



Tangui avec son président particulièrement ému !

## Quand le rêve devient réalité.

Ce dimanche 4 février, sur la piste bleue de la halle Diagnana Lyon, il est 15h48 quand Tangui TRANCHANT franchit la ligne d'arrivée du 1000m, dernière épreuve de l'heptathlon. 6 secondes le séparent du premier, Louis Vercueil de l'EA Grenoble. 6 secondes, c'est beaucoup et peu à la fois mais ces 6 secondes propulsent Tangui sur la plus haute marche du championnat de France d'heptathlon cadets.

Tangui TRANCHANT est champion de France !

C'est un grand moment d'émotion pour ses accompagnateurs. L'A3 Alençon, petit club d'athlétisme, compte désormais dans ses rangs un champion de France. Voilà bien des lustres que c'était arrivé au club.

Cette victoire montre que les plus beaux rêves peuvent s'accomplir. Bientôt, à Val-de-Reuil, d'autres jeunes du club vont courir sur une piste du même bleu que celle de Lyon. Un signe ? Toujours est-il qu'eux aussi ont des rêves qui ne demandent qu'à se réaliser !

PP

## Les Interclubs samedi 5 mai / samedi 19 mai

Les Interclubs sont le rendez-vous incontournable de l'année pour un club d'athlétisme où le collectif se sublime afin d'obtenir le maximum de points.

Ils auront lieu **le samedi 5 mai et le samedi 19 mai** (très certainement à Alençon). Ce sont deux dates que chaque athlète doit inscrire sur son calendrier. Le club a besoin de tous.

Cependant, ces Interclubs se préparent longtemps en avance. Le club a saisi l'opportunité des stages de l'APPAM61 qui se dérouleront sur la piste d'Alençon les **samedi 31 mars et samedi 14 avril** pour s'associer avec ce club dans la préparation des Interclubs.

Pour ce stage commun, l'orientation sera donnée aux concours sauts et lancers afin de bénéficier de la présence des entraîneurs spécialisés de l'APPAM61 que le club remercie vivement pour ce partenariat.

A la suite, le club organisera le **samedi 21 et dimanche 22 avril** une troisième session de stage sur la piste d'Alençon; celle-ci sera orientée sprint et demi-fond, encadrée par Simon Ganné.

Il est donc dès maintenant demandé aux athlètes (à partir de la catégorie cadets) de se positionner sur ces stages. Ils en référeront soit auprès du secrétariat du club, soit auprès de Simon Ganné.

Il est essentiel que la mobilisation de toutes et de tous soit la plus complète possible à la fois sur ces stages et aussi, bien sûr, par la présence effective aux deux journées des Interclubs.

Le club compte sur vous !



Photo: P. Peccate

Timothée FOURNIER sera le chef de file des sprinters lors des pré-France à Val-de-Reuil; il est porteur d'ambitions de titres nationaux !

# RÉSULTATS

Février 2018

## Championnat départemental de cross à ALENÇON - samedi 6 Janvier 2018

### Poussins - 1 280 m / 17 classés

🏆 1 <sup>er</sup>	<b>Lilian GONTIER</b>	en 5' 10
🏆 2 <sup>e</sup>	<b>Noë CORBIERE-BOISSIER</b>	en 5' 25
4 <sup>e</sup>	<b>Justin FAUTRARD</b>	en 5' 52
5 <sup>e</sup>	<b>Léopol FAUTRARD</b>	en 5' 54
6 <sup>e</sup>	<b>Lucas FORTMANN</b>	en 5' 55
7 <sup>e</sup>	<b>Antoine REGNIER</b>	en 5' 59
10 <sup>e</sup>	<b>Emilien BLAQUIERE</b>	en 6' 15
14 <sup>e</sup>	<b>Ibrahim BENACHRAK</b>	en 6' 52
17 <sup>e</sup>	<b>Clément CISCATO</b>	en 7' 43
	↳ 🏆 1 <sup>er</sup> et 2 <sup>e</sup> par équipe	



### Poussines - 1 280 m / 13 classées

🏆 1 <sup>ère</sup>	<b>Camille GUYOT</b>	en 6' 13
4 <sup>e</sup>	<b>Léa LETOURNEAU-DUME</b>	en 6' 27
8 <sup>e</sup>	<b>Liza KHELIOUEN</b>	en 7' 03
10 <sup>e</sup>	<b>Coralie PICARD</b>	en 7' 34
13 <sup>e</sup>	<b>Sarah GAPAILLARD-LEMOINE</b>	
	↳ 2 <sup>e</sup> par équipe	



### Benjamins - 1 840 m / 12 classés

🏆 2 <sup>e</sup>	<b>Léandre FLEURY</b>	en 7' 38
🏆 3 <sup>e</sup>	<b>Eliot SUZANNE</b>	en 7' 39
7 <sup>e</sup>	<b>Clément LEBOIS</b>	en 8' 44
8 <sup>e</sup>	<b>Victor RAHAIN</b>	en 8' 48
11 <sup>e</sup>	<b>Rodrigo DESCHARLES</b>	en 9' 15
12 <sup>e</sup>	<b>Célian LAUNAY</b>	en 10' 33
	↳ 🏆 1 <sup>er</sup> par équipe	



### Benjamines - 1 840 m / 16 classées

🏆 3 <sup>e</sup>	<b>Juliette BRUN</b>	en 8' 35
7 <sup>e</sup>	<b>Louise VALERO-FOURNIER</b>	en 8' 52
13 <sup>e</sup>	<b>Lisa GUILLET</b>	en 9' 37

### Minimes Filles - 1 840 m / 8 classées

6 <sup>e</sup>	<b>Maud VALERO-FOURNIER</b>	en 8' 46
----------------	-----------------------------	----------

### Minimes garçons - 2 520 m / 12 classés

6 <sup>e</sup>	<b>Timothe LEMAIRE</b>	en 13' 52 →
7 <sup>e</sup>	<b>William DROUIN</b>	en 14' 20
10 <sup>e</sup>	<b>Gaëtan ROGUE</b>	en 15' 44
12 <sup>e</sup>	<b>Axel RONDEAU</b>	
	↳ 🏆 1 <sup>er</sup> par équipe	

### Cadets - 4 80 m / 11 classés

🏆 3 <sup>e</sup>	<b>Maxence RALU</b>	en 18' 42
5 <sup>e</sup>	<b>Nicolas VALLEE</b>	en 19' 32
8 <sup>e</sup>	<b>Ronan NIGHAOUI</b>	en 20' 25
9 <sup>e</sup>	<b>Gwendal ROUXEL</b>	en 20' 56
10 <sup>e</sup>	<b>Audryk DROUILLET</b>	en 21' 56
	↳ 2 <sup>e</sup> par équipe	

### Juniors Femmes - 2 520 m / 2 classées

🏆 2 <sup>e</sup>	<b>Axelle LAMBERT</b>	en 14' 55
------------------	-----------------------	-----------

### Espoirs Femmes - 4 880 m / 3 classées

🏆 1 <sup>ère</sup>	<b>Joséphine DRION</b>	en 22' 31
🏆 3 <sup>e</sup>	<b>Katia TAILLEFER</b>	en 25' 36 →



**Seniors Femmes** - 4 880 m / 6 classées

🏆 3 <sup>e</sup>	<b>Stéphanie CORMIER</b>	en 22' 00
4 <sup>e</sup>	<b>Vanessa LETOURNEAU</b>	en 22' 36
5 <sup>e</sup>	<b>Daphné PICHEREAU</b>	en 22' 46

**Masters Femmes** - 4 880 m / 10 classées

🏆 1 <sup>ère</sup> M1F	<b>Stéphanie LEBON</b>	en 21' 29
🏆 1 <sup>ère</sup> M2F	<b>Valérie FOURNIER</b>	en 22' 11
2 <sup>e</sup> M1F	<b>Sandrine LEBON</b>	en 23' 04
2 <sup>e</sup> M2F	<b>Chantal LETOURNEAU</b>	en 23' 17
4 <sup>e</sup> M1F	<b>Sandrine LE POETVIN</b>	en 24' 12
5 <sup>e</sup> M1F	<b>Elsa BOULAY</b>	en 29' 29

--> 🏆 1<sup>ère</sup> par équipe TCF

**Espoirs Hommes** - 8 620 m / 5 classés

🏆 1 <sup>er</sup>	<b>Simon GANNE</b>	en 27' 27
🏆 2 <sup>e</sup>	<b>Albin FOUBERT</b>	en 28' 56
🏆 3 <sup>e</sup>	<b>Aymerik DROUILLET</b>	en 30' 47
4 <sup>e</sup>	<b>Arthur AUBERT</b>	en 31' 33
5 <sup>e</sup>	<b>Amaury RALU</b>	en 32' 44

--> 🏆 1<sup>er</sup> par équipe

**Seniors Hommes** - 8 620 m / 20 classés

🏆 1 <sup>er</sup>	<b>Frédéric DESIERREY</b>	en 28' 11
🏆 3 <sup>e</sup>	<b>Barthélemy FOUBERT</b>	en 29' 42
4 <sup>e</sup>	<b>Anthony NOLIERE</b>	en 29' 58
5 <sup>e</sup>	<b>Michaël DELANNOY</b>	en 29' 59
6 <sup>e</sup>	<b>Alexandre RALLU</b>	en 30' 54
11 <sup>e</sup>	<b>Simon GARNIER</b>	en 33' 36
13 <sup>e</sup>	<b>Mathieu BOUCHET</b>	en 34' 06
17 <sup>e</sup>	<b>Jonathan GRAFFIN-GALERAN</b>	en 37' 08
19 <sup>e</sup>	<b>Cédric VENOT</b>	en 38' 57

--> 🏆 1<sup>er</sup> par équipe

**Masters hommes** - 8 620 m / 24 classés

🏆 2 <sup>e</sup> et 2 <sup>e</sup> M1M	<b>Mickaël POTTIER</b>	en 28' 37
5 <sup>e</sup> et 5 <sup>e</sup> M1M	<b>Fabien LAMIRE</b>	en 30' 24
8 <sup>e</sup> et 8 <sup>e</sup> M1M	<b>Bruno LECADRE</b>	en 31' 04
10 <sup>e</sup> et 9 <sup>e</sup> M1M	<b>Franck JOUATEL</b>	en 32' 10
12 <sup>e</sup> et 2 <sup>e</sup> M2M	<b>Jean-Paul HUETTE</b>	en 32' 35
15 <sup>e</sup> et 12 <sup>e</sup> M1M	<b>Thierry DROUILLET</b>	en 33' 57
16 <sup>e</sup> et 13 <sup>e</sup> M1M	<b>Ludovic RANNOU</b>	en 34' 03

--> 2<sup>e</sup> par équipe

**Cross court hors championnat / athlètes sous couleurs du club** - 5 800 m / 58 classés

19 <sup>e</sup>	<b>Denis DECAUX</b>	en 25' 15
38 <sup>e</sup>	<b>Stéphane DAVOUST</b>	en 28' 11



**Pré-Régionaux CJESM à VAL-DE-REUIL - samedi 6 Janvier 2018** (157 km)

**800m**

<b>Didier DARCEL</b>	en 2' 14" 68	R6
----------------------	--------------	----

**1500 m**

<b>Didier DARCEL</b>	en 4' 36" 84	R5
----------------------	--------------	----

**Pré-Régionaux CJESM à MONDEVILLE - dimanche 7 Janvier 2018** (110 km)

**60m CAF 1<sup>ère</sup> série / 2<sup>e</sup> série**

<b>Clara MERIEL</b>	en 8" 68 R3 / en 8" 69 R3	qi
<b>Emerence RACINE</b>	en 9" 13 R6 / en 9" 21 D1	

**60m CAM**

<b>Maxence BLAIN</b>	en 7" 80 R3 / en 7" 78 R3	qi
----------------------	---------------------------	----

**60m JUM**

<b>Timothée FOURNIER</b>	en 7" 27 IR2 / en 7" 18 IR1	qi
<b>Pierre RACINE</b>	en 8" 02 R5 / en 7" 91 R4	

**60m SEM**

<b>Adama TRAORE</b>	en 8" 25 D2 / en 8" 33 D2	
---------------------	---------------------------	--

## Pré-France Epreuves Combinées CJESM à MONDEVILLE - samedi 13 et 14 Janvier 2018 (110 km)

### Heptathlon CAM

<b>1<sup>er</sup></b>	<b>Tangui TRANCHANT</b>	avec 4620 points	IR1
	60m	en 7" 53	IR4
	Longueur	avec 6 m 20	R1
	Poids 5 kg	avec 12 m 26 rp	R5
	Perche	avec 3 m 17	D2
	60m Haies	en 8" 45	IR2
	Hauteur	avec 1 m 86	IR4
	1000m	en 2' 54" 83 rp	R6

## Cross Ouest-France au MANS -samedi 14 et 15 janvier 2018 (54 km)

### 20 km

145 <sup>e</sup>	<b>Bruno CEYSSEL</b>	en 1 h 26 min 22 s
615 <sup>e</sup>	<b>Denis DECAUX</b>	en 1 h 38 min 19 s
727 <sup>e</sup>	<b>Thierry JACQUET</b>	en 1 h 40 min 23 s
1207 <sup>e</sup>	<b>Jérôme FOUQUET</b>	en 1 h 50 min 50 s
1251 <sup>e</sup>	<b>Céline LEGALLAIS</b>	en 1 h 52 min 06 s

### 10km

354 <sup>e</sup>	<b>Stéphanie CORMIER</b>	en 45 min 08 s
465 <sup>e</sup>	<b>Vanessa LETOURNEAU</b>	en 46 min 32 s
911 <sup>e</sup>	<b>Philippe BADIER</b>	en 51 min 42 s

### Cross court - 5,4 km

36 <sup>e</sup> et 6 <sup>e</sup> MAM	<b>Didier DARCEL</b>	en 19' 32
104 <sup>e</sup> et 4 <sup>e</sup> MAF	<b>Valérie FOURNIER</b>	en 23' 17
119 <sup>e</sup> et 5 <sup>e</sup> MAF	<b>Chantal LETOURNEAU</b>	en 24' 26

## Départementaux de la Mayenne open de Be à SE à Mayenne - dimanche 14 janvier 2018 (61 km)

### 60m

<b>Emerence RACINE</b>	en 9" 18	D1
<b>Pierre RACINE</b>	en 8" 01 (R5) en série et 8" 02 en finale (R5)	

## Championnat régional indoor CJESV / VAL-de-REUIL - 20 et 21 janvier 2017 (157 km)

### 60m CAF

<b>Camille ROGER</b>	en 8" 69	R3
<b>Clara MERIEL</b>	en 8" 70 en série	en 8" 71 en finale R3

### 60m CAM

<b>Maxence BLAIN</b>	en 7" 75 en série (R3)	en 7" 73 en finale (R2)
----------------------	------------------------	-------------------------

### 60m JUM

<b>2<sup>e</sup> Timothée FOURNIER</b>	en 7" 14 en finale N4	en 7" 14 en série N4
<b>Guillaume LUROIS</b>	en 7 46 en finale	en 7 47 en série IR4
<b>Valentin MALO</b>	en 7 81 en finale	en 7 75 en série R4

### 200m JUM

<b>1<sup>er</sup> Timothée FOURNIER</b>	en 22" 25 en finale IR1	en 22" 35 en série IR1
<b>Guillaume LUROIS</b>	en 24 01 en série R2	
<b>Valentin MALO</b>	en 24 79 en série R4	

### Relais 4 x 200m JUM

<b>2<sup>e</sup></b>	en 1' 37" 55
avec <b>Valentin MALO, Pierre RACINE, Guillaume LUROIS, Timothée FOURNIER</b>	

**ROY Sylvain**

plaquiste

- isolation - cloisons sèches
- faux plafonds - parquets
- pose de menuiserie
- bois - PVC - alu
- aménagement de placards

BP 127 - 61004 ALENÇON 06.14.60.61.28

**INJECT STYRENE**

Isolation par Injection de Microbilles polystyrène  
www.inject-styrene.com

**Crédit Mutuel**

LA banque à qui parler

**Hair.Vcoiffure**

Coiffure mixte

Distributeur L'Oréal professionnel

02 33 26 16 56  
62, Cours Clémenceau  
61000 Alençon

Etudiants & moins de 20 ans (- 20 %)  
e-mail: hair.v@wanadoo.fr

## Kid Athlé à MORTAGNE-AU-PERCHE - samedi 27 janvier 2017 (38 km)

8 équipes

1<sup>ère</sup> Equipe A3 composée de **Abel DRUART, Lilian GONTIER, Luc GAUQUELIN-PITOUT, Lou DAL, Noë CORBIERE et Jade CHERRIERE** avec 303 points.

5<sup>e</sup> Equipe A3 composée de **Lola GALODE, Lucas FORTMANN, Justin FAUTRARD, Léopol FAUTRARD, Antoine REGNIER et Anaïs REGNIER** avec 237 points.

## Meeting régional CJESM à MONDEVILLE - dimanche 27 Janvier 2018 (110 km)

800m TCM

**Didier DARCEL** en 2' 14" 27 R6

## La Ronde des Galettes à DOUVRES LA DELIVRANDE - dimanche 28 janvier 2018 (118 km)

- 10 km -

579 coureurs classés

188<sup>e</sup> et 17<sup>e</sup> M2M **Denis DECAUX** en 45' 00

## Championnat de France Epreuves Combinées CAJU à LYON - 3 et 4 février 2018 (640k m)

Heptathlon CAM - 16 qualifiés

1<sup>er</sup> **Tangui TRANCHANT** avec 4 942 points N4

↳ **Champion de France**

60m en 7" 44

Poids 5kg avec 13m19 rp

Perche avec 3m80 rp

Longueur avec 5m94

60m haies en 8" 27 rp

Hauteur avec 1m92

1 000m en 2' 51" 58 rp



## Championnat régional de cross à JUMIEGES - dimanche 4 février 2018 (143 km)

Course Elite Femmes - 7 650 m / 169 classées

47<sup>e</sup> **Stéphanie CORMIER** en 34' 06 qe

65<sup>e</sup> **Daphné PICHEREAU** en 35' 14 qe

68<sup>e</sup> **Valérie FOURNIER** en 35' 23 qe

94<sup>e</sup> **Chantal LETOURNEAU** en 37' 06 qe

134<sup>e</sup> **Katia TAILLEFER** en 40' 16 qe

161<sup>e</sup> **Elsa BOULAY** en 44' 19 qe

↳ 11<sup>e</sup> par équipe qe

Course JUF - 3 535 m / 42 classées

33<sup>e</sup> **Axelle LAMBERT** en 23' 09 qi

Course MIF - 3 150 m / 116 classées

68<sup>e</sup> **Maud VALERO-FOURNIER** en 14' 21

Course BEF - 2 050 m / 130 classées

78<sup>e</sup> **Louise VALERO-FOURNIER** en 9' 35

Course Elite Hommes **ESM/SEM** - 9 050 m / 240 classés

24<sup>e</sup> **Simon GANNE** en 30' 50 qe

43<sup>e</sup> **Frédéric DESIERREY** en 31' 41 qe

55<sup>e</sup> **Albin FOUBERT** en 32' 07 qe

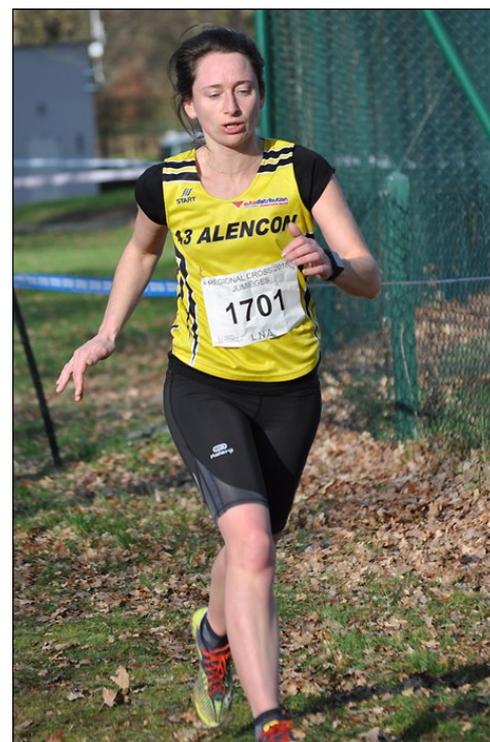
62<sup>e</sup> **Barthélemy FOUBERT** en 32' 23 qe

129<sup>e</sup> **Vincent EPIPHANE** en 34' 30 qe

213<sup>e</sup> **Mathieu BOUCHET** en 39' 40 qe

233<sup>e</sup> **Jonathan GRAFFIN-GALERAN** en 43' 14

↳ 7<sup>e</sup> par équipes qe



**Course BEM - 3 150 M**

23 <sup>e</sup>	<b>Léandre FLEURY</b>	en 12' 41
108 <sup>e</sup>	<b>Clément LEBOS</b>	en 15' 09

**Course MIM - 3 535m / 111 classés**

78 <sup>e</sup>	<b>Timothé LEMAIRE</b>	en 14' 53
88 <sup>e</sup>	<b>William DROUIN</b>	en 15' 33
98 <sup>e</sup>	<b>Gaëtan ROGUE</b>	en 16' 01 →
104 <sup>e</sup>	<b>Axel RONDEAU</b>	en 17' 23

↳ 14<sup>e</sup> par équipes

**Course CAM - 4 770m / 133 classés**

31 <sup>e</sup>	<b>Maxence RALU</b>	en 17' 15	qe
75 <sup>e</sup>	<b>Audryk DROUILLET</b>	en 18' 31	qe
80 <sup>e</sup>	<b>Renan NIGHAOU</b>	en 18' 44	qe
94 <sup>e</sup>	<b>Gwendal ROUXEL</b>	en 19' 22	qe

↳ 10<sup>e</sup> par équipe qe

**Course Masters H - 9 050m / 256 classés**

32 <sup>e</sup>	<b>Mickaël POTTIER</b>	en 33' 12	qe
57 <sup>e</sup>	<b>Fabien LAMIRE</b>	en 34' 14	qe
125 <sup>e</sup>	<b>Jean-Paul HUETTE</b>	en 36' 57	qe
161 <sup>e</sup>	<b>Ludovic RANNOU</b>	en 38' 00	qe
174 <sup>e</sup>	<b>Thierry DROUILLET</b>	en 38' 29	qe
190 <sup>e</sup>	<b>Bruno LECADRE</b>	en 39' 02	qe

↳ 16<sup>e</sup> par équipe qe



**Les Foulées de VINCENNES - dimanche 4 février 2018** (204 km)

- 5,7 km -

384 coureurs classés

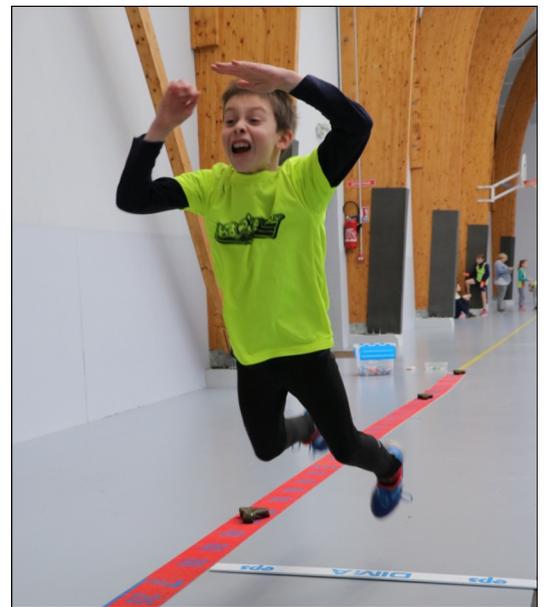
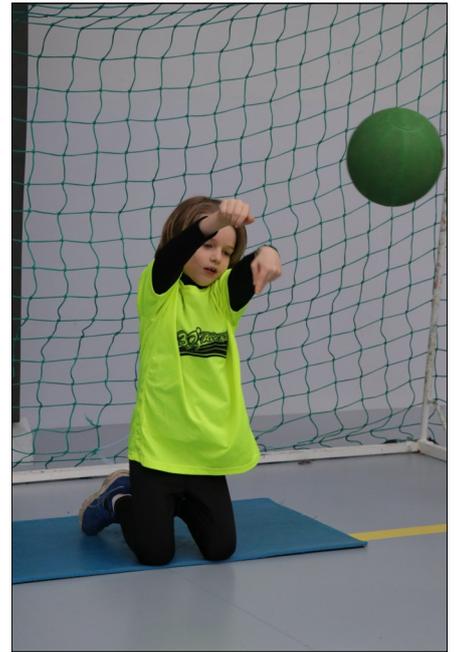
10<sup>e</sup> et 6<sup>e</sup> SEM      **Côme BOUVET**      en 21' 24



Pré-régionaux Mondeville



Régionaux Val-de-Reuil



## Michel Montgermont, une gloire du CSA s'en est allée



Michel MONTGERMONT, licencié au CSA qui devint en 1992 l'A3 Alençon, a porté au plus haut niveau, les couleurs de son club, avec André Brillant, Jacques Dugué, Jean-Pierre Grout, Michel Caro, sous la houlette de Claude Varnier l'entraîneur du CSA.

Dans les années 1970, Michel MONTGERMONT était l'égal de Jean-Claude Nallet sur le 400m Haies.

Ci-dessous différents articles du Miroir de l'Athlétisme ( Archives P. Peccate) et de Orne Hebdo qui retracent ces heures de gloire.

*"Tchao, champion ! A l'époque, mon regard était sur Nallet. Maintenant, le club est autre. Cependant, nous avons des jeunes, j'en suis sûr, qui rêvent de toucher les étoiles comme tu l'as fait." PP*

Spécialités	<b>400 m haies</b>
Nombre Sélections	<b>Jeune : 5 - INT A : 9</b> <b>Période : Jeune (1966-1967) - INT A (1967-1972)</b>
Clubs Successifs	<b>cs alençon (toute sa carrière)</b>
Pays Rencontrés	<b>GBR - FIN - USA - FRG - TCH - Cht E - SUI - Bénélux - POL - JEJ</b>

<b>INT A</b>	<b>08/07/1972 (1j) - (25 ans)</b> Bâle SUI - FRA 400 m haies - 6è 54"0
<b>INT A</b>	<b>10/08/1971 (6j) - (24 ans)</b>
<b>INT A</b>	<b>09/07/1971 (2j) - (24 ans)</b> Portsmouth GBR - FRA 400 m haies - 6è 55"0
<b>INT A</b>	<b>26/09/1970 (2j) - (23 ans)</b> Colombes FRA - TCH 400 m haies - 2è 51"1
<b>INT A</b>	<b>29/08/1970 (1j) - (23 ans)</b> Vittel FRA - FRG 400 m haies - 6è 53"2
<b>INT A</b>	<b>01/08/1970 (1j) - (23 ans)</b> Cwmbran GBR - FRA 400 m haies - 1er 51"6
<b>INT A</b>	<b>08/07/1970 (2j) - (23 ans)</b> Colombes FRA - USA 400 m haies - 3è 51"0
<b>INT A</b>	<b>27/06/1970 (2j) - (23 ans)</b> Oulu FIN - FRA 400 m haies - 2è 51"5
<b>Jeune</b>	<b>12/08/1967 (2j) - (20 ans)</b> Augsburg FRG - FRA espoirs : 400 m haies - 1er 52"4
<b>INT A</b>	<b>22/07/1967 (2j) - (20 ans)</b> La Baule FRA - GBR 400 m haies - 5è 53"8
<b>Jeune</b>	<b>24/09/1966 (2j) - (19 ans)</b> Odessa (URS) Jeux Européens juniors : 400 m haies - 3è 53"5
<b>Jeune</b>	<b>21/08/1966 (1j) - (19 ans)</b> Dole FRA - FRG espoirs : 400 m haies - 2è 53"2
<b>Jeune</b>	<b>11/08/1966 (1j) - (19 ans)</b> Pise ITA - FRA et FRA - POL juniors : 400 m haies - 1er 54"0
<b>Jeune</b>	<b>24/07/1966 (1j) - (19 ans)</b> Dunkerque FRA - Bénélux juniors : 400 m haies - 1er 55"8



Nallet ayant préféré courir sur 400 m, on put assister à un 400 m haies très disputé remporté par Montgermont, en 50"8. (De gauche à dr. : Vignes, Amiel, Beda, Montgermont Pollet-Villard, Baggio et Menard.)

Miroir de l'Athlétisme  
Championnat de France août 1974

Miroir de l'Athlétisme / octobre 1970 ↓

■ 400 M. HAIES

D'ODESSA AU PODIUM



Jean-Claude Nallet ayant opté pour deux courses sans obstacles, c'était vraiment la bouteille à l'encre pour trouver un favori. Le Rennais Le Bolch, pourtant le plus souvent cité, ne termina que second. Il prit un départ fulgurant et entraîna à son rythme Michel Montgermont qui trouva les ressources pour le coiffer dans les derniers mètres.

Né le 31 mars 1947, à Alençon, et sociétaire du club sportif de sa ville natale, Michel Montgermont est un de ces garçons qui constituait la meilleure équipe de France juniors que nous ayons possédée. Celle qui battit la R.F.A. puis l'U.R.S.S en 1968 à Dôle. Il fut médaille de bronze aux Jeux Européens juniors d'Odessa.

Cette année, dans le sillage de Nallet, il réussit 51"2 au Memorial Méricamp. A Colombes, il a fait mieux encore, 50"9 et il affirme qu'il n'en restera pas là.

La révélation de la course est toutefois Jean-Pierre Perrot qui a pris une belle quatrième place et a égalé le record de France juniors (51"7). Né le 7 mars 1952, ce bel athlète (1,74 m, 66 kg) est un transfuge du 80 haies, discipline où il gagna les Critériums Nationaux Cadets en 1968. L'an dernier, il réalisa 31" au 250 m haies et sa première année chez les juniors est plus que prometteuse. Il faut noter que cette course des championnats est une des rares qu'il ait eu l'occasion de courir avec les séniors ! Pour un presque début, c'est un coup de maître. Positions dans les couloirs : 1 - Gay ; 2 - Pollet-Villard ; 3 - Amiel ; 4 - Périnelle ; 5 - Le Bolch ; 6 - Montgermont ; 7 - Perrot ; 8 - Deborde.

Notre photo : Montgermont (à g.) et Le Bolch sur le dernier obstacle.



Jean-Claude Nallet n'a rien perdu de sa gentillesse et de sa simplicité. On le voit ici félicitant son camarade Montgermont, 3<sup>e</sup> du 400 m haies de France-Etats-Unis.

Miroir de l'Athlétisme / juillet 1970

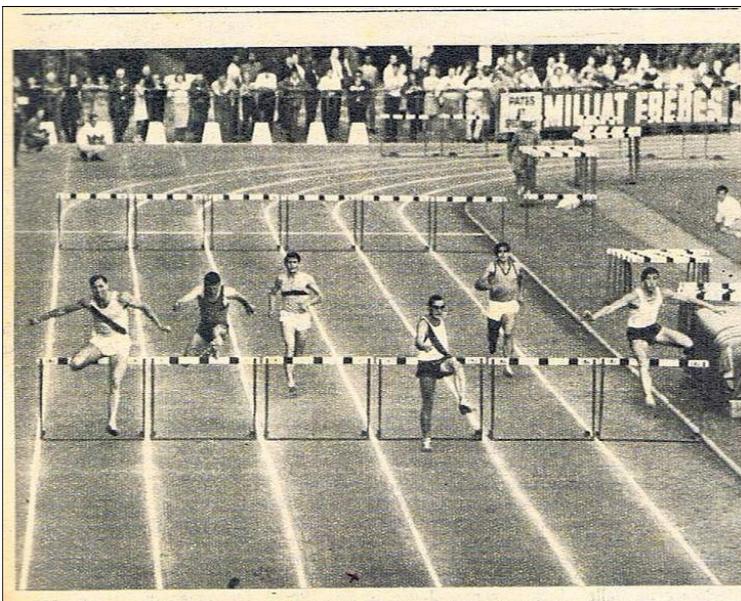
400 M HAIES

Poirier tout de même

Si Robert Poirier a conservé son titre, c'est probablement à Kozma que revient la meilleure performance de cette course. Terminer quatrième d'un 400 m haies, à quatre dixièmes du vainqueur, en piétinant une bonne dizaine de mètres avant d'aborder chaque obstacle ne relève effectivement pas de l'action courante. Néanmoins, cette course qui avait été l'une des plus belles l'an dernier a pâti de l'absence de Behm, de la sciatique d'Hébrard et de la petite forme de Poirier qui était allé dans les Pyrénées oublier sa nomination pour Montréal. Révélation de cette saison, Pollet-Villard n'a pas failli à sa jeune réputation et, après une brillante série, prit un bon départ en finale pour terminer à la troisième place. La spécialité qui comprenait déjà Poirier, Behm, Hébrard et Pellier est riche d'un homme nouveau.

Les résultats

1. Poirier (Stade Rennais), 51"5 ; 2. Hébrard (Paris UC), 51"6 ; 3. Pollet-Villard (AC Annecy), 51"8 ; 4. Kozma (Courbevoie Sports), 51"9 ; 5. Montgermont (CS Alençon), 52"6 ; 6. Le Bolch (ULAC Quimper), 53". Record du monde, 49"1, R. Cawley (USA), 13-9-64, Los Angeles. Record d'Europe, 49"2, S. Morale (Italie), 14-9-62, Belgrade. Record de France, 50"3, R. Poirier (Stade Rennais), 1-7-66, Charléty.



Sur l'avant-dernier obstacle, Kozma (à l'extérieur) est encore très près de Poirier. A la corde, Hébrard revient. Les autres acteurs sont Pollet-Villard, Montgermont et Le Bolch (de gauche à droite).

Miroir de l'Athlétisme  
Championnat de France 1967

## Tangui TRANCHANT, champion de France cadet à l'Heptathlon

Tangui Tranchant, cadet première année a décidé de se spécialiser dans les épreuves combinées, discipline particulièrement exigeante de l'athlétisme. C'est au lycée Cesson-Sévigné à Rennes où il est au pôle espoir athlétisme, qu'il peaufine ses entraînements sous la houlette de Jonathan Baleston, CTS Bretagne. Minime, il avait eu le titre de vice-champion régional à l'octathlon à Bernay en juin dernier. Cadet, pour la salle, c'est l'heptathlon, 7 épreuves à réaliser sur deux jours. Il fait ses premières armes en décembre dernier aux régionaux de Bretagne à Nantes où il se classe deuxième avec 4 337 points. Il confirme son potentiel aux PréFrance EC à Mondeville en janvier où il se classe premier avec 4 620 points. Ce résultat le qualifie pour les France EC Jeunes à Lyon.



Obtenir cette qualification en première année de cadet est déjà un exploit. Ils seront deux dans cette situation, lui et son compère normand de Sotteville, Jean-Rémy Edzang Akue face à quatorze cadets !

Au programme du samedi dans la magnifique Halle Stéphane Diagana de Lyon, 60 m plat, poids, perche et longueur.

Le 60 m est de bon augure. Il réalise le temps de 7" 44, à 1/100 de son record personnel. Il propulse le poids de 5 kg à 13m19, record personnel et 13<sup>e</sup> performance

de l'année! La troisième épreuve est la perche. A Nantes, comme à Mondeville, il avait calé sur cette discipline passant des barres bien inférieures à celles réalisées à l'entraînement. Aussi, il commence ce concours prudemment avec une barre à 2m80. Il passera toutes les barres suivantes au premier essai. 10 cm après 10 cm, il s'élève en hauteur pour échouer à 3m90. Ce 3m80 obtenu, 40 cm au-dessus de son précédent record, le place à la 4<sup>e</sup> place provisoire. L'inimaginable devient possible. Cependant, un concours longueur moyen, 5m94, le replace en 7<sup>e</sup> position à l'issue de cette première journée

Deuxième journée, dimanche, avec le 60m haies, la hauteur et le 1000m. C'est un programme très favorable à Tangui. Son entourage commence à rêver.

Sur le 60m Haies, il réalise un nouveau record personnel en 8" 27. Mais son adversaire le plus dangereux, le Grenoblois Louis Vercueil est en 8" 07. Il est près de 13 h quand commence le concours hauteur, sa discipline de prédilection. Sur le papier, il est donné comme le meilleur mais on doit toujours composer avec les aléas d'un concours. Il passe sa première barre à 1m74. Il se fait une grosse chaleur en passant seulement au 3<sup>e</sup> essai 1m 86. Il continue avec 1m89. Il s'est débarrassé de ses adversaires les plus proches. Seul désormais dans le concours, il réalise un saut parfait à 1m92. Il concentre l'attention de la salle mais échoue à 1m95.

Le rêve devient réalité ; c'est plus qu'un podium qui est vue mais le titre aussi incroyable que ce soit! Avant le 1000m, il est premier au classement avec 4 193 points, à 3 points du second Keny Perrin Bayard du Martigues Sports Athlé mais surtout il a 86 points d'avance sur Louis Vercueil de l'Entente Athlétique Grenoble. Tangui n'a rien à craindre de Keny sur 1000m mais c'est une autre affaire avec Louis, bien meilleur sur cette distance.

La stratégie est simple pour Tangui sur dernière épreuve, avoir un écart de moins de 9 s avec Louis Vercueil pour avoir le titre ! Ce sera un 1000m d'anthologie ! Tangui garde la tête froide. Comme prévu, Louis prend les devants. L'athlète de l'A3 demeure avec le peloton à quelques mètres. Au 4<sup>e</sup> tour, Tangui prend la mesure de ce qu'il doit faire, se surpasser ! Il accélère et se place en seconde position à 300 m de l'arrivée. Dans le dernier virage, il réduit l'écart avec son devancier... Il faut moins de 9 s d'écart à l'arrivée ! Ce sera 6 s ! Tangui est champion de France ! Il a explosé son record sur 1000m en 2' 51" 58.

Chez les accompagnants, ses parents, le président de l'A3, l'émotion est très forte. La réalité est bien là, l'athlétisme ornais compte désormais un nouveau champion de France. Ce n'était pas arrivé depuis des années !



Dans les pas de Kévin Mayer ?

## Grilles des récompenses A3 ALENÇON

Le bureau a voté une grille de primes afin de récompenser les athlètes selon leur qualification à un championnat de France, un podium à un championnat de France et selon le niveau de performances dans l'année sportive du 1<sup>er</sup> septembre au 31 août.

Grille Récompenses Club										
Barème à partir de cadets sur qualification officielle sauf Masters Piste/ Salle										
	cross	Piste Salle	Piste salle Master	Trail	Ekiden	10km	20 km	Semi Marathon	Marathon	100km 24 h
Qualification France										
Equipe	600 ☞ 100 par athlète	/	/	/	/	/	/	/	/	/
Individuel	100	150	/	100	/	/	/	/	/	/
Podium France										
Individuel	classement officiel FFA par catégories									
1 <sup>er</sup>	400	400	200	400	/	400	/	400	400	400
2 <sup>ème</sup>	300	300	150	300	/	300	/	300	300	300
3 <sup>ème</sup>	200	200	100	200	/	200	/	200	200	200
Equipe	à partager entre 4 athlètes	relais (4 athlètes)	sans objet	sans objet	à partager entre 6 athlètes aux France	à partager entre 4 athlètes	/	à partager entre 4 athlètes	à partager entre 4 athlètes	sans objet
1 <sup>er</sup>	800	800	/	/	1200	800	/	800	600	/
2 <sup>ème</sup>	600	600	/	/	900	600	/	600	600	/
3 <sup>ème</sup>	400	400	/	/	600	400	/	400	400	/
Performance										
N1	300	300	300	300		300	300	300	300	300
N2	250	250	250	250		250	250	250	250	250
N3	200	200	200	200		200	200	200	200	200
N4	150	150	150	150		150	150	150	150	150
IR1	120	120	120	120		120	120	120	120	120
IR2	100	100	100	100		100	100	100	100	100
IR3	70	70	70	70		70	70	70	70	70
IR4	50	50	50	50		50	50	50	50	50

☞ Les primes ne sont pas cumulables, seule la meilleure sera attribuée.

☞ Les primes « qualifications France » seront attribuées sur la présence effective aux France. Seules les qualifications France en cross, piste/salle et trail sont récompensées.

☞ Les primes par équipes sont à partager entre les 4 athlètes de l'équipe sauf pour les six athlètes de l'Ekiden. Pour cette dernière compétition, seuls les athlètes participant aux France seront récompensés.

☞ Pour l'équipe cross, les 4 premiers recevront les primes indiquées selon la place, les 2 autres qualifiés recevront la prime de qualification.

☞ Cette grille est cumulable avec les primes du **Challenge A3 - Running Conseil**

### Courses hors-stade inscrites au calendrier du club

➤ Dimanche 18 mars : **les 10 km de la Sarthe**, label FFA à Sargé. Inscription auprès du secrétariat du club au plus tard **lundi 12 mars 12h**.

☞ Cette course est qualificative pour les **France 10 km** qui auront lieu à Liévin samedi 23 juin

➤ Dimanche 15 avril : **Alençon-Médavy**. Attention, il ne faut pas tarder à communiquer son bulletin d'inscription auprès du secrétariat du club ( par courrier ou par mail). Envoi au plus tard **lundi 19 mars 12h** afin d'éviter un rejet de l'inscription par les organisateurs, la jauge de la course étant fixée à 3000 participants.

☞ Annulation des courses Les Courants de la Liberté au calendrier du club.

## Réunion du Lundi 29 Janvier 2018

Présents : Philippe PECCATE, Patrick TRANCHANT, Valérie FOURNIER, Hervé ROY, Simon GANNE, Joséphine DRION

Excusés : Abel RALU, Amaury RALU, Thierry DROUILLET, Didier DARCEL, Vincent EPIPHANE, Jean – Louis GALODE, Sophie GAUTIER, Stéphanie POILPRE, Allain LEBOSSE

### Les compétitions du mois

#### Piste indoor

##### ➤ **Pré France d'épreuves combinées cadets juniors à Mondeville 13 et 14 janvier 2018 :**

Tangui Tranchant avec un total de 4 620 points, IR1 se classe 1<sup>er</sup> de ces Pré-France. Il affiche une belle progression au lancer de poids (12.26 m, RP), ainsi que sur le 1000 mètres avec un chrono (RP) de 2'54.83. Il lui reste une bonne marge de progression à effectuer au saut à la perche.

Il obtient donc sa qualification pour les France EC qui auront lieu à Lyon les 3 et 4 février 2018.

##### ➤ **Régionaux indoor CJESM à Val de Reuil 20 et 21 janvier 2018 :**

7 athlètes étaient qualifiés sur les sprints, 2 cadettes, 1 cadet et 4 juniors ; un record pour le club !

Podium pour **Timothée FOURNIER** qui se fait ravir l'or sur le 60m par le champion du monde cadet EC Steven Fauvel Clinch pour un centième. Timothée réalise 7" 14 N4 en série comme en finale.

Sur 200m, **Timothée FOURNIER** remporte la médaille d'Or

**Guillaume LUROIS** réalise 24" 01 IR4 et **Valentin MALO** termine en 24" 49 R2. Le billet déjà en poche pour les pré France, ils ne courront pas les finales, se réservant pour le relais 4x 200m JUM. C'est une première depuis longtemps que le club aligne un relais 4x 200m dans un championnat régional !

Le relais 4 x 200 m est composé par ordre de départ, de : **Valentin MALO, Pierre RACINE, Guillaume LUROIS Timothée FOURNIER**, l'équipe se classe 2<sup>ème</sup> équipe normande.

☛ **C'est une première pour le club depuis bien longtemps aussi, avec la présence de deux athlètes sur un championnat de France indoor, avec Tangui TRANCHANT et Timothée FOURNIER**

#### Cross :

##### ➤ **Cross Départemental - Plaine des Sports Alençon - samedi 6 janvier 2018 :**

De bons résultats pour le club qui compte **66 athlètes classés, 6 titres individuels et 6 podiums par équipe**. Il est à noter que tous les athlètes classés sont qualifiés pour les régionaux à Jumièges.

44 athlètes de la catégorie Benjamin à Masters, sont qualifiés pour faire le déplacement à Jumièges. il est à noter que les distances annoncées sur les plans sont assez loin de la réalité du terrain.

#### Autres résultats :

Le record de ligue de Normandie minime hauteur à 1m93 établi à Rennes le 20 décembre dernier est validé pour Tangui Tranchant.

Timothée Fournier est record de l'Orne cadet sur 200 m en 22' 25.

### Les compétitions à venir

##### ➤ **Championnat de France Epreuves Combinées à Lyon les 3 et 4 février 2018 :**

Tangui TRANCHANT, Cadet 1<sup>ère</sup> année s'alignera pour la première fois sur cette compétition nationale. Au bilan, il a un ticket à jouer avec la 6<sup>ème</sup> performance d'engagement !

##### ➤ **Pré-France indoor CJESM à Val-de-Reuil / 10 et 11 février 2018 :**

Cinq athlètes seront présents sur cette compétition de haut niveau :

200m JUM : Guillaume LUROIS, Timothée FOURNIER, Valentin MALO

60 m JUM : Guillaume LUROIS, Timothée FOURNIER

60m CAF : Clara MERIEL

Relais 4 x 200 JUM : Valentin MALO, Pierre RACINE, Guillaume LUROIS, Timothée FOURNIER

Timothée FOURNIER devra confirmer sur 200m afin d'assurer sa qualification aux France. Pour le relais, les juniors ont une belle carte à jouer pour accéder à ces mêmes France !

Philippe PECCATE, juge fédéral saut, officiera sur les concours durant les deux jours de compétitions.

##### ➤ **Départementaux indoor BE/MI à Mondeville / samedi 10 février 2018**

9 benjamins et minimes s'alignent sur cette compétition départementale qui se déroulera conjointement avec celle du Calvados à la Halle Michel d'Ornano à Mondeville.

A noter, la présence de 3 jurys en formation : Valérie FOURNIER (formation starter), Sébastien Vesque (formation starter) dont le but est d'être validé juge pour les inter-clubs. Patrick Tranchant, juge fédéral saut, complétera le staff jury du club à cette compétition.

## ➤ **Championnat de France indoor CA/JU** à Val-de-Reuil les 24 et 25 février 2018

La liste des qualifiés sera connue après les pré-France, cependant Timothée FOURNIER et Tanguy TRANCHANT pourront très certainement y participer avec les résultats actuels. Patrick TRANCHANT et Philippe PECCATE seront juges sauts sur ces France.

## ➤ **Régionaux de Cross Long à Jumièges (76), dimanche 4 février 2018 :**

Deux minibus ont été prévus pour le déplacement.

Le premier conduit par Franck Jouatel, accompagnera les masters et partira de la plaine des sports à 07h30 ; le 2ème minibus dédié aux jeunes sera conduit par Sylvain Fleury. Thierry Drouillet se chargera de la logistique tente et ravitaillement préparé par Hervé Roy.

## ➤ **Pré France Cross Court et /ou long à COHINIAC (22) dimanche 18 Février 2018 :**

Les qualifications se feront à l'issue des régionaux. Il y aura un départ la veille pour les masters au vu des horaires et de la distance pour se rendre à Cohiniac.

## **Révision du calendrier estival hors-stade :**

Le Bureau avait validé le calendrier estival avec les 10 km de la Sarthe le 18 mars, Alençon-Médavy le 15 avril et les Courants de la Liberté le 10 juin. Cependant, pour cette dernière épreuve, il faut établir un dossier pour les engagements clubs. Le bureau, au vu de la lourdeur de la tâche et faute de bonne volonté pour établir ce dossier, annule cette course au calendrier du club.

➤ Pour ALENCON – MEDAVY, l'organisateur demande au club de ne pas tarder à effectuer les envois des bulletins d'engagements. Il est donc demandé aux athlètes d'adresser leur participation dans les plus brefs délais au secrétariat du club.

➤ Concernant les 10 km de la Sarthe, il est rappelé que c'est un 10 km qualificatif pour les France qui auront lieu à Liévin le samedi 23 juin. C'est une bonne occasion de chercher la qualification. Le club soutiendra le déplacement des athlètes qualifiés sur ce championnat.

Suite à la rectification du calendrier, une discussion s'engage sur les entraînements hors-stade tels qu'ils ont lieu actuellement. Après discussion ce créneau horaire ne sera pas proposé la saison prochaine.

La séance footing du mardi de 19h30 à 20h30 est maintenue.

Le bureau déplore que l'entraîneur Course Hors stade demande à ses athlètes de se tourner vers un coach sportif extérieur au club sans avis du bureau.

## **Préparation Interclubs**

Le président de l'APPAM61 Daniel Boucher, dans le cadre de la préparation aux interclubs 2018, a annoncé que son club organisait un stage préparatoire **les samedis 31 mars et 14 avril 2018** sur la piste d'Alençon. Philippe Peccate lui a proposé que ce stage soit commun avec ses athlètes et avec ceux du club. Cette proposition a été acceptée par l'APPAM61.

Le Bureau valide cet engagement.

Simon Ganné sera présent sur ces 2 jours. Cependant, il est convenu que ce stage **sera orienté sur la préparation aux concours, sauts et lancers points faibles du club dans les disciplines proposées aux inter-clubs.**

A la demande Simon Ganné, le Bureau valide une troisième session de stage, purement A3, de préparation aux interclubs afin d'optimiser la performance sur piste (ciblant les courses sprint et fond, du 100 au 3000 m)

**Les dates des 21 et 22 avril 2018 sont retenues par le Bureau**

Par ailleurs, Simon commencera à établir les options d'affectation des athlètes sur les différentes disciplines. En conséquence, les athlètes sont invités à le contacter dès à présent pour les inscriptions. Les inter-clubs sont une compétition qui réunit tous les athlètes aussi nous comptons sur votre présence en réservant **les 7 et 19 mai.**

☞ Le club de l'A3 ALENCON s'est porté candidat pour le 2<sup>ème</sup> tour Inter-clubs aussi pour une bonne organisation, nous devons être un certain nombre de bénévoles. Merci de réserver le samedi 19 mai, nous faire part de votre présence certaine.

## **Point sur les panneaux publicitaires – Maquette Panneau A3 :**

Le point est fait sur les contrats signés ou en-cours, soit **8 panneaux** au 29 janvier 2018

1 panneau Sablé Maçonnerie (signé et panneau réalisé)

1 panneau Fiteco, contrat (signé et panneau réalisé)

1 panneau Crédit Mutuel, contrat signé, panneau réalisé et payé

- 1 panneau Decoflamme, contrat non signé accord verbal
- 1 panneau Sarl AIC a donné son accord verbal,
- 1 panneau Petit chocolatier : dossier déposé, s'engagerait pour un an
- 1 panneau (contact Abel Ralu) accord verbal
- 1 panneau A3 : Concernant le panneau A3, Philippe présente au bureau une première maquette pour laquelle il réalisera des dessins originaux pour illustrer les différentes composantes de l'athlétisme.

☞ Des dossiers de commercialisation des panneaux sont disponibles en faire la demande à Patrick TRANCHANT

## Finalisation de la grille des récompenses

Le bureau avait validé le principe d'une grille de récompenses. Celle-ci a été proposée par Simon Ganné. Le bureau, après quelques rectifications et propositions, valide une grille qui tient compte de toutes les composantes de l'athlétisme sur piste, en salle, sur route, en cross et en trail. Celle-ci récompensera à la fois les podiums France et le niveau des performances à partir du **niveau IR4**.

**Simon transmettra un premier bilan financier en fonction des résultats provisoires obtenus sur la saison sportive lors de la prochaine réunion du Bureau**

## Chronométrie électrique :

Hervé Roy a rencontré monsieur Alain Pelleray, secrétaire général du président du Conseil départemental de l'Orne afin d'évoquer le dossier de la chronométrie électrique.

Il est rappelé à cette occasion qu'il n'existe que 2 fabricants, MatSport et Oméga. Le premier est le mieux disant question prix. C'est un dossier dont le département porte la responsabilité.

## Divers :

➤ Philippe Peccate représentera Tanguy Tranchant à la cérémonie organisée par le Conseil Départemental pour les athlètes de haut niveau du département en raison de son déplacement aux France cadets Epreuves combinées à Lyon.

➤ La remise des Récompenses Cercle Fabien Camus aura lieu vendredi 16 février à St-Germain du Corbéis. Seront récompensés Tanguy Tranchant, Timothée Fournier, Didier Darcel, Mickaël Pottier, Franck Jouatel, Bruno Lecadre et Céline Legallais

☞ PROCHAINE REUNION : Lundi 12 mars 2018, 18h30, Salle USDA



**A3 ALENÇON**  
 ☎ 06 08 03 70 04  
[www.a3alencon.fr](http://www.a3alencon.fr)  
[a3alencon@gmail.com](mailto:a3alencon@gmail.com)



**Président :**  
 Philippe Peccate  
**Secrétaire :**  
 Valérie Fournier