

FEVRIER 2022 N° 29

FEUILLET D'INFORMATIONS DESTINÉ AUX JEUNES DE L'ÉCOLE DE COURSE D'ORIENTATION (ECO), À LEURS PARENTS ET AUX LICENCIÉS

Séance du 12 janvier 2022 à Saint Galmier pour des circuits de sprint urbain

Briefing de Véronique avec les consignes de courses avant échauffement ... le fond de l'air est frais !

Le groupe est composé des jeunes de l'ECO en apprentissage ou en perfectionnement, des jeunes de la section d'excellence sportive du lycée Honoré d'Urfé et des coachs bénévoles.



Les prochains entraînements du mercredi

Le lieu et plan d'accès sera précisé par mail dans les jours qui précèdent l'entraînement, afin que chacun sache où nous nous trouvons, en particulier pour les jeunes qui habitent dans le Pilat et qui viennent directement.

- mercredi 2 mars - **Prélager** - carte La Pauze
- mercredi 9 mars - **Planfoy** - carte La Cx de Trêve
- mercredi 16 mars - **St Romain les Atheux** - carte La Cx de Trêve
- mercredi 23 mars - **Joubert** - carte Joubert
- mercredi 30 mars - **Entre Chomeys et Prélager** - carte La Pauze
- mercredi 6 avril - **Le Bessat** - carte Vieux Tremplin
- Mercredi 13 avril - **Col de la République** - carte La Pauze
- mercredi 20 et 27 avril - vacances de Pâques

Ces lieux sont susceptibles d'être adaptés à la météo, nous nous adaptons aux informations météo en début de semaine !

En cas d'empêchement, merci de contacter Hervé par mail ou en laissant un message sur le 06 28 51 66 14

Les prochains entraînements du samedi

Ces séances du samedi ou dimanche sont accessibles à tous les licenciés avec
RdV au rond point F. Roosevelt pour covoiturage.
Les horaires seront précisés sur le site ou par mail.

- samedi 5 mars: **Tracollet** - carte Mont Chaussitre
- samedi 26 mars: **Jasserie** - carte Les crêts du Pilat
- dimanche 10 avril: **St Régis du Coin** - carte Panère

Les prochains déplacements

- samedi 26 février: **LOST 5** organisée par le CDCO de la LOIRE au col de la République
- samedi 12 mars: **CDL MD** - Haut Valromey (Ain)
ou
- we 12 et 13 mars: **Groupe Ligue** dans le Pilat (membres du GL)
- samedi 19 mars: **Chpt de ligue MD et nuit** - Pollionnay (Rhône)
- samedi 26 et 27 mars: **we de sprints** - Annecy (Hte Savoie)
- we 2 et 3 avril: **Nationale SE MD et LD** - La Chavade et Cx de Bauzon (Ardèche)

Pour tous renseignements sur les déplacements, merci de contacter Odile par mail odile.haberkorn@gmail.com ou par téléphone au 06 19 76 19 13

SECTION d'EXCELLENCE SPORTIVE de COURSE d'ORIENTATION

Cette section est ouverte au lycée Honoré d'Urfé de la **seconde à la terminale**, son accès permet d'allier études et préparation sportive ciblée course d'orientation.

Réservez le **samedi 5 mars de 9h à 13h** à l'occasion des journées **Portes ouvertes**, Véronique et des jeunes de la section vous attendent pour répondre à toutes vos questions.

Une **plaquette d'information se trouve en page 3** afin de donner de plus amples détails sur l'accès à ce cursus et rencontrer Véronique Héritier à l'occasion des entraînements est aussi une excellente idée.

Actuellement, une petite moitié de l'effectif est issue du club.

Ne sont retenus dans les résultats que les 10 premiers par catégorie ou par circuit, le rouge souligne les podiums.

Drôme Village Tour 2022 - SPRINTS

du 15 janvier 2022 à Jaillans, La Baume d'Hostun et Le Chalutier (26)

7 adultes et 8 jeunes (résultats au scratch par circuit)

Étape 1:

- JEUNES:
Anahi Perrin **3**/46
- DAMES:
la meilleure du club, 17ème /58
- HOMMES:
Arthur Perrin 8/81

Étape 2 et 3:

Ces étapes ont servis de support à des KO sprint et des courses open sous forme de groupes restreints que je ne peux reprendre ici.

Pour les résultats complets, se reporter sur le site du club Romans Orientation:

<http://romans.orientation.free.fr/>

Weekend club dans le Jura 29 et 30 janvier

Au programme ski de fond et convivialité avec la présence de 28 adultes et de 13 jeunes.
Neige excellente et soleil ... que demander de mieux pour décompresser ...
En photo, une partie des sportifs en pleine activité.



LOST 3

10 adultes et 3 jeunes le 22 janvier (résultats au scratch par circuit)

Sprint à Malleval (42)

Cette course départementale a proposé 2 circuits:

- **Sprint court:** env. 2 km; le meilleur du club, 26ème /39
- **Sprint long:** env. 3 km; Corentin Roux **1**/43, Éric Perrin **2**, Andy Jacoud **3**, Bruno Louison 5, Christophe Duverney 7

Sprint à St Pierre de Bœuf (42)

Cette course départementale a proposé 2 circuits:

- **Sprint court:** environ 2,1 km; le meilleur du club, 22ème /36
- **Sprint long:** environ 3,4 km; Corentin Roux **1**/43, Éric Perrin **2**, Andy Jacoud **3**, Bruno Louison 5



Entraînement club St Haon le Châtel (42)

12 adultes et 12 jeunes le 5 février matin

Entraînement sous forme de 2 sprints mémo et un sprint long.

Ci contre briefing de Vincent avant la séance.

Ci-dessous, quelques photos des jeunes filles pendant la réalisation des circuits



LOST 4 - forêt de Pardières (42)

14 adultes et 13 jeunes le 5 février après-midi
(résultats au scratch par circuit)

- Circuit A: 6,790 km niveau violet
- Circuit B: 4,900 km niveau orange
- Circuit C: 1,660 km niveau vert-bleu

Circuit A: Maxime Chabance **1**/16, Éric Perrin **2**, Benjamin Berne 4, Nans Perrin 5, Christophe Duverney 6, Arthur Zaugg 7, Franck Pellissier 9

Circuit B: Lise Pellissier **1**/24, Elsa Duverney **2**, Vincent Chomette 4, Céline Perrin 6, Elisabeth Pellissier 8, M. Françoise Roux 9

Circuit C: Emilien Berne **1**/15, Louise Bouteille **2**, Arthur Chouleur **3**, Lohan Esposito 8, Thomas Polfer 9



BONNES VACANCES de FEVRIER



SECTION D'EXCELLENCE SPORTIVE DE COURSE D'ORIENTATION



Au lycée Honoré d'Urfé à Saint-Etienne - Rentrée 2022

- **Objet** : en partenariat avec le comité départemental de Course d'orientation de la Loire, le club Nature Orientation Saint-Etienne (NOSE) et la ligue Rhône-Alpes-Auvergne, le lycée souhaite offrir aux jeunes orienteurs, un entraînement de qualité, sur le temps scolaire tout en respectant les exigences de la réforme des lycées.
- **Elèves concernés** : 7 élèves pourront être accueillis en classe de seconde à la rentrée 2022 et éventuellement 3 en première pour un total maximum de 21 élèves.
(Pour info : en 2021, 3 élèves de seconde, 8 en première, 8 en terminale).
- **Recrutement** sur dossier scolaire et compétences sportives par retour de la fiche « demande de candidature » **à renvoyer au secrétariat des élèves du lycée avant le 15 mai 2022.**

- **Entraînements et encadrement :**

Actuellement

- **le mardi de 15h à 18h** : entraînements techniques en terrains proches ou sur des terrains plus éloignés en nature (déplacement en autocar ou à pied), encadrés par JB Bourrin (CTD42) et V. Héritier.
- **le mercredi**, dans le cadre de l'Association Sportive (ouverte à tous les élèves du lycée), **de 14h à 17h**, en nature (déplacement en autocar) : séances techniques encadrées conjointement par V. Héritier et le NOSE dans le cadre de leur école de CO.
- **le jeudi de 17h à 18h30** : séance de Préparation Physique Générale ou Spécifique, au lycée ou au stade encadrée par V. Héritier

Pour la rentrée 2022, le planning actuel devrait être maintenu avec les 3 entraînements hebdomadaires avec 3 entraînements sur 4 le mardi (1/4 sera libéré).

- **Le suivi médical** doit être réalisé par un médecin du sport avant la rentrée scolaire pour les entrant. Le Dr D.Teillol, médecin du Sport peut effectuer ce suivi si vous n'avez pas de médecin sur St-Etienne.

Pour tout complément d'informations :

* Lors des journées Portes ouvertes : **Samedi 5 mars 2022 de 9h à 13h**

* www.honoredurfe.eu

Véronique HERITIER, Professeur d'EPS, responsable de la Section vheritier@orange.fr

Olivier TARDY, Président du CDCO42 presidence.cdcoloire@free.fr

Julien MERLE, Président du NOSE president@nose42.fr



LYCÉE HONORÉ D'URFÉ - 1, IMPASSE LE CHATELIER - B.P. 90259-42014 SAINT-ÉTIENNE CEDEX 2

TEL : 04 77 57 38 58 FAX : 04 77 59 00 78

Mel : 0420042T@ac-lyon.fr - Site internet : www.honoredurfe.eu

