



# BIENVENUE DANS LA SECTION **AON – ATHLÉTISME**

Site internet : <https://www.aonivernaise-athle.com/>

Page Facebook : Aonivernaise-athlé

## SAISON SPORTIVE 2021 – 2022

La section Athlétisme de l'A.O.N. (Amicale Omnisport Nivernaise) a une double affiliation :

1. **FSGT**
2. **FFA**  
→ Tous types de championnats et compétitions (cross, salle, piste, hors stade).

Les activités proposées au sein de la section athlétisme sont orientées dans différentes directions :

- La pratique du sport par le plus grand monde : entre loisir et entraînement, entre convivialité et motivation collective.
- L'éveil ludique à l'athlétisme pour les plus jeunes : dès l'âge de 5 ans.
- L'entraînement et la pratique sur piste ou en salle dans les différentes disciplines de l'athlétisme : du débutant au plus expérimenté.
- La préparation aux différentes épreuves de Course Hors Stade : s'initier ou pratiquer la marche athlétique, la marche active et la marche nordique, progresser dans les performances, préparer des compétitions telles que 10km, semi-marathon, marathon, 100km, 24h, sans oublier le Trail et Ultra Trail.

## LE BUREAU :

### PRÉSIDENTE

Paulette FONTANILLES  
Tel : 06 87 30 09 73  
[fontanilles.paulette@orange.fr](mailto:fontanilles.paulette@orange.fr)

### SECRÉTAIRE

Jean-Alix BLONDEAU  
Tel : 06 61 97 05 92  
[jeanalix.blondeau@neuf.fr](mailto:jeanalix.blondeau@neuf.fr)

### TRÉSORIÈRE

Sylvie JONARD  
Tel : 06 99 02 09 93  
[jonard-sylvie@bbox.fr](mailto:jonard-sylvie@bbox.fr)



← Ces 2 partenaires proposent sur présentation de la licence, une **réduction de 10 % dans leur boutique**

## LES ENTRAÎNEMENTS

Lieu : Au stade Léo Lagrange de Nevers (ou lieux définis par les entraîneurs)  
Tableau indicatif.

|  | LUNDI         | MERCREDI    | VENDREDI    | SAMEDI      |
|--|---------------|-------------|-------------|-------------|
| Babys et Éveils<br>1 <sup>ère</sup> année        |               | 17h à 18h   |             |             |
| Éveils<br>2 <sup>e</sup> et 3 <sup>e</sup> année |               | 18h à 19h30 |             |             |
| Poussins   |               | 18h à 19h30 |             |             |
| Benjamins  |               | 18h à 19h30 |             | 10h à 11h30 |
| Minimes  | 18h30 à 20h   | 18h à 19h30 | 18h30 à 20h | 10h à 11h30 |
| Cadets- Juniors                                  | 18h30 à 20h   | 18h à 19h30 | 18h30 à 20h | 10h à 11h30 |
| Espoirs à Masters                                | 18h30 à 20h   | 18h à 19h30 | 18h30 à 20h | 10h à 11h30 |
| Marche Athlétique Marche<br>Active               |               | 18h à 19h30 | 18h30 à 20h | 10h à 11h30 |
| Marche Nordique                                  | 18h15 à 19h30 | 9h à 11h    |             | 9h à 11h    |

## ORGANISATION DES GROUPES

Il est rappelé que chaque jeune s'entraîne dans son groupe de référence en âge et tout changement ne peut se faire sans accord des entraîneurs.  
Les entraînements ont lieu au stade d'athlétisme Léo Lagrange.

### GROUPE BABYS (2016 et après) ET EVEILS 1<sup>ÈRE</sup> ANNÉE (2015)

#### ARNAUD SAGET

Entraîneur baby athlé  
Tel : 07 82 60 06 03

[saget.arnaud@yahoo.com](mailto:saget.arnaud@yahoo.com)

#### ALYSSA BERGER

Tel : 07 82 16 31 15

[alyssa.berger58130@gmail.com](mailto:alyssa.berger58130@gmail.com)

### GROUPE EVEILS 2<sup>E</sup> ET 3<sup>E</sup> ANNÉE (2013-2014) ET POUSSINS (2011-2012)

#### CÉLINE DAUPELOUP

Entraîneur – de 16 ans et sauts /  
Agent de développement sportif du CD58 FFA  
Tel : 06 72 25 60 59

[cd.athletisme58@gmail.com](mailto:cd.athletisme58@gmail.com)

### GROUPE BENJAMINS (2009-2010)

#### ANTOINE LARRUCHON

Entraîneur spécialiste sprint-haies 1<sup>er</sup> degré  
Tel : 06 48 69 58 29

[carine.laruchon@orange.fr](mailto:carine.laruchon@orange.fr)

#### VINCENT BERGER

Entraîneur 1<sup>er</sup> degré – de 12 ans  
Tel : 06 14 73 11 46

[berger.vince58@neuf.fr](mailto:berger.vince58@neuf.fr)

## GROUPE MINIMES (2007 – 2008) - CADETS (2005 – 2006)

### PASCAL JAILLETTE

Dirigeant 1<sup>er</sup> degré et  
Spécialiste lancers 1<sup>er</sup> degré  
Tel : 06 50 10 32 68  
[jaillettep@hotmail.fr](mailto:jaillettep@hotmail.fr)

### ARNAUD SAGET

Entraîneur demi-fond et marche  
Tel : 07 82 60 06 03  
[saget.arnaud@yahoo.com](mailto:saget.arnaud@yahoo.com)

## ORGANISATION DES ENTRAINEMENTS (à partir de la catégorie CADET)

Les athlètes sont entraînés par l'entraîneur de leur choix, selon leurs projets sportifs.

### ÉPREUVES COMBINÉS

#### PASCAL JAILLETTE

Dirigeant 1<sup>er</sup> degré et  
Spécialiste lancers 1<sup>er</sup> degré  
Tel : 06 50 10 32 68  
[jaillettep@hotmail.fr](mailto:jaillettep@hotmail.fr)

*Les mercredis 18h à 19h30  
et vendredis de 18h30 à 20h*

### LANCERS LONGS

#### (MARTEAU – DISQUE – JAVELOT)

#### PASCAL JAILLETTE

Dirigeant 1<sup>er</sup> degré et  
Spécialiste lancers 1<sup>er</sup> degré  
Tel : 06 50 10 32 68  
[jaillettep@hotmail.fr](mailto:jaillettep@hotmail.fr)

*Les lundis de 18h30 à 20h*

### MARCHE ATHLÉTIQUE ET MARCHE ACTIVE

#### ARNAUD SAGET

Entraîneur demi-fond et marche  
Tel : 07 82 60 06 03  
[saget.arnaud@yahoo.com](mailto:saget.arnaud@yahoo.com)

*Lieux et horaires communiqués chaque semaine aux athlètes*

### MARCHE NORDIQUE

#### GÉRARD BONNETOT

Entraîneur marche nordique  
(Brevet fédéral FSGT)  
Tel : 06 03 37 33 68  
[anniegerardbonnetot@sfr.fr](mailto:anniegerardbonnetot@sfr.fr)

### CROSS COUNTRY / DEMI FOND / HORS STADE

#### DAMIEN LAIVIER

Entraîneur hors stade  
1<sup>er</sup> et 2<sup>nd</sup> degré  
Tel : 06 88 88 11 79  
[laivier.damien@free.fr](mailto:laivier.damien@free.fr)

#### PHILIPPE LAMARE

Entraîneur hors stade  
1<sup>er</sup> degré  
Tel : 06 69 39 62 99  
[phil.lamare@sfr.fr](mailto:phil.lamare@sfr.fr)

#### OLIVIER MOUTARDE

Entraîneur hors stade  
1<sup>er</sup> degré  
Tel : 06 18 43 01 83  
[olivier.moutarde@sfr.fr](mailto:olivier.moutarde@sfr.fr)

*Les regroupements ont lieu les mercredis et vendredis de 18h à 19h30  
et autres jours et lieux fixés par les entraîneurs*

### HORS STADE ULTRA : 6H / 12H / 24H / 100 KMS

#### KARINE ZEIMER

Entraîneur 1<sup>er</sup> degré hors stade  
et marche nordique  
Tel : 06 87 14 16 51  
[k.zeimer@laposte.net](mailto:k.zeimer@laposte.net)

#### BENARD RENÉ

Tel : 06 14 35 51 53  
[brene@neuf.fr](mailto:brene@neuf.fr)

#### DAMIEN LAIVIER

Entraîneur hors stade  
1<sup>er</sup> et 2<sup>nd</sup> degré  
Tel : 06 88 88 11 79  
[laivier.damien@free.fr](mailto:laivier.damien@free.fr)

*Les regroupements, lieux et jours sont fixés par les entraîneurs*

## COURSE NATURE ET TRAIL

**HÉLÈNE TROTOT**  
Tel : 07 70 64 34 42  
helenetrotot@yahoo.fr

**THOMAS PAVIOT**  
Tel : 06 62 82 13 00  
tpaviot@gmail.com

**JEAN-YVES  
DEMORTIÈRE**  
Tel : 06 85 14 24 42  
jydemortiere@club-  
internet.fr

**AYMERIC CHOVEL**  
Tel : 06 61 58 07 64  
aymeric.chovet@gmail.com

**Regroupements les mercredis de 18h à 19h30  
(et autres lieux et heures fixés par les encadrants)**

## REGROUPEMENT POUR FOOTING COLLECTIF

- **Tous les lundis à 18H30** : parking Les Éduens/ Square Achille Millien avec présence d'entraîneurs
- **Samedi et Dimanche** : footings nature selon les groupes des entraîneurs.

## LICENCES

**FSGT 2021 - 2022 : Tarif 48 €** (BABYS et toutes catégories)

La licence FSGT permet aux athlètes de participer aux entraînements dans le club, de participer aux championnats de la FSGT, de s'inscrire dans les compétitions de leur choix à l'exception des championnats de la FFA  
(à préciser lors de l'inscription si vous optez que pour la licence FSGT)

**FSGT + FFA 2021 – 2022 : Voir tableau**

La licence FFA permet aux athlètes, jeunes et adultes de participer à des compétitions organisées par la FFA, de réaliser des performances et de se qualifier pour des championnats tout au long de l'année

| Catégories               | Code | Années de naissance      | Tarif licences FSGT + FFA * |
|--------------------------|------|--------------------------|-----------------------------|
| U7 – BABYS ATHLÉ         | BB   | 2016 et après            | 48 €                        |
| U10 – ÉVEILS ATHLÉTIQUES | EA   | 2013 à 2015              | 108 €                       |
| U12 – POUSSINS           | PO   | 2011 - 2012              | 108 €                       |
| U14 – BENJAMINS          | BE   | 2009 - 2010              | 112 €                       |
| U16 – MINIMES            | MI   | 2007 - 2008              | 112 €                       |
| U18 – CADETS             | CA   | 2005 - 2006              | 112 €                       |
| U20 – JUNIORS            | JU   | 2003 - 2004              | 112 €                       |
| U23 – ESPOIRS            | ES   | 2000 à 2002              | 120 €                       |
| U 35 – SÉNIORS           | SE   | 1988 à 1999              | 120 €                       |
| MASTERS                  | MA   | 1987 et avant            | 120 €                       |
| DIRIGEANTS               |      | Tarif de la licence FSGT | 48 €                        |

Un tarif familial est proposé pour tout licencié FFA avec une déduction de 30 € (par licence FFA) à partir du 3<sup>e</sup> licencié FFA / Les familles bénéficiaires de l'ARS de l'AEEH ont droit à une aide de 50 € à déduire du coût de la licence sur justificatif de la CAF /

**\*10€ seront demandés aux nouveaux licenciés pour le maillot du club** qui est obligatoire pendant les compétitions.



**SÉCURITÉ ROUTIÈRE**  
**VIVRE, ENSEMBLE.**

