

## **L'ECA A CONTRE COURANT !**

La mode est aux « trails », aux courses longues ou de montagne mais à l'ECA on fait de la résistance et nos courses les plus longues (10km et 21km) se feront sur la route le **dimanche 17 septembre à Chasseneuil**, idéales pour préparer un marathon.

En attendant ce grand jour, nous offrons à tous ceux qui aiment l'athlétisme **2 compétitions amicales les dimanches 20 et 27 août** sur le petit stade de la Gare à Chasseneuil (de 16h à 21h) avec plusieurs épreuves sur la piste en cendrée : 200m contre la montre(1tour)/1000m chronométré/2000m allure libre/ (et en plus le 27août on établira le record de la piste du 3000m chrono) . Autres épreuves : saut en hauteur/saut en longueur/lancers de poids et de disque. Des athlètes hors département sont déjà inscrits venant de Cergy Pontoise, Bazas, Ajaccio! Tout le monde peut participer même des novices. Venez sans pression car pour les qualifications aux championnats du monde c'est trop tard ! Seules conditions, ne pas mettre de bottes de sept lieues pour aller plus vite ou sauter plus loin et aider au jury avec les conseils des officiels diplômés de l'ECA qui font de la formation à chaque compétition organisée sur place. Nos athlètes présents vous feront un très bon accueil  
Inscriptions et renseignements :

[claudettemathias@orange.fr](mailto:claudettemathias@orange.fr) ou tél : 06 84 73 91 37

Autres info :

**Jeudi 24 Aout** : l'ECA tiendra la buvette aux « Jeudis de la Bonnieure » en soirée. Toute aide sera bienvenue.

Reprise de l'école d'athlétisme et inscription.

à Chasseneuil Mardi 5 Septembre 18h au stade de la gare

Mercredi 6 septembre à 14h30 (idem)