

MAI

Votre bulletin d'information mensuel



En Mai, fais ce qu'il te plaît

Bienvenue sur notre newsletter de mai ! Le printemps est enfin bien installé, et avec lui, une énergie renouvelée pour nos entraînements et compétitions. Ce mois-ci s'annonce particulièrement dynamique avec de nombreuses activités, événements et succès à célébrer.

Votre dévouement et vos performances inspirent toute la communauté du club. Nous sommes ravis de partager avec vous quelques-uns des moments forts et des réussites individuelles remarquables qui ont marqué ces événements.

En vous souhaitant une bonne lecture.

LES SUJETS

LA COURSE DU MUGUET

UN WEEK-END À PACÉ

2ND TOUR INTERCLUBS

CÔTÉ TRAIL

MEETING DE CARQUEFOU

MEETING DE JANZÉ

MEETING PATRICK CHAUVEL

LE TRAIL DES LÉGENDES 2024

REMISE OFFICIELLE DES VESTES

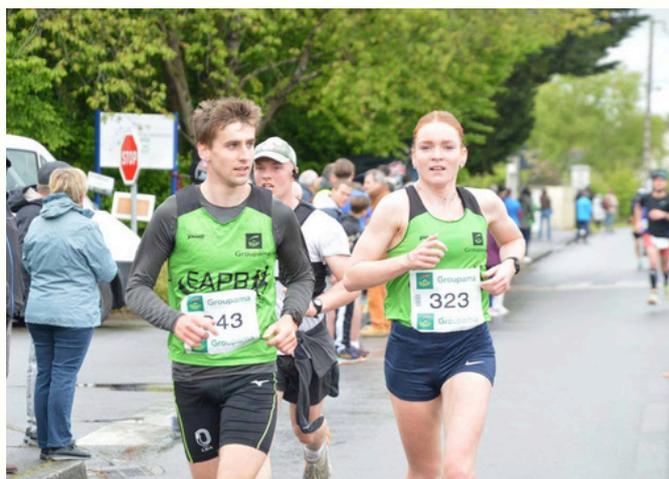
CALENDRIER

NOS PARTENAIRES

La course du Muguet

Comme tous les ans et depuis 42 ans, la course du Muguet a eu lieu le 1er Mai. Cette année au départ de Montfort, avec un petit changement puisque le départ et l'arrivée se sont faits à la piste.

Sur le 15km, le club comptait une trentaine d'engagés portant le maillot vert. Avec la victoire de Nohé Le Guillou en 48'43, qui détrône Jonathan Durand qui lui termine 2ème en 49'24. Chez les femmes, la seule verte qu'on aperçoit sur la 3ème marche, c'est Bertille Peslerbe en 58'58, gentiment emmenée par son camarade Melen.



Sur le 5km c'était une vingtaine de maillots verts et des podiums quasi verts ! Chez les hommes, c'est Mael Etienne qui s'impose en 16'17, suivi par Mathieu Balbino qui termine 3ème en 16'31. Chez les femmes, Constance Orain remporte la course en 18'35 face à Illona Argentais en 19'14.

Pour nos jeunes benjamins et minimes c'est 2,6km. Mention spéciale à Emma Dayot qui remporte la course chez les filles en terminant 3ème au scratch !

Un week-end à Pacé



Les 3 et 4 Mai dernier, certains de nos athlètes étaient à Pacé. Le vendredi 3 Mai, c'était la corrida sur 10km. Nous retrouvons 10 maillots verts dans le peloton. Mention spéciale à Romain Fercoq qui termine 5ème en 31'43. Félicitations à Thomas Hocquette qui bat son record personnel en signant un 32'40 !

Le lendemain, 10km mais cette fois-ci autour de la piste. C'était les championnats de France de 10 000m. Ici, un seul de nos athlètes était engagé, il s'agit de Jean Personnic. Sur une course qui demande de la régularité, Jean termine 7ème de la finale B en 32'24''99, synonyme de nouveau record personnel !

Second tour des Interclubs

Le dimanche 12 Mai, pour le 2ème tour des Interclubs, le club est en poule de montée pour la 3ème fois de son histoire. En route donc pour Tourlaville sous le soleil normand.



Poule de montée signifie maintien assuré ! C'est donc motivé mais serein qu'une cinquantaine d'athlètes, 8 juges et quelques accompagnants font le déplacement. Le bilan est positif, puisque le club totalise **44 469** points. À moins de 1000 points du record du club. Cela fait 3ans que notre équipe fait autour de 45000 points. Un juge en plus et une mésaventure en moins au 100m haies et le record était dans la poche ! Ce n'est que partie remise.

Cette belle journée du mois de Mai a été marquée par la performance d'**Antoine Edzoa MVE** qui se classe 2ème au bilan français chez les cadets avec un saut à 14m60 lors de son concours de triple saut. Il totalise 911 points sur cette seule épreuve.

Seconde performance à souligner c'est celle d'**Alexis Guéroc** qui devient le premier athlète masculin à passer les 1000 points en individuel. Il efface aussi le record du club du 3000m steeple vieux de presque 20 ans (détenu par Stéphane Cochet), en 8'56'69, marquant 1008 points.



MAI 2024

Nos steepleurs, Alexis et Melen ont été élus **meilleur binôme** de ces interclubs 2024 en totalisant 1937 points à tous les 2. Face à eux, nous retrouvons le binôme du 400m haies avec Soren et Quentin qui rapportent 1601 points.

Une performance que nous voulons mettre en lumière, c'est celle de Norah Arribart. Cette jeune cadette était alignée sur le 100m haies. Elle réalise une très jolie course, mais malheureusement la chronométrie n'a pas fonctionné. Elle, comme ses concurrentes, a été contrainte de courir une seconde fois à 30 minutes d'intervalle. Rappelons qu'aux interclubs, tous les athlètes sont dans les mêmes conditions, donc Norah court avec des haies plus hautes que celle de sa catégorie. Sur cette 2ème course, Norah chute, mais cette force de caractère se relève et passe la ligne d'arrivée. C'est aussi ça l'esprit club !
Merci Norah !

En plus d'une belle journée du point de vue de la météo et des performances, le déplacement collectif en car fait aussi partie de l'ambiance des interclubs. Cela faisait 4 ans que le club ne s'était pas déplacé aussi loin pour des interclubs, que cette compétition était plus ou moins à domicile. Nous sommes demandeurs de ces moments de convivialité, de partage et de débrief.

Le club souhaite remercier tous les bénévoles et juges présents ce jour-là, grâce à vous nous gagnons des points, et au contraire, si vous n'êtes pas là, nous en perdons. Encore une fois, nos juges sont importants dans les compétitions : **pas de juges=pas de compétitions.**

Nous remercions la commission extra-sportive qui nous a organisé un petit repas galettes-saucisses à fin de la journée en attendant le car. Mention spéciale à Catherine et Jean-Yves Ramaré qui se sont soigneusement occupés de nourrir nos athlètes.



Côté trail

Incontournable rendez-vous des traileurs : **Guerlédan** ! Là où on y laisse la sueur, les crampes, le souffle, les battements de coeur qui font avancer, ce sentiment d'accomplissement ou de déception, et ces émotions qui font pleurer de joie ! C'est ce qu'ont vécu les 17 traileurs de l'EAPB engagés cette année. De très grosses performances sont à noter pour le club, à commencer par Anaïs Duval.



Jeune prodige du trail Breton, Anaïs était engagée sur le 65km avec 2800m de dénivelé positif, qu'elle boucle en 7h24 en s'offrant la couronne chez les femmes, termine 37ème au scratch sur 1100 participants. C'était l'objectif de l'année, pari réussi. Quel sacre ! Félicitations Anaïs !

Baptiste Danet frôle le top 10 en se classant 13ème au scratch et Yvan Bernard monte sur la 1ère marche du podium chez les M3.



MAI 2024

Sur la distance de 26km se jouait le match interceltique de trail proposé par la ligue de Bretagne d'athlétisme. Orlane Michel et ses 3 coéquipières représentaient la Bretagne face à l'Irlande, le Pays de Galles, la Galice et le Portugal. Les filles terminent sur le seconde marche du podium. Félicitations à elles !



Les plus jeunes ont eux aussi mouillé le maillot vert ! Maël Guillemot est arrivé 1er espoir sur le trail de Liscuits, c'est 13km qu'il a réalisé en 1h06. Ann'Jo Ollivier se classe 5ème espoir sur le 26km pour sa première représentation au sein du Team Scott Baouw by OTT.



Un petit clin d'oeil aussi à ceux pour qui l'objectif était de finir, à Guerlédan ou ailleurs, qui donnent tout pour aller au bout de l'effort et vivre ce moment magique de franchir la ligne d'arrivée. Félicitations à tous !

Restez connectés, au mois de juin les résultats prendront de l'altitude...

Meeting de Carquefou



Le vendredi 17 Mai avait lieu le meeting de Carquefou, où certains de nos demi-fondeurs ont fait le déplacement.

Nous retrouvons Illona Argentais sur le 1500m où elle continue de descendre son chrono et signe un 4'45"37, elle se rapproche petit à petit de son record personnel.

Jordan Joliet sur le 1500m lui aussi se rapproche de son record personnel en courant en 3'54"09.

Du côté du 5000m, Thibaut Hocquette signe un nouveau record personnel en 14'27"96, synonyme de performance N4.

Du côté du steeple, Melen Dreuslin avec beaucoup de panache, efface son record personnel et passe la ligne en 9'02"79. Quant à Alexis Guéroc, il fait tomber pour la 2ème fois en 1 semaine le record du club et signe un 8'53"30.



Meeting de Janzé

Les mois de Mai et Juin sont synonymes de meetings organisés par de nombreux clubs, chacun avec son niveau, ses disciplines et ses catégories d'âge.

Le 18 Mai, une dizaine d'athlètes ont fait le déplacement à Janzé. Nous retenons surtout qu'il y avait sur place, 2 équipes de minimes alignées sur le relai 800/200/200/800.



Ce relai est souvent pratiqué par les catégories minimes, en mélangeant du sprint et du demi-fond, cela permet de le rendre stratégique et dynamique. Cela renforce aussi la cohésion dans les groupes.

L'équipe des filles avec Léna, Chloé, Emma et Pauline, terminent en 6'01"21 et se classent 3ème. L'équipe mixte composée de Yannis, Tom, Paloma et Anna remportent sa série en 5'49"65. Il est possible que l'une des 2 équipes ait la chance de participer aux pointes d'or. À voir selon les modalités de qualification.

Meeting Patrick Chauvel

Le 25 Mai, nous retrouvons les pistards à Pacé. Lors du meeting Patrick Chauvel, une petite trentaine d'athlètes étaient engagés.

Chez les sprinteurs, nous retrouvons Soren Louvel--Durier, qui s'acquitte des minimas pour les championnats de France U20 sur le 400m haies en 54"58, nouveau record personnel et performance N4 !

Amandine Hergas était engagée sur le 200m, là où elle réalise 26"35, soit le 2ème meilleur temps de sa carrière. Sur le 200m masculin, c'est Pierre-Auguste Barré qui ne passe pas inaperçu. Celui que tout le monde appelle PA court le 200m en 23"23, pour la 3ème fois cette année. Improbable ! Pour la petite anecdote, PA et Thibault Queffelec ont joué avec les nerfs des juges en inversant leur couloir.

Chez nos jeunes demi-fondeurs, un joli tir groupé. Nous retrouvons Maël Étienne, Élian Bougeard et Ann'Jo Ollivier sur le 800m qui font tous les 3 un joli sub' 2' soit 3 records personnels !



Le trail des Légendes 2024 se prépare...



7 et 8 septembre 2024
Lac de Trémelin-Iffendic

**TRAIL DES LÉGENDES
BROCÉLIANDE**

Au coeur des terres bretonnes

Nouveau ! Le samedi : 12 km course nature

Le dimanche : 52 km solo ou relais / 42 km / 26 km / 14 km / 9 km

QUEST TRAIL TOUR

trailbroceliande.eapb.fr

Le trail des légendes 2024 se prépare ! Si vous souhaitez participer en tant que bénévoles à cette belle fête du sport, réservez déjà votre week-end des 7 et 8 Septembre et faites-vous connaître en cliquant sur l'affiche ci-contre (ça vous emmènera sur klikego où vous pourrez vous inscrire en tant que bénévole) ! Bon plan bénévole spécialement pour vous : le tee-shirt du trail est à 20€ ! (réservation avant le 15 juin).

Au programme cette année, une nouvelle course nature de 12 km le samedi au départ du Lac de Trémelin, les 5 distances à parcourir le dimanche : 9, 14, 26, 42 et 52km ainsi que 3 défis pour ceux qui ont soif d'effort et qui veulent courir les 2 jours !



Pour l'organisation du trail des Légendes 2022 et 2023, l'association du club de moto-cross avait prêté le terrain de moto-cross d'Iffendic. En échange, elle demande des volontaires pour donner un coup de main à l'organisation du championnat du monde de side-car qui aura lieu les 13 et 14 juillet 2024 (il faudrait 6 personnes par jour). Repas et boissons offerts ! Si des personnes sont intéressées, merci de bien vouloir contacter l'EAPB par mail : trail.broceliande35@gmail.com

Remise officielle des vestes

Le mercredi 29 Mai, les athlètes faisant partie du groupe SHN de l'EAPB ont eu l'honneur de se voir remettre une veste officiellement par notre partenaire, le CMB. En effet, le Crédit Mutuel de Bretagne a signé un accord de partenariat avec le club pour soutenir les sportifs de haut niveau dans le cadre d'une charte SHN.

Grâce à cet accord, le club peut aider les sportifs affichant des performances de niveau national, des sélections en championnat de France sur piste et/ou des médailles nationales.

Nous remercions sincèrement notre nouveau partenaire, que l'aventure commence !



Calendrier Juin 2024

Semaine 22 – du 27/05 au 02/06

- Sam. 01/06 : Meeting demi-fond du CIMA pays d'Auray - Auray
- Sam. 01/06 : Meeting de l'athlétisme sud 22 - Merdrignac
- Sam. 01/06 : Meeting du stade Brestois - Brest

Semaine 23 – du 03/06 au 09/06

- Sam. 08/06 : Finale Dep. EA/PO - Janzé
- Dim. 09/06 : Champ. Dep. BE/MI - Janzé

Semaine 24 – du 10/06 au 17/06

- Vend. au Dim. 14 au 16/06 : Champ. France Masters - Thonon les Bains
- Vend. et Sam. 14 et 15/06 : Champ. Dep. CA+ - Fougères
- Sam. 15/06 : Meeting du lac - Lorient
- Dim. 16/06 : Champ. BZH MI - Vannes

Semaine 25 – du 18/06 au 24/06

- Sam. 22/06 : Champ. BZH de triathlon BE/MI - St Malo
- Vend. au Dim. 28 au 30/06 : Champ. France Élites - Angers
- Sam. et Dim. 29 et 30/06 : Champ. BZH CA+ - Redon



Pour toute question concernant les entraînements et les compétitions, n'hésitez pas à contacter Amandine : amandine.hergas@eapb.fr

Pour toute autre question, écrivez à : contact@eapb.fr

Nos partenaires

La vie d'un club, c'est des entraînements, des compétitions, des déplacements, des victoires et des défaites... Bref beaucoup d'émotions mais aussi des besoins financiers. Nous tenons donc à remercier nos partenaires institutionnels et privés pour leur soutien.



Groupama



**Crédit Mutuel
de Bretagne**



**Breizh
Intérim**
Vous faciliter le travail



EVAGRI

DANJOU
PEINTURE



**AGIR ENSEMBLE
MONTFORT
COMMUNAUTÉ**



Ille & Vilaine
LE DEPARTEMENT

**brocëliande
communauté**

Communauté de communes
**Saint-Méen
Montauban**
DE LA VITALITÉ À PARTAGER

