

Le Caoureur

La newsletter de « Courir à Merville »

Le journal du Club



N°11

Octobre 2020



Le Caoureur

La newsletter de « Courir à Merville »

N°11 – Octobre 2020



Edito du Président,

Depuis le dernier numéro du caoureur du mois de mars, le monde a tourné au ralenti, mais Courir à Merville n'est pas resté inactif. Nous avons vu nos efforts récompensés avec le maintien et la réussite de la Mervilleuse. Nous avons vécu des moments conviviaux. Et bien sûr nous nous retrouvons toujours lors de nos entraînements qui sont l'essence même de notre club, avec les dépassements de soi, les fous rires, les encouragements et toujours le plaisir de courir ensemble. Le club perdure avec des départs, mais aussi de nouvelles arrivées. Nous venons d'accueillir nos 100ème et 101ème caoureur - caoureuse depuis les débuts du club, qui se sont inscrits en même temps ce mardi 22 septembre. Savourez ce numéro et soyez certains qu'il y en aura encore beaucoup d'autres.

Le sommaire

1. Le déconfinement
2. La Mervilleuse 2020 (rappel des faits)
3. La Mervilleuse du 23 Août
4. L'assemblée générale
5. Les adhérent(e)s
6. La communication
7. Les courses à venir
8. Les 10 ans du club
9. Le changement d'heure
10. L'agenda



A lire et à regarder sans modération

Le N° d'octobre sera plutôt un album photos

Edito et son illustration : Alain

Rédaction et mise en page : Jean

Certaines dates et informations sont malheureusement au conditionnel

1. Le déconfinement - Les retrouvailles

REPRISE POST-CONFINEMENT LE 17 MAI



C'est avec une immense joie que nous nous sommes retrouvés pour un entraînement en respectant les gestes barrières préconisés au déconfinement du 11 Mai.

RETRouvailles au bar ANOSTEKE LE 12 JUIN



Nous étions une douzaine pour ce rendez-vous au bar ANOSTEKE de Merville pour déguster les excellentes bières locales et partager un bon moment de convivialité après le confinement.



La volonté d'une association qui évolue et qui avance, mais pas seulement avec du houblon !

2. La Mervilleuse 2020 - Le report

La Mervilleuse reportée au 23 Août

Rappel des faits

- ❖ Mardi 3 Mars tentative de mesurage mais demi-tour après 3 km impossible d'aller plus loin pour cause d'inondation.



- ❖ Le mesurage du 10 km pour le label départemental a finalement été réalisé le jeudi 12 Mars (juste après le recul des inondations).

- ❖ La COVID-19 : le vendredi 13 Mars sur le coup de midi, le Maire appelle Alain pour lui annoncer l'annulation de notre manifestation.

- ❖ Nous nous sommes rapidement réunis pour trouver une nouvelle date : ce sera le 23 Août.



3. La Mervilleuse 2020 - maintenue le 23 Août 2020

La Mervilleuse 2020, l'une des rares courses post-confinement, organisée par une Association au Nord de Paris !

Merci aux Bénévoles du club et aux associations amies



Le traçage pour la distanciation physique tous les mètres



Le débrief des signaleurs

Les départs des 5 et 10 km - 3 par 3 toutes les 5 secondes



Après un tour de stade, la sortie, et c'est parti pour 5 ou 10 km

2 participants du club repérés à l'arrivée sous l'œil bienveillant du Caou



Remise des récompenses sur place et à domicile



Gaëtan 1er Mervillois 10 km



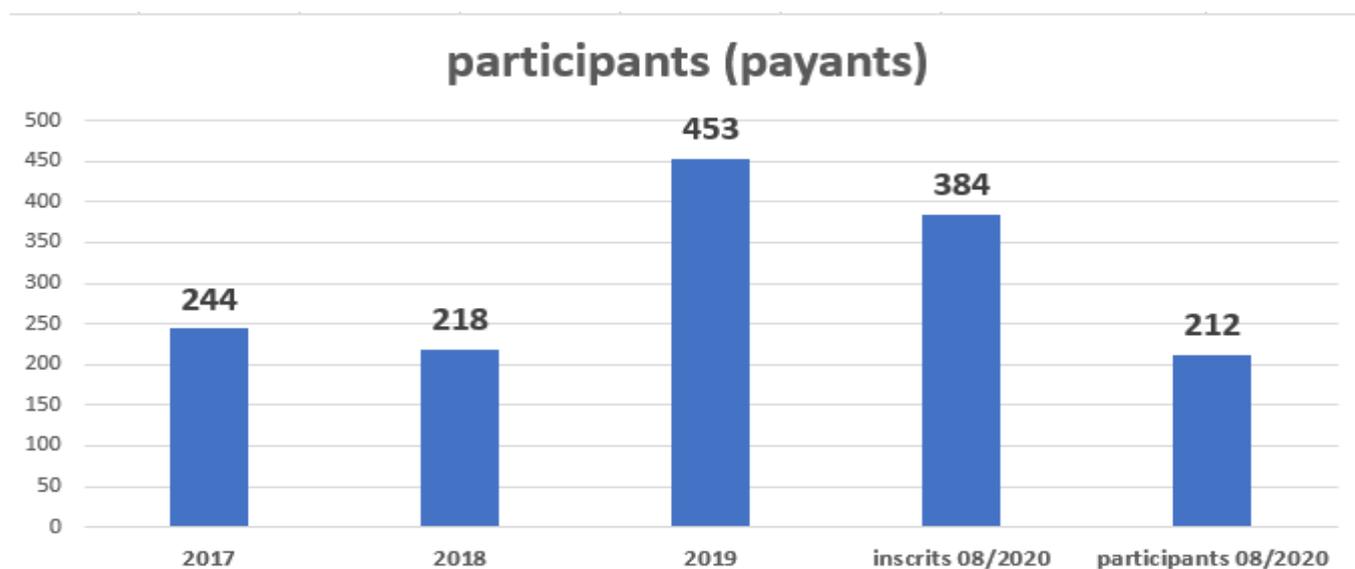
Mickaël DUEZ
1er Mervillois 5 km



Karine HENNON - 1ère Mervilloise du 10 km

Toutes les photos sur notre site internet : [CLIC](#)

Evolutions des participants à La Mervilleuse depuis sa création en 2017



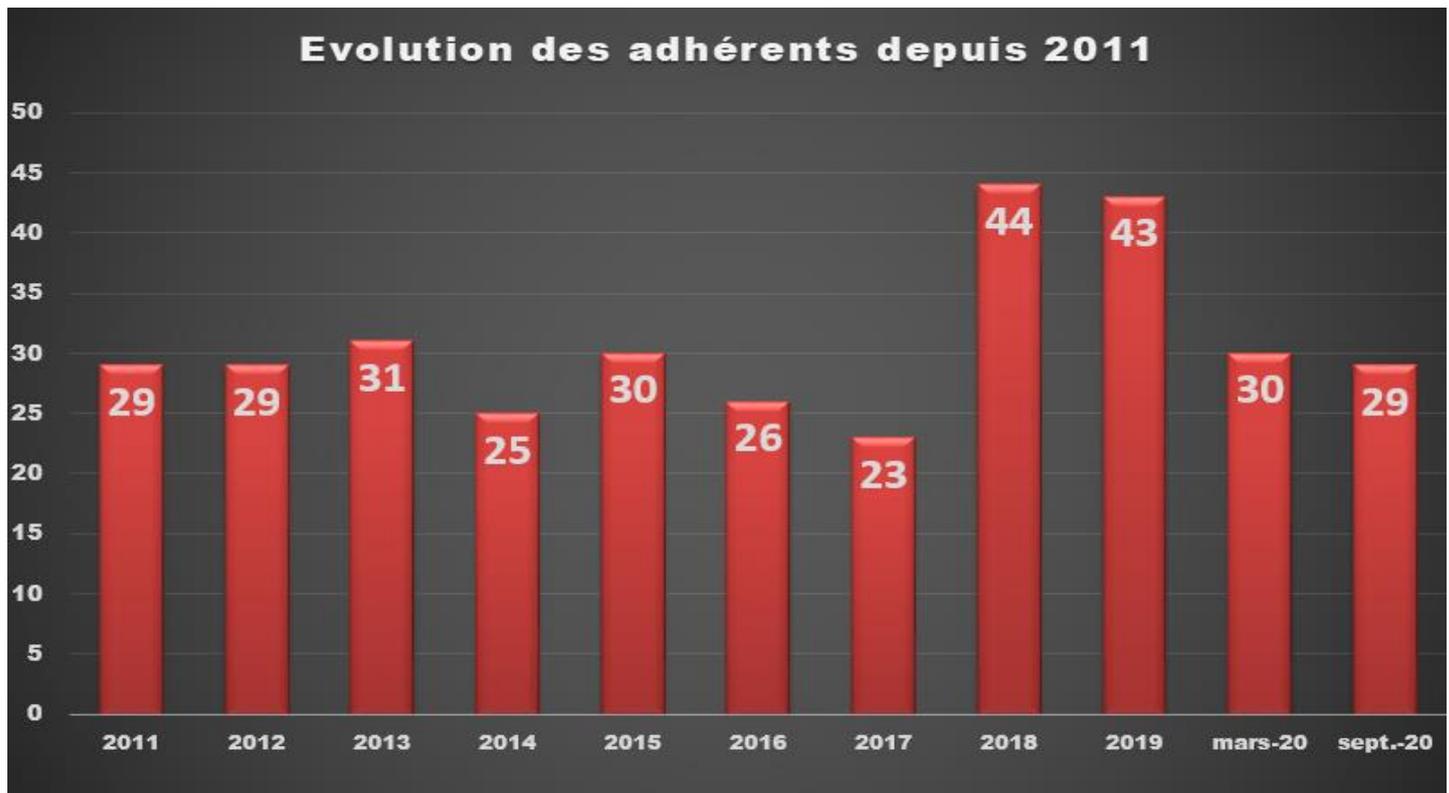
4. L'Assemblée Générale ordinaire du 18 Septembre 2020

Pour la 1ère fois à cause de la COVID-19 et grâce à une météo clémente et douce notre Assemblée Générale a pu se dérouler en extérieur près du local foot (une réunion bucolique en quelque sorte).

Le résumé :

- Le quorum était atteint. Sur 30 adhérents cotisants : 17 adhérents présents, 4 excusés dont 2 qui ont donné procuration, 1 future adhérente présente.
- Les élus ont été conviés mais se sont excusés.
- La presse présente : Annabelle MAUGE pour la Voix Du Nord.
- Le bilan financier et le bilan moral ont été approuvés à l'unanimité.
- Le bureau : Alain et Jean sortants sont reconduits à leur poste pour 2 ans.
- Jean-Luc HUE rejoint le bureau : bienvenue et merci à lui.
- **La composition du bureau :**
 - Alain DIDIER :président
 - Jean COGNIAUX: vice-président
 - Noé DIDIER : trésorier
 - Hélène FALLET: secrétaire
 - David AVIGNON : secrétaire adjoint
 - Jean-Luc HUE : responsable sécurité

5. Les adhérent(e)s



Courir à Merville souhaite la bienvenue à :

Dominique LAMARTINIERE
Philippe ROUSSEL
Samuel DERHILLE

Ludivine GELOEN
Anne-Sophie PETITPREZ
Perrine VASSAL
Ghislaine VLAEMINCK

Chaque membre a reçu ou recevra une carte d'adhérent.
 Cette carte vous permet de bénéficier d'une remise
 sur tous les articles du rayon "running" du magasin
 INTERSPORT - Lomme (partenaire de La Mervilleuse).
 20% pour un article et 30% pour 2 articles.



En fin de réunion photo souvenir avec les nouvelles vestes offertes par le club



Toutes et tous très beaux malgré les masques qui cachent nos sourires.

Article de la Voix Du Nord du 24 Septembre 2020

Coup d'envoi de la saison pour Courir à Merville

MERVILLE. Courir à Merville fêtera ses 10 ans l'année prochaine. Les adhérents font vivre la course à pied dans la commune et comptent bien célébrer cet anniversaire. Ils sont 31, dont Ludivine Geleon qui vient de rejoindre le club « pour continuer à progresser ». Comment fêter cet anniversaire ? Ils y réfléchissent. « On ne sait pas encore ce qu'on va faire, mais il y aura un événement et un gâteau », annonce le président Alain Didier.

Après une « demi-année » sportive, les coureurs espèrent bien profiter d'une Mervilleuse 2021 plus festive. « Cette année, la quatrième édition était moins populaire avec moins de coureurs, d'animations et l'absence de public. Mais tout le monde était content de son maintien », confie le président. La cinquième édition doit se tenir le 21 mars, sous réserve du



La Mervilleuse a bien eu lieu cette année, malgré le contexte particulier de la crise sanitaire.

contexte sanitaire. « Elle sera inscrite au calendrier. On va voir si tout se passe bien, si on peut la maintenir et mettre en place les animations habituelles. Nous nous sommes adaptés, on sait comment faire au cas où. Il faut gérer les contraintes et oser », avance Alain Didier. Autre rendez-vous important, la

réunion plénière du comité départemental des courses sur route, qui se déroulera à Merville le 14 novembre : « Elle a lieu tous les ans à un endroit différent et réunit tous les organisateurs des courses du Nord pour discuter du calendrier et des règlements. » ■

A. M. (CLP)

6. La communication



Réseau Social



Pour les nouveaux adhérents articulation de notre communication :

- **Page Courir à Merville** : pour le club (376 abonnés)
- **Avec son groupe privé** : « espace adhérents » (20 membres)
- **Page La Mervilleuse** : pour les courses et la randonnée (461 abonnés)
- **Avec son groupe public** : « Les amis de La Mervilleuse » (70 membres)

7. les courses à venir

Courses du second semestre 2020, n'hésitez pas à en proposer d'autres.

Mont Bernenchon	dimanche 11 Oct.	5 et 10 km	09h00 et 09h45	Les Foulées Montoises
Saint Jans Cappel	dimanche 18 Oct.	21 et 9 km	09h00 et 10h00	COURSE ANNULEE
Boeschèpe	dimanche 08 Nov.	11,2 km	en attente	pas d'info
Loos	dimanche 15 Nov.	10 et 5 km	09h30 et 11h00	Les Foulées Loossoises
Steenvoorde	dimanche 20 Déc.	11,5 et 21 km	14h00	Course de Noël des Moulins

Toujours sous réserve que ces courses ne soient pas annulées.

[Voir notre site internet : un CLIC à gauche sur ce bandeau](#)

8. L'anniversaire du club

En 2021 le club fêtera son 10^{ème} anniversaire.

Toutes les idées sont les bienvenues pour fêter ce qui doit être un évènement.

9. Le changement d'heure

Changement d'heure

Attention n'oubliez pas de changer d'heure le dimanche 25 octobre.

A 3 heures du matin, il sera 2 heures. On dort une heure de plus pour être en pleine forme à l'entraînement.



10. L'agenda

➤ Les dates à cocher sur votre agenda :

- ✓ Réunion plénière à Merville le samedi 14 Novembre 2020 (heure à confirmer).
- ✓ Le TELETHON : dimanche 6 décembre 2020 (modalités à définir).
- ✓ La Mervilleuse 2021 : dimanche 21 Mars.
- Prochaine Assemblée Générale : vendredi 24 Septembre 2021 (à confirmer).

Annonce

Le Club recherche toujours un local de stockage.

Si vous avez un coin de garage inutilisé, un hangar ou autre, nous avons besoin de 2 m2 pour stocker le matériel qui sert à notre course : piquets en bois, panneaux publicitaires, bornes kilométriques etc.



Entraînements

➤ Lieu de rendez-vous : parking du stade Charles Rattez

- ❖ Mardi à 18h30
- ❖ Jeudi à 18h30
- ❖ Vendredi à 09h30
- ❖ Dimanche à 09h30



➤ Entraînements spéciaux

- ❖ Sortie extérieure le 1er dimanche du mois.
- ❖ Fractionné un mardi sur deux.
- ❖ Toujours une sortie courte pour celles et ceux qui le souhaitent.

[Tous les rendez-vous sur le calendrier de notre site internet](#)