

2 nouveaux records à la compétition d'Athlétisme organisée par la Fédération Libanaise

La Fédération Libanaise d'Athlétisme a organisé, le dimanche 20 décembre 2020 à la Cité Sportive, une compétition d'athlétisme. Notre athlète Mayssa Mouawad a battu le record (précédemment décroché par Gretta Taslakian) du 200m cadettes avec un excellent chrono 24sec97. C'est la 1^{re} Cadette dans l'histoire de l'athlétisme libanais à descendre sous la barre des 25 secondes, Mayssa a travaillé dur pour ce record... Bravo, Mayssa !

De son côté, notre grand lanceur Ralph Nassar a battu le record de lancer de marteau Juniors avec un jet à 25m17. Nous félicitons Ralph de s'être, lui aussi, entraîné dur pendant toute la période de confinement !

Quant à nos autres athlètes, ils ont eux aussi réalisé de très bons résultats et beaucoup d'entre eux ont même fait des PB (personal best).

Côté Dames :

- Leen Ghezzaoui, notre sprinter, a fait 2 PB au 100m (13sec08) et au 200m (27sec13) ;
- Maria Nassar : 2 PB au 100m (14sec19) et au 200m (28sec85) ;
- Yara Aridi : 2 PB au 100m (14sec28) et au 300m (46sec85) ;
- Sama Moustafa, notre Benjamine, a fait une excellente course au 2000m et un PB de 7min39sec39 ;
- Nay Moustafa : très belle course et excellente performance au 800m, et, cerise sur le gâteau, un PB 2min32sec45 ;
- Mia Malak s'améliore d'une course à l'autre avec un PB au 800m (2min33sec27) ;
- Enfin, Mayssa, après le record enregistré, a fait un excellent chrono au 100m (12sec23).

Côté Hommes :

- Notre grand sauteur Serge Artoun a réalisé un PB au 60m avec un très bon chrono de 7sec 13 ;
- Ali Fneich, capitaine de l'équipe, malgré une gêne à son ischio, a réalisé une belle course au 300m et un bon chrono (38sec50) ;
- Alexandre Sioufi a fait 3 excellentes courses au 60m plus des PB 7sec36, au 300m 36sec95, et enfin au 100m 11sec68 ;
- Kevin Aoun a enfin montré son grand potentiel avec 2 PB au 100m 11sec76 et au 300m 37sec33 et ce n'est que le début ;
- Ronald a bien débuté la saison avec un excellent bond en saut en longueur de 6m43 ;
- Karim Abi Said : 2 PB, l'un au 300m 36sec65 et l'autre au 60m 7sec43 , son sérieux a enfin payé;
- Sami Helou : très bon début au 60m 7sec61 et au 100m 12sec11 après un arrêt à cause d'un mal de dos, on attend encore beaucoup de lui ;
- Joe Kamel a marqué son retour avec un beau saut en longueur de 5m52 ;
- Christian Saba, notre grand lanceur et coureur, a réalisé un PB au 3000m 10min57sec29 et un bon jet de 24m09 au lancer de disque ;
- Kevin Raad : très beau jet de 26m36 au lancer de disque ;
- Ali Hachem : 2 PB au 200m 24sec12 et au 100m 12sec01 ;
- Joe Najem, notre nouveau coureur, a réalisé deux belles courses au 100m 12sec17 et au 200m 24sec58 ;
- Kevin Artoun, notre nouvelle recrue, a réalisé 2 belles courses au 100m 12sec44 et au 200m 25sec09 ;
- Enfin, Ralph Nassar, outre son record du lancer de marteau, a réalisé une très belle course au

100m et un très bon chrono et PB de 12sec28.

Bravo à nos athlètes, qui, à chaque meeting, font de leurs mieux pour porter très haut les couleurs du Collège et du Club, nous les remercions de nous rendre toujours très fiers d'eux, tant au niveau de leurs performances que de leur discipline...

Merci aux parents, toujours nombreux sur les gradins pour encourager les Jamhouriens, et enfin grand merci au Père Recteur, qui met tout au service de nos jeunes sportifs.

Voici les résultats techniques :

Prénom NOM	Club	Résultat	Classt	
200m Dames -0.3m/s				
Mayssa Mouawad	CSJ	24"97	1	
Leen Ghezzaoui	CSJ	27"13	2	
Maria Nassar	CSJ	28"85	3	
Marteau Juniors 6 Kgs				
Ralph Nassar	CSJ	25m17	1	
100m Hommes				
Serge Artoun	CSJ	11"29	1	
Alexandre Sioufi	CSJ	11"68	2	
Kevin Aoun	CSJ	11"76	3	
Ronald Kassab	CSJ	11"82	4	
Ali Hachem	CSJ	12"01	5	
Sami Helou	CSJ	12"11	6	
Joe Najem	CSJ	12"17	7	
Ralph Nassar	CSJ	12"28	8	
Kevin Artoun	CSJ	12"44	10	
Joe Kamel	CSJ	12"47	11	
Kevin Raad	CSJ	12"67	12	
Disque Juniors 1.75Kgs				
Kevin Raad	CSJ	26m36	1	
Christian Saba	CSJ	24m09	2	

Sport : Résultats meeting athlétisme (20.12.2020)

Published on Collège Notre-Dame de Jamhour- الجمهورية دة سيد مدرسة (http://www.ndj.edu.lb)

200m Hommes -2m/s				
Ali Hachem	CSJ	24"12	1	
Joe Najem	CSJ	24"58	2	
Kevin Artoun	CSJ	25"09	3	
100m Dames 0m/s				
Mayssa Mouawad	CSJ	12"23	1	
Leen Ghezzaoui	CSJ	13"08	3	
Maria Nassar	CSJ	14"19	4	
Yara Aridi	CSJ	14"28	5	
800m Dames				
Nay Moustafa	CSJ	2'32"45	1	
Mia Malak	CSJ	2'33"27	2	
2000m Dames				
Sama Moustafa	CSJ	7'39"39	1	
3000m Hommes				
Christian Saba	CSJ	10'57"29	20	
300m Dames				
Yara Aridi	CSJ	46"85	3	
Longueur Hommes				
Ronald Kassab	CSJ	6m43	1	
Joe Kamel	CSJ	5m52	2	
60m Hommes				
Serge Artoun	CSJ	7"13	2	
Alexandre Sioufi	CSJ	7"36	3	
Karim Abi Said	CSJ	7"43	5	
Sami Helou	CSJ	7"61	9	
300m Hommes				
Karim Abi Said	CSJ	36"65	2	
Alexandre Sioufi	CSJ	36"95	3	

Sport : Résultats meeting athlétisme (20.12.2020)

Published on Collège Notre-Dame de Jamhour- الجمهورية دة سي مدرسة (http://www.ndj.edu.lb)

Kevin Aoun	CSJ	37"33	6	
Ali Fneich	CSJ	38"50	12	
Kevin Raad	CSJ	40"95	15	

Sport [1]

Source URL (modified on 02/03/2021 -

17:12):<http://www.ndj.edu.lb/sport/athletisme-meeting-federation-20201220>

Links

[1] http://www.ndj.edu.lb/vie_sportive