

NOS LANCEURS SUR LE BON CHEMIN....

Dimanche à **St Pantaléon(19)** **Alfredo Pacheco** fait une belle performance R1 en battant son record au 10km, tandis qu'à **Vouneuil sous Biard(85)** les lanceurs de l'ECA **Enzo Perrot** (junior) et **Gaspard Delage Souriau** (cadet) ont marqué leur première performance en salle de la saison 2024-2025,

Enzo fait un beau concours et bat son record au poids de 6kg avec 12,08m ce qui le place en tête, pour l'instant, du bilan (*poids en salle junior*), de toute la Nouvelle Aquitaine, .

Sérieux et assidu aux entraînements , toujours prêt à donner le coup de main à l'école d'athlétisme ou aux organisations on ne peut que le féliciter.

Gaspard fait également un concours régulier en cadet (10,88m au poids de 5kg), étant interne au lycée il est un peu à court d'entraînement surtout en technique mais comme il en est conscient nul doute qu'il va progresser tout au long de l'hiver ,il se classe 6^{ème} régional .Pas loin on retrouve **Ange Magret** à la 13^{ème} place régionale avec 10,25m ;malheureusement il n'a pu participer à ces dernières compétitions en raison d'une blessure très invalidante .On lui souhaite une prompte guérison.

Prochaines compétitions (Pensez à confirmer votre inscription merci !)

Dimanche prochain 8 décembre ce sera au tour des amateurs de cross de se mettre en évidence ,pour certains au **cross** du G2A à **Ruelle**, pour d'autres ce sera à **Limoges** (**cross** du LEC) , d'autres encore iront courir à **Périgueux**.

Samedi 14 décembre :ce seront les départementaux d'athlétisme en salle pour les CJESV à **Bordeaux-Lac!** **Inscriptions avant jeudi 12déc**

et pour les plus jeunes (EA/PO/BE/MI : dimanche 22 décembre

à **Chasseneuil (Gymnases A et B)** pour tous les benjamins , minimes , poussins et éveils (30m/pentabonds/Hauteur/poids) **Inscriptions avant jeudi 19 déc**

Inscriptions avant jeudi 19 décembre (20h) auprès des entraîneurs

Pour les cadets juniors seniors et plus(*parents sympa, grands frères, amis*) ,ce sera aide à l'installation et au jury.

et une petite séquence lancer de poids en fin de compétition .Ce sera hors concours puisque les gymnases sont en attente d'homologation (hauteur/poids) pour des compétitions de grands.

NB : Maillot de club et N° de licence pour toutes les compétitions.

Horaires sur le site de l'ECA : <https://estcharenteathletique.com>

et avertissez vos entraîneurs.