

SAISON 2022-2023 | N°29 | MARS 2023

L'AZIMmag

LE MAGAZINE DE L'ASSOCIATION

RÉSULTAT DU CHALLENGE PHOTO.

Qui a remporté cette première édition ?

OCTOBRE ROSE ÉDITION #3.

du 1er au 31 octobre en mode connecté et le 8 octobre à Decesari.

PRÉPA SAUMUR.

Semi, marathon ou Duo canoë / course à pied.



“ A fond dans la préparation...

Ça y est que ce soit d'un point de vue sportif ou d'un point de vue administratif on est en plein dans la préparation de notre sortie annuelle. Nous serons 40 à prendre le car le samedi 14 mai au matin direction Saumur pour participer au Semi-marathon, au marathon ou au Duo canoë / course à pied. Qu'importe la discipline choisie il faut s'y préparer et pour ça rien ne vaut le travail en groupe. Croyez nous le fractionné, même si l'on ne va pas tous à la même vitesse, ça passe mieux en groupe !

Vous imaginez bien qu'il est difficile de s'entraîner au canoë sur une piste et bien figurez-vous que chez les AZIMuté.e.S on y arrive ! Non c'est une blague, par contre ce qui est vrai c'est qu'un club de canoë / kayak a accepté de nous donner les bases de la navigation à deux, merci à eux.

Il est encore trop tôt pour dire si ces préparations, course à pied et canoë, porteront leurs fruits mais ce qui est d'ors et déjà certain c'est qu'elles nous aurons permises de partager de très bons moments.

A propos de partage et en attendant Saumur on a une autre date qui arrive bientôt : le 16 avril 2023. Il n'y aura pas une, ni deux ou trois équipes mais bien six équipes AZIMUTÉ.e.S à l'Ekiden de Roissy !



Fin du challenge photo

Après 6 semaines de compétition on connaît maintenant le podium de cette première édition du challenge photo. Bravo à Lionel qui remporte ce challenge suivi de Philippe et Céline.



Philippe avec 13 pts



Lionel avec 15 pts



Céline avec 11 pts

Le classement complet :

Classement	AZIMuté.e.S	Total	Défi 1	Défi 2	Défi 3	Défi 4	Défi 5	Défi 6
1 ^{er}	Lionel	15	1	2	1	1	5	5
2e	Philippe	13	1	5	3	1	1	2
3e	Céline	11	1	1	1	2	1	5
4e	David	10	2	1	1	5	1	0
	Olivier C	10	5	1	1	1	1	1
	Pascal P	10	1	1	5	1	1	1
7e	Caroline	8	3	1	1	1	1	1
	Olivier D	8	1	3	1	1	1	1
	Christophe	8	1	1	1	2	2	1
	Pascal M	8	1	1	1	3	1	1
11e	Jean Bernard	6	0	1	0	2	3	0
	Valérie	6	1	1	2	1	1	0
13e	Ilhem	3	1	0	1	1	0	0
14e	Irène	2	0	1	1	0	0	0
	Alexis	2	1	0	0	1	0	0
	Jérôme	2	1	0	0	1	0	0
17e	Florence	1	1	0	0	0	0	0
	John	1	1	0	0	0	0	0
	Nadine	1	1	0	0	0	0	0
	Gilles	1	1	0	0	0	0	0
	Vitto	1	1	0	0	0	0	0

Rendez-vous l'année prochaine pour la seconde édition.



A chacun sa technique.

Pour préparer le DUO canoë / course à pied il y a deux techniques. Ceux qui teste le matériel et plus exactement le ciré en intérieur, allez comprendre et ceux qui n'ont pas peur de se mettre à l'eau voir même de se mouiller, n'est-ce pas Didier ?



“ Ils l’ont joué Titanic



Parole d'AZIMutée.e.S

*"C'est bizarre J'ai l'impression que je suis au même niveau que l'eau du canal !"
Ce n'est pas une impression, vous coulez vraiment !*

Photos de mars.



Les courses d'avril

Programme connu à date.

01/04 : La diagonale des Yvelines

02/04 : Marathon de Paris

02/04 : La Senlis'Oise

02/04 : Trail Grenoble Vizille

16/04 : Ekiden de Roissy

22/04 : MIUT Madère



Tout au long de l'année suivez nous sur



les azimutées

N'hésitez pas à nous rejoindre. Tous les niveaux sont acceptés.

Octobre Rose 2023 à Rosny-sous-Bois

Notre association avec le concours de ses partenaires organise pour la troisième année consécutive l'opération « Octobre Rose ».

Cette opération **n'est pas une compétition sportive** mais un événement solidaire qui a pour objectif de cumuler des kilomètres durant le mois d'octobre afin de témoigner son soutien à la campagne de sensibilisation aux cancers du sein dans le cadre de la campagne nationale « Octobre Rose ». Cette opération est organisée au profit de l'association Ruban Rose.



OCTOBRE ROSE
au profit de l'association
RUBAN ROSE
cancerdusein.org

8 OCTOBRE 2023
9H - 12H PARC DECESARI
Viens faire un ou plusieurs tours en faveur de la recherche contre les cancers du sein.
Ouvert à toutes et tous.
contact : octobrerose@lesazimutees.fr
mode connecté du **1er au 31 octobre**



Inscription sur
<https://les-azimute-e-s.adeorun.com/>
Inscrivez-vous puis enregistrez vos kilomètres du 1er au 31 octobre.

Du 1er au 31 octobre 2023 les participantes et participants sont invité.e.s à aller courir ou marcher dans le lieu qu'ils souhaitent et pour la distance qu'ils souhaitent.

Une fois votre sortie effectuée, connectez-vous à votre espace personnel pour enregistrer votre sortie et ainsi faire progresser le compteur des kilomètres parcourus (compteur qui sera ensuite transformé en don pour l'association Ruban Rose).

Le 8 octobre 2023 de 9h à 12h un circuit d'1 km sera mis à disposition des participant.e.s dans les allées du Parc Decesari situé rue Claude Pernès à Rosny-sous-Bois (RER E – gare Rosny-sous-Bois). Durant ces 3h, les participant.e.s pourront réaliser en courant ou en marchant le nombre de tours qu'ils souhaitent.

N'hésitez pas à nous contacter si vous avez la moindre question et à consulter notre page Facebook dédiée à cet événement familial et solidaire.

<https://www.facebook.com/LESAZIMUTEENSENROSE>



Ouverture des inscriptions le 1er avril

Maillot et taille garantis pour toute inscription avant le 15 juillet (délai de commande oblige)

De septembre à mars

Quelques événements qui ont marqués cette période

Septembre 2022
Forum des associations.
soirée de lancement de la saison.

Octobre 2022
2ème édition d'octobre rose

Novembre 2022
Participation aux BACCHANTES.
Participation à Marseille Cassis.

Décembre 2022
2ème édition de l'AZIMhard.
1ère édition de l'AZIMlight.

Janvier 2023
Soirée Disco.
Trail de Pierrefond.

Février 2023
Challenge photo.
Concours chandeleur.

C'est pas fini...

Si vous avez raté des numéros de ce magazine,
retrouvez les sur notre site web

www.lesazimutees.fr