



LE RACONTOIR

Toute l'actualité du Racing Club Nantais

07 Février 2018



- **Vendredi 9 Février** -
- **Samedi 10 Février** -
- **Dimanche 11 Février** -

à Nantes
Championnat de France Masters

- **Samedi 10 Février** -

à Vertou
Sortie Mensuelle
de Marche Nordique

- **Samedi 10 Février** -
et
- **Dimanche 11 Février** -

à Aubière
Championnat de France
Espoirs et Nationaux

- **Dimanche 11 Février** -

à Laval
Régionaux de Lancer Long

- **Dimanche 18 Février** -

à Mouilleron le captif
Équip'athlé Minimes

- **Dimanche 18 Février** -

à Romorantin
Pré-France de Cross

Marche Nordique & Athlé Santé

La section de Vertou vous accueille pour la deuxième sortie mensuelle de l'année 2018 dans le magnifique cadre des bords de Sèvre. Nous partirons du parc du Loiry avec une escale au Moulin du Chêne. Nous prendrons ensuite la direction de l'Hippodrome de Portillon où chaque année le dernier week-end d'août ont lieu les courses hippiques, avant de poursuivre notre marche par les divers sentiers de Vertou.

- Lieu de rendez-vous : Parc du Loiry (Entrée Bd Guichet Serex)

- Horaires :

8h45 : Prêt des bâtons & initiation pour les invités débutants.

09h00 : Accueil & Café.

9h15 : Echauffement

9h30 : départ des randonnées

- Parcours : 2 parcours : l'un de 14 km et l'autre de 11 km

- Inscriptions : sur le site du RCN

Sortie Mensuelle de Marche Nordique



Le samedi 10 février 2018
au Parc du Loiry (Vertou)
Organisation : Section de Vertou

Appel à bénévoles pour la Nordique Nantaise du 11 mars 2018

Le 11 mars prochain se déroulera au Petit Port à Nantes la 7ème édition de La Nordique Nantaise.

Pour que la manifestation se déroule au mieux, nous avons besoin de votre aide à l'organisation. Réservez votre journée, vous pouvez vous inscrire dès maintenant sur le site du club.

NANTES Petit Port
Tramway Ligne 2 : Arrêt Morhonnaire

NORDIQUE NANTAISE
11 MARS 2018 de 8h30 à 13h00

Sport Adapté & Handi Sport

Sport Adapté

Samedi 27 janvier avait lieu à LA FERTE BERNARD les régionaux cross sport adapté, compétition qui s'est déroulé sous un temps couvert et sur un sol très gras, des conditions de cross. 11 athlètes du RCN étaient engagés sur les différentes courses.

Nos champions régionaux :

Chez les femmes : Elodie RIVIERE (BC +21),
Amélie HAENTJENS (CD+21), Maelis
BROUSSARD (CD -21)

Chez les hommes : Francesco KAMAGATE
(CD -21), Eric LHERITIER (CD master 1)

Les Podiums :

Johan ROIGT, deuxième CD +21 et nous avons appris cette semaine sa qualification pour les championnats du monde INAS indoor à VAL DE REUIL. Marc MENESSION deuxième CD -21 et Rodolphe GRAND deuxième BC +21.

Toujours en cross court, Mohamoud NIDAL prenait la troisième place, Nicolas BOUCHET et Léo FRAPSAUCE ont réalisé une belle course en terminant respectivement 4ème et 6ème.



Handi Sport

Bravo à Romane VISSET -de 16 ans qui réalise une très belle course, et qui, au prix de beaux efforts rivalise et devance les athlètes du sport adapté, vivement que nous puissions mettre en place un régional handisport afin de reconnaître les performances de ces athlètes.

Prochaine étape les Championnats de France cross SA
à CHALONS SUR SAON.

Athlé Compétition - Jeunes

Régionaux de cross jeunes

Les Championnats Régionaux de cross jeunes ont eu lieu dimanche 4 février à Château-Gontier. Plusieurs de nos jeunes ont représenté le RCN sous le soleil de la Mayenne. Les performances n'ont pas été extraordinaires mais l'état d'esprit et la bonne humeur étaient présentes.

Notons tout de même qu'Anna-Lou PELLE finit 2ème de sa course Benjamin avec une très belle gestion de course.



L'équipe Minimes fille finit 9ème par équipe avec 197 points et l'équipe garçon 8ème avec 201 points.

Bravo à vous pour vos belles participations !



Au programme :

Le mois de février va être chargé au niveau compétition ! Il suffit de regarder le programme.

Le dimanche 11 février : Les Championnats Régionaux de lancers longs à Laval où 7 Minimes sont qualifiés !
Le dimanche 18 février : Les Championnats Inter-régionaux de cross à Romorantin où 1 équipe Minimes filles et 1 équipe Minimes garçons sont engagées !

Le dimanche 18 février : Challenge Équip'athlé - Minimes à Mouilleron-Le-Captif avec 2 équipes Minimes (filles + garçons).

Le dimanche 25 février : Championnats Régionaux d'épreuves combinés à Nantes ouvert aux Benjamins et Minimes ayant réalisé les minimas !

A noter, le 8 et 9 mars : Le stage jeune Benjamins - Minimes. Les inscriptions seront prochainement ouvertes.

Athlé Compétition - Cadet et +

Championnats Régionaux Indoor

Les 27 et 28 Janvier se déroulaient au Stadium Pierre Quinon les Régionaux Indoor, le RCN bien représenté, 2ème club de la région avec 48 participants (49 pour le NMA).

Qui dit championnat dit titres et podiums. Les Titrés dans leur discipline : Lena GEFFARD au 200m JUF, Manon JUSTEAU au 400m ESF, Laurène LANOE au 60m Haies SEF, Dylan TRICHET au Poids ESM et le relais 4x200m JUF.



Ils sont vice-champions régionaux :

Kadoline GRUSON au 200m SEF, Clara INGOGLIA au 60m Haies JUF, Johan DEPALLE au 60m ESM, Yassin ZAOUJAL au 400m ESM, Benjamin SERISIER au 400m CAM, Evan HUTCHINS à la Hauteur CAM, Jean WOLOCH à la Perche SEM, Axel BERNARDEAU à la Perche JUM et le relais 4x200m CAM. Les médaillé de bronze : Charlotte DANET au 400m SEF, Thibaud EVEN au 60m CAM.

BRAVO à tous !!!

Championnats Régionaux de Cross

La Ferté-Bernard accueillait les régionaux de cross adulte le Dimanche 28 Janvier.

Côté participation :

59 classés. 6ème club le plus représenté. 50 qualifiés aux interrégionaux (toutes les équipes passent sauf les cadettes et cadets).

Le RCN décroche 2 podiums (Elodie Franchomme-Sinclair 2ème junior qui récolte sa seconde médaille à un championnat régional après sa 3ème place chez les cadettes en 2016 et les juniors femmes 3ème). 2 athlètes sont dans le "top 10" : Adrian Piticco 6ème au cross court hommes et Romain Athimon à la même place chez les espoirs dans la même course.

GRAND BRAVO !!!!



Pré-France Indoor

Les week-end s'enchainent au Stadium Pierre Quinon, les Pré-France succèdent aux Régionaux du week-end précédent. Le RCN représenté par 34 athlètes, 2ème club de l'inter-région.

Les performances nationales du week-end : Laurène LANOE en 8"81 au 60m haies (N3), Théophile CHAUDE à la perche avec 4m96 (N4) et Johan DEPALLE en 7"06 au 60m (N4).

On soulignera les bonnes performances des jeunes sur 400m : Lena GEFFARD (JUF) 59"42, Benjamin SERISIER (CAM) en 52"34 et Philemon SORIN (JUM) en 53"13. Sur les saut horizontal, belles performances d'Inès DELALANDE avec 5m20 à la longueur et de Simon PICOT avec 13m77 au triple-saut.



Prochaine échéance, les Championnats de France Espoirs et Nationaux le week-end prochain à Aubière.