



## C'est reparti ....

N° 11, septembre 2011

Les vacances sont terminées, chacun a repris le travail le visage bronzé et de l'énergie plein le corps. Les enfants, quant à eux, préparent les cartables car la rentrée scolaire est proche.

Et voilà que déjà toute l'équipe dirigeante s'active afin que tout soit rapidement prêt pour lancer la nouvelle saison 2011-2012 du CLOCA athlé.

Aussi, chères clocasiennes et chers clocasiens, ressortez les chaussures de sport et le maillot du club, recommencez tranquillement le footing si vous avez fait une pause estivale, prenez rendez-vous chez le docteur pour avoir votre certificat médical et préparez le chèque qui va bien. Pour le programme, ne vous inquiétez pas, Wilfrid s'en occupe !

Oui, nous allons repartir pour de nouvelles aventures et cela va encore être une superbe saison. A bientôt donc.....

### Au sommaire :

*C'est reparti.*

*Repas de fin de saison (1/2).*

*Repas de fin de saison (2/2).*

*Les non-oubliés.*

*Courses en septembre.*

*Et publicité.*



De nouveau au boulot !

## Le repas de fin de saison (Préparation).

Comme chaque année à la même période, nous avons envie de nous retrouver pour un petit repas de fin de saison. On se demande bien pourquoi d'ailleurs ! Après une longue délibération, nous avons retenu le vendredi 24 juin. Le repas aura lieu chez nous (Karine & Laurent).

Pour faire simple et peu compliqué, les filles (Karine, Valérie, Florence, Catherine et Sophie) ont décidé de se charger de l'organisation (une fois de plus on se demande bien pourquoi !). Le menu est donc le suivant : assortiment de viandes froides et charcuterie (moutarde, mayo, cornichons...), salades diverses et variées, fromage puis gâteaux et autres desserts.

Contre la modique somme de 7 euros, nous (toujours les mêmes filles !) prenons en charge l'achat et la préparation de la viande (+ sauces), du fromage, des boissons et du pain, à charge pour vous d'amener une salade ou un dessert (essayer de vous concerter un minimum : message valable surtout pour les garçons, les filles font ça généralement très naturellement), ainsi que l'aménagement du lieu de réception.

*Karine et Laurent*



*Wilfrid et ses drôles de dames.*

## Le repas de fin de saison (Dégustation).

Organisé et préparé de manière remarquable par Karine, Laurent et quelques filles, le repas de fin de saison ne pouvait que bien se dérouler même si, une fois n'est pas coutume, la participation était un peu faible.

En attendant Wilfrid, les convives papotent autour d'un petit verre de punch accompagné de quelques gâteries caloriques. Il faut dire qu'après une saison d'entraînement, privé de boissons alcoolisées et de gâteaux d'apéro, voire de chocolat sous toutes ses formes pour certains (n'est-ce pas Jérôme ?), il est normal de se lâcher un peu.

Lorsque Wilfrid arrive, tout le monde pense aussitôt qu'il vient d'être nommé au ministère de la jeunesse et des sports. En effet, dans son costume taillé sur mesure, il ressemble plus à un conseiller sportif du gouvernement qu'au coach d'un petit club de banlieue. Bien vite, il est entouré de toutes les filles prêtes à se faire embaucher comme assistante. Que Michelle se rassure, Wilfrid est resté insensible à toutes les offres.....

Après cette arrivée très VIP du coach, la soirée s'est poursuivie dans une saine ambiance de camaraderie sportive festive jouissive où chacun a pris à cœur de faire honneur à tout ce qu'avait préparé avec soin nos athlètes Gastronomiques.

Bien évidemment, fidèle à l'esprit gaulois du CLOCA, la soirée s'est poursuivie tard dans la nuit avec des chants, de la musique et des boissons énergétiques.

Aux dernières nouvelles, il semblerait que certains ne s'inscrivent au CLOCA que pour cette soirée traditionnelle, même s'ils doivent endurer pendant 10 mois un entraînement qui en découragerait plus d'un .....



*Wilfrid et ses drôles d'athlètes.*



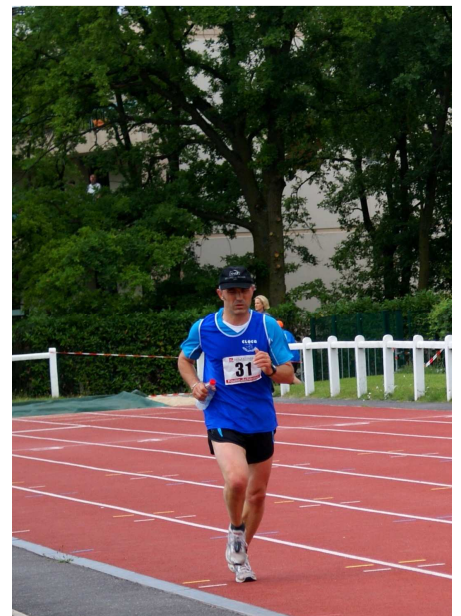
Alors, apprenez à jouer d'un instrument, révisez vos grands classiques de la chanson française, radez vos histoires drôles ou belges, .....il y aura normalement notre traditionnelle soirée d'hiver pour revivre encore ensemble de bons moments gaulois !

## Les non-oubliés.

Certain(e)s parmi nous, ne font pas l'actualité. Ils sont modestes : pas de marathon ni de super trail à leur actif. Mais ils sont réguliers à l'entraînement. Ils sont souvent présents au rendez de 9 heures du dimanche matin. Ils sont rentrés dans la lumière à l'occasion des dernières Foulées Achéroises. Le photographe les a remarqués. Pas tous, car ils sont nombreux, discrets et malins cherchant à éviter l'objectif. Alors, au hasard, voulez vous quelques noms ?



Vraiment ? Oui ? Alors citons entre autres: Il y a la riieuse Karine, Laurent son mari qui boucle sa première saison. Francine qui a entraîné sa fille sur la boucle de 6 kms des foulées. Christophe qui a convaincu « Madame » de parcourir la même distance. Grégory, arrêtons nous sur Grégory ! C'est un autre néo de l'année. Il aurait pu « à l'insu de son plein gré », fin de citation, alimenter la rubrique « People » du journal du CLOCA. Fort heureusement, elle n'existe pas. Qui a dit : c'est dommage ? Il n'est pas question de tenir cette revue sportivo-culturelle par la narration d'un quelconque ragot (oublions le ragot de la méduse !). Bref, il s'est exercé au « secrétariat-volontariat » le temps de perdre ma licence ! (n'est pas Bernard qui veut !). Mais continuons d'encourager les bonnes volontés (« n'appuyons pas mortels » écrivait SARTRE dans les mots). Je sais, la culture c'est comme la confiture qui est une bonne nourriture ; moins on en a, plus on l'étale ! Notons que la course à pied est aussi une bonne nourriture, mais elle use les chaussures !



Vous voulez d'autres noms encore ? D'accord mais façon inventaire à la Prévert : Je prends Patrick B + Patrick L + Elver + Benoît + Stéphane B + Stéphane G, j'y ajoute quelques féminines comme Catherine C, Nicole C et Annie A ( toutes les autres sont des stars et n'ont pas besoin de publicité (m'enfin !), et je vois apparaître qui ... le traître de la section qui court pour La Bourse : Luc tu es démasqué ! Tu es un jaune et puis c'est tout ! Nous avons, aussi, un coureur masqué, Enrico, jamais vu, mais qui nous a offert 100 points aux foulées royales. Zorro, Zorro...

Voilà, à travers quelques un(e)s choisis parmi vous, nous avons envie de vous rendre hommage et de vous saluer coureurs de l'ombre. Vous êtes précieux. C'est agréable d'être à vos côtés (surtout l'été quand il fait chaud). Nous vous donnons rendez-vous pour la nouvelle saison. Nous avons encore des émotions à partager (le stock n'est pas épuisé). Continuez de mettre en valeur la devise du CLOCA : courir pour le plaisir.

*Patrick le V2+*



### Quelques courses en septembre :

- 1<sup>er</sup> au 5/09 : Raid Québec, 125 km, Canada
  - 04/09 : Foulées du Mantois Vexin, 10 km et semi, (C)
  - 11 /09 : 10 km de la parisienne (F), Paris (75)
  - 11/09 : Saint-Gilles Bois d'Arcy, semi (C)
  - 17/09 : Trail des roches, 12 et 21 km, Santeuil (95)
  - 18/09 : Trail de Seine Mauldre, 24 km, Bouafle
  - 18/09 : Conflans Ste Honorine, 10 km (C)
  - 24 et 25/09 : Marathon et 100 km, Millau (12)
  - 25/09 : 34<sup>e</sup> Paris-Versailles, 16 km
  - 25/09 : Marathon de Berlin, Allemagne
- Seules les courses (C) comptent pour le challenge des Yvelines.

**Publicité.**

**Au CLOCA, pas besoin de Viagra, travailler sa VMA sert aussi à ça !**

*Librement inspiré d'un mail de Sophie.*