

OCTOBRE

Votre bulletin d'information mensuel



Octobre vert

L'arrivée de l'automne n'a pas ralenti nos athlètes, bien au contraire ! Entre records personnels, podiums et beaux moments partagés sur les stades et les chemins, le club a vibré au rythme des compétitions et des sourires. Retour sur un mois d'octobre aussi intense que motivant pour la suite de la saison !

Bonne lecture !

LES SUJETS

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU CLUB

TOUT RENNES COURT

FINALE INTERCLUB AVENIR

FESTIVAL DES TEMPLIERS

LE MARATHON VERT

SERVICE CIVIQUE

CALENDRIER

NOS PARTENAIRES

Assemblée générale

Vendredi 10 octobre, le club tenait son assemblée générale annuelle !

Un moment important de la vie du club, auquel vous étiez tous conviés — et vous avez été nombreux à répondre présents. Merci à chacun d'entre vous pour votre participation et votre bonne humeur !

Cette soirée a permis de faire le point sur l'année écoulée : les temps forts, l'évolution des différents groupes, les projets menés, sans oublier le bilan financier du club, toujours présenté avec transparence. Un vrai moment de partage et d'échanges autour de notre passion commune.



Comme chaque année, cette assemblée a aussi été l'occasion de récompenser nos jeunes athlètes pour leur engagement, leur assiduité et leurs beaux résultats tout au long de la saison. Bravo à tous pour vos efforts et votre progression.

Poussins, benjamins, minimes et cadets ont clôturé la série des récompenses, une belle manière de boucler la saison et de se projeter vers la suivante avec motivation !

Tout Rennes Court

Le dimanche 12 octobre, comme tous les ans, l'incontournable **TOUT RENNES COURT** qui attire à chaque fois énormément de coureurs. Dans les rues de Rennes ce dimanche-là, pas loin de 100 maillots verts déambulaient sur toutes les distances.

La première épreuve de la journée a très bien lancé les hostilités, avec 2 victoires (homme et femme) vertes sur le semi-marathon. La course masculine a été remportée en 1h08'20 par **Alexis Guéroc** avec un finish d'anthologie, digne d'un coureur de 800m. Pas tellement loin derrière, la première féminine c'est **Laure Bertrand**, impressionnante. **1h12'40**, nouveau record personnel (de plus de 5 minutes), record du club (anciennement détenu par Marjolaine Nicolas en 1h13'20), et avec tout ça, 5ème performance française, rien que ça.



Pour l'anecdote, ces 2 là terminaient tous les 2 seconds l'an dernier sur la même épreuve. Donc la victoire de cette année est d'autant plus belle.

Sur le 10km du matin, Marwan Kenzou s'offre la 3ème place en 31'42. Sur le 10km de l'après-midi, le match interclubs, Melen Dreuslin termine 2ème en 30'11. L'équipe de l'EAPB remporte ce match (Melen, Mathieu Hubert, Valentin Grisot et Louis-Marie Kerrand).

Sur le 5km, Pablo Pocinho termine premier dans sa catégorie (CA) en 16'15. Chez les Juniors, Elian Bougeard est 2e en 15'58 suivi de près par son camarade Loris Miguel, 3e en 15'59. Chez les cadettes, pour sa première sur la distance, Chloé Cochet boucle le 5km en 21'20 en prenant la 3ème place.



Finale des Interclubs jeunes

La finale des interclubs jeunes avait lieu à Saint-Renan le dimanche 19 octobre. Nos jeunes cadets et juniors ont bravé la météo capricieuse pour parvenir à leur fin.

Ils rentrent de Saint-Renan avec une 6ème place de la poule nationale 2 des clubs bretons.



Un total de **12 213 points**, soit seulement 40 points de moins que le record du club !

Dans les performances à retenir, notons 4 athlètes aux alentours des 800 points :

- Marvine Mvondo : 110m haies en 15''47 (817 points)
- Élian Bougeard : 800m en 1'58''04 (809 points)
- Pauline Leturgeon : 100m haies en 15''97 (783 points)
- Titouan Poulain : 4m15 à la perche (766 points)

Vous entendiez souvent parler de Marvine sur ces années minimas, le voilà chez les cadets. Dès ses premières compétitions, il fait forte impression puisqu'il fait partie des 2 seuls athlètes à avoir dépassé les 800 points. Athlète très prometteur que nous allons suivre de près cette saison. Ce qu'il faut mettre en avant en plus de la performance collective, c'est la cohésion de ce groupe de jeunes. Les juniors accueillent les nouveaux cadets de la meilleure manière qu'il soit. Et c'est ce qu'on aime voir sur ce genre d'évènement. Alors félicitations à tous pour la performance collective ! Vous avez bel et bien lancé cette nouvelle saison 2025/2026.

OCTOBRE 2025

Festival des Templiers



LES **TEMPLIERS**

HOKA

Le week-end des 18-19 octobre, une quinzaine de nos traileurs ont pris le départ du **Festival des Templiers**, à Millau, rendez-vous incontournable du trail en France. Dans les paysages grandioses des Causses et des vallées aveyronnaises, ils ont affronté les kilomètres, le dénivelé et les éléments avec courage et passion. Un événement à la fois exigeant et inspirant, où chacun a pu vivre l'esprit du trail : dépassement de soi et entraide.

C'est le cas de **Pélagie Lebreton** et **Ludovic Bruneau** qui ont tous les 2 montré qu'en s'entraidant et en ne lâchant rien, ils pouvaient y arriver. En effet, ce week-end **Pélagie** a pu compter sur son ami **Ludovic** pour l'accompagner vers la victoire dans sa catégorie (M3) sur le 80km. Quelques soucis de santé en arrière, **Pélagie** n'aurait jamais pensé en arriver là aujourd'hui, et pourtant elle est la preuve que la patience, la résilience et le dépassement de soi, font bon ménage. Elle revient au très bon niveau qu'elle connaissait dans ses meilleures années. Aujourd'hui elle boucle son **80,7km** et **3443m de dénivelé** en **10h21'38**. Félicitations à ce joli duo !

Sur une distance plus courte, nous retrouvons ici aussi un habitué du trail. **Yvan Bernard**. Lui aussi limité par quelques soucis de santé a dû revoir les distances à la baisse et aujourd'hui il s'amuse sur des distances inférieures à 50km. Sur le 30km, il est monté sur la plus haute marche du podium dans sa catégorie (M3). Il aura fallu à **Yvan**, **2h55'44** pour terminer son **30km** avec **1185m de dénivelé**.

Notons aussi la belle prestation de **Ann'Jo Olivier** qui, sur la même distance que Yvan, termine 2ème espoir en **3h01'20**.

Félicitations à tous les traileurs qui étaient présents sur cette course !



Week-end Marathon vert

Les 25 et 26 octobre, c'est dans les rues de Rennes (une seconde fois pour ce mois) que nos maillots verts ont fait le show. Du 5km au marathon, en passant par l'esprit d'équipe avec des relais, l'EAPB était représenté sur tous les fronts.

Sur le 5km du samedi soir, une dizaine d'athlètes féminines du club ont pris le départ. Mention spéciale à **Illona Argentaïs** qui bat son record personnel et boucle sa course en **18'03**. Côté 10km, des performances de haut vol. Et la première à citer est celle de **Melen Dreuslin** !



Le sourire jusqu'aux oreilles, et il peut être fier car il vient d'exploser son record personnel ainsi que le record du club. Melen qui monte en puissance depuis quelques mois déjà, prouve son excellente forme et sa motivation pour la saison qui arrive. **29'19** sera la nouvelle marque inscrite aux records du club. Il efface des tablettes son compère d'entraînement, Alexis Guéroc (29'52). Félicitation Monsieur, c'était de toute beauté. Notons que Melen se classe 5ème de ce 10km très relevé avec 3 internationaux devant lui.

Dans cette course à rebondissement, il y a eu de nombreux records personnels sur ce parcours propice à la performance. Mais certains ont été moins chanceux que d'autres. Pris dans une chute au départ, quelques athlètes ont stoppé la course, d'autre ont quand même continué malgré le carambolage massif du départ.



Le lendemain matin, 9h, départ du marathon. Pour certains, c'était l'objectif de l'année, pour d'autres un baptême ou encore une course plaisir. 45 athlètes de l'EAPB ont été recensés "marathonien" ce dimanche 26 dans les rues de Rennes. Le marathon vert était également support des championnats de Bretagne de la distance. **Mathieu Hubert** s'offre la médaille d'argent en **2h23'11**. Il était accompagné une partie de la course par un meneur d'allure qui n'est autre que son partenaire d'entraînement, Quentin Olivier. Nous avons déjà pu observer ce binôme l'an passé. Derrière Mathieu, ce sont beaucoup de records personnels notamment **Valentin Grisot** en **2h24'04**, **Alexandre Piedvache** en **2h26'24**. Fraichement arrivé au club, **Jérémy Drouet** bat son record personnel en **2h39'56**.

Pour les records personnels sous les 3 heures, nous pouvons citer **Jean-François Aubry**, qui a fait preuve d'intelligence en engageant le prince du marathon en guise de lièvre. C'est Jonathan Durand qui l'a emmené vers un **2h56'49**. Sur les mêmes bases, **Olivier Louvel**, après plusieurs tentatives, a réussi à casser cette mythique barre des 3 heures en signant un très beau **2h58'59** !

En ce qui concerne nos novices du marathon, **Alexandre Rio** a bouclé sa première expérience en **2h30'29**. Chez les féminines, la polyvalente **Orlane Michel** a signé un magnifique **2h59'37** !





La course à pied est un sport individuel, mais ces filles font partie des athlètes qui vous prouvent que c'est un sport collectif. Pour ceux qui les connaissent, leur sourire est communicatif. Les 2 équipes féminines, avec leur enthousiasme et leur bonne humeur, terminent sur la première et la seconde marche du podium du marathon en relais !

C'était magnifique, bravo les filles !

Bravo à tous pour la démonstration du week-end, le vert a résonné dans les rues de Rennes, vous avez volé, vos performances ont survolé la concurrence ! Quel que soit le chrono, peu importe, vous pouvez tous être fiers de vous.



Service civique

Le mois de Novembre sera marqué par l'arrivée d'un nouveau membre dans l'équipe d'encadrement, un volontaire en service civique. Émile Brisson, licencié au club de l'ACRLP Locminé - Pontivy. Il est étudiant en 3ème année de licence STAPS spécialité entraînement sportif. Nous l'accueillons parmi nous pour une durée de 8 mois. Ses missions seront de développer le club ainsi que d'accompagner nos athlètes.

Nous lui souhaitons la bienvenue !

Bienvenue Émile

Service civique

Passionné

22 ans

STAPS

Accompagnement
des athlètes

Développement
du club



Calendrier Novembre 2025

Semaine 45 - du 03/11 au 09/11

- Sam. 08/11 : Meeting en salle U18 et + - Rennes

Semaine 46 - du 10/11 au 16/11

Semaine 47 - du 17/11 au 23/11

- Sam. 22/11 : Meeting en salle U14-U16 - Rennes
- Dim. 23/11 : Meeting Epreuves Comb en duo - Rennes
- Dim. 23/11 : 1ère manche du challenge Mario Gatti - Fougères
- Dim. 23/11 : Meeting Lancers Longs - Fougères

Semaine 48 - du 24/11 au 30/11

- Jeudi 27/11 : Champ. BZH universitaires - Rennes
- Sam. & Dim. 29 & 30/11 : Champ. Dep. Epreuves Comb - Rennes
- Dim. 30/11 : Cross des picaous - St Marc le blanc



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.



**Crédit Mutuel
de Bretagne**
Groupe Crédit Mutuel **ARKEA**



**Breizh
Intérim**
Vous faciliter le travail



**AGIR ENSEMBLE
MONTFORT
COMMUNAUTÉ**



Audit - Comptabilité - Conseil

**brocëliande
communauté**



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

