierres Athle »

**Chaque athlète est tenu de s'engager aux compétitions. C'est-à-dire qu'il doit informer le club de sa participation ou de sa non participation à la compétition. Il doit le faire en priorité en utilisant le module en ligne suivant :**

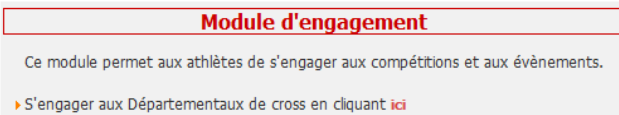
1 - Se connecter au site Internet du club : [www.esmpathletisme.fr](http://www.esmpathletisme.fr)

2 - Se connecter en tant que membre (créer un compte avant la 1<sup>ère</sup> identification) en saisissant votre **Nom d'utilisateur** ainsi que votre **Mot de passe** puis en cliquant sur **Se connecter**.

3 - Cliquer sur **Inscriptions** dans le menu principal à gauche.



4 - Cliquer sur l'évènement ou sur la compétition.



5- Compléter le formulaire puis cliquer sur **Ok**

Le club recevra, par mèl, une confirmation de votre inscription et centralisera toutes les réponses dans un seul et même fichier.

Un athlète s'engageant sur une compétition se doit d'y participer. Le club peut demander à la famille de régler, éventuellement, les pénalités financières.

### III/ Les évènements et les moments importants

Le calendrier va évoluer au cours de l'année mais voici quelques évènements incontournables.

Dates	Evènements	Personnes concernées
<b>24 septembre 2011 (matin)</b>	Animation « familles »	Tous les licenciés + familles
<b>Samedi 1<sup>er</sup> octobre (matin)</b>	Sortie Vélorails à Pont sous Gallardon	Groupe hors-stade
<b>21 octobre 2011 (soir)</b>	Assemblée générale du club	Tous les licenciés
<b>11 novembre 2011</b>	Cross de Séresville	Tous les licenciés
<b>20 novembre 2011 (toute la journée)</b>	Départementaux à Eaubonne	A partir des poussins (licences compétition)
<b>4 décembre 2011 (matin)</b>	Course des kangourous organisée par le club sur Maintenon-Pierres	Tous les licenciés Bénévoles
<b>Samedi 7 janvier (après l'entraînement)</b>	Vœux de l'ESMP	Tous les licenciés
<b>15 janvier 2012</b>	Départementaux de cross à Lèves	Tous les licenciés (licences compétition)
<b>29 janvier 2012</b>	Régionaux de cross	A partir des benjamins (licences compétition)
<b>19 février 2012</b>	Pré-France de cross	A partir des benjamins (licences compétition et sur qualification)
<b>5 ou 6 mai 2012 19 ou 20 mai 2012</b>	Interclubs	A partir des cadets
<b>Du 28 avril au 1<sup>er</sup> mai 2012</b>	Stage en Normandie	A partir des benjamins
<b>Vendredi 22 ou 29 juin</b>	Soirée de clôture	Tous les licenciés + familles

### IV/ La communication

Nous avons fait de la communication une de nos priorités. Nous vous informerons le plus possible des évènements, des compétitions, des annulations d'entraînements, des changements de lieu grâce :

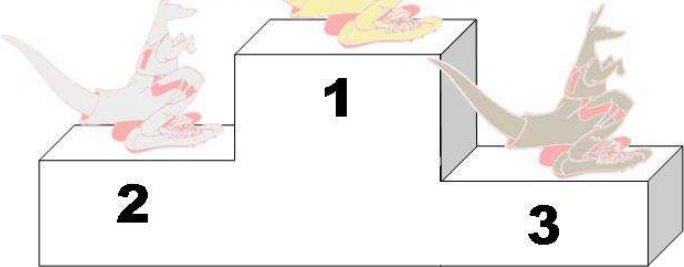
- à Internet : [www.esmpathletisme.fr](http://www.esmpathletisme.fr)
- aux messages électroniques
- au courrier
- à l'affichage au stade
- au kangourou flash
- ...

N'hésitez pas à nous contacter au 06 86 77 57 39 (portable du président) ou par mèl [club@esmpathletisme.fr](mailto:club@esmpathletisme.fr), si vous n'avez pas l'information recherchée. Mais avant de le faire, vérifiez bien que l'information n'a pas déjà été donnée ou qu'elle n'est pas sur le site du club.

## VI/ Le challenge

Dans le but d'inciter les jeunes à participer activement à la vie du club, aux entraînements et aux compétitions, le club met en place un challenge. Celui-ci rentrera en vigueur le 1<sup>er</sup> octobre 2011.

# Challenge "Kangourou" 2011-2012



### Règlement du challenge

**Points**

Participation à un entraînement : **1 point**  
Participation à une rencontre ou compétition : **2 points**  
Participation aux championnats : **3 points**

**Récompenses**


Kangourou d'or : 40 points  
Kangourou d'argent : 30 points  
Kangourou de bronze : 20 points

Equipement, matériel sportif, bon cadeau, billet pour meeting, ... pour les 10 premiers.

**Classement**

Eveils athlé  
Poussins  
Benjamins  
Minimes

Et toi, seras-tu « kangourou d'Or » ?



Attention, pour les athlètes du groupe de Michael, des points seront ajoutés par rapport à la performance réalisée en compétitions.