

LE MOT DE LA PRÉSIDENTE DU CLUB

L'athlétisme, sport universel par excellence, permet d'apprendre les bases de la motricité par la course, le saut, le lancer. Il développe des qualités de vitesse, d'endurance, de force, de coordination.

On le pratique à tout âge, en compétition ou en loisir, pour permettre à chacun de développer une forme d'investissement spécifique.

L'athlétisme, au sein d'une association, permet aussi de belles rencontres.

par le partage de moments de pratique au sein d'un groupe, lors des compétitions, des stages, en aidant lors de grosses organisations du club.

Le Castres Athlétisme tient à proposer des créneaux variés, encadrés par des salariés et bénévoles compétents et formés.

Notre offre s'adresse aux différentes attentes du public castrais :

- des créneaux pour un public qui va de la maternelle au primaire, l'Athlé Découverte,
- des créneaux pour les collégiens, lycéens et adultes, tournés vers l'Athlé Compétition,
- des entraînements autour du Running pour les amoureux de la course hors-piste,
- des séances tournées vers le loisir et la santé avec la marche nordique, la remise en forme, la préparation physique générale et le Nordic'Fit.
- - un créneau dédié au sport sur ordonnance pour une reprise en douceur d'une activité
- une formation de nos licenciés volontaires sur les tâches de jurys, entraîneurs et dirigeants.

Notre association remercie tous les partenaires publics et privés qui vont nous suivre sur cette nouvelle saison. Cette vie associative riche est possible grâce à leur aide financière et logistique.

Chapeau bas aussi à nos bénévoles et salariés, qui œuvrent tout au long de la saison, que ce soit sur les entraînements, la vie administrative et sur les compétitions locales. Le besoin d'encadrants est un peu le nerf de la guerre pour un club. Puissions trouver toujours des passionnés pour faire vivre le tissu associatif local.

Sandrine GARDES



PROJET SPORTIF / ÉDUCATIF SAISON 2022-2023

1er objectif de la saison : retrouver un nombre de licence d'avant COVID.

La caravane du sport Tarnais et le forum des sports de la ville de Castres ont été une belle vitrine pour notre club, qui a pu y proposer des ateliers riches et variés. Le public y était au rendez-vous. Nous espérons une belle rentrée et le retour, en nombre, des personnes présentes la saison passée.



La qualité des entraînements et des activités proposées sera bien évidemment la même. Le Castres Athlétisme à la chance d'avoir des bénévoles de tout âge pour encadrer toutes les séances, en formant des petits groupes. Les jeunes licenciés du groupe Compétition aident même à l'encadrement des sections des plus jeunes et surtout des Babys, accueillis au club à partir de l'âge de 4 ans.

2ème objectif de la saison : le club reste, pour les jeunes, un club sportif, synonyme de compétition. Les déplacements seront, comme les saisons passées, pour la plupart pris en charge par le club ainsi que les stages des athlètes, pour leur permettre de vivre d'autres expériences enrichissantes.

Nous souhaitons que les jeunes s'épanouissent dans leur pratique de l'athlétisme au travers des rencontres organisées dans le cadre du trophée de l'avenir TSA pour les Eveils, au niveau départemental pour les Poussins, au niveau régional, national et international pour les plus grands. L'année passée a été riche en titre. Nous devons montrer encore cette année la force de notre école d'athlétisme.

3ème objectif de la saison : nous ferons notre maximum pour que nos adhérents de l'Athlé Santé Loisir et Running prennent eux aussi du plaisir dans leurs différentes activités au sein du club en adaptant au mieux les séances en fonction des objectifs de tout le monde. Le club fait parti des clubs référents en Santé Loisir (Marche Nordique, Running, Remise en Forme, Sport sur Ordonnance,PPG et Nordic'Fit) sur l'agglomération Castraise.

4ème objectif de la saison : Le Castres Athlétisme a pour volonté, encore cette année, de former des juges et des entraîneurs, dans les jeunes catégories. Des formations seront proposées au sein du club ou prises en charge quand elles dépendent du comité et de la ligue. Tous les ans, des licenciés du Castres Athlétisme obtiennent leur diplôme régional voire national, rendant un grand service au club.

OBJECTIFS POUR LES CHAMPIONNATS DE FRANCE SAISON 2022/2023



ATHLÉ DÉCOUVERTE

Les activités débutent dès 4 ans au Castres Athlétisme avec la section « Baby-Athlé » (4 à 6 ans). Les enfants sont encadrés par du personnel formé et diplômé mais aussi par beaucoup de jeunes athlètes du club qui offrent un peu de leur temps. A raison d'une séance par semaine, les jeunes Babys participent



à 3 activités en petits groupes. Toutes les disciplines de l'athlétisme sont abordées sous forme de jeux, l'accent étant mis sur le travail moteur.

Les séances sont évidemment adaptées à l'âge des enfants et à leurs capacités physiques.

Entraîneurs: Sandrine Gardes, Jonathan Cartier, Célia Nunes, Alexis Solaux, Jules Vidal, Rémi Mourié, Samuel Houdelot Samuel et Mélissa Conjungo.

Les enfants de 7 à 9 ans composent la section « Éveils Athlétiques » et les 10-11 ans la catégorie « Poussins ». Par petits groupes de travail, les Éveils-Athlé et les Poussins tournent sur 3 activités sur 2h d'entraînement tous les mercredis après-midi (1h30 pour les plus jeunes d'entre eux).

Coordination, vitesse, endurance, habileté motrice, tout est abordé sous forme de jeux lors des entraînements. Les jeunes athlètes continuent de découvrir toutes les disciplines de l'athlétisme qui sont adaptées à leur âge. Le lancer d'anneau, le pentabond, le cross en gare sont des exemples de l'adaptation des disciplines de l'athlétisme aux jeunes enfants.





Les premières compétitions sont organisées et disputées sous forme d'animations.

Pour les Éveils-Athlé, ces animations sportives sont organisées au sein des différents clubs du Tarn Sud Athlétisme dans le cadre du Trophée de l'Avenir. Depuis 5 ans, le Castres Athlétisme remporte ce beau trophée! Les Poussins participent eux à des animations sportives dans le cadre du Challenge Poussin. Plusieurs d'entre eux finissent régulièrement sur le podium en fin de saison.

En parallèle, un challenge de l'assiduité est organisé au sein du club pour récompenser tous les enfants régulièrement présents aux entraînements et aux animations.

Entraîneurs : Sandra Bertrand, Sandrine Gardes, Christophe Bertino, Jonathan Cartier, Armelle Tocon, Michaël Conjungo, Gilles Fabas, René Lugat, Alexis Solaux et Julien Vialade

HORAIRES D'ENTRAINEMENT

Baby Athlé Éveils Athlé & Poussins Samedi : 9h-10h15 Mercredi : 14h-16h



ATHLÉ COMPÉTITION

Les Benjamins (12 et 13 ans) représentent la tranche d'âge la plus jeune du groupe compétition. Les entrainements se déroulent en même temps que ceux des Minimes (14 et 15 ans). Ils sont entrainés par Sandrine GARDES, Jean-Pierre DARDENNE, Christophe BERTINO et Jonathan CARTIER.



Ils s'entrainent 2 fois par semaine, sur toutes les disciplines de l'athlétisme, sans spécialisation, touten respectant le vrai règlement des disciplines et les vrais engins de lancers. Les entraineurs les encadrent par groupe afin de multiplier les exercices et d'assurer un meilleur suivi et une sécurité optimale. C'est à partir de cet âge, que les athlètes commencent à prendre part aux compétitions officielles. Ils évoluent tout au long de la saison sur différentes compétitions individuelles et par équipe (interclubs, Equip'Athlé,). Le

Castres Athlétisme remporte tous les ans de nombreux titres et médailles lors des différents championnats (Tarn et Occitanie) que ce soit en cross, en salle ou sur piste.

A partir de Cadet (16 ans et 17 ans), nos athlètes peuvent s'entrainer au moins 3 fois par semaine. Notre groupe compétition de Cadets et plus, est quant à lui encadré par : Sandrine GARDES (Lancers), Jean-Pierre DARDENNE (directeur technique et multi-activités), Patrick DEPREZ (Demi-fond et marche), Michaël CONJUNGO (Lancers) et Jonathan CARTIER (multi-activités).

HORAIRES D'ENTRAINEMENT

Benjamins & Minimes

Mercredi : 16h-18h Vendredi : 17h30-19h Cadets et plus

Mardi : 17h30-19h30 Jeudi : 17h30-19h30 Samedi : 10h30-12h



C'est généralement à partir de cet âge-là que l'athlète se spécialise sur sa famille de prédilection. La technique est cette fois ci la clef de la réussite. Ils ont la possibilité de s'entrainer avec les Juniors (17 et 18 ans), les Espoirs (19 à 22 ans), les Seniors (de 23 à 39 ans) et même les Masters (à partir de 40 ans). La mixité des tranches d'âges permet de créer une bonne cohésion du groupe et de prendre du plaisir en s'entrainant à plusieurs. Le groupe compétition participe à la saison de cross, aux compétitions en salle et en extérieur, aux compétitions individuelles (meeting, championnats) ou par équipe (interclubs, match interliques). Les déplacements Nationaux ont été nombreux en 2022 : 3 athlètes au France Cross à Montauban, 2 athlètes aux France en Salle cadets juniors à Nantes, 2 athlètes aux France Lancers Longs hivernaux, dont 1 titre au marteau et 2ème place au disque, les Minimes TSA 3ème en Nationale 2 aux Equipe-Athlé à Tours, 1 Relais Minimes Mixte 2ème aux France à Paris, 2 Minimes dont une 3ème place aux pointes d'or Nationales à Saint-Renan, 5 athlètes en coupe de la ligue Minimes à Angers, 7 athlètes aux France Cadets/Juniors à Mulhouse dont 2 titres au disque et marteau.

Par équipe, au mois de Mai se déroule la compétition phare de la saison : les interclubs. Se déroulant sur deux tours, les interclubs demandent la mobilisation de tous les athlètes du club pour défendre ses couleurs. Chaque athlète participe à une ou plusieurs épreuves pour apporter un maximum de points à son équipe. Afin d'avoir tous les points, il faut 4 athlètes (2 hommes et 2 femmes) dans toutes les disciplines de l'athlétisme, qui sont au programme de ces interclubs. Mélangeant performance et festivité, les interclubs nous montrent que l'athlétisme est aussi un sport collectif. En 2022, le Castres Athlétisme est monté en N2A.



20 boulevard du Maréchal Foch - Carré Gambetta Tél. 05 63 59 09 41 - Ouvert du Lundi au Samedi de 8h00 à 20h00

ATHLÉ RUNNING LOISIRS

Le mot « Running » est un anglicisme qui vient du mot courir. C'est une pratique libre de la course à pied accompagnée d'objectifs individuels. Cette activité se pratique principalement en extérieur. Que vous souhaitiez réaliser votre première course, que vous cherchiez à battre votre record personnel ou juste là pour vous



faire plaisir, l'aventure commence ici.
Au Castres Athlétisme nous vous proposons 2 séances hebdomadaires encadrées par un coach diplômé. Une à deux séances par mois sont organisées en « nature », et les autres se font au Stade du Travet de Castres. Nos séances sont ouvertes à toutes et tous, sans aucune distinction de niveau ou d'objectif. Le travail de vitesse, de fractionné, d'endurance ou de renforcement se fait

en fonction des capacités de chaque athlète. Le coach organise 2 à 3 tests de VMA (Vitesse Maximale Aérobie) par saison. Cela lui permet de mitonner un programme commun mais surtout d'adapter aux aptitudes de chaque participant. En clair, tout le monde fait la même séance, mais à son rythme. Convivialité, bonne humeur et sérieux sont de mise dans le groupe.

Pour vous préparer de façon optimale à vos objectifs personnels de la saison, le coach met en place des programmes d'entraînement spécifiques et individuels que ce soit pour des courses sur piste, sur route, en nature ou trail, courtes longues ou même ultra. Même si vous ne recherchez pas la performance mais juste un accomplissement de soi, Jonathan Cartier vous proposera un plan d'entrainement aux petits oignons. La grande force du groupe reste son hétérogénéité. Cette dernière permet aux coureurs de se stimuler et d'aller de l'avant. Nous proposons des « sorties club » dont les frais d'inscriptions sont pris en charge par le Castres Athlétisme. En début de saison une liste est proposée afin que vous sélectionniez les courses dont vous souhaitez la prise en charge. Nous vous attendons donc nombreuses, nombreux et motivé(e)s. A vos baskets!

HORAIRES D'ENTRAINEMENT

Mardi: 19h00-20h30

Jeudi: 12h15-13h30 (stade ou nature)

ÉVÉNEMENT 10KM DE CASTRES

Nous venons de traverser une crise sanitaire importante, qui a remis en question notre fonctionnement associatif et nos projets sportifs. Nous avons repris doucement le rythme en mars 2022 en reprogrammant notre 10 km.



Cette course fait partie du Challenge du Parc Naturel Régional du Haut Languedoc et labellisée FFA. La nocturne a été abandonnée pour des raisons de sécurité. Le 5km, en ouverture, est aussi labellisé et a été support des championnats d'Occitanie.

Programmée la saison prochaine le dimanche 26 Mars 2023, nous gardons le même format en espérant pouvoir reprogrammer la remise des résultats et le buffet en intérieur, Salle Gérard Philipe, comme avant Covid.

SAISON 2022-2023 CATÉGORIES & HORAIRES

Jour	Horaire	Groupe d'entrainement	Licence
Lundi	18h30 - 20h00	Athlé Santé Loisir : Marche Nordique	Licence Athlé Santé
Mardi	10h00 - 11h30	Sport adapté	Licence FFSA
	14h30 - 16h00	Athlé Santé Loisir : Marche Nordique Cardio (Confirmé)	Licence Athlé Santé
	17h30 - 19h30	CA et plus - Cadet(te)s à Masters et Handisport	Licence Compétition
	19h00 - 20h30	Athlé Running Loisir : Route, Hors Stade et Trail	Licence Athlé Running
Mercredi	10h00 - 11h30	Athlé Santé Loisir : Marche Nordique Douce (Débutant/Sénior)	Licence Athlé Santé
	14h00 - 15h30	EA - Eveils Athlétique (2016)	Licence Découverte
	14h00 - 16h00	EA - Eveils Athlétique (2015 et 2014)	Licence Découverte
	14h00 - 16h00	PO - Poussin(e)s (2013 et 2012)	Licence Découverte
	16h00 - 17h15	Sport Santé : Accompagnement médical et ordonnance	Licence Athlé Santé
	16h00 - 18h00	BE/MI - Benjamin(e)s (2011 et 2010) et Minimes (2009 et 2008)	Licence Compétition
	18h30 - 20h00	Athlé Santé Loisir : Marche Nordique	Licence Athlé Santé
Jeudi	10h00 - 11h30	Sport Adapté	Licence FFSA
	12h15 - 13h30	Athlé Santé Loisir : Marche Nordique	Licence Athlé Santé
	12h15 - 13h30	Athlé Running Loisir : Route, Hors Stade et Trail (nature ou stade)	Licence Athlé Running
	17h30 - 19h30	CA et plus - Cadet(te)s à Masters et Handisport	Licence Compétition
Vendredi	17h30 - 19h00	BE/MI - Benjamin(e)s (2011 et 2010) et Minimes (2009 et 2008)	Licence Compétition
	19h15 - 20h45	Athlé Santé Loisir : Condition Physique / PPG	Licence Athlé Running
	19h15 - 20h45	Athlé Santé Loisir : Nordic'Fit	Licence Athlé Santé
Samedi	09h00 - 10h15	BA - Baby-Athlé (2017 et 2018)	Licence Découverte
	10h30 - 12h00	CA et plus - Cadet(te)s à Masters et Handisport	Licence Compétition



SAISON 2022-2023 **LE COMITÉ DIRECTEUR**



Sandrine GARDES
Présidente
sgardes@yahoo.fr
06 84 31 29 95



Jean-Pierre DARDENNE Trésorier jeanpierredardenne@yahoo.fr 06 83 53 02 62



Patrick DEPREZ
Secrétaire
patrick.deprez50.pd@gmail.com
06 08 07 94 32



Membre **05 63 72 07 88**



Gilles FABAS Membre gilles.fabas@hotmail.fr 07 86 29 43 25



Membre et salarié
cbertino@gmail.com
07 67 39 76 77



Jonathan CARTIER
Membre et salarié
castres.athletisme@gmail.com
06 52 08 22 84

SANTÉ LOISIRS

Le Castres Athlétisme propose des pratiques de santé et de loisirs, les activités se déclinent tout au long de la semaine.

MARCHE NORDIQUE

Il s'agit d'une activité d'endurance et de pleine nature qui consiste à marcher avec l'aide de 2 bâtons. Cette discipline s'adresse à tous les publics, du débutant au confirmé. Composé d'un échauffement, d'un temps de marche, d'exercices de renforcement musculaire et d'étirements, chaque séance dure 1h30.



Les bienfaits de la marche nordique :

- · Sollicitation de 80% des chaînes musculaires
- · Amélioration des capacités cardio-vasculaires et respiratoires
- · Amélioration de l'endurance
- · Fortification osseuse
- Diminution de la masse grasse
- · Dépense énergétique équivalente à un petit footing
- Convivialité

5 créneaux sont proposés chaque semaine, les lieux de pratique évoluant périodiquement.

La séance du mercredi matin est réservée à un public débutant et recherchant un rythme doux. Le mardi après-midi est adapté à un public confirmé. Les autres séances sont ouvertes à tous les publics (adolescents, adultes et séniors).

HORAIRES D'ENTRAINEMENT

Marche Nordique Mercredi: 10h-11h30 (débutant) /

Lundi: 18h30-20h 18h30-20h

Mardi: 14h30-16h (confirmé) Jeudi: 12h15-13h30

SPORT SANTÉ ET REMISE EN FORME

Ce créneau permet de reprendre une activité physique régulière, adaptée à des personnes atteintes de pathologies chroniques ou bien de reprendre une activité physique de manière douce. Chaque semaine, une séance d'1h15 est proposée aux adhérents. Le travail est varié, composé entre autres de circuit training, de travail de pose de pieds, de renforcement musculaire, de gainage ou encore de parcours de motricité. Le contenu de la séance est adapté aux capacités physiques. Chaque adhérent travaille en douceur afin de récupérer une condition physique et musculaire. Ce créneau contribue à reprendre confiance en soi avec un projet personnel adapté, à améliorer la condition physique en développant : La dépense énergétique, l'équilibre et la coordination, la force et l'endurance musculaire. Il peut être recommandé par un médecin et s'inscrire en complément d'autres accompagnements plus spécifiques.

HORAIRES D'ENTRAINEMENT

Sport santé

Mercredi: 16h00-17h15

NORDIC'FIT



Le Nordic'Fit est proposée depuis quelques années et est un excellent complément à la marche nordique. Cette discipline prend la forme d'un circuit composé d'exercices variés à réaliser sur une musique dynamique. Elle est située au croisement de la marche nordique, du circuit training et du fitness. Elle alterne renforcement musculaire et séquences de marche à allure soutenue.Les séances d'une durée d'1h30 sont accessibles à tous, la vitesse de marche et la durée des exercices évoluant progressivement au fil des séances.

Les bienfaits du Nordic'Fit:

- Renforcer l'ensemble des chaînes musculaires.
- · Pratiguer une activité en groupe
- · Augmenter la dépense énergétique

HORAIRES D'ENTRAINEMENT

Nordic'fit

Vendredi: 19h15-20h45

CONDITION PHYSIQUE / PPG



Le créneau «Condition Physique» s'organise autour d'une séance ludique et dynamique et est destiné à un public plus confirmé. Il s'appuie sur la culture de l'athlétisme et est un complément indispensable aux séances de running. A partir de différents exercices, un renforcement du système musculaire et cardiaque est recherché. La séance hebdomadaire d'1h30 est composée d'un échauffement, d'un circuit training ou d'ateliers, de renforcement musculaire, de gainage, de travail de pieds, d'appuis et de stretching. Swiss ball, ballons lestés, step agrémentent les séances. Les bienfaits recherchés:

- Renforcer l'ensemble des chaînes musculaires
- · Augmenter la dépense énergétique
- Améliorer la tolérance à l'effort et prévenir les blessures

HORAIRES D'ENTRAINEMENT

Condition physique Vendredi: 19h15-20h45



ATHLÉ ADOS LOISIR (EN PROJET)

Il s'agira d'une toute nouvelle activité cherchant à répondre à une demande et à un besoin chez les adolescents nés en 2008, 2007 et 2006.

Il y sera proposé un programme d'entraînements variés et ludiques permettant une meilleure connaissance de soi à partir des différentes disciplines de l'athlétisme.

L'objectif sera la mise en place et la réalisation d'un projet sportif personnalisé visant à avoir une pratique sportive régulière et à favoriser une meilleure estime de soi.

2 entrainements par semaine pourront avoir lieu.

HORAIRES D'ENTRAINEMENT

Athlé Ados Loisir

En projet pour l'année à venir et en fonction des demandes

ATHLÉ HANDI / SPORT ADAPTÉ

2 sections, ouvertes aux personnes en situation de handicap, sont présentes au sein du Castres Athlétisme grâce à la volonté de Florian Bouleau diplômé en Activités Physiques Adaptées.

Le Sport Adapté est destiné aux personnes en situation de handicap psychique ou mental. Échauffement, gammes, travail de fractionné, parcours athlétique, disciplines athlétiques, étirements : les athlètes de la section sport adapté pratiquent le même travail et préparation que les autres sections dites « valides ». Les consignes, le matériel, l'intensité et le temps de récupération sont adaptés en fonction du handicap de l'athlète. Le club est affilié à la Fédération Française de Sport Adapté. (FFSA). Tous les ans, des athlètes du groupe du Sport Adapté participent aux championnats de France de Cross du Sport Adapté.





Le Castres Athlétisme va organiser au mois d'Avril 2023, une journée d'initiation et de découverte de l'athlétisme en partenariat avec le comité départemental du Tarn de Sport adapté, au stade du Travet à Castres. Le club souhaite remercier le Comité du Tarn de Sport Adapté pour son soutien, sa confiance depuis quelques saisons.

En ce qui concerne les personnes en situation de handicap moteur ou physique, le club accueille les pratiquants durant les créneaux compétitions.

HORAIRES D'ENTRAINEMENT

Handisport

Mardi : 17h30-19h30 Jeudi : 17h30-19h30

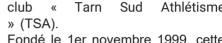
Samedi: 10h30-12h

Sport adapté

Mardi : 10h-11h30 Jeudi : 10h-11h30

HISTOIRE DU CLUB DE 1998 À AUJOURD'HUI

C'est en Septembre 1998 que notre Association sportive « Castres Athlétisme » a vu le jour. L'Union Athlétique Castraise et le Club du Renouveau Athlétique Castrais ont décidé de s'unir, aboutissant ainsi à la création d'un club fédéral unique : le Castres Athlétisme. La fusion est intervenue suite à une demande forte de la municipalité, qui imposait cette fusion avant la réalisation de la piste synthétique du Stade du Travet. Depuis le Castres Athlétisme existe en tant qu'association indépendante. Depuis 2001, Le Castres Athlétisme fait parti du



Fondé le 1er novembre 1999, cette entente qui compte aujourd'hui près de 800 athlètes, regroupe plusieurs clubs du sud du Tarn.

Notre section accumule les moments forts avec des performances sportives remarquables depuis 1999.



Finale du 100m M / Meeting de Castres 2017

Dès 2001, en individuel, les athlètes du Castres Athlétisme se font

remarquer, notamment le hurdler Stéphane Pitard qui décroche une double sélection en Équipe de France lors des championnats d'Europe Espoir sur 400m haies et en intégrant le 4x400m. Il portera son record sur 4H à 51"30 en 2003. En 2005, le lanceur Yannick Gunzle, obtient lui aussi une sélection en Équipe de France au lancer de disque pour les Championnats Méditerranéens à Almeria (ESP).

1998

2001

2005

2008/2009

Création du club en septembre 1998.

STÉPHANE PITARD

400M HAIES

Sélectionné en équipe de France aux Europe Espoir (400m haies-4x400m).

YANNICK GUNZLE

LANCER DE DISQUE

Sélectionné en équipe de France aux Championnats Méditerranéen et aux Europe par équipe en 2009.

MARTIAL MINYEM

400M

Sélectionné en équipe de France aux Mondiaux Junior (4x400m) et demi-finaliste aux Europe Junior au 400m.



Il obtiendra sa 2ème sélection dans la même épreuve à l'occasion des championnats d'Europe par équipe en 2009 à Leira (POR).

Un an plus tôt, Martial Minyem intègre le 4x400m de l'Équipe de France aux championnats du Monde Junior à Bydgoszcz (POL). L'année suivante, pour sa deuxième sélection, il termine demi-finaliste des Europe Junior à Novi Sad (SER) sur 400m en ayant réalisé 46"99 lors des séries. En 2012, Maxime Durand, spécialiste du trail, obtiendra sa sélection en Équipe de France pour les Europes de Course en Montagne à Denizli (TUR). Trois ans plus tard, Thomas Loubat-Molinier lancera le marteau avec le maillot tricolore lors du match international junior FRA-ITA-GER à Vénissieux (FRA). En 2019, Flavien Szot honore sa première sélection en équipe de France pour disputer à Lisbonne (POR) les championnats d'Europe Junior de cross-country. Il termine à la 10ème place et 1er de la sélection



Flavien Szot (Europe de cross 2019)

française. En 2022, Samuel Conjungo porte le maillot tricolore à l'occasion des championnats d'Europe Cadets à Jérusalem (12ème) et des FOGE en Slovaquie ou il termine 6ème du concours de disque.

2012 2015 2019 2022

MAXIME DURAND

COURSE EN MONTAGNE

Sélectionné en équipe de France aux Europe de Course de montagne.

THOMAS LOUBAT-MOLINIER

LANCER DE MARTEAU

Sélectionné en équipe de France au match International Junior FRA-ITA-GER

FLAVIEN SZOT

CROSS COUNTRY

Sélectionné en équipe de France aux championnats d'Europe Junior de crosscountry

SAMUEL CONJUNGO

LANCER DE DISQUE

Sélectionné en équipe de France aux championnats d'Europe Cadets et FOGE

NOS PARTENAIRES ET MÉCÈNES

CARREFOUR CONTACT CRÉDIT AGRICOLE GRAPHPRINT MAIRIE DE CASTRES SIREA

Le Castres Athlétisme remercie l'ensemble de ses partenaires, mécènes et bénévoles pour leur soutien au club.

SAISON DERNIÈRE LES ENTRAINEURS



Jonathan CARTIER Toutes licences **=**0 **=**0



Christophe BERTINO Toutes licences = 0



Michaël CONJUNGO Découverte & Compétition **E**0 **E**0





Jean-Pierre DARDENNE Compétition 🐃 🗐 🗨



Patrick DEPREZ Compétition و∍ 🎇



Armelle TOCON Découverte & Santé <u>چ</u> ≡وا



Sandrine GARDES Découverte & Compétition



René LUGAT Découverte



Gilles FABAS Découverte







Alexis SOLAUX Découverte

💸 尾 🗐



Sandra BERTRAND Découverte



Julien VIALADE Découverte







Rémi MOURIÉ Découverte



Célia NUNES Découverte



Découverte



Samuel HOUDELOT Mélissa CONJUNGO Découverte



Jules VIDAL Découverte



















CONTACT



Jonathan CARTIER 06 52 08 22 84 castres.athletisme@gmail.com





