Blagnac SC Athlétisme

Brochure Saison 2019/2020

Le mot du Président

Claude Mournaud

Président du BSCA
depuis 1994

Bienvenue à toutes et tous pour cette nouvelle saison sportive

Le BSC Athlétisme est un club convivial, alliant sport santé, loisir et compétition. Toutes les disciplines sont représentées pour les athlètes des catégories EA à Master.

Nous avons a cœur de développer la formation des jeunes et accompagner au mieux l'ensemble des athlètes du club dans leurs projets.

Je tiens d'ailleurs à remercier toutes les personnes qui font en sorte que le Blagnac SC Athlétisme vive : tous les membres du bureau, tous nos juges qui s'investissent pour assurer le bon déroulement des compétitions, tous nos entraîneurs passionnés ainsi que tous les bénévoles qui prêtent main forte durant l'année.

N'hésitez pas vous aussi à vous impliquer dans la vie du club, nous vous garantissons de bons moments de convivialité!

« Nous tenons à privilégier la bonne ambiance et la convivialité au sein du Club »

Je vous souhaite une excellente saison 2019/2020!

BSC Athlétisme,
un Club qui bouge

Seul Club d'Occitanie avec 4 Label Or FFA

La FFA délivre 5 labels différents aux clubs en fonction de leurs prestations.

ATHLÉ Jeunes LABEL OR

ATHLÉ Running LABEL OR

ATHLÉ Piste LABEL OR

ATHLÉ Forme & Santé LABEL OR

FFA HAUT NIVEAU CERTIFICATION

>500
Licenciés

Un Club Organisateur d'évènements

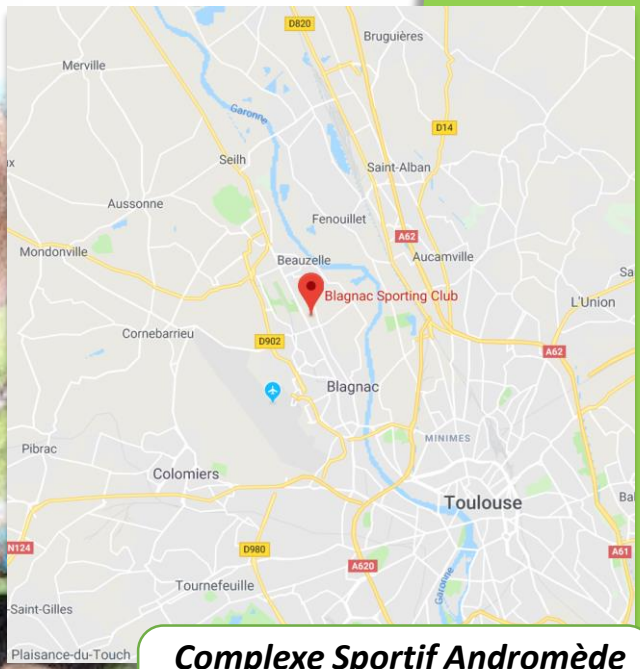
>3000
Coureurs au 21km
www.semi-blagnac.com

>1000 athlètes sur notre Cross de Blagnac

>1200 athlètes/an sur notre piste lors des compétitions comme le Meeting de Blagnac

Un cadre idéal

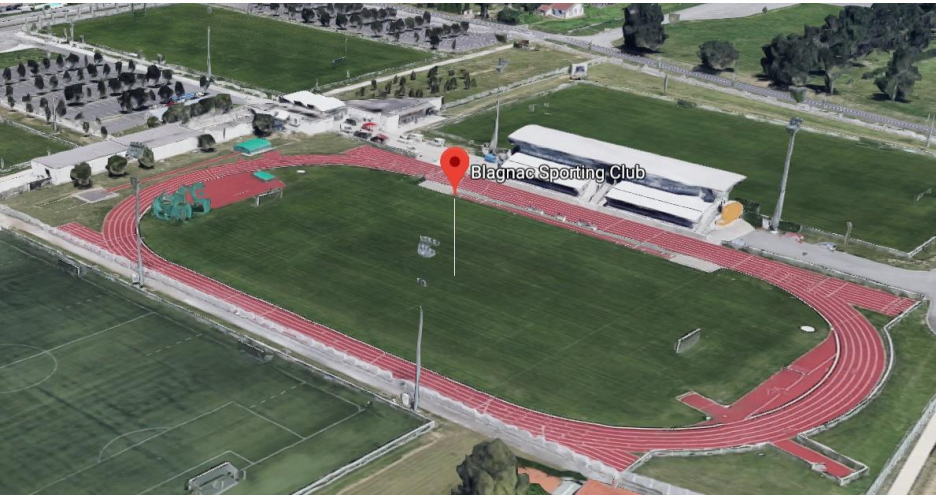
En plein éco-quartier Andromède



Complexe Sportif Andromède
Chemin du Ferradou
31700 Blagnac

Des séances sur piste,
ou en pleine nature

Une piste d'athlétisme refaite en 2018



Pistes cyclables

T1 *Andromède Lycée*

70 17 30 71

Direction:
Jeanne d'Arc, Mondonville, Fenouillet, Aussonne

>300 places

Nos partenaires

La Ville de Blagnac, n°1 de nos partenaires

Le BSC Athlétisme remercie la ville de Blagnac, ainsi que les autres partenaires institutionnels pour leur soutien tout au long de l'année

Notre partenaire sport

Retrouvez la Boutique du Club sur notre site: *www.bsc-athle.com*

Retrouvez nos partenaires santé sur notre rubrique d'accompagnement aux athlètes

Partenaire logistique du BSCA

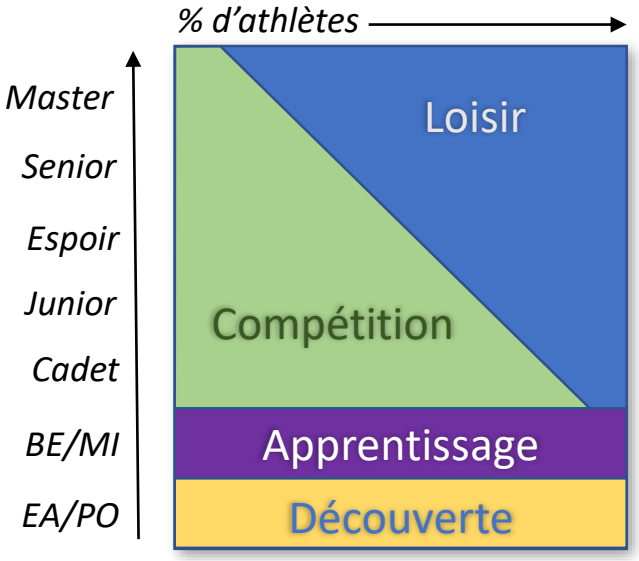
Agence Toulouse, 45 rue Bayard (05 61 61 60 60)

Vous aussi, vous souhaitez devenir partenaire du BSC Athlétisme ?
N'hésitez pas nous contacter: melanie@bsc-athle.com

Les catégories 2019/20

Le BSC Athlétisme propose la pratique de l'athlétisme à partir d'Eveil Athlétique (EA):

Catégorie	Code	Année Naissance
Eveil Athlétique	EA	2011 à 2013
Poussins	PO	2009 et 2010
Benjamins	BE	2007 et 2008
Minimes	MI	2005 et 2006
Cadets	CA	2003 et 2004
Juniors	JU	2001 et 2002
Espoirs	ES	1998 à 2000
Seniors	SE	1985 à 1997
Masters	VE	< 1984



Le Club des jeunes

EA/PO

La découverte de l'athlétisme par le travail des qualités basiques du sport: coordination, vitesse, équilibre. Nos encadrants vous accueillent:

Mercredi:
- EA 14h00-15h30
- PO 16h00-17h30

Samedi:
- EA/PO 10h00-11h30

BE/MI

Nos jeunes vont apprendre à s'entraîner lors du passage dans la catégorie Benjamin et Minime.
L'entraînement va leur permettre de découvrir toutes les épreuves de l'athlétisme. Les compétitions sont adaptées à leur âge.
Le groupe s'entraîne:

Mercredi: 18h00-20h00
Samedi: 10h30-12h30

L’athlétisme en piste

L’arrivée à la catégorie cadet (15/16 ans) marque le début de la spécialisation: nos jeunes vont intégrer les groupes d’entraînement spécifiques, ce qui va leur permettre d’optimiser les performances dans leurs épreuves de prédilection.

Saison de cross, salle en hiver, puis le stade lors du beau temps, vont combler des belles années pleines d’expériences.

D’un niveau régional jusqu’au niveau international, les entraîneurs du BSC sont prêts à accompagner nos athlètes à atteindre leurs objectifs.

Les entraînements piste

Sadek BAHLA
Demi-fond / fond
Mar, Jeu 18h à 20h

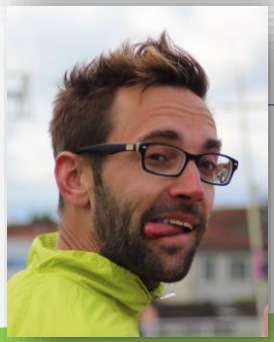
Serge MARQUES
Lancers
Mar, Jeu, Ven 18h à 20h

Michel COUTENCEAU
Sprint long /Haies
Mar, Jeu 17h½ à 19h ½
Samedi 10h à 12H

Alexis JORDANA
Marche
Mardis
18h à 20h

Pierrick CHAMAYOU
Sprint court /Sauts H
Mar, Jeu, Ven
18h½ à 20h ½

Emilie SAZ
Sprint/Hauteur
Lun, Mer, Jeu
18h à 20h



Dany MUNOZ &
Cédric GROSDEMANGE
Perche
Mar 18h à 20h (selon dispo)
Sam 10h (1 sem. sur 2)

Kamel BENAMA
Demi-fond / fond
Mar, Jeu 18h à 20h

L’athlé hors-stade

Si toi aussi tu aimes courir en liberté : en ville ou en pleine nature, si tu aimes mouiller le maillot avec tes partenaires d'entrainement, si tu aimes les côtes et les descentes alors rejoins les groupes hors-stade et trail du BSC Athlétisme pour des séances spécifiques adaptées à ton niveau dans la joie du partage et du goût de l'effort.

Hors-stade / Trail

Nos entraîneurs vous accueillent en fonction de vos objectifs. Vous pouvez alterner deux groupes voire changer de groupe en cours d'année pour mieux préparer vos objectifs.

Fred BONOTTO
Hors-Stade niveau régional/national
Lundi (PPG), mardi et jeudi 18h à 20h

Jérôme MASSOL
Hors-Stade niveau débutants/régional
Mardi et jeudi 18h à 20h

Christian BANCAUD
Hors-Stade niveau débutants/régional
Mardi et jeudi 18h à 20h

Jérôme BELLANCA
Marathon et Ultra-fond (100km)
Mardi et jeudi 18h à 20h

Vincent GAUBERT
Trail tout niveau
Mardi 18h à 20h

Joris BEYT
Trail tout niveau
Mardi et jeudi 12h à 14h ou 18h à 20h
(1 semaine sur 2)

Athlé-Santé / Marche nordique

Pour ceux qui cherchent à combattre la sédentarité et ses effets par des séances en groupe en plein air ou dans le gymnase.

Marche nordique: le Club vous prête les battons de marche !

Voir feuille de renseignements Athlé-Santé pour plus d'informations sur l'ensemble des activités.

Elisabeth BODIN

Marche Nordique

Lundi 12h à 13h15 (Ramiers)
Mardi 9h15 à 11h15 (Stade)
Vendredi (Ramiers)
12h à 13h30 et 18h à 20h

Remise en forme:

Jeudi 9h à 10h30 (Stade)

Prépa Physique Générale:

Mardi 18h à 19h30 (Gym du Stade)

Guillaume LANESPEZE

Marche Nordique

Mardi (Ramiers)
Jeudi (Odyssud)
18h15 à 19h45

Daniel DUCHE

Marche Nordique

Samedi 10h à 11h30
Départ du Stade

Handisport

Lundi et Vendredi 18h à 20h

Le Blagnac SC Athlétisme, après une expérience très positive suite à plusieurs évènements handisport organisés au sein du club, met en place dès cette saison 2019/2020 la section handisport.

L'objectif de cette section est d'accompagner les athlètes en situation d'handicap et aussi d'approcher cette pratique de l'athlétisme des autres groupes par le biais d'échanges entre les différents groupes, que ce soit par un accompagnement tout au long de l'année ou simplement lors d'évènements ponctuels.

Pour plus de renseignements, vous pouvez contactez nos entraîneurs par le biais de: ***secretariat.bsca@gmail.com***

Sylviane VARIN
Entraîneur diplômée handisport

Oksana ABRAHAM
Kinésithérapeute et entraîneur diplômée handisport

L'accompagnement des athlètes

Le BSC Athlétisme prépare et accompagne ses athlètes souhaitant atteindre le haut niveau :

La formation : dès les plus jeunes, la formation est orientée de manière pluridisciplinaire afin de les doter des qualités nécessaires dans leur avenir: coordination, vitesse, équilibre…

Sport/Etudes : La proximité des écoles et Lycées de Blagnac (dont la section du Lycée St. Exupery) permettent de renforcer le lien du Club avec le secteur académique.

Stages : plusieurs stages dans l'année permettent de prendre de l'avance sur la préparation.

Suivi médical :

- kinésithérapeute,
- ostéopathe,
- sophrologue,
- nutritionniste

Une équipe pour assurer que nos athlètes restent en pleine capacité physique et psychique malgré l'exigence du haut niveau.

Le bénévolat au cœur du Club

Le BSC Athlétisme accompagne et valorise le bénévolat.

Une opportunité unique pour profiter autrement de ce sport. Plutôt que de rester spectateur, devenez acteur !

Ainsi, vous pouvez vous développer en tant que Jury, entraîneur, dirigeant du Club: des formations sont mises à disposition et un accompagnement spécifique mis en place afin de vous apporter des nouvelles compétences.

Una ambiance conviviale, bonne humeur, et travail en équipe: de quoi vraiment prendre du plaisir !

S’inscrire au Club

Une offre qui s’adapte à vos besoins

*Pour les **habitants de Blagnac : réduction de 15€** sur le prix de l’inscription*.*

*10% de remise à partir du 2ème enfant et les étudiants post-BAC**

Licence Jeunes (185€)

Notre école d’athlétisme : pour un développement des capacités motrices de nos jeunes et une découverte de toutes les disciplines de l’athlétisme. Groupes EA/PO et BE/MI

Licence Compétition (195€)

Pour une pratique orientée vers l’entraînement régulier et le dépassement de soi, ouvrant les portes à la participation à des courses et compétitions. Piste, Hors-Stade, Trail…

Licence Loisir Running (180€)

Visant à faire débuter ou reprendre la course à pied à des personnes à la recherche de la convivialité et de l'émulation d'un groupe et de conseils d'un entraîneur

Licence Loisir Santé (190€)

Pour un public qui recherche une pratique tournée vers le bien-être, la détente, la lutte contre la sédentarité et ses effets (marche nordique, remise en forme, condition physique)

** Sur présentation des justificatifs en cours de validité*

Inscriptions 2019/2020

Téléchargez dès maintenant le dossier d'inscription sur notre site. Il vous suffit de ramener le dossier complet au secrétariat pendant les heures de permanence :

- les mardis et jeudis de 17h à 19h
- les mercredis de 14h à 18h30
- les samedis de septembre de 10h à 12h30

POUR LES LICENCIES DE L'AN PASSE :

Les licences prendront fin le 31 août 2019, il faudra donc se re-licencier rapidement pour pouvoir vous entraîner et prendre part aux compétitions à partir du 1er Septembre 2019.

POUR LES NOUVEAUX LICENCIES :

Venez découvrir les entraînements en réalisant 1 à 2 séances d'essai sur le mois de septembre 2019.
ATTENTION : pour participer aux séances d'essai , il faut fournir un certificat médical aux entraîneurs.

Une **Journée Portes Ouvertes** est proposée le samedi **21 septembre 2019**.pour découvrir l'ensemble d'activités du Club

Pour toute question, n'hésitez pas à contacter le secrétariat par mail ou bien directement sur place.

www.bsc-athle.com

Suivez toute notre actualité sur le site web

- Accueil
- Le Club
- S'entraîner
- Le Club des jeunes
- La vie du club
- Hors-Stade / MN
- L'agenda sportif
- Les résultats
- Les records du Club
- Nos épreuves
- Nos partenaires
- Administratif

Trouvez-nous aussi sur les réseaux sociaux:
blagnac.athletisme
et groupe privé: Blagnac SC Athlétisme

Blagnac BSC ATHLETISME

Complexe Sportif Andromède
Chemin du Ferradou
31700 Blagnac
05 61 71 60 03
secretariat.bsca@gmail.com

www.bsc-athle.com