

L'AFA remercie ses partenaires, indispensables à l'organisation de ses manifestations !



TSL OUTDOOR

*LE spécialiste de la marche nordique
(bâtons, chaussures, accessoires...)*

www.tsloutdoor.com

PARTENAIRE PRINCIPAL



BANQUE ET ASSURANCES

INFO AFA

Mars-Avril 2011

L'ATHLETISME SUR FEYZIN ET VENISSIEUX N°231



EVENEMENT

Ouvert à tous **1^{ère} édition**
Marche Nordique
dimanche 3 avril 2011

Découverte du Plateau
des Grandes Terres



10 km
6 km
3 km

à partir
de 9h30

Venez découvrir
la marche nordique !

—> *Dossier complet page 4 et 5*

Sommaire

- Edito 2
- La saison des labours est terminé 2
- Les « France » pour clôturer la salle 3
- Dossier spécial "Marche Nordique"** 4-5
- Infos club 6
- Agenda 7
- Partenaires 8



Allée Beauregard FEYZIN LE HAUT

Votre résidence **Bâtiment Basse Consommation**,
à la fois au calme et proche des commerces...

Espace de vente :

À l'angle de la Route de Lyon
et de la Rue de la Bégude, à FEYZIN

www.lesnouveauxconstructeurs.fr

0825 049 149
(0.15€ ttc/min)



INFOS CLUB

Récompenses de l'OMS de Vénissieux

L'Office Municipal des Sports de Vénissieux organisait fin février sa soirée de récompenses aux clubs vénissiens. Ont été mis en avant pour l'AFA : Yovianne Likweti, Jennifer Fiordalisi, Annette Likweti, Valentin Videmann pour les champions ; Nina Becanne (photo), François Moulin, Charlène Fay et Fabien Juillard pour les bénévoles. De justes et méritées récompenses !



Matinée Paëlla

Après le succès de l'année dernière, l'AFA relance sa matinée Paëlla ! Rendez-vous le dimanche 17 avril dès 9h30 sur la Place de la Bégude à Feyzin ! Réservations possibles dès à présent au 04 78 70 81 08 (8€ la part) !

Stage de Feurs - 9 et 10 avril

Les inscriptions pour le stage de Feurs sont lancées ! Le week-end des 9 et 10 avril, une quarantaine d'athlètes vont vivre, manger et dormir athlétisme, à raison de deux séances quotidiennes et du sport collectif en soirée. Le transport se fera en bus, départ à 07h30 le samedi et retour vers 18h30 le dimanche (45€ tout compris, en pension complète). Le stage est ouvert à tous les groupes adultes (benjamins/minimes en fonction des places restantes). Inscriptions au siège.

AC 3 CARROSSERIE
CARROSSERIE DRAGOLE
12, rue du 8 mai 1945 - 69320 FEYZIN
04 78 70 38 91

elf COMPETITION FRANCE
BELLE ETOILE - CD 12
69320 FEYZIN
Vente Carburant et
Lubrifiants de Compétition

Un hiver rude pour les sprinteurs

Le groupe sprint-saut espérait beaucoup des championnats en salle. Si les anciens ont été au niveau, les nouveaux n'ont pas répondu aux attentes.

Fabien Juillard, directeur technique, l'admet : « la saison en salle n'a pas été à la hauteur de nos ambitions. » Si les objectifs fixés ont été quasi atteints avec une quinzaine d'athlètes aux Régionaux, une dizaine aux Interrégionaux et deux qualifications aux France, Fabien regrette le manque d'assiduité des nouveaux. « Le groupe s'est beaucoup renouvelé à l'intersaison mais les nouveaux n'ont pas compris que les performances se construisent à l'entraînement, regrette-t-il. C'est d'autant plus rageant que ces jeunes ont un potentiel énorme ! »



Au rayon des satisfactions, les anciens sont cités.



Romain Garnier (photo gauche), au club depuis 1997, a battu le record en salle du club du 400m en 51''75 et Valentin Videmann celui du triple saut avec 13m92. Valentin qui s'est qualifié pour les championnats de France Cadets. Autre qualification : Annette Likweti au poids en espoir ! Mais la grosse performance est venue des vétérans. Richard Berthenet en tête, puisqu'il est devenu vice-champion de France M45 du 400m et s'est qualifié pour les championnats d'Europe vétérans, qui se dérouleront en Belgique. Gilles Florenson (photo droite) a pris le bronze en M55 à la longueur. Complété par Marc Reynet et Hugues Marie-Claire, le relais a amélioré son record du Rhône du 4*200m en 1'49''03 !

WWW. **3B** ORTHOPÉDIE .FR

- Matériel médical Vente et location
- Petit appareillage orthopédique
- Petit matériel de soins
- Produits d'hygiène et d'incontinence
- Prothèses mammaire et lingerie adaptée
- Aromathérapie

2 place du 8 mai 1945
69420 CONDRIEU

Tél : 04 74 85 27 98
Fax : 04 74 85 29 14

EVÈNEMENT : Découverte de la marche nordique sur les Grandes Terres



La marche nordique, kesako ?



D'origine finlandaise, la marche nordique est une activité physique se pratiquant en nature et avec bâtons.

Les bénéfices de la marche nordique sur la condition physique sont considérables car elle fait travailler à la fois le haut et le bas du corps. De plus, cela est conseillé pour les personnes souffrant de problèmes respiratoires ou cardiaques car c'est une activité tout en douceur. Enfin, la marche nordique est idéale pour l'aide à l'amaigrissement, en augmentant la dépense énergétique. Cette discipline est donc totalement adaptée à toute personne souhaitant reprendre une activité physique sans douleur et en toute convivialité.

Marianne Pantanella, entraîneur marche nordique

Quels sont tes diplômes sportifs ?

Je suis titulaire d'un Brevet d'Etat Activités Physiques pour tous et Activités de la Randonnée ainsi que d'un diplôme d'entraîneur fédéral de marche nordique.

Où apprécies-tu dans la marche nordique ?

La pratique d'une activité sportive en pleine nature! On se retrouve dans une ambiance conviviale, toujours avec plaisir !

Pourquoi la marche nordique améliore-t-elle à la santé ?

Car c'est une activité physique complète, avec une bonne dépense énergétique, qui ne génère pas de fatigue excessive.



Venez découvrir la marche nordique avec l'AFA

Le dimanche 3 avril, l'AFA Feyzin-Vénissieux et la Ville de Vénissieux organisent la première manifestation de découverte de la marche nordique dans le sud-est lyonnais. Une occasion idéale pour découvrir cette discipline en plein essor, qui procure santé et bien-être !

La matinée se déroulera sur le plateau des Grandes Terres, avec un départ au gymnase Colas et est ouverte à tous. Les débutants pourront découvrir la discipline sur des parcours allant de 3 à 6 km. Les plus sportifs ou maîtrisant déjà les techniques de la marche nordique pourront se tester sur le 10km. Aucun parcours ne sera chronométré, l'objectif est le plaisir, la découverte et la santé !

Des animations pour les enfants sont également prévues pour que les bambins soient encadrés pendant que leurs parents marcheront.



Renseignements : Dimanche 3 avril, dès 8h30 au gymnase Colas, rue Jean Moulin à Vénissieux. Départ circuit 10km à 9h30, circuit 6km à 10h, circuits 3km à 9h30, 10h30, 11h30. Des bâtons seront prêtés gratuitement en échange d'une pièce d'identité ou d'un chèque de caution. Un casse-croûte sera prévu à l'arrivée. Préinscriptions au 04 78 70 81 08 ou sur afafeyzin@free.fr.

FEYZIN FLEURS
Tél. 04 78 67 89 54
Fax 04 78 70 23 18
Feyzin

Vénifleurs Créations
Tél. 04 72 50 04 47
Fax 04 72 51 31 02
Vénissieux
www.venifleurs.fr

2 adresses pour mieux vous servir

GARAGE MUNARO
père et fils

VENTES, REPARATIONS
toutes marques

climatisation
diagnostic moteur
centre pneumatiques

12.rue du 8 mai 1945
69320 FEYZIN
04.78.70.05.08

BAR - PMU
Le Deux sur Quatre
1, rue des Razes - Feyzin
Tél. : 04 78 70 32 53
Fax : 04 78 67 91 35
RCS Lyon 487993354