



Le mot des co-présidents

PERFORMANCE :

Tristan Despres, jeune perchiste espoir licencié à l'E2A depuis 2021, n'en finit pas de progresser. Le 18 février à Miramas sous les couleurs de l'E2A, il passe 5m55. Très belle performance pour sa première participation aux championnats France Elite qui le place 5^e du concours. Entraîné par Laurent Gueuriot à l'E2A, Tristan a aussi rejoint le groupe d'Alain Donias au NEC de Nantes qui est équipé d'une installation en salle, indispensable pour la poursuite de l'entraînement en hiver.

L'Entente Angevine Athlétisme soutient Tristan, dans ses études, dans ses entraînements, pour la logistique et l'achat de matériel, en particulier de perches adaptées aux performances et ambitions de notre jeune athlète. Nous avons plusieurs jeunes athlètes prometteurs qui s'accomplissent dans leurs disciplines. Nous espérons qu'ils pourront rencontrer Tristan, échanger et profiter de son expérience dans un esprit d'amitié et de partage.



Focus sur une règle d'athlétisme

La marche nordique

La marche nordique

La marche nordique, née dans les pays scandinaves, est une pratique dynamique en pleine nature accessible à tous. Conférée à la Fédération Française d'Athlétisme (FFA) en 2009, elle a rapidement gagné en popularité en France, initialement en tant qu'activité de loisirs et de santé.

La marche nordique et la compétition

En septembre 2014, la FFA a introduit la Marche Nordique en Compétition (MNC), destinée aux marcheurs recherchant une pratique plus sportive. Après des tests et des ajustements, la MNC propose deux types d'épreuves : la MNC sur circuit (environ 12 km) et la MNC en pleine nature, à l'image des trails.

Les championnats de France

Pour participer aux championnats de France, les athlètes titulaires d'une licence compétition FFA doivent être classés sur trois épreuves du "Marche Nordique Tour", dont deux épreuves circuits obligatoires, dans les 365 jours précédant le championnat.

En 2023, Tom Wermuth a remporté l'épreuve hommes avec une moyenne de 10,6 km/h, et Christiane Salvi a remporté l'épreuve femmes avec une moyenne de 9,00 km/h lors des championnats de France en circuit.

L'E2A et la marche nordique

Un groupe de marcheur nordique très motivé, encadré par Eric Moreau, s'est mis sur les rangs avec une première participation aux championnats de France 2023. Ils sont déjà engagés sur le Nordique Tour 2024 et nous les espérons nombreux au championnat de France prévu le 16 mars à Fontenay-le-Comte.

Envie d'ajouter des infos complémentaires ?

Contactez la chargée de comm' par mail : communication.e2a@gmail.com

Au CA :

- La ville pilote la journée du relais de la flamme et va convier les enfants des écoles. Le club assure des animations au stade Mikulak.
- Organisation de la journée J'aime mon sport 4 avril 2024 avec des ateliers par nos entraîneurs Matéo C et Claire M.
- Lilian Mathien a rejoint l'équipe des salariés. Sa mission sera tournée vers les jeunes. Il assurera aussi le "30 minutes jeu bouge" auprès des écoles. Journées organisées par le CD49, porteur de ce projet.

Événement E2A à venir

SORTIE TRAIL : le 24 Mars 2024
direction Montreuil-Juigné
Plus d'infos : beneloury@gmail.com

ANJOU NORDIQUE : le 06 Avril 2024
Plus d'infos : <https://www.entente-angevine-athletisme.com/en-savoir-plus/anjou-nordique-149769>

RÉSULTATS
DU MOIS

Interclubs indoor - Nantes

C'est une 7ème place pour l'équipe de l'E2A qui inaugure cette compétition pour la première fois.

Perche en Or au Stab Vélodrome - Roubaix

Tristan Despres, établi un nouveau record du Maine-et-Loire au saut à la perche avec une performance impressionnante de 5,57 mètres lors du Perche en Or au Stab Vélodrome de Roubaix. Cette réalisation a valu à Tristan Despres la 6ème place dans une compétition relevée, marquant également un nouveau record personnel, passant de 5,51 mètres à 5,57 mètres. Cette performance prometteuse arrive à point nommé avant les France Élite de ce week-end. En détails, Despres a obtenu 1 149 points à la table hongroise, atteignant le niveau International B. De plus, il s'est classé 2ème dans la catégorie MPF U23 de la saison en France et 23ème de tous les temps en salle. À l'échelle européenne, il est le 5ème MPE U23 de l'année et le 8ème MPM U23 de l'année dans le monde. Avec cette prouesse, le record des Pays de la Loire en salle espoirs du saut à la perche, détenu par Matthias Orban avec 5,61 mètres depuis le 5 mars 2022, semble désormais à portée de main pour Tristan Despres...

Régionaux de cross - Ponchâteau

2 podiums par équipes : 🏆 Équipe de Cadets : 2e & 🏆 Équipe de cross long féminine : 3e.

3 podiums individuels sur le cross long femme : Corrine HERBRETEAU en tête chez les M2 🏆, Loan RENOUE en 2ème position chez les Espoirs 🏆, et Marion LE JEUNE en 3ème position chez les M0 🏆

Pré-France de Lancers longs

Au pré-France de lancers-longs, nous retrouvons les minimes avec : 🏆 5 Records personnel & 🏆 3 médailles

> Au poids, Marwane Bougrin à la 3e place au avec un lancer de 9m32 (RP), et Chelsea Njoya Bengono 2e avec un jet de 10m00 RP tandis que Marion Cado a pris la 2e place au disque avec une performance de 28m37 RP, Marion Cado 4e, et Nessa Borderieux 5e.

Pré-France en salle - Nantes

Quelques performances de la journée : Hauteur : Thomas COUTANT à 3cm de son RP en 1m90 / 60m : DUMONT Antoine : 7'09, DESPRES Tristan : 7'05, DOUNBI TCHASSEM Cedric : 7'28 / 200m : CALTABELLOTTA Alice : 26'50 / 60m haies : OTELO Adams : 8'13 / Longueur : DURAND Erwan : 6m49 / 400 m : BILLAUD Marie : 59'56, TREMELO Nora : 59'09, HERAUD Manon : 62''67

1/2 de finale des championnats de France de cross - Challans

L'équipe féminine s'est démarquée en se classant 3e au cross long. 🏆 Corinne HERBRETEAU a brillé en tant que 1ère M2, 19e au général, suivie de près par Elsa SOULARD (22e), Loann RENOUE (31e) et Norah DIGUET (38e). Notre équipe master a assuré avec une 7e place, grâce à la performance remarquable de Romaric BRETIGNOL (11e) et Florimond NAULLEAU (23e). En cross court H, notre équipe a pris la 7e place, avec Clement PANCHE (9e) et Baptiste MESLET (31e). Jules POTIRON s'est classé 24e au cross long H, et chez les cadets, Lilian DURAND a obtenu une honorable 6e place, contribuant à la 4e place de l'équipe cadet. 🏆

Pointes d'Or en salle U14/U16, Match Intercomités - Nantes

Triathlon Benjamins : LEGENDRE Angele : 22ème, RAVEROT Constance : 33ème, PERROUIN GRELLIER Leonie : 68ème

Triathlon Benjamins : CABRERA OVEN Maceo : 39ème, CHARLET Marin : 67ème, CHARRIER Louis : 60ème

Triathlon Minimes F : CADO Marion : 11ème, PIETRI Jeanne : 15ème, BORDERIEUX Nessa : 19ème, CARRIER Lisa : 47ème, NJOYA BENGONO Chelsea Michell : 62ème

Triathlon Minime H : DO MARCOLINO Oscar : 8ème, BOUGRIN Marwane : 12ème, THOMAS Elliott 27ème, JURQUET Elie : 29ème

Newsletter de

L'ENTENTE

ANGEVINE
ATHLÉTISME



N°5

AGENDA

CALENDRIER DE COMPÉTITION

DU VENDREDI 01 AU 03 MARS

France Masters individuel et Pentathlon en salle
> Lyon

SAMEDI 02 ET DIMANCHE 03 MARS

France Ep.Comb et Marche en Salle
> Miramas

France U23 & Nationaux en salle
> Saint Brieuc

SAMEDI 02 MARS

La nordique de Lorient
> Lorient

SAMEDI 03 MARS

10km de Carquefou

SAMEDI 09 ET DIMANCHE 10 MARS

Championnats régionaux d'épreuves individuelles minimales
> Mouilleron le Captif

DIMANCHE 10 MARS

Championnats de France de cross-Cap
> Découvert-Le Garric -Tam

SAMEDI 16 ET DIMANCHE 17 MARS

Festi' Marche / Championnats de France de marche
> Fontenay le Comte

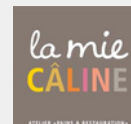
Match interligues (jeunes)
> Nantes

PARTENAIRE

MERCI !



-10% sur tout le magasin pour tous les licenciés



Crédit Mutuel



CONTACT

partenaire.e2arun@gmail.com

E-BOUTIQUE
& paiement en ligne



ENTENTE-ANGEVINE-ATHLETISME.ORG

Newsletter de L'ENTENTE ANGEVINE ATHLÉTISME

N°5



ZOOM sur
Thomas Coutant
Athlète & Entraîneur

MA PASSION DE L'ATHLÉTISME A TRAVERS L'ENTRAÎNEMENT DES JEUNES

J'ai **commencé l'athlétisme il y a 8 ans** maintenant dans le club de ma ville, à Thouars. C'est à cette période que j'ai appris à aimer l'athlétisme, grâce notamment à mon coach de l'époque. Je suis ensuite arrivé à Angers en 2017 pour les études supérieures, puis à l'E2A en 2018. Durant cette première année, j'ai commencé les **épreuves combinées avec Clément** et j'ai **entraîné les minimes en tant que stagiaire de Benjamin Schall**. Pendant ces premières années au club, j'ai pu d'un côté découvrir le côté piste de l'athlétisme (je faisais quasiment exclusivement des cross et des 10 km dans mon ancien club), ce qui m'a vraiment **redonné un élan dans ce sport**. D'un autre côté, j'ai **appris à entraîner** et accompagner des jeunes avec Ben, ce qui m'a beaucoup apporté !

Passée cette première année, ma pratique de l'athlétisme a été un peu plus compliquée. Entre le COVID et les blessures (notamment deux qui m'ont tenu éloigné de la piste respectivement 6 et 7 mois), je n'ai pas vu énormément de compétitions estivales.

Mais pendant toutes ces années galère, j'ai pu **m'investir de plus en plus dans l'accompagnement des minimes au club**, et c'est clairement ce qui m'a fait **garder cette passion pour l'athlétisme**.

Aujourd'hui, je suis enfin débarrassé des blessures. J'ai fini ma saison hivernale avec une **3ème place au Pré-France en espoir senior** et un **nouveau record à 1m93**. Maintenant, direction la saison estivale avec à nouveau un coach et une préparation qui s'annonce passionnante !

D'un autre côté, je suis devenu **référént hauteur et minimes du club** cette année, ce qui me permet de continuer d'accompagner au maximum cette **génération incroyable** que nous avons dans les catégories jeunes et cadets, avec **l'objectif de leur apporter cette passion pour l'athlétisme**, comme mon premier coach a su le faire !

