

Le printemps dans le club Course à pied JA Melesse

Christian Delerue a usé ses chaussures de course des dizaines d'années à Melesse, dans toute la région et même souvent au delà de nos frontières. Personnage incontournable et moteur du monde de la course à pied, il préside la commission régionale de course hors stade, il est amené très souvent à voyager dans le monde entier pour mesurer les marathons internationaux à label IAAF et au niveau national, il a pris la responsabilité à la Fédération Française d'Athlétisme de la formation des



entraîneurs visant le 3^{ème} degré hors stade, le diplôme fédéral le plus élevé. Alors que c'est la période des jeunes pousses, Christian Delerue a décidé de passer la main dans le club à de nouveaux dirigeants, il reste néanmoins le président d'honneur de JA Melesse course à pied. La nouvelle équipe est fière de prendre le relais, elle est constituée de quatre entraîneurs et de deux coureurs, tous les membres du bureau sont ou ont été compétiteurs/compétitrices sur cross, marathon, 100 km ou ultra-trail. La lourde tâche qui incombe à la nouvelle équipe est de maintenir les bases extrêmement solides en terme de méthode d'entraînement et de conforter tout le club en aidant les équipes à garder les excellents résultats sportifs obtenus sur route et chemins mais aussi en préparant de nouveaux coureurs pour qu'ils débutent sans hypothéquer l'avenir, pour qu'ils progressent et envisagent eux aussi d'améliorer le palmarès prestigieux de la JA Melesse.

Christian en quelques années s'est retrouvé avec de nombreux coureurs qui ont fait le pas de devenir entraîneur. Aujourd'hui, c'est une dizaine d'entraîneurs diplômés FFA niveau 2 à niveau 4 hors stade dont l'appellation est devenue 1^{er} à 3^{ème} degré qui encadre les athlètes du club.

Pour les résultats à regarder comme référence sur les dernières années, il y a tout d'abord les performances des féminines entraînées par Françoise Gréhal. Béatrice Landel a ainsi brillé aux 100km de Chavagnes (2^{ème} en 2005 et 1^{ère} en 2007), Isabelle Havouis, quant à elle, collectionne les premières places sur les courses en Bretagne et en Pays de Loire.

Pour les garçons, il y a les nombreuses premières places en vétéran, en individuel mais aussi en équipe, les titres de champion de France de marathon par équipe en 2007 à Dunkerque (André Sicot, Patrick Helleux, Éric Demeleumester, Stan Carretero) puis en 2008 au marathon de Sénart (André Sicot, Franck Poirier, Laurent Deshayes, Emmanuel Cerisel), un peu plus loin dans le temps mais proche géographiquement, Patrick Helleux a « claqué » 2h21 au marathon du mt St Michel en 1998 et gagné en vétéran au même endroit en 2h28. André Sicot n'est plus à présenter, il fait le bonheur des organisateurs, il est toujours prêt, il passe du championnat de France de cross à Aix les Bains au marathon des sables qu'il fera pour la quatrième fois, ensuite, à peine revenu du désert, il donnera un coup de main pour constituer une équipe au marathon du Mt St Michel.

Du côté du marathon, JA Melesse course à pied garde les mêmes objectifs, en 2009. Cette année, seul le championnat national vétéran sera organisé lors du marathon de Reims. La JA Melesse ira pour conserver le titre. La FFA devrait organiser à niveau le championnat sénior dans une prochaine saison, le club se prépare déjà à aligner des « plus jeunes », des marathonien qui pourraient être trois à descendre sous les 2h32 .

Pour un moyen avenir, les cross pour les petits, les grands et les vétérans seront la base solide pour la période hivernale.

Un effort va être fait pour donner envie de courir aux enfants et à leurs parents de Melesse, les entraîneurs qui conseillent planifient les saisons des champions savent aussi accompagner et conseiller les enfants, les jeunes, les joggers, les amateurs de bitume et/ou de sentiers.

A cette période printanière, le soleil revenant, les coureurs, s'entraînent dans beaucoup d'endroits à différentes heures, avant ou après leur travail, quelquefois à la pause déjeuner, JA Melesse course à pied donne rendez vous pour des séances ludiques mais instructives de course à pied à **la salle omnisport n°2 à Melesse le mercredi à 15h30 ou le samedi à 9h00.**

bureau :
françoise Gréhal entraîneure feminines et enfants
thierry collen entraîneur et trésorier
patrick Richard trésorier adjoint
bruno Rageau entraîneur et secrétaire
yves Mottin secrétaire adjoint
charlie Le Hoangan entraîneur et président

