



LE RACONTOIR

Toute l'actualité du Racing Club Nantais

14 Mars 2018



- **Dimanche 18 Mars** -

à Nantes
ODYSSEA

- **Samedi 24 Mars** -

et

- **Dimanche 25 Mars** -

à la Baule
Stage Jeunes BE/MI

- **Samedi 24 Mars** -

à Vallet
Les 6H de Vallet

Hors Stade

25 athlètes représentant toutes les sections du club ont participé dimanche dernier au regroupement interne hors-stade et trail au départ du Petit-Port à Nantes. Sous un ciel couvert, mais sans pluie et avec des distances au choix entre 10 et 15 kms, les athlètes ont pu profiter du paysage avec des passages sur l'hippodrome, les coulées du Cens et les Bords de l'Erdre (+ le fameux Machu Picchu nantais à gravir !).

A une semaine du semi-marathon d'Orvault, à 2 semaines d'Odyssea et du semi-marathon de la Brière ou en préparation d'autres objectifs, la sortie amicale à allure libre s'est bien déroulée.

**Bravo à la section de Nantes
pour l'organisation !**



Handi Sport & Sport Adapté

**SAMEDI 10 MARS France
CROSS SPORT ADAPTE A CHALONS SUR SAONE**

Excellente prestation de nos athlètes sport adapté lors de ce France cross 2018. La matinée partait avec le titre pour Élodie RIVIERE en classification BC Seniors, elle n'avait pas de rivale mais elle a su maintenir son rythme, malgré un parcours hyper difficile et exigeant, elle a su avoir la rage et la volonté pour boucler ce Cross de 5,150km.



Sur le cross court, Francesco KAMAGATE montait sur la troisième place du podium en Classe CD moins de 21 ans, suivi de Marc MENESSON à la quatrième place. Toujours dans ce cross court, en senior Mohamoud NIDAL et Johan ROIGT se classaient respectivement 9ème et 11ème alors que Léo FRAPSAUCE se classait 24ème.

En classe BC cross long RODOPHE GRAND prend une excellente 7ème place.

En classe CD Séniors Sébastien BONNEMAIN réalise une course parfaite en se classant 5ème en senior sur le cross long, couvrant la distance à une moyenne de 16,7 km/h, soit plus de 1.5km/h plus rapide que ses courses précédentes, sur un parcours plus exigeant, Éric LHERITER 6ème en master 1.

Athlé Compétition - Jeunes

Championnats régionaux d'Épreuves combinées

Le samedi 25 février 2018 ont eu lieu les régionaux d'épreuves combinées Benjamins – Minimes au Stadium Pierre Quinon à Nantes. 5 minimes ont participé : Zoé Queudrue, Romane Gerard, Antoine Michaud, Matteo Epee et Kériann Gratas. Pas de record battu mais des performances correctes qui correspondent à leur niveau habituel.



Stage jeunes des vacances d'hiver

20 athlètes benjamins – minimes ont pris part jeudi 8 et vendredi 9 mars au stage jeunes organisé au Stadium Pierre Quinon, rigueur et amusement étaient mêlés pour faire de ce stage une réussite. Merci à tous ces jeunes ainsi qu'à nos nombreux coachs ayant répondu présent malgré les vacances scolaires.

Championnats régionaux Minimes

Samedi 10 mars ont eu lieu, au Stadium Pierre Quinon, les régionaux Minimes par épreuves. Zoé Queudrue, Thomas Bonnal, Kériann Gratas, Maxence Bondu et Matteo Epee étaient qualifiés or seulement Thomas et Matteo ont pu réaliser l'ensemble de leurs épreuves puisque des douleurs et blessures furent présentes chez nos autres athlètes.

Évènement à venir : Stage jeunes de La Baule

Le stage jeunes annuel du Racing Club Nantais organisé à La Baule du 24 et 25 Mars 2018 arrive à grand pas ! Ce stage a pour but de préparer au mieux les compétitions de la saison estivale.



Attention, il ne vous reste plus que quelques jours pour vous y inscrire, en effet !

N'hésitez pas à contacter Antoine ROY, responsable jeunes, au 07.61.00.10.44.

Athlé Compétition - Cadet et +

Championnats de France CA/JU en salle

Val de Reuil accueillait les Championnats de France CA/JU en salle, les 24 et 25 Février, les meilleurs athlètes de la catégories étaient réunis, parmi eux, 6 athlètes du club et le relais JUM étaient de la fête. La meilleure place sur cette compétition est signée Emma BRENTEL qui se classe 6ème de la finale du saut à la Perche avec 3m50, après un hiver difficile à cause de blessures, nous lui souhaitons beaucoup mieux pour cet été !



Lena GEFFARD sur 400m JUF se classe 4ème de sa série avec un chrono en 60"92. Églantine PAYNEAU, au lancer du poids CAF réalise sa meilleure performance en championnat de France avec 11m59 et une belle 11ème place. Chez les hommes, Benjamin SERISIER se classe 3ème de sa série du 400m CAM en 51"90. Chez les perchistes, Antonin ROGER avec une barre à 4m60 se classe 7ème et Axel BERNARDEAU dans le même concours n'a malheureusement pas franchi sa 1ère barre. Enfin, le relais 4x200m JUM dans une course pleine de péripéties entre chutes et disqualifications se classe 2ème de sa série mais n'accède pas à la finale.

Championnats de France de Lancers Long

Dylan TRICHET était notre représentant du RCN à Millau pour les championnats hivernaux de lancers. Qualifié au lancer du disque ESM, il se classe 12ème avec une performance à 38m60, rendez-vous cet été pour faire encore mieux !

Championnats de France de Cross-country



Le Dimanche 11 Mars 2018 à Plouay, le club a connu une journée exceptionnelle lors des championnats de France de cross-country. Adrian PITICCO se classe 19ème du cross court après une magnifique course. Khmaies

ABBASSI nouveau licencié cette saison termine 23ème dans un cross long très relevé. Elodie FRANCHOMME SINCLAIR se classe 34ème en JUF, dans la même course Valentine DOUCET se classe 159ème. Chez les masters, belle place d'Hervé CAVARO 110ème. Enfin Julien BRENELIERE se classe 112ème du cross JUM. La place moyenne du club à ces championnats est 76ème alors que ces dernières années elle était comprise entre 150ème et 250ème, c'est historique !!! Nous avons parcouru les archives, pour trouver mieux que cette année 2018, il faut remonter à l'unique année 1999 soit il y a 20 éditions : Anne Leclair avait terminé 10ème du cross court et Karine Pasquier 14ème espoir au cross long. C'était à...Nantes !!! Pour la 1ère fois, il y avait un match Interligues chez les minimes la veille et notre représentant Maxence SERISIER s'est classé 119ème.

CLUB AFFILIÉ



Racing Club Nantais
L'athlétisme pour tous en région Nantaise

www.rcnantais.fr