

LC BRETTEVILLE SUR ODON

Halle des Sports – 1 rue du Stade

14760 Bretteville-sur-Odon

E-mail : lcboathle@gmail.com

Site web : lcboathletisme.fr



Agrément Jeunesse et Sport N° 14 06 262 EP

Bilan sportif de l'Assemblée Générale du 17 janvier 2020

Comme tous les ans, l'année athlétique 2019 débutait par les championnats de cross départementaux qui réunissaient 28 de nos athlètes sur l'hippodrome de Lisieux, dont 23 se sont retrouvés à Saint-James début février pour les championnats régionaux. 5 d'entre eux se sont qualifiés individuellement pour les demi-finales des championnats de France qui avaient lieu de nouveau à Lisieux. Notre équipe féminine de cross court, qualifiée préalablement en décembre 2018 à Hérouville-Saint-Clair, et composée d'Adèle, Lucile, Morgane et Virginie, était la 1^{ère} à entrer en lice. Dorian et Enzo portaient quant à eux les couleurs de notre club en cadets, Enzo prenant une honorable 80^{ème} place sur 199 arrivants. Enfin, notre marathonien Anthony, unique représentant du club sur la course Elites hommes, prenait un départ prudent pour ensuite remonter inexorablement dans le classement en grappillant plus d'une cinquantaine de places !

La saison de cross terminée, les adultes se retrouvent majoritairement sur les épreuves sur route. C'est ainsi que malgré une météo capricieuse, 19 de nos athlètes seniors et masters ont participé mi-mars aux 35^{ème} Foulées de Bayeux, dont Jérémie qui établissait un nouveau record personnel sur 10 km en 37'35" ! En avril, Julien prenait seul le départ de la 10^{ème} édition des 10 km du Cotentin sur un parcours réputé roulant et établissait en 33'26" un nouveau record personnel sur la distance, pulvérisant son record précédent de plus d'une minute ! Qualification aux Championnats de France obtenue donc haut la main, performance de niveau IR3, et une belle 22^{ème} place au scratch...

Les rencontres interclubs du mois de mai sont l'occasion pour les athlètes cadets à masters de se mobiliser pour leur club en s'alignant sur des épreuves sur piste, souvent inhabituelles pour eux... C'est ainsi que le 1^{er} tour à Tourlaville réunissait 18 athlètes Brettevillais. Malgré un vent glacial, ce fut une très belle journée pour notre club, où les "blancs et rouges" ont fièrement défendu leur maillot. La journée débutait avec le 5000m marche sur lequel Grégory prenait la seconde place en 26'38"67 (niveau R3, 587 points), pulvérisant de 50 secondes son propre record de club ! A noter les très bons résultats de Virginie au 1500m et de Morgane au 3000m, et mention spéciale à Marion qui réalisait 1m30 en hauteur (547 points) et établissait un nouveau record du club au javelot féminin avec un jet à 23m04 (399 points) ! Chez les garçons, Julien réalisait un beau chrono de 4'27"43 au 1500m (niveau R3, 562 points), tandis qu'Enzo bouclait son 800m en 2'19"61 (niveau D1, 355 points) et que Grégory propulsait son javelot à 30m19...

Ce sont 22 athlètes qui se sont mobilisés au second tour à Caen pour défendre nos couleurs en poule de classement promotion. Beaucoup d'entre eux ont réalisé d'excellentes performances et amélioré significativement leurs records personnels sur leurs épreuves respectives. Et tous se sont fait plaisir à donner le meilleur d'eux-mêmes et à encourager leurs camarades de club, dans un très bel esprit collectif ! Au final notre cumul à l'issue de ce second tour est de 14608 points, soit plus de 2000 points de mieux qu'au premier tour... Il faut remonter à l'année 2011 pour retrouver un meilleur score (16910 points) ! Lors de cette belle journée, Grégory engrangeait à lui tout seul 1215 points, tout d'abord en améliorant de nouveau son record de club au 5000m marche de 15" avec un excellent 26'22"99 (niveau R2, 603 pts), puis en passant 1m65 à la hauteur (niveau R6, 612 pts) ! Morgane réalisait aussi un excellent score avec un cumul de 1043 points, marquant 571 points avec un triple saut à 8m54, suivi d'un 3000m en 12'48"42 (472 points). Marion dépassait également la barre des 1000 pts en cumulant deux très bons scores, d'abord au poids avec un lancer à 8m00 (niveau R6, 463), ensuite avec un saut de 1m30 en hauteur rapportant au club 546 points. Sur les courses, il faut mentionner le trio féminin composé d'Audrey, Lucile et Virginie sur le 1500m où Virginie réalisait notamment un très bon et prometteur 5'46"65 (niveau D1, 500 pts), améliorant au passage son précédent



chrono de 14" ! Sur le 1500m masculin, Enzo pulvérisait également son record personnel en 4'45"92 (niveau D1, 399 pts), alors qu'Anthony réalisait pour une première un excellent 4'36"04 (niveau R5, 482 pts) au terme d'une accélération de folie sur son dernier tour de piste !

Lors des championnats régionaux d'épreuves combinées benjamin(e)s, où notre club accueillait 68 jeunes athlètes au stade Héлитas, notre unique représentant Quentin terminait à la 24ème place de la compétition avec un total de 1146 points. A cette occasion il établissait notamment un nouveau record personnel au 1000 m en 3'21"26, et prenait la seconde place de sa série. Il améliorait peu après ce chrono à Vire en 3'17"50, lors des championnats du Calvados BE/MI, devenant ainsi champion départemental au 1000m. Il remportait également le titre à la hauteur avec un saut à 1m32, et complétait cet excellent palmarès par une 3^{ème} place au disque avec un lancer à 15m20 ! Toujours en benjamins, Joris réalisait également une bonne prestation sur ces championnats, notamment à la hauteur en prenant la 3ème place avec un saut à 1m24. En benjamines, Karel avait droit également aux honneurs du podium en prenant la 3ème place au javelot. En minimes filles Nawen cumulait 71 points au triathlon (7"82 au 50m/7m76 au poids/4m19 en longueur), réalisant ainsi une performance de niveau R4. En minimes garçons, Nathanaël réalisait une belle prestation en prenant notamment la 3ème place à la longueur avec un saut à 5m33. Il cumulait ainsi 86 points au triathlon, performance de niveau R2.

Les championnats du Calvados cadets à masters réunissaient également six de nos athlètes au stade Héлитas sous des températures accablantes, ce qui ne les a pas empêché de réaliser de belles performances, à commencer par Marion qui établissait un nouveau record de club à la hauteur avec un saut à 1m48 ! Elle battait ensuite son record personnel à la longueur avec un saut à 4m69... Nos deux cadets demi-fondeurs Enzo et Dorian se retrouvaient sur le 1500m masculin, et réalisaient tous les deux des chronos honorables malgré la chaleur écrasante sur le stade à ce moment de la journée. La journée se concluait par le 3000m masculin où Julien et Jérémie établissaient tous les deux de nouveaux records personnels en respectivement 9'29"22 et 10'26"57, avec pour Julien une belle seconde place au terme d'un superbe final !

Trois de nos jeunes athlètes participait début juin à Alençon aux championnats régionaux BE/MI. En minimes, Nathanaël obtenait 91 pts au triathlon en améliorant ses records personnels sur toutes les épreuves : 15"65 au 100m haies, 5m34 en longueur, et 11m57 au triple saut ! En benjamins, Quentin améliorait son record personnel sur 1000m en 3'16"40 dans une série relevée, et passait 1m30 en hauteur. Enfin, Hugo réalisait un jet de 17m82 au javelot.

Les Courants de la Liberté sont toujours un grand moment pour les adultes adeptes du running : ainsi 34 de nos athlètes ont participé le week-end des 15 et 16 juin aux différentes épreuves de cette 32ème édition. Chacun est allé au bout de son épreuve respective, malgré des conditions assez difficiles avec un temps lourd et un vent de face sensible, surtout sur le parcours du marathon. Félicitations à celles et ceux qui ont battu leur record personnel comme Audrey (+ de 2' de gagnées !), Morgane, et Laure sur 10 km, Laurence et Virginie sur semi, et enfin Bertrand sur marathon, qui a comme Michael pris une belle revanche sur la distance mythique, et qui a su surmonter de belle manière la souffrance que tous un jour éprouvent sur cette épreuve si particulière ! Mention spéciale au primo-marathoniens, en tout premier lieu Hélène qui est allée au bout de son challenge, David, et enfin Patrick qui a suivi jusqu'au bout le tempo imposé par les meneurs d'allure en moins de 4h dont Marie-Clotilde qui a su lui prodiguer les bons conseils tout au long de la course ! Bravo aussi à Cécile qui découvrait le semi-marathon et qui a tenu le chrono espéré,

Fin juin, deux de nos jeunes athlètes participait à Bernay à la finale régionale des Pointes d'Or. En minimes, Nathanaël terminait à la 5ème place du triathlon avec un total de 93 pts : il réalisait son meilleur temps au 100m haies avec un chrono de 15"63, pulvérisait son record personnel à la longueur avec un saut à 5m65, et réalisait sa seconde performance en 11m33 au triple saut. En benjamins, Quentin totalisait 71 pts : 1m25 à la hauteur, 3'23"60 au 1000m, et 14m26 au disque.

Le même week-end, 18 adeptes du bitume et des chemins, accompagnés de nombreux supporters, se sont retrouvés à Saint Martin de Bréhal pour un week-end festif et sportif à l'occasion de la 8ème édition des Pieds Salés, course nature sur la plage et dans les dunes sur deux distances au choix (7 km ou 13 km). Si le but de ce dernier rendez-vous de la saison était plus la convivialité que la performance pure, certains de nos athlètes ont



cependant brillé par leurs résultats, à l'instar de Grégory qui termine à la 6ème place au scratch (3ème SEH) du 13 km, ainsi que de Jérémie et Enzo, respectivement 10ème et 11ème (2ème cadet) du 7 km. Belle performance également de Morgane qui boucle les 7 km en 37'34", et termine 3ème SEF ! Félicitations et merci à Adèle et Lucile qui ont organisé ce week-end de fin de saison, à la grande satisfaction de tous, coureurs et accompagnateurs !

La rentrée est l'occasion pour nos athlètes de se remettre à la préparation foncière et la préparation physique en vue de la nouvelle saison de cross qui débute en novembre. Peu de compétitions sur route en vue donc, mises à part les traditionnelles Foulées de la Mue qui ont regroupé 14 de nos coureurs. Le même jour, Laure, Sonia et Marine s'alignait au départ du semi de Deauville, qu'elles bouclaient toutes les trois sous les 2h, avec pour Marine un chrono de 1h49'08" prometteur, tandis que Christophe réalisait un très bon 3h17'42" sur cette première édition du marathon !

La saison de cross démarrait le 11 novembre à Montilly-sur-Noireau où 18 athlètes se sont retrouvés sur ce traditionnel rendez-vous. Victoire de Quentin en 7'01" sur le cross benjamins à l'issue d'une course de 1800 m parfaitement gérée ! Quant à Enzo, il prenait la 3ème place de la course cadets au bout de 13'05" d'efforts sur un parcours de 3700 m ! Outre les podiums, il y eu de beaux résultats pour nos athlètes, Jérémie prenant la 19ème place sur le long parcours (5 boucles et 9200 m) de la course senior en 36'15", et Louis terminant 20ème du cross populaire (3 boucles soit 5500m) en 20'49". Sur la course espoirs/seniors/masters femmes (2 boucles soit 3700m), quatre de nos féminines représentaient notre club, dont Virginie, 44ème en 17'52". Enfin, Carla-Luna en terminait à la 15ème place de la course benjamines (1 boucle de 1800m) en 8'29" à l'issue d'un très beau sprint final !

43 de nos athlètes, toutes catégories confondues, participaient à notre cross de l'Odon avec pour certains d'excellents résultats dont 4 podiums :

- en benjamines, 2ème place pour Carla-Luna,
- victoire de Quentin sur la course benjamins garçons,
- en cadets, 2ème place pour Enzo,
- et enfin victoire de Julien sur le cross court hommes ! A noter sur cette dernière épreuve, le beau tir groupé de nos athlètes, puisque Louis et Jérémie prenaient respectivement la 6ème et la 9ème place !

Le dimanche suivant, 9 athlètes du LCBO participaient aux championnats de Normandie de cross court organisés à Bolbec par le GABS : notre équipe féminine composée de Lucile, Marine, Virginie et Adèle se qualifiaient pour les 1/2 finales des championnats de France qui auront lieu à Carnac le 16 février 2020, et deux de nos garçons, Julien et Louis obtenaient également leur ticket pour Carnac !

Une semaine plus tard, 27 de nos licenciés participaient au traditionnel cross de Noël organisé par nos amis Colombellois. La journée commençait à 10 h par une épreuve de marche nordique chronométrée, organisée à l'initiative du CDA14, et laquelle prenait part cinq de nos marcheurs. A 11 h était donné le départ du cross long espoirs, seniors et masters hommes, sur un parcours de 8560 m, auquel participaient 8 de nos athlètes. La course benjamins, benjamines et minimes filles, partie à midi et longue 2120 m, était remportée au sprint par Quentin, qui signait là sa 3ème victoire en cross de la saison ! La journée se poursuivait avec la course cadets et juniors filles, sur un parcours de 3460 m à l'issue duquel Enzo prenait la seconde place au terme d'un superbe mano à mano avec le vainqueur du jour.

Enfin, concernant les épreuves indoor, belle prestation de nos jeunes athlètes le samedi 7 décembre à la Halle d'Ornano de Mondeville, à l'occasion du triathlon BE/MI où Carla-Luna, Nathan, Quentin et Romain étaient engagés. Au programme 50m plat, 50m Haies, Hauteur et Poids. Mention spéciale à Nathan, second avec un total de 93 points, et qui mérite toutes nos félicitations ! Une semaine plus tard, Marion et Nawen réalisaient respectivement 2054 et 1994 points au pentathlon en salle lors des championnats régionaux d'épreuves combinées, prenant ainsi les 8^{ème} et 9^{ème} places.

