

## 31 mai 2010 Course sur route : Laurent Garnier ouvre le palmarès



Pour la première édition du trail entre terre et mer, le suspense n'a pas duré bien longtemps. Laurent Garnier a vite pris les rênes de la course pour ne jamais les quitter. : Philippe Kermoal

Trail de Saint-Brieuc entre terre et mer. Succès mitigé pour cette première édition, qui a vu la domination sans partage de Laurent Garnier.

Organisé en prologue de la 19<sup>e</sup> édition du meeting Vesin le premier trail, intitulé « entre terre et mer » méritait mieux que les 130 concurrents réunis dimanche matin au stade Hélène-Boucher pour ce circuit de 14 km à travers les vallées briochines du Gouët et du Gouédic. Un vrai parcours de trail avec une succession de difficultés propres à séduire les participants dans un cadre agréable. L'épreuve disputée sous un ciel gris s'est résumée à un cavalier seul de Laurent Garnier parti d'entrée en compagnie d'Antoine Ollivier (AS Bégard) et Yves Thomas (Pays de Paimpol).

Le local Christian Le Vaillant, conscient qu'il ne pourrait suivre le train rapide imposé par Garnier, suivait à distance en compagnie de Christophe Auffret. Sage décision qui lui valait de rejoindre au train peu après la mi-course Ollivier et Thomas, incapables de résister à l'accélération de Garnier à l'entrée de la vallée de Gouédic.

Restait l'ascension du chemin en sous-bois menant à la tour de Cesson avec un regard furtif pour le magnifique panorama de la baie, mais les données étaient claires, Laurent Garnier nettement détaché se contentait d'assurer la victoire qui traduit son retour en forme après un marathon de Paris qui l'avait laissé sans force.

La lutte pour la seconde place était plus indécise entre Ollivier et Le Vaillant que Thomas ne pouvait accompagner. Le Bégarrois et le sociétaire de l'UACA, décidés à ne se départager que sur la ligne d'arrivée, unissaient leurs efforts jusqu'à l'emballage final qui voyait Antoine Ollivier s'adjuger la deuxième place avec deux secondes d'avance sur Le Vaillant.

La victoire chez les féminines revenait à la briochine Sylvie Hascouet 25<sup>e</sup> au classement scratch, une performance.

## Une bonne saison pour les jeunes samedi 19 juin 2010



La saison d'athlétisme se termine. Les benjamins et les minimes se sont retrouvés au stade Lucien-Rault pour l'un des derniers entraînements. « L'ambiance est bonne et les jeunes athlètes sont soudés, que ce soit aux entraînements ou lors des compétitions », précise Sébastien Rault, l'animateur sportif. Le président, Guy Rault, souligne le soutien de Renaud Berlivet, de la fédération départementale. Les compétitions sont terminées, mais les entraînements se poursuivent jusqu'au 23 juin. Pour les cadets, juniors et seniors, prochain rendez-vous pour le championnat de Bretagne qui aura lieu les samedi 19 et dimanche 20 juin à Saint-Renan. Les olympiades, qui réunissent tous les élèves primaires du secteur, ont été annulées la semaine dernière pour cause d'intempéries. Elles sont reportées au vendredi 25 juin, au stade Lucien-Rault, à Plouguenast.

## 29 juin 2010 300 écoliers du secteur aux IX e Olympiades



Reportées pour cause de mauvais temps, les 9 e Olympiades se sont déroulées, vendredi, au stade Lucien-Rault. Les 300 enfants des écoles publiques et privées du secteur se sont livrés à différentes épreuves. La JSP, organisatrice de la journée a assuré 4 ateliers le matin : lancers, vitesse, sauts et endurance. L'après-midi est consacré aux courses de relais et à l'heure des récompenses. Un diplôme de participation est remis à chaque enfant et différents trophées par écoles. Les enfants sont venus de Saint-Gouëno, La Motte, Gausson, Plémy, Plessala, Langast et Plouguenast et 30 bénévoles les ont encadrés durant cette journée de sports, de rencontres et de distractions.

## 04 juillet 2010 Rocaboy fait la différence à mi-parcours



**Foulées de Bégard.** Dans une course très relevée, Mathieu Rocaboy s'impose dans la deuxième partie de course pour s'adjuger une nouvelle victoire.

115 engagés dans cette 20<sup>e</sup> édition des foulées de Bégard qui a tenu ses promesses. Dans une course relevée, un trio de tête se dégage dans la première partie de course, Rocaboy, Saintillan et Le Gall mène la course jusqu'au cinquième kilomètre. Rocaboy continue au train et distance ses adversaires pour finalement s'imposer devant Saintillan.

Guilcher prend place sur le podium et dépasse Le Gall qui finit 4<sup>e</sup>. Le vainqueur Rocaboy était satisfait de sa course « **Aujourd'hui, j'étais au train avec Olivier Le Gall et Frank Saintillan jusqu'au cinquième kilomètre, nous étions tous les trois dans un rythme régulier, après j'ai fini par les lâcher en maintenant mon rythme. Ma forme commence à revenir même si dans les trois derniers kilomètres ça commençait à être difficile, mon prochain objectif est le semi-marathon de la côte de granit rose ou j'aimerais descendre en dessous des 1 h 10** »

## Succès du 1 er trail de la descente de Bel-Air - Trébry lundi 05 juillet 2010



Samedi après-midi, le comité des associations communales a organisé le premier trail de « la descente de Bel-Air ».

La première course de 7 km a été remportée par Olivier Valo en 20'16». La première féminine, en senior, est Sylvie Hascouet de Saint-Hervé, classée 5 e au général en 22'54». **Le départ du trail des 15 km a été donné à 18 h 30. Laurent Garnier de l'AS 22 s'est vite débarrassé de ses adversaires en se détachant, et en faisant la course en solitaire, en 57'01».**

**Classement du trail 7 km (10 premiers) :** Olivier Valo (20' 16»), Alexandre Soulabail (20' 51») Dominique Ramare (21' 12») Julien Daniou (22' 31») Sylvie Hascouet (22' 54») Loïc Corduan (22' 57») Mikaël Banner (23' 16») Gurvan Sagory (23' 18») Jean-Pierre Touchery (23' 34») Trémour Pécheul (23' 35»).

## La Lucien-Le-Mouël : deux locaux sur le podium 21 Juillet- La Motte



Organisées samedi par le comité des fêtes et le groupe Ça trotte à la Motte, les 14 e foulées « La Lucien-Le-Mouël » obtiennent un succès satisfaisant. Les courses enfants ont réuni 52 partants, la populaire de 5 000 mètres, 31 participants et les foulées de 10 000 mètres 110 personnes. Cette dernière épreuve a été dominée par Nicolas Piederrière de l'AS 22, devançant de près de deux minutes les



Yris et Rocaboy: des régionaux ambitieux Vainqueur en 2006, le Kenyan Abraham Kiprotich n'a pas dit son dernier mot, tout comme les Marocains Ali Ouadih, ancien champion de France de semi-marathon, Tarik Bouzid, champion de France des 10km sur route à Langueux et à Taulé-Morlaix en 27'54'', et le Burundais Manirazika Egide, quatrième en 2009 et récent vainqueur de Cancale-Saint-Malo en 1 h 08'. Comme l'an passé, un régional pourra venir troubler les plans établis par la saga africaine. Christophe Yris (Pacé en courant) avait, l'an passé, créé la surprise en terminant sixième après être resté très longtemps au contact des vainqueurs. **Mathieu Rocaboy (AS 22)**, un nouveau venu sur la distance, vainqueur **des 10km en 2008 et en 2009 et actuellement l'un des meilleurs coureurs en Bretagne, tentera, lui aussi, de s'intégrer dans le groupe** tout comme Yann Stohellou (Lannion athlétisme), **Yves Piederrière (AS22)**, Franck Saintillan (UA Langueux), David Le Guilcher (Morlaix) et Patrick Brélivet (Châteaulin). Du côté des dames, Nathalie Vasseur (Semelles de Vent de Bohars) au palmarès important, déjà vainqueur de l'épreuve en 2003, sera à la lutte avec la sympathique Sandra Gouault (LPA), dauphine de Béatrice Céveno au trail de Roscoff et vainqueur à Pléneuf-Val-André il y a quelques jours.



**Katell Briend a décroché une très belle 4 e place au 1 500 m juniors filles, lors du championnat de France d'athlétisme des jeunes, disputé à Niort. Après avoir réalisé le 4 e temps des séries, elle échoue de peu en finale pour une place sur le podium. Lors de l'emballage final, alors qu'elles n'étaient plus que 4 athlètes en tête à 150 mètres de la ligne d'arrivée, Katell n'a pu résister à la pointe de vitesse terminale de ses adversaires, lors d'une épreuve très tactique disputée sur un faux rythme, d'où un temps moyen à l'arrivée de 4'47». L'occasion sera donnée à Katell de retrouver à nouveau les meilleures juniors françaises lors du meeting de Castres le 31 juillet, qui servira de cadre de sélection pour le match méditerranéen France, Espagne, Italie, Maroc, Tunisie, Algérie. Anne-Sophie Ermel se classe 5 e de sa série du 400 m haies en 68''26. Arrivée avec la 20 e performance sur 32 qualifiées, Anne-Sophie réalise lors de ces championnats le 18 e temps. Un résultat encourageant.**

20 km de la côte de Granit rose • Il termine 5<sup>e</sup>

## La surprise Rocaboy

Mathieu Rocaboy l'avait annoncé : son objectif était les 20 kilomètres de la côte de granit rose, sans doute l'une des plus belles courses de tout le Grand Ouest. Mais de là à penser le voir jouer les premiers rôles...

Sur la ligne de départ, pas moins de 1700 coureurs ! Et parmi eux, quelques ténors dont une impressionnante cohorte africaine. On sait que les Africains sont devenus les maîtres du monde sur les longues distances. Et là, il y avait du beau monde au départ, à commencer par Ruben Idongo, déjà vainqueur à deux reprises de cette terrible épreuve. A ses côtés, notamment, deux champions de France longue distance : Ali Bouadilh et Farik Bouzid, tous animés d'une envie folle d'en découdre sur ce circuit particulièrement sélectif.

Car les 20 km de la côte de Granit rose sont tout sauf une partie de plaisir : le circuit s'inscrit dans un cadre fabuleux sur ce qui est peut-être la

plus belle côte de France. Mais le parcours, lui, est plein de côtes et faux-plat qui mettent les muscles à rude épreuve.

La lutte promettait d'être très chaude. Et elle le fut. Ainsi, à 300 mètres de l'arrivée, deux coureurs étaient encore au coude à coude. Ruben Idongo et Abraham Kiprotich, tous deux incorporés dans la légion étrangère et surentraînés ont lancé le sprint de loin ; mais à l'arrivée une seule seconde séparait les deux hommes, au bout de quasiment un semi-marathon ! C'est donc Idongo qui l'a emporté, inscrivant son nom au palmarès pour la troisième fois.

### La surprise Rocaboy

Dès le départ donc, la « légion africaine » imposait un rythme fou à la course. Le premier obstacle était de ne pas se laisser enfermer par la masse des concurrents. Mais là, pas de problème : les favoris étaient tous en première ligne. Ensuite, il a fallu tenir le rythme. Et là, ce fut autre chose.

Pourtant, au fur et à mesure que les choses se décantaient, un homme s'est accroché avec coeur : le coureur de l'AS 22 originaire de Plouguenast, Mathieu Rocaboy.

Lui n'était pas venu en touriste. Il s'était soigneusement préparé pour l'occasion. Après une saison d'athlétisme en demi teinte, il avait à coeur de prouver qu'il était dans le coup. Et il l'a fait, et de quelle manière !

Il faut dire que le bougre s'était rudement entraîné. Vainqueur tour à tour ces dernières semaines à Pléneuf-Val-André et Bégard, il arrivait avec un moral d'acier.

Dans ces conditions, pas question pour lui de lâcher prise. Tandis que, d'accélération en accélération, l'écart se creusait avec le gros du peloton, lui s'accrochait au groupe de tête avec un extraordinaire courage, et toute sa science de la course.

Ce n'est que dans les trois derniers kilomètres que le meilleur régional de l'étape allait céder, mais sans toutefois s'effondrer.

Il décrochait, perdant seulement 30 secondes sur le vainqueur du jour, mais se permettant le luxe de régler le Havrais Ouadilh et le Francovillois Bouzid, relégués à 9 secondes et 1'04" derrière le Costarmoricain, classé.

Une performance exceptionnelle pour un champion exemplaire.

### Le classement

1er Ruben Idongo (légion étrangère), 1 h 06'10". 2e A. Kiprotich (légion étrangère), 1 h 06'11". 3e Twembe (Légion étrangère), 1 h 06'28". 4e Moktar Benari (Val de Reuil), 1 h 06'32". 5e Mathieu Rocaboy, 1 h 06'40". 6e Ouadilh (Le Habre), 1 h 06'49". 7e Bouzid (Franconville), 1 h 07'53". 8e Le Gall (PPA), 1 h 08'26". 9e Sintilan (Langueux), 1 h 08'35". 10e Bréllvet (Châteaullin) 1 h 09'07", etc.



L'arrivée à Perros-Guirec, tout sourire. Mathieu a réalisé un bel exploit !

### Il a dit

« Je suis super content de ma performance. Je ne pensais pas rester aussi longtemps au contact des meilleurs. Je pensais tenir 15 km. Rester aussi longtemps avec des gars comme ça, c'est un vrai plaisir. J'avais bien préparé cette course après avoir raté ma saison d'athlétisme. Là, je suis super heureux ».

### Piedrière 11<sup>e</sup>

Un autre membre de l'AS 22 s'est bien comporté dans cette redoutable épreuve : Y. Piedrière a terminé 11e en 1 h 09,39, soit 3'29" seulement derrière le vainqueur. Notons encore la bonne performance d'A. Allano (Guerlédan Aventure), seconde chez les vétérans 3 femmes.

**Le franco-namibien Ruben Indongo a remporté pour la troisième fois les 20 km de la côte de Granit rose au terme d'une course à suspense où Mathieu Rocaboy a fait impression.**



**Mathieu Rocaboy a longtemps tenu tête aux favoris.**

**09 août 2010 Le Cambout**



**Plus de 100 marcheurs et 233 coureurs sont arrivés samedi à l'étang du gué aux loups après un parcours de 15 km, au départ de Bréhan. Les participants ont apprécié le parcours qui a oscillé entre la route goudronnée, la rive du Lié et la forêt.**

**Le classement**

**Yves Piéderrière de l'AS 22 de Merdrignac est arrivé premier (53 mn 42 s) devant Patrick Brélivet de Courir à Chateaulin (54 mn 13 s) et Hervé Lassimone de l'ESEM Ploërmel. À noter que Frank Jouët, du Triskell runing est arrivé 7 e (59 mn 58 s). Les vétérans : femmes : Jeanine Caillet de Saint-Cast née en 1942 est première (1 h 31 mn 49 s) et pour les hommes, le premier est Alain Péchard de Coëtquidan né en 1939 (1 h 23 mn 27 s). « J'ai commencé à courir à la retraite, voilà 11 ans, commente le doyen de la course. Au début, j'étais rouillé, j'avais mal au dos et après un certain temps, le mal a disparu. Désormais je cours régulièrement.**



## 14 août 2011 Damien Le Bris lance le marteau à 46 m AS22Loudéac



Licencié à la section athlétisme Loudéac de l'AS 22, Damien Le Bris mesure ses progrès depuis trois ans. Un frère aîné Florian qui lançait le marteau au sein de la section locale d'athlétisme, une maman Isabelle dirigeante, il n'en fallait pas plus pour donner des idées au jeune Damien. « J'ai fait quelques apparitions à l'école d'athlétisme mais ce n'est que depuis trois ans que je me suis mis au lancer du marteau. » Minime deuxième année, il se situe au troisième rang départemental. Son passage chez les cadets s'est aussi traduit par une augmentation du poids de l'engin. De quatre kilos, il est passé à cinq. « Le travail effectué avec notre entraîneur Bernard Graignic a porté ses fruits. Cette année, je suis premier au niveau départemental et second en Bretagne. » Avec à la clé, un record personnel porté à 46,87 m. Cela lui a valu d'être retenu au championnat de France, à Niort, à la mi-juillet. Il en est revenu un peu déçu par sa performance. « Mais j'ai apprécié cette sélection, j'ai découvert beaucoup de choses, des gens, des performances, c'est une bonne expérience. » Et un encouragement à poursuivre.

## 27 août 2010 La Lucien Le Pouézar à Perret Thierry Hochet et Christophe Loorius seuls en tête



le 16 A out se déroulait à Perret, à la limite des Côtes-d'Armor et du Morbihan, une nouvelle édition des Foulées de la Lucien Le Pouézar. Les pluies de la nuit ayant rafraîchi l'atmosphère, c'est sous soleil présent mais une température

fraîche que s'est élancée la course en fin de matinée. Cette course sur route était formée de trois boucles pour les hommes et de deux pour les femmes. Chez les hommes, on attendait **Christophe Lorius**, vainqueur 2009. Le sociétaire de l'AS22 a trouvé un concurrent à sa hauteur cette année avec Thierry Hochet des Twinner Auray. Dès la première boucle, les deux hommes avaient fait le trou sur les autres poursuivants. Leur duel reste pourtant vain, ils passent la ligne d'arrivée dans le même élan. Du côté des féminines, les deux sœurs Le Beller, habituelles des foulées de Perret, n'ont rien pu faire face à Vanessa Le Métayer de la Cima Auray. La championne de Bretagne de cross-country a filé dès les premiers mètres. Pour cette courte distance, elle a réussi à prendre plus d'une minute vingt sur les deux poursuivantes.