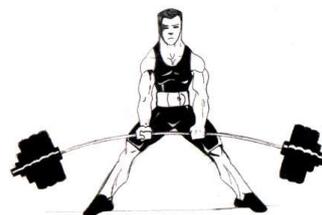


Championnat de France FSGT 2019

De force athlétique et de Développé Couché



SAMEDI 08 ET DIMANCHE 09 JUIN 2019

Au centre Sportif Delaune ; 7 rue Auguste Delaune ; 95100 Argenteuil

Renseignements et inscriptions :

Valère SUEUR. Téléphone : 06 03 60 39 59 ; Email : s.valere@sfr.fr



Le mot du comité :

*La FSGT95 remercie tous les représentants et responsables
du COMA et de l'USMD
ainsi que les bénévoles pour la gentillesse qu'ils ont de
permettre l'organisation de cet événement qui grâce à eux se perpétue
dans une
bonne ambiance sportive et conviviale.
Un grand merci aussi à tous les participants à cette compétition à qui
nous souhaitons un
agréable moment de partages, de rencontres, de réussir de
nombreuses performances, et
autant de valeurs que nous partageons ensemble.*

Les Membres du Comité Directeur.

La ville d'Argenteuil



Le pont d'Argenteuil relie les Hauts de Seine (Colombes et le Val d'Oise). La ville se trouve dans la banlieue nord-ouest de Paris sur la rive droite de la Seine.



C'est également un haut lieu de l'impressionnisme, Claude Monet y séjourne et peint une partie de son œuvre ; Georges Braque y naît un peu plus tard en 1882.

Argenteuil est divisée en six quartiers : le centre-ville, Orgemont-Volembert, le Val Notre-Dame, le Val d'Argent Nord, le Val d'Argent Sud et les Coteaux. Chacun des quartiers se différencie par une très forte identité architecturale, sociale et culturelle. Propriété des bénédictins d'Argenteuil depuis le Moyen Âge, le domaine du Marais s'étend depuis les bords de Seine jusqu'au Val-Notre-Dame.



Portail du château du Marais



Et donc notre compétition se déroulera dans le quartier Val Notre-Dame ! Situé à l'ouest du centre-ville, demeure surtout pavillonnaire avec une architecture des années 1960 et 1970 où l'on peut encore parfois apercevoir des maisons d'ouvriers, mais aussi la chapelle St Jean XIe siècle.

DEROULEMENT

Vendredi 7 juin 2019

- 18h00 - 20h00 Pesée
- 20h00 Repas libre

Samedi 08 juin 2019

- 7h00 - 8h00 Pesée
- 8h00 - 9h00 Réunion des arbitres
- 9h00 - 12h30 force athlétique (minimes, féminines et vétérans)
- 12h30 - 14h00 Repas sur les lieux de compétition
- 14h00 - 18h00 force athlétique (vétérans, seniors, cadets, juniors)
- 18h00 - 19h00 Résultats et remise des récompenses force athlétique
- 19h00 - 20h00 Pesée
- 20h00 Repas au restaurant

Dimanche 09 juin 2019

- 7h00 - 8h00 Pesée
- 8h00 - 9h00 Réunion des arbitres
- 9h00 - 12h30 Compétition de développé couché
- 12h30 - 14h00 Repas sur les lieux de compétition
- 14h00 - 15h00 Résultats et remise des récompenses Développé Couché

Samedi et dimanche un atelier massage et relaxation sera à votre disposition.

Ce programme est donné à titre indicatif

COMMENT VENIR AU CENTRE DELAUNE ?

En transport en commun

_ Il faut environ 15 à 20 minutes pour relier la gare St Lazare à la gare d'Argenteuil.
_ Prendre le bus 272 et descendre à l'arrêt «Avenue du château » Le complexe se trouve à 5 minutes à pied via l'avenue du château.

_ **Depuis la gare de l'est** : prendre le Métro ligne 7 direction Mairie d'Ivry, Descendre à Opéra

puis se rendre sur la ligne 3 direction Pont de Levallois, Descendre à St Lazare puis prendre jusqu'à Gare d'Argenteuil (30mn de trajet en totalité)

_ **Retour**

_ Gare d'Argenteuil prendre le train quai n° 2 jusqu'à Gare St Lazare puis Métro ligne 3 direction Gallieni, descendre à Opéra puis Métro ligne 7 direction la Courneuve, descendre à Gare de l'est. (30 mn)

_ **Depuis la gare de Lyon** : Métro ligne 14 direct St Lazare (10 mn)

_ **Retour**

_ Gare d'Argenteuil prendre le train sur le quai n° 2 jusqu'à Gare St Lazare puis Métro ligne 14, direction Gare de Lyon (direct 10 mn)

_ **Depuis la Gare du Nord** : Métro ligne 4 direction Porte d'Orléans jusqu'à Sébastopol, puis ligne 3 direction Levallois jusqu'à St Lazare (20 mn) ensuite le train jusqu'à Argenteuil.

_ -RER E direction Haussmann St Lazare. (15mn) puis direction Argenteuil.

_ **Retour**

_ Gare d'Argenteuil prendre le train quai n° 2 jusqu'à Gare St Lazare puis Métro ligne 3 direction Gallieni jusqu'à Sébastopol, puis ligne 4 direction Clignancourt jusqu'à Gare du Nord (20 mn)

_ **Depuis la Gare d'Austerlitz** : prendre RER C direction Pontoise jusqu'à la station Musée d'Orsay puis le métro ligne 12 (Solferino) descendre à St Lazare. (30 mn) ensuite Argenteuil.

_ **Retour**

_ Gare d'Argenteuil prendre le train quai n° 2 jusqu'à Gare St Lazare puis Métro ligne 12 direction Mairie d'Issy descendre à Sèvres Babylone puis prendre la ligne 10 direction gare d'Austerlitz.

_ **Depuis la Gare Montparnasse Bienvenue** : Métro ligne 12 direction Aubervilliers et descendre à St Lazare puis Argenteuil.

_ **Retour**

_ Gare d'Argenteuil prendre le train quai n° 2 jusqu'à Gare St Lazare puis Métro ligne 12 direction Mairie d'Issy descendre Gare Montparnasse Bienvenue.

En voiture

_ En arrivant sur le périphérique Pte Maillot prendre la direction de l'autoroute A15 en direction de Cergy, ensuite récupérer l'autoroute A86 en direction de St Denis et prendre la sortie 3 Argenteuil Val Notre Dame, continuer sur le pont des deux eaux jusqu'à place du 11 novembre, tourné à gauche rue Henri Barbusse, ensuite tourner à droite sur l'avenue du château et à 50m tourner à droite sur la Auguste Delaune.

Hôtels ibis budget à proximité de la compétition :



Hôtel ibis budget Bezons Rives de Seine

Adresse : 219 Rue Michel Carré, 95870 Bezons

Téléphone : 0 892 70 74 15

Hôtel ibis budget Argenteuil Bords de Seine

Hôtel deux étoiles

Adresse : Z.I. des Bords de Seine, 118, Rue Michel Carré, 95100 Argenteuil

Téléphone : 0 892 68 31 85

Hotel Kyriad Paris Bezons

Hôtel 3 étoiles

Adresse: 80 avenue Gabriel Péri, 95870 Bezons

Telephone: 01 34 23 32 32

Hotel Campanile Argenteuil

Adresse: 1 rue Ary Scheffer, 95100 Argenteuil

Telephone: 01 39 61 34 34

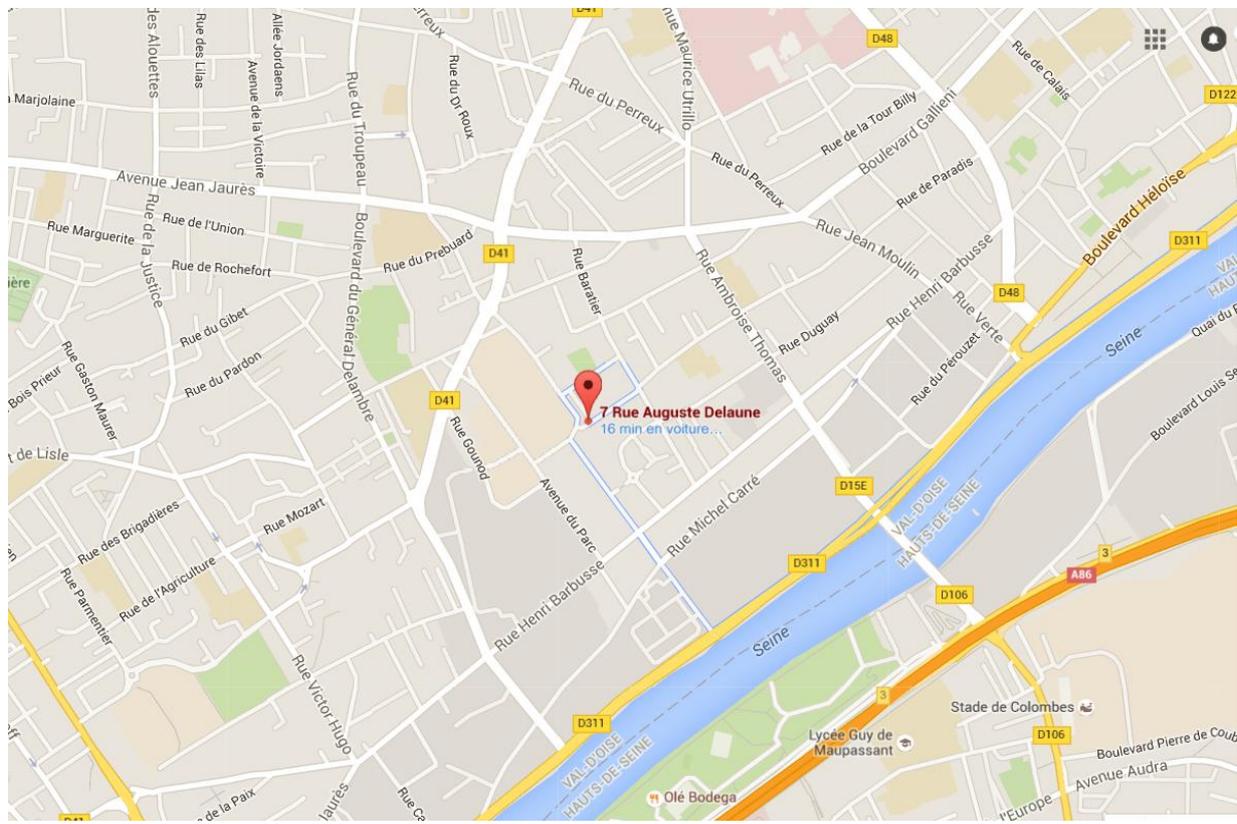
Hôtel Première Classe Paris Nanterre

16 rues des Haras, 92000 Nanterre

Téléphone : 01 47 82 09 96

Le centre Delaune :

Adresse : 7 rue Auguste Delaune 95100 Argenteuil



RÉSERVATION DES REPAS

Nous vous remercions d'envoyer votre demande de réservation ci-dessous dûment complétée, accompagnée d'un chèque d'acompte de 50 %, au plus tard le 02 mai 2019 à l'ordre du COMA HALTERO:

Adresse de réception des acomptes :

SUEUR Valère

6 allée des Pillies

95130 Le Plessis Bouchard

Téléphone : 06 03 60 39 59

Email : s.valere@sfr.fr

CLUB :

Coordonnées du responsable :

Nom et Prénom :

Adresse :

Tél :

Adresse mail :

Jour	Nombre de repas	Prix	Total
Samedi 08 juin Buffet froid repas du midi		16€	
Dimanche 09 juin Buffet froid repas du midi		16€	
Samedi 09 juin Soirée festive dans un restaurant asiatique avec buffet à volonté		18.50€ hors boissons	

Date et Signature :

