CÔTE DE JADE

Convivialité | Entraide | Performance

Le CJAC c'est quoi ?

Le Côte de Jade Athlétic Club est un club d'Athlétisme créé en 1989 proposant des entrainements à Saint-Michel Chef-Chef et à Pornic pour toutes les disciplines de l'athlétisme : Stade (courses, sauts, lancers) et Hors Stade (courses sur route, trails, cross), pour toutes les catégories d'âges, de l'Ecole d'athlé (6 ans) aux Vétérans, Femme et Hommes.

L'ACL 44 c'est quoi ?

L'Athlétic Club Littoral 44 est un regroupement de clubs de la Côte de Jade à la Presqu'Ile Guérandaise, qui courent sous les mêmes couleurs, et qui permet grâce à un nombre de licenciés plus important de pouvoir qualifier plus d'athlètes aux championnats régionaux et nationaux.

Nouveauté

La page Facebook : CJAC

Nous vous invitons à « liker » la page Facebook du CJAC afin de suivre toute les news et l'actualité du CJAC. Cette page est faite par vous et pour vous ! N'hésitez pas à la faire vivre avec vos expériences.

Le mot du Président :

« Bonjour à toutes et à tous,

Tout d'abord, je tenais à vous remercier de m'avoir élu Président, je serai un Président à votre écoute, n'hésitez à venir vers moi à l'entraînement, aux courses ou par tél ou mail pour m'apporter toutes vos suggestions pour améliorer notre fonctionnement.

Ce mandat sera l'occasion de mettre en place le projet club, le projet de développement du CJAC pour 2016-2018. Je vous rappelle que ce projet repose sur les principes de Convivialité, de Jeunesse, d'Athlétisme et de Communication. Certaines actions ont d'ores et déjà été mises en place comme la création d'un logo, d'une nouvelle page Facebook où vont

CÔTE DE JADE ATHLETIC CLUB

PORNIC

ATHLÉTISME. **Bon début de saison au CJAC**

Trois équipes ont été engagées à l'Ekiden de Saint-Nazaire le 4 septembre. L'équipe féminine du CJAC remporte l'épreuve brillamment.

La saison 2016-2017 vient de démarrer pour le Côte de Jade athletic club (CJAC). Les premières compétitions adultes ont déjà apporté des podiums comme à l'Ekiden de Saint-Nazaire ou l'équipe féminine se distingue en remportant l'épreuve (42,195 km en relais avec six équipiers). Le CJAC avait engagé trois équipes, dont deux mixtes.

« C'est l'épreuve idéale pour souder un groupe, surtout en début de saison », indique Gilles Vaillant. Également un premier podium pour Romain Mouchet aux 10 km de Saint-Philbert (2e en 32'56) et pour Valentin Bailly qui prend la troisième place sur les sentiers de Goulaine.

Les entraînements ont repris au Val Saint-Martin pour les jeunes, les mercredis et vendredis soirs. Pour l'école d'athlétisme (7-11 ans), les effectifs sont déjà complets, il faudra maintenant attendre les portes ouvertes de juin 2017 pour s'inscrire à nouveau. La section de marche nordique a également repris ses sorties, le mercredi à 15h et le samedi à 9h30.

Cette année, les entraînements adultes ont lieu le mardi à 19h à Saint Michel Chef Chef et le jeudi à 19h à Pornic. Chacun peut venir librement découvrir l'ambiance du club et assister en spectateur aux entraînements.

Le Trail de la Côte de Jade va se dérouler à Saint Michel Chef Chef les 1re et 2 octobre sur trois épreuves au choix (on peut aussi en combiner deux pour réaliser un « défi ») de 14km en nocturne le samedi, et de 10 ou 24km le dimanche matin.

■ Renseignements sur le site Internet du club : http://cotedejadeac.free.fr. Il est aussi maintenant possible de contacter Laurence Morilleau au 06 51 21 54 88 ou par mail cotedejadeac@free.fr

On parle de nous dans la presse !

Les derniers résultats à retenir :

- Participation de Romain Mouchet au Championnat de France de semi-marathon à Marq en Bareuil (59).
- Victoire de l'équipe féminine à l'Ekiden de Saint Nazaire le 4 Septembre et au relais du Semnon le 25 Semptembre.
- Les Espoirs garçons se qualifient pour les championnats de France de relais qui se dérouleront le samedi 8 Octobre.

A venir :

- Equip'athlé benjamins et minimes le samedi 1er Octobre à Carquefou et l'Equip'athlé cadets le dimanche 2 octobre à Challans.
- Les Jeux de l'Atlantique d'Automne pour les benjamins et minimes à Rezé.

l'être prochainement : nouveau site internet, livret d'accueil, ... etc.

D'autres projets comme notamment le développement de la section sport adapté, la création d'une section triathlon, ou bien encore l'organisation de soirées conférences sont en cours. Ce mois d'octobre commence fort avec l'organisation de notre Trail de la Côte de Jade ce week-end où seront présents près de 700 coureurs sur les deux jours. »

Le mot d'un « nouveau » CJACien :

« Depuis longtemps, je faisais mon petit footing de 45 le dimanche, avec cette envie d'un jour en faire plus ! Mais en serais-je capable ?? Mais en serais-je capable ?? Il y a 4 ans, je me lance et prend ma première licence au CJAC. Là, j'apprends et je rencontre des coureurs formidables et tous de bon conseils ! Pris au jeu, une première année, les 10 Km et un trail. Deuxième année je me lance un défi : mon premier semi. Idem la troisième année et pour ma quatrième année : je réussi mon premier Marathon de Nantes !!! Quelle satisfaction !! Qu'il est loin mon petit footing du dimanche ! »

Ne manquez pas !

Le trail de la Côte de Jade : Il a lieu ce samedi 2 Octobre pour la Noz'Trail et le dimanche 3 Octobre pour 2 trails de 10 kilomètres et un de 24 kilomètres. C'est l'occasion de bien débuter la saison en venant se tester sur un parcours mélangeant campagne et plages.

Assemblée Générale 2016 :

L'assemblée annuelle du CJAC s'est tenue le Samedi 23 Septembre 2016. Après les traditionnels rapports moraux, sportifs et financiers dont vous aurez connaissance bientôt à travers la publication du *Procès Verbal de l'Assemblée Générale*, il a été évoqué par Yvonnick Merlet (Président) le projet d'une section Triathlon, ainsi que par Christian Godefroy du "Projet Club" et la mise en place de la toute nouvelle « Section Sport

Faites vous entendre !

La convivialité ? C'est la marque de fabrique du club. Que ce soit lors de moments dédiés à cet effet (pots, rassemblements, réunions...) ou bien plus indirectement, n'hésitez-pas à faire parvenir vos remarques, idées, suggestions aux membres du Comité d'Administration.

- **Le site** : http://cotedejadeac.free.fr
- **Facebook** : https://www.facebook.com/CJAC
- **Mail :** cotedejadeac@free.fr

- **Correspondant Presse :** Gilles Vailland gvailland@wanadoo.fr
- **Responsable Communication :** Elisabeth Ricaud eliza.ricaud@hotmail.fr

Le renouvellement du Conseil d'Administration se conclut essentiellement par un changement de Président, le Bureau se composant ainsi :

Président : Christian GODEFROY
Vice-Présidents : Patricia ZIMOUCHE et Ludovic LE GOFF
Secrétaire : Laurence MORILLEAU / Adjointe : Pascale DEMÉ
Trésorière : Marylène LEBOEUF / Adjoint : Yvonnick MERLET
Membres du C.A. : Thierry ARDOUIN - Patrick BAUDET - Roxanne DUFIEF - Rémy HOUIZOT - Christian LORMEAU - Jean-Claude MORESCHETTI - Gilles VAILLAND

CÔTE DE JADE ATHLETIC CLUB

CJAC
Équipe sportive
82 aiment ça

✓ J'aime déjà