

### Activités 2016

#### Activités départementales

##### **Soirée pétanque à Albefeuille Lagarde**

31 participants se sont retrouvés pour le tournoi départemental de pétanque de l'Ascet 82. Le tournoi s'est déroulé le vendredi 1<sup>er</sup> juillet à Lagarde, commune d'Albefeuille Lagarde.

12 doublettes se sont affrontées dans la bonne humeur et la convivialité malgré un terrain jugé difficile. Le très beau temps nous a accompagné tout au long de cette soirée qui s'est poursuivie par un repas bien mérité autour d'une grande table placée à proximité du Tarn.

##### **Cours de Qi Gong**

L'initiation au Qi Gong organisée par notre animatrice Isabelle s'est poursuivie tout au long de l'année 2016.

Une quinzaine d'adhérents était présente pour la pratique de cet art chinois qui est destiné à renforcer et assouplir la structure musculo-squelettique du corps.

##### **Activités programmées puis annulées**

Malheureusement, la randonnée « Châtaignes et vin nouveau » du 6 novembre a été annulée pour cause de météo trop incertaine !!

La soirée bowling prévue le 25 novembre a été annulée par le responsable du bowling ...

Nous espérons avoir plus de chance l'année prochaine !!!!

# Activités régionales

## **Week-end régional ski et raquettes dans les Hautes-Pyrénées à Cauterets**

Comme chaque année, nos collègues de l'Asce 65 ont organisé les 15,16 et 17 janvier 2016 la première sortie régionale de l'année.

56 personnes de 7 Asce différentes dont 6 du Tarn-et-Garonne ont participé à ce week-end mêlant raquettes et skis !

Au programme, pour les 27 adeptes des raquettes, balades le samedi au Pont d'Espagne et le dimanche à La Fruitière. Les 24 skieurs ont pu dévaler les pistes de la station du Lys les deux jours.

Le soleil était au rendez-vous durant tout le séjour.

## **Randonnée - balade cathare en Ariège**

Sur les sentiers cathares une vingtaine de personnes de 5 Asce parmi lesquelles 3 de l'Asce 82 ont répondu à l'appel de l'Asce 09 pour un séjour d'un ou deux jours au pied du château cathare de Roquefixade à côté de Foix les 15, 16 et 17 avril 2016.

Samedi balade à flanc de montagne aux environs de Foix avec vue sur la chaîne pyrénéenne, soirée avec troubadour et le lendemain montée au château de Roquefixade.

## **Sortie VTT Canal à Gruissan**

Pour l'Ascension, l'ASCE 31 NSO a organisé sa sortie VTT le long du canal du Midi du côté de Gruissan. Une cinquantaine de participants ont fait le déplacement dont 4 du Tarn-et-Garonne.

Avec le premier jour, comme mise en jambe, le massif de la Clape et la visite des salins de Gruissan, le deuxième jour fut plus consistant : direction le canal de la Robine, le canal de jonction jusqu'au tunnel de Malpas puis retour en longeant la mer soit un total de 100 km.

Le samedi direction l'île de Sainte Lucie, retour par Port La Nouvelle et l'étang de l'Ayrolle avec toujours 100 km au compteur.

Le dimanche au choix VTT dans le massif de la Clape ou marche à Gruissan.

Sans oublier les copieux repas du soir préparés par le traiteur : moules, crevettes, paella, encornets ...

## **Randonnée pédestre et VTT à Puy l'Évêque dans le Lot**

C'est un groupe de plus de 50 personnes dont 8 de l'Asce 82, randonneurs et vététistes confondus qui s'est retrouvé du 27 au 29 mai 2016 à Puy l'Évêque.

Au départ du village de Grézels, une quarantaine de marcheurs et 16 cyclistes se sont retrouvés pour une randonnée pédestre de 20 km et une randonnée VTT de 60 km en vallée du Lot à travers les vignes.

Le week-end a été clôturé par une visite du domaine de Théron puis une balade en gabarre.

## **Randonnée régionale à Gavarnie**

Retour dans les Hautes-Pyrénées pour ce week-end du 24 au 26 juin 2016 placé sous le signe du sport et de la convivialité.

Au programme, col du Piméné à plus de 2500m, puis direction du petit Piméné (2667m), puis du grand Piméné culminant à 2801m, avec une vue exceptionnelle sur les cirques de Gavarnie et d'Estaubé, le Taillon et la Brèche de Roland pour ne citer que les principaux.

5 adhérents de notre département ont participé à cette sortie.

### **Week-end en Aveyron**

Vingt sept personnes de 5 ASCEE de Midi-Pyrénées ont répondu à l'appel de l'Ascet 12 pour un séjour dans le sud de l'Aveyron les 10 et 11 septembre 2016.

Les participants ont été hébergés dans un gîte ayant appartenu à la famille de Toulouse-Lautrec.

8 participants de l'Ascet 82 ont effectué le déplacement.

Le vendredi soir, en prévision des randonnées à venir, les marcheurs ont pris des forces en dégustant un superbe et délicieux aligot.

Le samedi matin, magnifique randonnée au milieu des buis au départ du village de Versols avec vue panoramique sur la vallée de la Sorgue et traversée de la cité templière du village de Saint Jean d'Alcas.

Le dimanche matin, départ de Sylvanes pour une balade dans la vallée de Pessaies jusqu'à une typique chapelle orthodoxe.

### **Randonnée pédestre et VTT régional à St-Antonin**

Ce sont 53 adhérents de 7 Asce de Midi-Pyrénées qui ont participé à cette activité proposée par notre Ascet. Les participants ont été hébergés au moulin du Roumégous à Saint Antonin Noble Val.

Le samedi, les 45 marcheurs ont pu apprécier le panorama des gorges de l'Aveyron lors d'une randonnée de 24 km avec un dénivelé de 600 m. Une parcourt de 50 km était prévu pour les 7 vététistes.

Le dimanche, randonnée pédestre plus familiale de 10 km, boucle de 25 km pour les cyclistes ou visite du marché de Saint-Antonin.

Sans oublier les animations du soir et le repas du dimanche midi pris au restaurant « la guinguette » à Cazals pour clôturer la sortie.

Merci aux Sylvie, à Betty, à Christine, à Corinne, aux Michels, à Jacques, à Patrice, à Guérino, à Arnaud, à Jacques et Françoise pour avoir activement organisé cette activité dans le beau cadre de ce coin de Tarn et Garonne.

### **Activités programmées puis annulées**

Malheureusement, le régional de karting et de bowling ont dû être annulés faute de participants suffisants !!

Nous espérons avoir plus de chance l'année prochaine !!!!

## Activités nationales

### **Triathlon à Bonneville sur Iton (Eure)**

Le 3<sup>ème</sup> challenge sportif de triathlon a été organisé cette année le week-end de Pentecôte par l'ASCE 76 Céréma de la Seine Maritime.

Au programme du dimanche matin : 750 m de natation, 25 km de vélo route et 5 km de course à pied et pour l'après-midi les mêmes épreuves mais avec des distances doublées par rapport à celles du matin

Un membre de l'Ascet 82 a participé au challenge de la matinée.

### **Pétanque nationale – St-Yrieix-sur-Charente (16)**

Ce concours national organisé par l'Asce 16 s'est déroulé du 26 au 28 août 2016.

Une équipe féminine et 3 masculines ont représenté l'Ascet 82.

Malgré une température caniculaire, ce tournoi s'est déroulé dans la convivialité et l'amitié : un grand merci à l'Asce 16 pour son organisation parfaite.

Bravo à nos représentants et notamment à Marguerite et Corinne qui s'inclinent en 1/4 de finale du grand concours féminin et Jean-Claude et Bernard qui perdent aussi en 1/4 de finale mais du concours complémentaire masculin.

### **Challenge national Equip'vent -Marseille**

Du 22 au 25 septembre 2016, s'est déroulé à Marseille, le 10<sup>ème</sup> challenge national de voile Equip'vent de la Fnasce organisé par l'Asce 13 Céréma. 6 adhérents de l'Ascet 82 avec une adhérente de l'Asce 31 ont composé l'équipage du voilier « Cataclysm ».

Le plan d'eau qui a servi aux divers parcours est situé entre les îles du Frioul et les calanques.

Le bateau barré par l'équipage Ascet 82/31 termine à la seconde place de la compétition sur les 14 voiliers inscrits.

Les membres de notre équipage, très heureux de ce classement pour leur 4<sup>ème</sup> participation, ont été honorés de recevoir comme récompense l'assiette du ministre.

### **Trail à St Julien Chapeuil en Haute-Loire**

Le challenge national de trail s'est déroulé du 29 au 31 octobre 2016 à Saint Julien Chapeuil (43).

C'est sous un soleil radieux que dimanche matin 78 coureurs se sont élancés sur les 22 km (challenge national) et ses 800 m de dénivelé, 13 coureurs sur un parcours 30 km et 23 sur celui de 14 km. 24 participants ont marché sur un circuit de 11 km.

Ces activités ont été organisées au profit de l'association des paralysés de France.

Tout au long du parcours, chacun a pu apprécier les paysages d'automne de la Haute Loire.

Notre représentant, Lionel Blampain, a parcouru les 22 km de l'épreuve en 2h 16'16"

Félicitations à notre athlète pour sa brillante participation.