



NEWS LETTER

N° 3— SPECIALE FETE

OCTOBRE/

NOVEMBRE 2024

NOUS CONTACTER :

ATHLETIC CLUB FRIVILLE

148. RUE HENRI BARBUSSE

80130 FRIVILLE-ESCARBOTIN

Tél. 06.89.86.59.44

Mail : acfriville@orange.fr

Facebook : groupe ACF



L'EDITO DES ENTRAINEURS « MARCHE NORDIQUE »

PHILIPPE LEFEVRE et VALERIE DEPOILLY

Découvrez les bienfaits de la
MARCHE NORDIQUE !!!

Activité collective par excellence,
cette pratique séduit de plus en
plus d'adeptes. Une pratique
sportive d'extérieur.

Rendez-vous pour 3 séances
hebdomadaires, les mardi soir,
jeudi matin et dimanche matin,
séance de 2H à 3 H aux côtés
d'une vingtaine de marcheurs.

Tous équipés de leurs indispen-
sables bâtons, tous suivent les
conseils de Philippe et Valérie,
animateurs et bénévoles pour
notre association en marche
nordique.

Séances dédiées à l'apprentissage
de la marche nordique avec un
temps de remise en forme et
santé sur la séance du dimanche.

Les séances se déroulent dans la
nature. Tous les terrains sont
propices et offrent un grand bol
d'air salubre. Une paire de
bâtons, une frontale s'il fait nuit
avec un gilet fluorescent pour la
sécurité et c'est parti ... Une
séance de marche nordique four-
nit un travail corporel com-
plet : endurance, cardio, habile-
té motrice, équilibre.

La marche nordique fait appel à
tout le corps et engage près de
90% des muscles. Le secret, c'est
la propulsion procurée par les
bâtons qui répartit l'effort entre
bras et jambes et épargne les
articulations. Aux bienfaits
physiques s'ajoutent le plaisir et
la convivialité d'une pratique
collective

CALENDRIER HIVERNAL DU CLUB

Les entraînements et les compétitions

LES ENTRAÎNEMENTS DU CLUB

<u>LUNDI</u>	<u>MARDI</u>	<u>MERCREDI</u>	<u>JEUDI</u>	<u> VENDREDI</u>	<u>SAMEDI</u>	<u>DIMANCHE</u>
R E P O S	18h à 19h30 « RUNNING » pour le groupe des Masters	17h à 18h « SPORT ADAPTE »	9h à 12h « Marche nordique »		10h à 12h « RUNNING JEUNES »	9h à 12h « RUNNING » Pour le groupe des Masters
P O U R	18h à 20h00 « Marche nordique »	17h à 18h « ATHLE DECOUVERTE » Pour les babys et éveils »	18h à 19h30 « ATHLE » Pour les minimes, cadets et juniors		10h à 12h « ATHLE » Pour les minimes, cadets et juniors	9h à 12h Marche nordique ou active
T O U S	18h à 19h30 « ATHLE » pour les minimes, cadets et juniors	17h à 18h « ATHLE » Pour les benjamins	18h à 19h30 « RUNNING » Pour le groupe des Masters	18h à 19h30 « RUNNING JEUNES »	<i>KID ATHLE OU COMPETITION Suivant dates du calendrier</i>	<i>Ou COMPETITIONS DIVERSES</i>
		18h à 19h « ATHLE DECOUVERTE » Pour les poussins				

<u>KIDS ATHLE</u> <u>des babys aux poussins</u>	<u>CROSS</u>	<u>COURSE SUR ROUTE</u>
ANNULE . Samedi 10/11/24 à ABBEVILLE . Samedi 30/11/24 à FRIVILLE . Samedi 18/01/25 à ABBEVILLE . Samedi 08/02/25 à EU . Samedi 08/03/25 à CAMON . Samedi 15/03/25 à FRIVILLE (uniquement les babys et éveils) . Samedi 26/04/25 à EU . Samedi 29/03/25 à Abbeville (Finales départementales Eveils) EN SALLE : DEPARTEMENTAUX POUSSINS le samedi 15/03/25	. Cross du Carrington à Louviers (27) le lundi 11 Novembre 2024 (à partir des éveils), inscriptions pris en charge par l'ACF . Cross de Berck sur Mer (62) le samedi 23 Novembre 2024 (à partir des babys), inscriptions pris en charge par l'ACF . Cross Jeunes, des éveils aux minimes le Samedi 14 décembre 2024 à Camon . Cross jeunes, des éveils aux minimes Le samedi 1er février 2025 à Friville	. Corrida mersoise (COB) le samedi 14 décembre 2024 (à partir des babys), PAYANT à la charge des parents . Corrida de Noël d'Abbeville le dimanche 22 décembre 2024 (à partir des éveils), GRATUIT . Corrid'ACF Friville le vendredi 27 Décembre 2024 GRATUIT pour le club . Les Foulées de Mons Boubert "Challenge Eric TORON" le samedi 11 janvier 2025 (babys aux benjamins), GRATUIT

LES COMPETITIONS

SAISON HIVERNALE BENJAMINS/MINIMES/CADETS/ESPOIRTS/SENIOR

LUNDI 11 NOVEMBRE 2024	CROSS DE LOUVIERS (27) - (toutes catégories)
SAMEDI 16 NOVEMBRE 2024	MEETING BENJAMINS/MINIMES à AMIENS (80)
SAMEDI 23 NOVEMBRE 2024	CROSS DU BOIS MAGNIER à BERCK SUR MER (62)
DIMANCHE 24 NOVEMBRE 2024	CROSS à CAMON (80)
SAMEDI 7 DECEMBRE 2024	DEPARTEMENTAUX EC BE-MI à AMIENS (80)
SAMEDI 14 DECEMBRE 2024	DEPARTEMENTAUX DE CROSS à CAMON (80)
SAMEDI 21 DECEMBRE 2024	EPREUVES COMBINEES + RELAIS EN SALLE à LIEVIN (62)
DIMANCHE 22 DECEMBRE 2024	EPREUVES COMBINEES + RELAIS EN SALLE à LIEVIN (62)
SAMEDI 11 JANVIER 2025	DEPARTEMENTAUX CJESM EN SALLE à AMIENS (80)
DIMANCHE 19 JANVIER 2025	CROSS DEPARTEMENTAUX CADETS AUX MASTERS à EPPEVILLE (80)
SAMEDI 18 JANVIER 2025	REGIONAUX EPREUVES COMBINEES
DIMANCHE 19 JANVIER 2025	REGIONAUX EPREUVES COMBINEES
SAMEDI 25 JANVIER 2025	DEPARTEMENTAUX MINIMES à AMIENS (80)
SAMEDI 1ER FEVRIER 2025	CROSS ACF CHALLENGE COMITE DE LA SOMME (des éveils aux minimes)
DIMANCHE 9 FEVRIER 2025	REGIONAUX CROSS (AUBY) si qualification
SAMEDI 15 FEVRIER 2025	LANCERS LONGS à ABBEVILLE (voir catégories engageables)
SAMEDI 1er MARS 2025	EQUIP'ATHLE BENJAMINS/MINIMES - CD62 LIEVIN
DIMANCHE 9 MARS 2025	NOGENT SUR OISE POUR QUALIFIES EN EQUIPE DE SOMME
SAMEDI 15 MARS 2025	DEPARTEMENTAUX POUSSINS (matin) - BENJAMINS (après-midi)
DIMANCHE 16 MARS 2025	REGIONAUX MINIMES à LIEVIN (si qualification)
SAMEDI 29 MARS 2025	FINALE DEPARTEMENTALE KID ATHLE EVEILS à ABBEVILLE

CALENDRIER DES COURSES PEDESTRES 2024/2025

29/09/2024	CAMON LES VIRADES DE L'ESPOIR	5 & 10 kms
12/10/2024	100 KMS DE LA SOMME	100 kms - Marathon et semi-marathon
03/11/2024	FINALE DES 4 SAISONS D'AUTOMNE D'AMIENS METROPOLE	5 & 10 kms
10/11/2024	CORRIDA DE MARCELCAVE	5 kms
17/11/2024	CORRIDA DE CORBIE	5 & 10 kms
08/12/2024	CORRIDA DE BOVES	5 kms
22/12/2024	CORRIDA DE NOEL D'ABBEVILLE	5 kms
27/12/2024	CORRID'ACF FRIVILLE	7 kms
11/01/2025	LES FOULEES DE MONS BOUBERT	10 kms
02/02/2025	LES FOULEES MEAULTOISES	5 & 10 kms
16/02/2025	LA FLESSELLOISE	10 kms -3-

CALENDRIER DES COURSES PEDESTRES 2024/2025 (suite)

02/03/2025	AMIENS 4 SAISONS HIVER	5 & 10 kms
09/03/2025	AMIENS COURSE SOLIDAIRE FEMININE	5 kms
16/03/2025	SALOUEL SEMI DE LA COULEE VERTE	21 kms
20/04/2025	VIGNACOURT ANZAC RUN	5 & 10 kms
27/04/2025	AMIENS 4 SAISONS PRINTEMPS	5 & 10 kms
03/05/2025	24 HEURES NON STOP D'EPPEVILLE	5 & 10 kms
18/05/2025	5 & 10 KMS DE FRIVILLE	5 & 10 kms
31/05/2025	ABBEVILLE MEMORIAL BRUNO WILLECOQ	5 & 10 kms
20/06/2025	PERONNE LA CORRIDA DE PASCALE	10 kms
22/06/2025	AMIENS COURIR LA JULES VERNE	5 & 10 kms
07/09/2025	AMIENS 4 SAISONS ETE	5 & 10 kms
14/09/2025	ALBERT COURSES DU PAYS DES COQUELICOTS	5-10-21 kms
14/09/2025	<i>COURSE DES 3 VILLES SŒURS</i>	<i>10-21 kms</i>
21/09/2025	5 KM (1/2 FINALE CF) et MILE D'AMIENS METROPOLE	5kms
28/09/2025	CAMON LES VIRAGES DE L'ESPOIR	5 & 10 kms
09/11/2025	CORRIDA DE MARCELCAVE	5 kms
6/12/2025	<i>CORRIDA DE EU</i>	<i>7 kms</i>
14/12/2025	CORRIDA DE BOVES	5 kms
21/12/2025	CORRIDA D'ABBEVILLE	5 kms
27/12/2025	CORRID'ACF FRIVILLE	7 kms

NOS SPONSORS ET MECENNES



RETOUR SUR LES POINTS FORTS DU CLUB D'OCTOBRE A NOVEMBRE

Le samedi 26 octobre 2024

GRAND TRAIL NOCTURNE DES HAUTS DE France à Liévin



4000 Participants, record battu encore cette année. Coureurs et Randonneurs ont participé au GTN des Hauts de France.

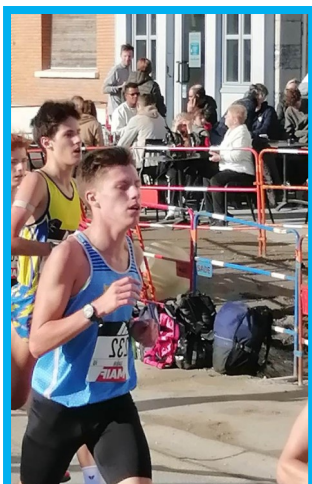
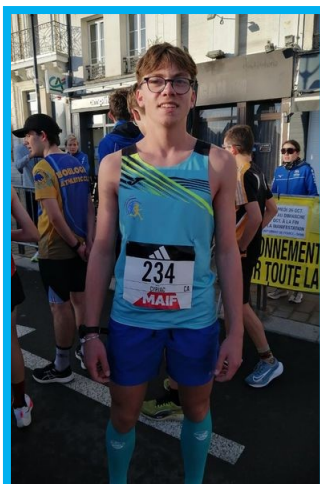
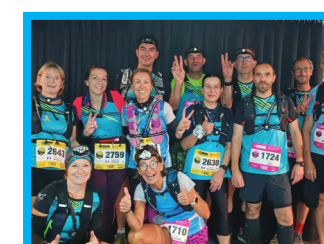
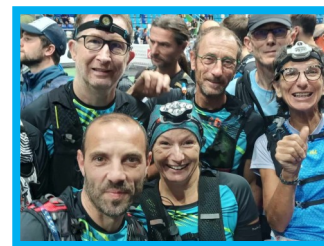
Tous les départs et arrivées sont faits de l'ARENA stade couvert de Liévin. Cinq trails (61,36,28, 16 et 9.5kms) et trois randonnées pédestres (36,16 et 9.5kms).

La jauge des participants a été placée à 4000 inscriptions. A nouveau complet cette année.

17 de nos athlètes ont participé à cette grande course trail-ultra sur du terrain varié et nature.

Ce trail en semi nocturne les amènera du bassin minier jusqu'aux collines de Lorette en passant par Fresnicourt et ses Dolmens.

Belle représentation du club sur la terre des Terrils.



Le dimanche 27 octobre 2024

3ème édition du championnat de France du 5kms à Saint-Omer

2 jeunes athlètes du club : Gabin LEFEVRE et Cyriac BOUCHER ont participé à ce championnat avec des records personnels sur le 5kms :

⇒ Cyriac : 18'31

⇒ Gabin : 17'17

Le Lundi 11 Novembre 2024

Cross du Carrington à Louviers



Le challenge Carrington, événement emblématique à Louviers a su garder intact l'esprit qui fait son succès aujourd'hui : la passion pour le dépassement de soi.

Plusieurs milliers de personnes étaient encore présents ce lundi 11 novembre au départ des différentes épreuves.

33 athlètes de l'ACF ont participé au cross de Carrington. Pas de pluie, un terrain sec, un temps idéal pour nos petits loulous et nos quelques athlètes runners.

1ère course 9,200kms, en relais, en équipe de 4 pour Audrey, Frédéric, Stéphanie et Jimmy qui termine à une belle 11ème place, avec un temps de 35'57" et une allure entre 14 et 15kms/h.

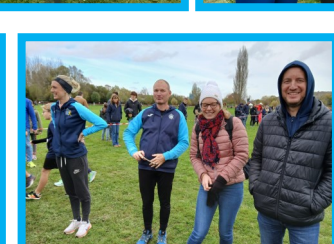
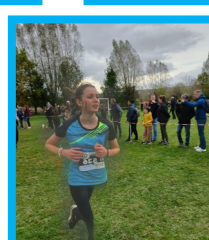
Notre équipe de benjamins composée de Nathan, Noë, Lucas, Timeo, Swann, Jean, Gabriel et Enzo, benjamin 1ère année réalise une belle performance en équipe et se place à la seconde place. Nathan est sur le podium, à la 3ème place. FÉLICITATIONS à ces jeunes pousses qui réalisent d'année en année de belles performances. Merci à Jimmy, votre coach pour ses entraînements ; le travail paye toujours.

BRAVO les enfants pour votre persévérance et votre engagement au sein du club.

Après des courses très engagées chez nos éveil, poussins, poussines, benjamins, minimes, cadets et juniors où chacun a pu s'exprimer pleinement, vous avez obtenu de très bons résultats et vous avez pu vous confronter aux meilleurs athlètes de la Normandie.

Bravo à notre seul master engagé, Sylvain qui termine deuxième Master 5 avec un très bon temps de 29.31 sur 7110m.

Vous pouvez être fiers de vous, nous les entraîneurs, nous le sommes!!!



Le mercredi 13 novembre 2024

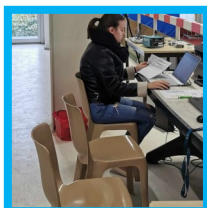
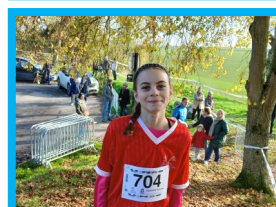
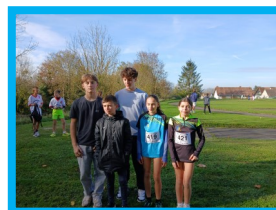
Cross de district UNSS

Beau succès pour le cross avec la participation de plus de 1000 élèves des collèges et lycées de la Somme. Le cross de District était organisé ce mercredi 13 novembre sur le site du collège de Ponthieu à Abbeville dans des conditions météo correctes, le soleil était en effet au rendez-vous.

Quelques élèves licenciés au club y ont participé

De très beaux résultats pour tous avec 3 podiums : Noë, 1er chez les benjamins , Leana, 3eme minimes, Cyriac, 3eme cadet

BRAVO à tous ces jeunes méritants. Un parcours superbe, un cross certes avec beaucoup de difficultés mais un cross comme on les aime...



Le samedi 16 novembre 2024

EQUIP'ATHLE à Amiens

On ne les arrête plus !

Après une semaine bien chargée pour nos 6 athlètes Carl, Martin, Léana, Louane, Meyline et Laurine engagés sur le cross du Carrington, le cross du district UNSS, ils ont répondu présents le 16/11 au triathlon au stade Urbain Wallet à Amiens, accompagnés de leurs coaches Sylvain et Jean-Philippe ainsi que Julie en sa qualité de juge et responsable du CSO au Comité Départemental d'athlétisme de la Somme.

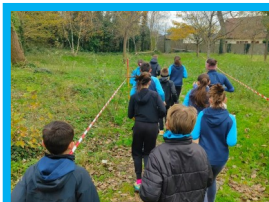
Le samedi 23 novembre 2024

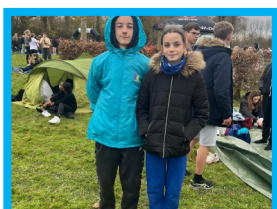
Cross du Bois Magnier à Berck/Mer

Après les dégâts causés par la tempête Ciaran en 2023, le cross du Bois Magnier à Berck a bien eu lieu cette année. 223 enfants dont 40 de l'Acf et 90 adultes ont participé à ce cross devenu légendaire. Le parcours comme à l'habitude était tracé à 100% dans le bois. Il y faisait froid mais cette fois-ci la pluie s'y est invitée après la course des adultes.

Encore de très beaux podiums pour l'ACF et des résultats plus que satisfaisants pour toutes et tous. Une qualité de course et remarquable chez nos benjamins et benjamines : Noë 1er et Nathan 3eme, Louise 1ere et Adeline 3eme . Chez les minimes, Romane termine 3ème, Cyriac, cadet termine à une belle 3ème place. Chez les éveils, Charlie termine 3ème et chez les poussines, Emmy termine également à la 3ème place.

Encore un très beau cross pour nos jeunes pousses !!!





Le mercredi 27 novembre 2024

Cross académique UNSS à Ailly-sur-Noye

Ce mercredi 27 novembre 2024, le plan d'eau de Berny à Ailly sur Noye a vibré au rythme de l'annuel cross académique UNSS.

Près de 1500 collégiens et lycéens, venus des établissements scolaires de la Somme ont bravé la fraîcheur automnale pour s'affronter sur des parcours variés.

Quelques athlètes de l'ACF étaient présents à ce cross académique. Bravo à Elisa, Timéo, Meyline, Cyriac, Maxence, Lola, Louise, Noé, Lucas, Romane, Léana, Louane, Carl, Laurine et Martin.

Tous ces jeunes sont très courageux et méritants car ils enchaînent depuis un mois de nombreux cross : Carrington à Louviers, Bois Magnier à Berck, cross de District, cross académique UNSS et ils seront certainement au cross départemental jeunes le samedi 14 décembre à Camon ainsi qu'aux différentes corridas de Mers, Abbeville et bien sûr à FRIVILLE !!!

FÉLICITATIONS à vous tous et tous nos vœux de réussite pour vos prochaines compétitions...

Le samedi 30 novembre 2024

KID ATHLE à Friville-Escarbotin

Rassemblement d'athlétisme pour les Jeunes au KID ATHLE ce samedi 30 novembre à Friville.

Près de 100 enfants (ACF et SCA) se sont rassemblés au stade municipal de Friville pour participer au 1er kid athlé de la saison sportive 2024-2025.

Échauffement en musique avec Stéphanie, les enfants ont adoré !!!

Les disciplines avec des activités ludiques sur lesquelles nos petits athlètes se sont affrontés : saut de grenouille, relais haies, lancer de vortex avec précision, médecine Ball, 4x100m en relais, marché athlétique, corde à sauter, atelier de réflexion, Rubik'Cube, et enfin course jeux des bouchons, trampoline, équilibre sur poutre et pierres, lancer de cerceaux pour nos deux équipes de babys.

Un rendez-vous placé sous le signe de la bonne humeur.



NEWS LETTER

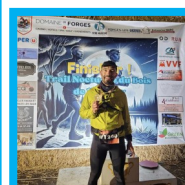
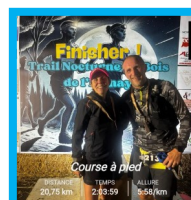
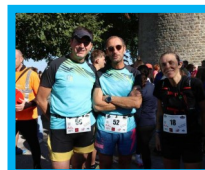
N° 3 - EDITION SPECIALE FÊTE

LES DIVERSES COMPETITIONS A L'ACF

Pour les membres d'un club d'athlétisme, la participation aux compétitions officielles n'est pas obligatoire. Il est tout à fait possible de s'en tenir à la **licence loisirs** tout en bénéficiant des avantages d'appartenir à une communauté de running. Les athlètes du club ont pu se régaler sur des parcours multiples.

REPRESENTATION DU CLUB SUR LES DIFFERENTES COURSES AU NIVEAU LOCAL, REGIONAL ET NATIONAL

- ♦ 5 octobre 2024 : ULTRA TRAIL MJ LA RENARDE dans le Jura (39)
- ♦ 5 octobre 2024 : EQUIP'ATHLE Benjamins/Minimes à Amiens
- ♦ 5 octobre 2024 : LA MATELOTE à Saint-Valéry sur Somme
- ♦ 6 octobre 2024 : La GINICOURSE de 18 kms à Envermeu (76)
- ♦ 12 octobre 2024 : 100 kms de la Somme à Amiens
- ♦ 12 octobre 2024 : Cross sans chevron à Oissel (76)
- ♦ 12 octobre 2024 : La Béthencourtoise à Béthencourt s/mer
- ♦ 13 octobre 2024 : RUN AND BIKE de Crieil sur Mer (76)
- ♦ 13 octobre 2024 : La Courvalienne à Hodeng au Bosc (76)
- ♦ 19 octobre 2024 : RUN AND BIKE d'Abbeville
- ♦ 26 octobre 2024 : Grand trail nocturne des Hauts de France à Liévin (62)
- ♦ 27 octobre 2024 : Championnat de France du 5kms à St-Omer (62)
- ♦ 2 novembre 2024 : Marche de la mort à
- ♦ 3 novembre 2024 : 10 kms de Dieppe (76)
- ♦ 9 novembre 2024 : Trail nocturne des Lacs du Bois de l'Epinay (76)
- ♦ 11 novembre 2024 : Cross du Carrington à Louviers (28)
- ♦ 16 novembre 2024 : Triathlon à Amiens
- ♦ 21 novembre 2024 : Cross des uniformes de Normandie à Darnetal (76)
- ♦ 23 novembre 2024 : Cross du Bois Magnier à Berck (62)
- ♦ 24 novembre 2024 : Téléthon d'Aigneville
- ♦ 25 novembre 2024 : Téléthon à Nesle Normandeuse (76)
- ♦ 30 novembre 2024 : Kid Athlé à Friville



Marche nordique

La marche nordique est apparue dans les pays scandinaves dans les années 1970. Elle était pratiquée à l'origine par les skieurs de fond comme entraînement pendant la belle saison. Plus dynamique que la randonnée, la marche nordique a pour principe d'accentuer le mouvement de balancier naturel des bras à l'aide de deux bâtons. Le corps est ainsi propulsé vers l'avant.

Ce qu'il faut retenir : La vitesse moyenne en marche nordique est de **6 km/h**. Plusieurs facteurs peuvent déterminer la vitesse de marche, dont le genre, l'âge ou la condition physique. La marche nordique, souvent appelée « nordic walking », combine les bienfaits de la marche et du renforcement musculaire, avec les bâtons. Cette activité sportive est moins traumatisante pour l'articulation du genou par rapport à la course. De plus, l'exercice de la marche nordique renforce les muscles du dos et de l'abdomen, réduisant ainsi les douleurs dorsales.

Les chaussures pour la Marche nordique peuvent être basse ou haute. Elles doivent être légères, aérées et avec une semelle résistante à tous les supports. Elles doivent bien fixer le talon et avoir un rembourrage au niveau des doigts de pied, pour éviter que le pied n'aille se cogner contre le bout de la chaussure. Une veste de running fera très bien l'affaire aussi pour ce sport. Des éléments d'habillement de marche nordique pourront venir compléter le tout par temps froid avec un bonnet ou encore un tour de cou de sport .

La marche nordique fortifie vos muscles, os et articulations



Alors, n'hésitez pas, venez nous rejoindre ! 2 groupes s'offrent à vous :

1er groupe avec Valérie : sortie tous les dimanches matin de 9H à 12H30. Les lieux de rendez-vous sont envoyés par message, par Valérie

2ème groupe avec Philippe : sortie les dimanches matin avec un temps de remise en forme, étirements et relaxation, jeudis matin et mardi soir, en nocturne l'hiver (de 18H à 20H). Les rendez-vous se font au stade municipal pour le 2ème groupe.

Vous avez bien sûr la possibilité pour le 1er groupe d'intégrer le second groupe pour le mardi soir et jeudi matin.

A L’AFFICHE



86^e

LUNDI 11 NOVEMBRE

challenge CARRINGTON

Course du matin 10h30

Course EPA 11h45

Rélevo matin 12h00

Parc des sports Armée Serpent - **LOUVIERS**

Village ouvert de 10h à 13h

ATI-L&L

ATHLÉTISME
LOUVIERS
ASSOCIATION
1988

EALOUVIERS.ATHLE.ORG

LOUVIERS
MÉTROPOLITAIN
DE SPORTS



FFA
FÉDÉRATION
FRANÇAISE
D'ATHLÉTISME



FFT
FÉDÉRATION
FRANÇAISE
DE TRIATHLON



FFCP
FÉDÉRATION
FRANÇAISE
DE COURSE À PIED



FFR
FÉDÉRATION
FRANÇAISE
DE RUNNING



FFV
FÉDÉRATION
FRANÇAISE
DE VÉLO

leshironloisins présentent

LE TRAIL DES LUTINS

SAMELI 23 NOVEMBRE 2024

à BUSSU-BOUSSUI

MARCHÉ DES LUTINS
10 km / Départ à 8h00

MINI TRAIL DES LUTINS
5 km / Départ à 8h30

PETIT TRAIL DES LUTINS
3 km / Départ à 9h00

GRAND TRAIL DES LUTINS
10 km / Départ groupe à 9h00

AFMTELETHON

inscrivez-vous aux trails sur leshironloisins.fr
inscriptions en ligne ou au guichet jusqu'au 15/11/24
Plus d'informations au 06 23 23 20 48



NOC'ROUTE
 SAMEDI 30 NOVEMBRE
 A PARTIR DE 17H00
 SAINT PIERRE EN VAL
COURSE ET MARCHÉ
 sur route forestière
11KMS

Saint Pierre en Val

1€ par dossier

Samedi 17 Décembre 2024
ESTRÉES-LES-CRÉCY

Trail
nocturne

9,8 km / 17h30 / 8€
15 km / 17h45 / 12€

La Médiévale

10 ANS

Marche nocturne 8 km / 17h30 / 5€

Inscriptions en ligne sur Adeorun
Renseignements : 06.27.49.29.52
@: jejeliec@gmail.com

ADEORUN C.A. 101 Santé SAV REUX Restauration sur place Gérard Carville A.P.N.S.

BOVES
7ème édition

LA CORRIDA de BOVES

**DIMANCHE 8
DÉCEMBRE 2024**

DÉPART 15H

**NOUVEAU
5 KM
PARCOURS**

10€ - non-licenciés
10€ - licenciés
12€ (-60%) - agents hospitaliers

Renseignements
inscriptions (en ligne) et
règlement sur le site
kinto.

f
Comité du CRR
Amiens-Picardie

**Amiens
MÉTROPOLITAIN**

**Amiens
Couleurs**

**Amiens
COURIR**

Intermarché

**dim. 22
déc. 2024**

La Corrida de Noël

**Abbeville
centre**



**1er au 500
premiers
inscrits**

**5 km
14h30**

**Courses enfants
dès 14h**

**inscriptions sur place et
sur www.courses60.fr**

**inscriptions
avant 10h
dimanche**

partenaires






TOMBOLÉ !!
Tous les ans au mois
d'octobre

VENDREDI

27 DEC. 2024

La Corrid'ACF

de Priville-Escarbottin - aux portes de la Baie de Somme

Courses Enfants

SAINTS AÏZE SOUS-BOIS

08h00 - 08h30 - 10h00 - 10h30 - 11h00

GRATUIT - Départ 10H00

Courses Adultes

A PARTIR DES CANTIS

7h30 - Prix : 7€ - (e 2€ sur place)

Départ 19H15























PRE-INSCRIPTION SUR www.sport-up.fr

CETTE MANIFESTATION ADOpte LA BAIE DE SOMME

**LES FOULÉES
DE MONS-BOUBERT**

Challenge ERIC TORON

Le samedi 11 Janvier 2025

Course enfants - 17h00
Course 3km - 17h30
Marche 10km - 17h30
Course 10KM - 18h00

La Seule course où on y court, on y mange et on y danse !

Renseignements et inscriptions
Christian FOURNIER - 07 72 31 86 23
christian.fournier77@str.fr



La Corrid'ACF

de Friville-Escarbotin - aux portes de la Baie de Somme

Course nocturne en ville

COURSES ENFANTS

BABYS AUX MINUTES
400m - 800m - 1000m - 2000m - 2500m
GRATUIT - Départ 18H00

COURSES ADULTES

A PARTIR DES CADETS
7kms - Prix : 7€ - (+ 3€ sur place)
Départ 19H15

VELUX

THG

STPA

Café du Centre
BRASSERIE
Salle

5th Dumont

ABC Informations



PRE-INSCRIPTION SUR www.sport-up.fr

RETRAIT DES DOSSARDS dès 15H A LA SALLE E.FIAF
Renseignements au 06.89.86.59.44 ou sur actriville@orange.fr

Friville-Escarbotin, la fête du Nouvel-An

La Corrid'ACF . Vendredi 27 décembre 2024

21 h - Repas chaud sur réservation uniquement

Date limite de réservation : 10/12/2024 - Limité à 300 personnes



Menu Adultes

12 €

*

Poulet basquaise/riz ou Tartiflette

Fromage

Dessert (grillé aux pommes ou éclair au chocolat)

Café



Menu Enfants

5 €

*

Assiette anglaise/chips

Yop yaourt à boire ou Pom'potes

* BOISSONS NON COM PRISES

Pour faciliter l'organisation, merci de vous inscrire au plus tôt :

les inscriptions sont à remettre avec le règlement à l'ordre de l'ACF

Renseignements et inscriptions : Mathilde au 06. 12.15.69.68 ou

Sylvie au 06.89.86.59.44 ou sur mail : actriville@orange.fr

NOM DE LA FAMILLE	NBRE ADULTES 12 €	NBRE ENFANTS 5 €
Menu « tartiflette »	 Menus	X 12 €
Menu « poulet basquaise »	 Menus	X 12 €
Menu enfants	 Menus	X 5 €
Dessert : grillé aux pommes	Nbre :	
Dessert : éclair au chocolat	Nbre :	
Mode de paiement :	REGLEMENT TOTAL :	 €

LA CORRID'ACF

AUX PORTES DE LA BAIE DE SOMME ET DU LITTORAL PICARD





VENDREDI 18 OCTOBRE 2024 / COURRIER PICARD

12 | **PICARDIE** MARITIME

FRIVILLE-ESCARBOTIN

Des enfants en situation de handicap mental sur la piste

L'Athlétic club de Friville possède une section sport adapté, qui accueille des enfants en situation de handicap mental chaque mercredi. Ils viennent notamment de l'IME d'Abbeville.

XAVIER TOGNI

Tous les mercredis soir, l'Athlétic club de Friville accueille plus d'une centaine d'enfants sur le stade ou dans un gymnase de Friville-Escarbotin.

Parmi eux, certains sont en situation de handicap intellectuel et viennent de l'Institut médico-éducatif (IME) d'Abbeville. Un établissement géré par l'Adapei 80 (Association départementale des amis et parents d'enfants inadaptés), également connue sous le nom des Papillons blancs, qui mène actuellement l'Opération brioches. Celle-ci lui permet de récolter des fonds pour financer ses projets mais aussi d'informer la population.

LE SEUL CLUB DE LA SOMME AFFILIÉ À LA FÉDÉRATION

L'ACF est sensibilisée à cette cause depuis longtemps. Et le prouve avec cette section de sport adapté, mise en place il y a deux ans, d'abord avec le centre de polyhandicapés pour enfants et adolescents (CPEA) de Brighton-les-Pins, à Cayeux-sur-Mer. « Quand je suis devenue présidente du club il y a trois ans, j'ai souhaité qu'on puisse accueillir ces enfants, cela me tenait à cœur, raconte Sylvie Lefèvre. J'ai donc monté un dossier auprès de la fédération française de sport adapté. Et il a été accepté. Nous sommes le seul club de la Somme à être affilié à cette fédération. » Elle-même était déjà titulaire



La section sport adapté s'entraîne le mercredi, à part des autres enfants mais parfois aussi avec eux.

d'un diplôme d'initiatrice en sport adapté. Deux autres membres bénévoles de l'ACF ont suivi à leur tour cette formation : Vincent Lapon et Jimmy Vue.

Ce dernier est aussi à l'origine du projet. Sa femme est en effet éducatrice spécialisée au CPEA, et au fil des discussions, il lui a dit un jour : « Pourquoi ne pas essayer ? Cela pourrait fonctionner » raconte Mylène Vue. Les premiers tests lui ont donné raison et l'expérience a donc été pérennisée. Les résidents ne sont pas plus de deux ou trois, et chacun d'eux est toujours accompagné d'un éducateur. Mais « le club vient aussi chez nous une fois par an. Et nous participons aux manifestations qu'il organise, comme la Corrida », ajoute-t-elle. Ils ont été rejoints l'an der-

nier par l'IME d'Abbeville, dont cinq petits pensionnaires fréquentent la section cette année. « Les parents sont très impliqués, ils viennent m'aider à encadrer le groupe », souligne Vincent Lapon. Avant d'expliquer : « Nous faisons des entraînements à part mais aussi en inclusion, avec les autres enfants. Certains appréhendaient un peu mais ça s'est très bien passé. Cela donne une bonne ouverture d'esprit. » En tout cas, les résultats sont là. « Ces enfants, nous les voyons évoluer de jour en jour, s'épanouir », apprécie Sylvie Lefèvre. Qui conclut : « Nous sommes très fiers d'avoir créé cette section. »

À noter que le club et le délégué départemental de la fédération organisent une grande rencontre autour du sport adapté, mercredi 24 octobre, à Friville-Escarbotin.