

<http://clg-soutine-saint-prest.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php?article1962>

Collège Soutine

Championnat de France de cross à Plouay du 26 mars 2022

- L'association sportive - Histoire et palmarès - Articles de presse -



Date de mise en ligne : mardi 29 mars 2022

Copyright © Le site du collège Soutine - Tous droits réservés

Des championnats de France magique !

Nos élèves du collège Soutine avait décroché brillamment leur qualification pour les championnats de France lors des régionaux à Lignières début décembre.

Vous avez pu les voir sur les écrans au collège, sur les affiches Wanted 1,000,000\$ avant.

Vous avez pu les voir en live le jour J.

Vous pouvez les voir en replay

<https://www.youtube.com/watch?v=NTVMzQ9jD-0>

course minimex filles vars 2h49min, minimex garçons 3h14min30s

et sur les écrans au collège à nouveau pour partager avec eux ce moment de vie.

Voici le récit de leur aventure ! Merci à Axelle Dorange, Manoé Pinon, Zoé Barbe, Maxim Mortuaire, Gabriel Griebeling et Kévin Gajewski pour cette tranche de vie !

Le départ :

Nous démarrons à 9h30 du collège le vendredi 25 mars après l'accueil des familles et des élèves. La météo s'annonce belle ! Après avoir fait la vérification du matériel pour courir, nous faisons la photo officielle avec la nouvelle mascotte de l'AS : un panda aux couleurs du collège Soutine.

Le trajet se déroule dans la bonne humeur, 4h30 de trajet pour aller Erdeven en bord de mer dans le Morbihan avec une pause pique nique.

Nous apprenons que Zoé a oublié son duvet et sa taie d'oreiller. Elle n'a pas lu la convocation jusqu'au bout ! On trouvera une solution sur place.

La fausse arrivée :

Nous arrivons vers 14h30 au bon moment avant l'arrivée du grand flot des équipes. Cela nous permet de faire rapidement la photo officielle et notre jeune coach Zoé, rempli les formalités administratives pendant que ses camarades vont faire du toboggan, de la balançoire et se balader dans le village vacances !

Nous ne sommes finalement pas logés sur place et devons reprendre le minibus pour Saint Pierre de Quiberon, Auberges des Dunes. Nous nous trouvons sur l'isthme de la presqu'île de Quiberon avec la mer des deux côtés. C'est magnifique. Ne pouvant nous installer tout de suite dans les chambres, nous décidons d'aller à la plage à 200m. Vue extraordinaire... Nous avons pu nous détendre et bien rire tout au long de l'après midi en restant deux bonnes heures sur la plage.

Une après midi idéale !

Au programme jeu du kubb victoire des professeurs, jeu du molki victoire des filles, puis des garçons mais aussi beaux lancers et rattraper de frisbee. Les élèves sont allés tremper leur pied mais l'eau était fraîche ! Maxim et Gabriel sont même tombés dans l'eau, renversés soi-disant par une vague... le problème, il n'y avait pas de vague ! Heureusement, Mme Helou avait sa serviette.

Mais aussi des activités insolites : les garçons ont fait une arène de combats de crabes, une tempête de sable s'est abattue sur Kévin puis Manoé et une danse « les pouces en avant » mémorables. Les badauds se sont même arrêtés pour discuter avec nos jeunes. Une après midi de rêve avec un petit soleil à bonne température.

Vers 17h30, nous sommes allés récupérer les clés des chambres que nous avons partagé avec un collège de Lyon qui terminera 4ème. Nous nous sommes installés en prenant nos quartiers. Une bonne douche pour laver le sel et le sable et se détendre ! Le briefing pour le lendemain et repérage du parcours sur le papier.

Juste avant le repas, nous sommes allés voir le couché de soleil de toute beauté sur la plage, photos à l'appui.

Une soirée animée et calme !

Repas vers 19h30 de très bonne qualité avec que des produits bio du coin. La bonne ambiance est toujours là et les rires sont nombreux.

Après le repas, une partie de pictionary endiablée entre les garçons et les filles, sans triche... avec des dessins de toute... Nous avons terminé par un dernier mot qu'aucun ne trouvait, alors le rébus s'impose... Maxim dessine une baleine et barre un B pour que Gabriel trouve la haaaleine ! Si si bien prononcé à la Gabriel, pas d'erreur d'orthographe ! Quel fou rire mémorable ! Tu parles d'un temps calme ! Au moins, ils en ont profité. Il est 21h15, il est temps d'aller se préparer pour se mettre au lit ! Finalement, nos élèves ont bien joué le jeu et se sont endormis assez rapidement. Les choses sérieuses commençant le lendemain.

Le jour J !

Réveil à 7h15, petit déjeuner à 7h30 pour un départ vers 8h10 car le cross se déroule à Plouay à 55 minutes du centre d'hébergement. Il fallait arriver avant la première course à 10h afin de reconnaître le parcours. Tout le monde semble en forme. Un peu de gel et tout va bien.

Un parcours très sélectif !

Le parcours est très difficile mais c'est un vrai parcours de cross avec des descentes, des côtes, des faux plats, des dévers, des virages serrés...

Voici le parcours (cf plan)

Un départ très large qui se resserre brusquement en entonnoir au bout de 300m en grosse descente. Impeccable pour être en sur-vitesse ! Il faut être dans les 30 premiers pour ne pas être dans le trafic ! Et c'est partie pour une petite boucle avec une petite bosse, puis de la course en dévers. Une 2ème petite côte de difficulté moyenne, plus pentue et avec un passage de quelques mètres très raide. On redescend en virage pour une 3ème côte difficile un peu plus longue que la n°2. Après un long faux plat descendant, un long faux plat montant pour remonter vers le départ .

Les filles partent sur la moyenne boucle et les garçons sur la grande boucle en repassant bien sûr avant sur la 1ère et la 2ème côte.

Pour la grande, un virage très serré sur la droite qu'il faudra passer à l'extérieur pour ne pas se laisser enfermer, avec perte de vitesse, enchaîné avec une côte assez raide au début et assez longue.

La grande rejoint la moyenne.

Pour la moyenne se rajoute une côte assez raide de longueur raisonnable mais difficile et termine par la longue côte très difficile. Cela redescend légèrement avant de reprendre le faux plat en dévers montant conduisant à l'arrivée pour bien achever ceux qui ne seraient pas encore fatigués.

Un beau parcours du combattant !

Nos élèves devront être courageux et fort mentalement pour ne rien lâcher !

Course minimes filles 2600m

Les minimes filles vont s'échauffer en première pour se rendre à l'appel à 12h10 et être dans les premières à rentrer pour se placer sur la ligne.

Le départ est important, il faut être bien placé avant l'entonnoir. Le décompte commence 5 minutes, 2 minutes, 1 minute, 30 secondes.

Le départ est impressionnant. Zoé prend un bon départ. Manoé et Axelle sont un peu plus loin dans le paquet. Elles sont prises dans l'entonnoir où les bousculades sont nombreuses, les coups de pointes également mais pas volontaires. C'est la configuration de la course qui fait que c'est très difficile de choisir sa ligne de course. Il faut suivre le flot en essayant de passer sur les extérieurs pour ne pas se faire stopper. Zoé se détache devant est fait une très belle remontée tout au long du parcours.

Elle finit à la 38ème place en couvrant les 2600m en 10min03s à une vitesse de 15,52km/h à 1min11s de la vainqueur qui a couru s'il vous plaît à 17,49km/h. Manoé fait une très belle course tout en gestion même si la dernière bosse fut difficile. Elle se classe 117ème en 10min53s à une vitesse de 14,33km/h. Axelle après un début de course où elle s'est fait chahuter et bousculer, tient le cap et termine à la 180ème place en 11min30s sur 247 concurrentes à une vitesse de 13,57km/h. Elle est déçue mais c'est une première course à ce niveau là. Ce qui est important, c'est l'équipe et d'avoir donné son maximum. C'est le cas ! Bravo à toutes les trois.

Sur la vidéo, on les voit passer souvent :

<https://www.youtube.com/watch?v=NTVMzQ9jD-0>

Zoé passe à 2h53min11s, Axelle et Manoé vers 2h53min25s, 2h55min35s Manoé et Axelle repasse, Zoé 2h56min32s Manoé 2h57min00s, Axelle 2h57min10s, Zoé 2h59min12s, Manoé 2h59min56s, Axelle 3h00min15s, Zoé 3h01min12s à l'arrivée, Manoé 3h02min03s, Axelle 3h02min41s

Courses minimes garçons 3100m

Les garçons doivent gérer leur échauffement avec coach Kévin en autonomie. Les profs sont occupés sur la course des minimes filles. Ils respectent les consignes à la lettre et se retrouvent à rentrer premier pour se placer sur la ligne de départ. On le verra d'ailleurs sur la vidéo. Ils sont bien placés.

La course est très dense aussi avec 247 arrivants également. Beaucoup de choses se passent au départ, l'idéal est d'être dans les 20 premiers. Maxim se trouve en 2ème ligne avant l'entonnoir pas trop loin mais d'un coup il se retrouve 70ème et presque à l'arrêt. C'est vraiment impressionnant Gabriel et Kévin sont dans les 150, ils auront le temps de remonter. Malheureusement, Kévin a pris un coup de coude dans la mêlée au bout de la première ligne droite et ne pourra pas totalement défendre ses chances. Finalement, on apprendra dimanche matin qu'il a couru avec une côte fêlée. Quel courage de finir la course alors que la respiration était difficile ! 160ème, il rentre dans l'équipe avec un temps de 11min38s soit une course à 15,98km/h. Gabriel quant à lui réalise une course tout en intelligence sans se faire enfermer pour remonter tout au long de la course et se classer à une belle 139ème place en 11min29s, soit une course à 16,44km/h. Maxim lui était le plus expérimenté. Après ses inter-régionaux et ses championnats de France FFA il y a 15 jours, Maxim a réalisé une course tout en remontada. Il finit bien en 10min44s à la 48ème place soit une course à 17,33km/h. Félicitations à tous les trois.

On peut les voir sur la vidéo

<https://www.youtube.com/watch?v=NTVMzQ9jD-0>

3h14min30s les minimes garçons au départ, sur la petite boucle Maxim 3h18min06s, Gabriel 3h18min08s, Kévin 3h18min12s, à l'arrivée Maxim 3h26min58s, Gabriel 3h27min44s, Kévin 3h27min52s

Les résultats par équipe

Nous avons demandé à nos élèves de courir pour l'équipe quoiqu'il arrive, ce qui permet toujours d'avoir une âme supplémentaire et de ne pas abandonner quand cela devient difficile. Ils se classent 34ème de France sur 83 équipes. Ils se retrouvent dans la première moitié du classement. C'est formidable avec quatre 4ème. Sans les aléas de course, avec un Kévin dans les 80 premiers, nous aurions pu terminer dans les 25 premiers établissements mais avec des si... Nous gardons le leadership de la région centre devant le collège de Bourges qui termine à la 59ème place.

Mme Helou et moi-même sont fiers de ce que vous avez réalisé sur ce weekend. Mais aussi la direction du collège ainsi que tous vos professeurs au regard du nombre de félicitations reçues par SMS. Certains de vos camarades ont regardé la course en direct et vous ont vu défendre les couleurs de votre collège. Les papas et les mamans étaient les premiers supporters.

Un retour sur nos terres en musique

Les élèves de Soutine ont su mettre l'ambiance dans le minibus. Ils nous ont fait découvrir certaines chansons. Nous avons croisé de nombreux minibus sur l'autoroute, notamment celui des Niçois qui n'était pas près de rentrer, n'est ce pas M Maxim ! Les bonbons ont été de la partie.

Merci à nos élèves pour ses souvenirs en commun. On n'oubliera jamais cette tranche de vie.

Mme Helou et M.Robert

Photos à suivre bientôt