

SEMI-MARATHON

Locronan - Plogonnec - Quimper

Kemper Kerne Sport 

DIMANCHE 17 MARS 2019 14h30

10 KM Plogonnec (Le Croëzou) > Quimper 13h15

Courses enfants!



INSCRIPTIONS :
www.locronan-quimper.bzh

RENSEIGNEMENTS :
contact@locronan-quimper.bzh ou 02 98 91 08 39





Le semi Locronan-Quimper dans les pages locales de la presse quotidienne régionale



1^{er} semi-marathon

Locronan > Plogonnec > Quimper

Dim. 13 mars 2016 14 h 30

10 km 13 h 30

Plogonnec (Le Croëzou) > Quimper

Parrains de cette première édition :
Dan Ar Braz, Fabrice Jaouen, Karine Pasquier

Inscriptions : www.locronan-quimper.bzh

Renseignements : contact@locronan-quimper.bzh ou 02 98 91 08 39

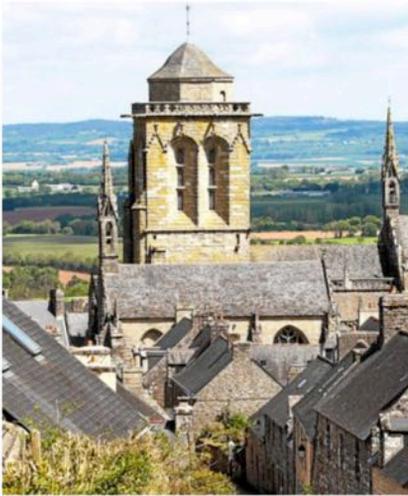


Locronan-Quimper. Une course et la promo !

Thierry Charpentier

Les courses sur route et les trails s'affirment comme l'un des vecteurs privilégiés pour promouvoir un territoire. Nombre de maires préfèrent aujourd'hui l'avènement d'une épreuve plutôt qu'une campagne touristique classique. La possible naissance du semi-marathon Locronan-Quimper, le 13 mars, en est la parfaite illustration.

Le parcours, au départ de Locronan vers le Croezou puis Quimper, a de quoi séduire (photos d'archives).



Depuis quelques années, on n'entend plus que ça, l'écho des pas de coureurs parcourant l'Hexagone. Un simple coup d'œil sur Yanoos.net, le site qui centralise les inscriptions pour les courses du Grand-Ouest, donne le tournis. Route, trail, ultra, raid... Chaque week-end, les épreuves s'amoncellent, tout comme les applis sur les smartphones.

Mise en valeur du territoire

« Tous les clignotants sont au vert pour que cette activité continue à se développer », témoignait récemment, dans nos colonnes, Olivier Besson, sociologue du sport, à propos des trails. La tendance a fini par dépasser le

strict cadre sportif pour intéresser les élus. Un élément leur a mis la puce à l'oreille : les férus de course à pied sont bien souvent issus des CSP (catégories socioprofessionnelles) moyennes et supérieures, et donc dotés de revenus un peu plus élevés que la moyenne. Il n'y a qu'à voir le boom des équipements liés au « running » pour s'en convaincre. En 2014, les ventes des seules chaussures de trail ont augmenté de 12 % en France. Et les pratiquants ne se limitent pas à l'équipement : ils se déplacent en famille ou entre amis, restent souvent quelques jours aux alentours du lieu de leur épreuve, visitent, consomment, se logent... Bref, ils induisent d'importantes retombées

économiques. Alors, plutôt que de tabler sur une onéreuse campagne de promotion touristique, pourquoi ne pas s'appuyer sur une association de course locale pour qu'elle concocte une épreuve qui mettra en valeur le territoire ? C'est ce calcul que font de plus en plus de responsables politiques.

Ouverte à 750 participants

Jeudi matin, en mairie de Locronan, se tenait une réunion préparatoire à la création d'une nouvelle course, un semi-marathon Locronan-Quimper plein de promesses. En Cornouaille, hormis le La Torche-Pont-Abbé, les « semi » ne sont pas légion.

Aussi, le maire de Locronan, le direc-

teur des sports de la ville de Quimper et le maire de Guengat, notamment, ont écouté attentivement Frédéric Thomas.

L'infatigable président de l'association Courir avec Brin d'Avoine a un curriculum vitae fourni : il a été aussi l'initiateur de la belle petite course nocturne « Kemper Urban Noz Trail », programmée le soir d'Halloween. Il en quitte l'organisation mais prouve qu'il n'est jamais à court d'idées. Cette fois, il promeut donc un semi-marathon (21,098 km) reliant la dernière commune à rejoindre Quimper Communauté à la capitale de la Cornouaille. Ouverte à 750 participants, elle aurait lieu le 13 mars 2016, soit une semaine après les championnats de

France de cross et trois semaines avant le marathon de Paris. « Nous voulons qu'elle corresponde à des objectifs de coureurs », explique Frédéric Thomas, qui ne laisse rien au hasard.

« Excellente idée »

Le parcours, au départ de Locronan vers le Croezou puis Quimper, a de quoi séduire. Plusieurs coureurs l'ont déjà testé et ont renvoyé des échos enthousiastes à Frédéric Thomas, qui croit qu'il peut « réussir la quelque chose de grand ».

Antoine Gabriele, maire de Locronan, n'en doute pas : « Nous y sommes favorables à 100 %. C'est une autre façon de faire découvrir notre bourg. C'est du sport-tourisme », dit-il.

Ludovic Jolivet, président de Quimper-Communauté, juge « l'idée excellente. C'est un beau projet. Il faut que nous arrivions à finaliser tout ça pour lui trouver le sens communautaire. Ça mérite d'être peaufiné et partagé par tous les maires ». Contacté, Georges-Philippe Fontaine, adjoint aux finances de Quimper, abonde : « C'est un super-projet, qui procède du développement touristique. Beaucoup de personnes voudront venir découvrir Locronan, Petite cité de caractère. En outre, ça la rapproche de Quimper. Ça a plein d'avantages et ça fait un événement sportif de haut niveau, à l'instar d'un Saint-Pol-Morlaix et d'un Vannes-Auray. Ça fait rayonner le territoire ».

Alain Guillou, adjoint aux sports quimpérois, est également en première ligne, « mais on aimerait en faire un projet communautaire. Ça se présente très bien ».

L'officialisation de cette naissance devrait avoir lieu le 15 octobre prochain.

Quimper

Ouest-France
Vendredi 8 janvier 2016

Semi-marathon « vert » entre Locronan et Quimper

Surfant sur une discipline en vogue, un semi-marathon va voir le jour à Quimper le 13 mars prochain. Une vitrine à la fois sportive et touristique avec Locronan comme partenaire privilégié.

Un projet en gestation depuis 5 ans

Cela faisait quelques années que le projet germait dans la tête des associations de course à pied quimpéroises. Mauvais timing, manque de soutien public, l'idée d'un semi-marathon n'a jamais réuni toutes les conditions pour se concrétiser... Jusqu'à cette première réunion préparatoire à Locronan en septembre dernier qui a affirmé la volonté des différents acteurs. À commencer par les municipalités de Quimper et Locronan qui le voient comme un formidable vecteur touristique, à l'image des courses Auray-Vannes ou St Pol-Morlaix.

Discipline en vogue aujourd'hui, notamment chez les CSP+ (catégories socioprofessionnelles favorisées), la course à pied a donné naissance à de multiples événements populaires ces dernières années et à une économie en pleine croissance. Le succès immédiat du Kemper urban noz trail (2013) illustre cette demande.

Projet commun et eco-geste

La majorité des associations de course à pied quimpéroises vont prendre part à l'événement : Quimper Athlétisme, Quimper Footing Loisirs, Courir avec Brin d'Avoine et Triathlon Club Quimper. « **L'idée est de faire un projet commun et de mutualiser les éventuels bénéfices de la course pour l'organisation d'autres courses au sein de Quimper communauté** » insiste l'organisation. D'abord pensé comme un projet soutenu par Quimper communauté, il n'aura finalement que le soutien



Après le Kunt en 2013, Quimper va se doter d'une nouvelle course d'envergure.

des municipalités de Quimper, de Locronan et dans une moindre mesure de Plogonnec, soient les trois communes traversées.

En prise avec son temps, l'organisation va également mettre en place des navettes de retour entre Quimper et Locronan afin de limiter l'utilisation des voitures. À la clé, une réduction de 3 € des frais d'inscription pour les coureurs qui feront ce choix.

Deux courses et 750 coureurs chacune

Le semi-marathon s'élancera du centre de Locronan à 14 h 30 pour rejoindre celui de Plogonnec et le

Croezou. Ensuite direction le Moulin-Vert et le Steir en passant par Ty Planche puis la Providence avant d'atteindre le Cap Horn. Les coureurs remonteront alors la rue Amiral Ronach et les rues du Vieux Quimper pour rallier l'arrivée, la Cathédrale

Saint Corentin. Le 10 km empruntera le même tracé mais à partir du Croezou. Des animations « musicales et festives » ponctueront le parcours. Informations et inscriptions sur www.locronan-quimper.bzh. Tarifs : semi-marathon 17 € ; 10 km : 12 €.

10 500

C'est le nombre de visites sur la page facebook du Locronan-Quimper le jour de sa création, preuve de l'engouement qu'il suscite. 494 coureurs sont déjà inscrits et viennent de toute la France. Et si l'effort ne vous tente pas, sachez que l'organisation recherche 200 bénévoles pour encadrer le bon millier de futurs participants.

Concert
Quatre jazzmen
mercredi au Ceili
Page 15

Météo de Quimper METEO FRANCE

Matin  Après-midi  +10
+7

Quimper

Lundi 11 janvier 2016 / www.letelegramme.fr / Tél. 09.69.36.05.29

ST-RONAN - ST-CO AVEC LA BANANE



Le premier semi-marathon reliant Locronan à Quimper, en passant par Plogonnec, a déjà dépassé les 600 inscrits. De quoi filer la banane aux organisateurs, dont quelques-uns (ci-dessus) ont couru les 21,1 km il y a peu. Dans quelques années, d'autres épreuves pourraient apparaître dans son sillage.

Rapid Pare-Brise VOUS CENTRE DE BEAUTE AUTO

NOUVEAU A QUIMPER
OFFRE D'OUVERTURE
jusqu'au
15 FÉVRIER 2016

Pour tout remplacement de pare-brise OFFERT

- La franchise ou une tablette Samsung
- Lavage extérieur et intérieur
- d'une valeur de **85€**

Ouvert de 9 h à 18 h, du lundi au samedi
Face à l'échangeur de **GOURVILY**
quimper@americancarwash.com - **QUIMPER**
Tél. 02.98.50.73.22 - www.rapidparebrise.fr

DÉMÉNAGEMENT

Gros Plan a vite trouvé ses marques

OUVERTURE DOMINICALE

Le centre boudé les galeries bondées

La barre des 500.000 bientôt franchie !



560.400 spectateurs ont été accueillis, en 2015, dans les cinémas quimpérois contre 419.400 en 2012. À lui seul, le Cinéville enregistre 460.591 entrées. Des chiffres qui laissent penser que le multiplexe, ouvert depuis le 12 décembre 2012, devrait franchir le seuil des 500.000 personnes annuelles en 2016. Page 14

CROSS DÉPARTEMENTAL

1.100 coureurs au Corniguel



Plus de 1.000 athlètes ont pris le départ, hier, des Championnats du Finistère de cross, au Corniguel. Benoît Nicolas chez les hommes et Sandra Levenez chez les femmes remportent la première place. Page 16

FOUESNANT

La Gauche naturellement soutient les réfugiés

GOUESNAC'H

L'avenir des projets dépendra des subventions

Sommaire des communes

Bénodet	20	La Forêt-Fouesnant	21
Briec-de-l'Odé	25	Landudal	25
Clohars-Fouesnant	20	Lanoulon	25
Combrit-Sainte-Marine	20	Locronan	25
Cornouaille	10	Moulin-Vert	18
Edern	25	Pleuven	20
Erqué-Armel	18	Ploemel	20
Erqué-Gabéric	19	Pluouffan	19
Fouesnant	21	Quimper	11 à 16
Gouesnac'h	20	Saint-Evarzec	21

Quimper

Lundi 11 janvier 2016



Locronan-Quimper. Un semi-marathon au poil

Thierry Charpentier

Imaginé par quelques fous furieux de course à pied, le semi-marathon Locronan-Quimper s'élancera le 13 mars, couplé à un 10 km. Les inscriptions vont bon train. L'idée, à terme, est de rivaliser avec les autres grandes épreuves bretonnes du genre, qui rallient 5.000 à 8.000 concurrents.



Quelques-uns des organisateurs, en repérage, ci-contre à Locronan, au départ du futur semi-marathon.

Le cap des 600 inscrits vient d'être franchi sur « yanoo.net », le site recensant toutes les courses à pied du Grand Ouest. Le premier semi-marathon vert Locronan-Quimper se courra donc le dimanche 13 mars et, très probablement, avec 750 coureurs, seuil maximum fixé par les organisateurs. « Pour cette première édition, nous avons besoin de définir un nombre de concurrents, pour anticiper la logistique à mettre en place », explique François Almange, directeur du service des sports de la ville de Quimper. Le soulagement se lit sur son visage, comme sur celui de Frédéric Thomas, autre cheville ouvrière de l'organisation.

À trois semaines du marathon de Paris

Faire naître une course ex-nihilo est un sacré challenge dans le paysage déjà surchargé de la course sur route. Eux y croyaient. Relier trois églises emblématiques comme celles de Saint-Ronan, Saint-Thurien et Saint-Corentin, il y avait là un vecteur touristique propre à séduire les sportifs, mais aussi leurs proches. Bref, un moyen de faire rayonner l'image de Quimper-Communauté au-delà du Finistère. Sur ce point, le pari est, là aussi, en passe d'être gagné, au regard de la provenance des coureurs : Saint-Nazaire, Theix, Carquefou, Vannes, Orvault, Paris et même Ajaccio.

La beauté des sites traversés n'est peut-être pas la seule explication. Une heure avant le départ du marathon, fixé à 14 h 30, une course de 10 km s'élancera du Crouézou, à Plogonec, jusqu'à Quimper également. Son parcours offre un dénivelé négatif (- 330 m). Il sera donc très roulant, à l'image d'un Taulé-Morlaix. Qui sait, alors, si des records personnels ne tomberont pas ? Voilà qui pourrait intéresser 750 autres athlètes (nombre maximal accepté)... Pour l'heure, ils sont 40 à s'être fait connaître.

En outre, la date du 13 mars n'est pas anodine : nous serons une semaine après les championnats de France de cross et, surtout, à trois

semaines du marathon de Paris, auquel participent, bon an mal an, 2.500 Bretons. Or, pour tout coureur préparant un marathon, le plan d'entraînement suggère de courir, trois semaines avant, une distance de 21,1 km dans des conditions de course...

« L'idée n'est pas de faire une course de plus »

Cette distance du semi-marathon a été mesurée, à l'aide d'une roue d'arpenteur, dimanche 3 janvier, par Frédéric Thomas et quelques amis. Elle sera officiellement vérifiée le 1^{er} février. L'objectif des organisateurs - les villes de Quimper, Locronan et Plo-

gonnec - est de pérenniser, voire de développer l'événement. « Nous réfléchissons à d'autres courses encore, peut-être le même jour, ou sur le week-end, comme une course enfant, un 5 km, une marche nordique... », confie François Almange, qui prend pour exemple le concept de « Tout Rennes court », qui propose un 2 km, un 6 km, un 10 km et un semi-marathon sur deux jours. « L'idée n'est pas de faire une course de plus, mais une course importante dans le paysage régional », disent les organisateurs qui voudraient rallier, dans quelques années, autant de monde qu'un Auray-Vannes, qu'un Cancale-Saint-Malo ou qu'un Saint-Pol-Morlaix, les trois grands semi-marathons bretons, qui affichent tous entre 5.000 et 8.000 participants.

Deux cents bénévoles recherchés

Au-delà de l'aspect sportif et touristique, l'enjeu est de réussir un grand événement populaire qui tienne dans le temps. « On veut vraiment que ce soit festif, que les gens se disent que c'est sympa ! », continue François Almange. Les parrains de cette première édition seront Dan Ar Braz, le Pleybennois Fabrice Jaouen (qui avait couru le Taulé-Morlaix en 28 mn) et Karine Pasquier, qui devrait aussi s'aligner sur le semi.

D'ici là, il faudra rallier 200 bénévoles. L'appel est lancé (*). Il devrait intéresser pas mal d'adhérents de clubs de course à pied car les organisateurs veulent faire l'acquisition d'un chronométrateur électronique, qu'ils mettraient ensuite à disposition d'autres épreuves. Intéressant, quand on sait que sa simple location coûte 2.000 €...

▼ Pratique

Inscriptions sur www.locronan-quimper.bzh.
Tarifs : 12 € pour le 10 km ; 17 € pour le semi. Ces deux sommes seront minorées de 3 € pour tous ceux qui feront l'écogeste de prendre la navette qui les mènera vers le départ.
Renseignements : contact@locronan-quimper.bzh.

Plogonnec

Semi-marathon du 13 mars : appel à bénévoles

L'association Kemper Kerné Sport organise un semi-marathon qui reliera Locronan à Quimper, ainsi qu'une course de 10 km qui partira du Croëzou, en direction de Quimper.

Ces courses se dérouleront dimanche 13 mars. Le départ des 10 km se fera à 13 h 30 du Croëzou et le circuit de 21 km hand bike et en fauteuil à 14 h 15 de Locronan. Le départ des 21 km aura lieu à 14 h 30 de Locronan.

L'épreuve rencontre un beau succès car elle affiche déjà complet avec 1 200 participants inscrits. Les organisateurs recherchent une soixantaine de bénévoles pour la signalisation et le ravitaillement.

Ceux-ci peuvent se faire connaître auprès de la mairie de Plogonnec pour le 23 février. Une réunion avec tous les bénévoles est programmée au mercredi 24 février à 20 h 30.

Samedi 5 mars 2016 (édition Quimper)

Plogonnec

Semi-marathon du 13 mars : il manque des bénévoles

Mercredi soir, une trentaine de personnes a participé à la réunion avec les organisateurs du semi-marathon Locronan-Plogonnec-Quimper, se déroulera dimanche 13 mars.

Pour le bon déroulement de cette épreuve sportive, les responsables de l'association Kemper Kerné Sport recherchent soixante bénévoles pour la signalisation et le ravitaillement.

Les personnes intéressées peuvent s'inscrire à la mairie de Plogonnec en remplissant une fiche ou directement sur le site www.locronan-quimper.bzh. Une prochaine réunion avec tous les bénévoles est programmée le mercredi 2 mars à 20 h 30 à

 Ouest-France
5-6 mars 2016



Bénévoles et élus locaux se sont retrouvés, mercredi, pour écouter les consignes des responsables.

la salle du conseil municipal située à la mairie de Plogonnec.

Semi-marathon Locronan-Quimper. Ruée sur une première

Ronan Larvor

Avec 2.000 coureurs (1.200 sur le 21,1 km et les autres sur le 10 km), le premier semi-marathon Locronan-Quimper du dimanche 13 mars suscite un engouement qui étonne les organisateurs. Une grande épreuve sportive est née.

François Almange, Alain Guillou, Christian Keribin, Karine Paquier, Antoine Gabriele, Frédéric Thomas, Fabrice Jaouen et Christophe Faligon.



Pourtant informés du monde des courses sur route, les organisateurs du semi-marathon Locronan-Quimper n'en reviennent pas. « Nous avons été débordés dès le départ par les inscriptions locales, constate François Almange, directeur du service des sports de Quimper, l'un des trois piliers avec Frédéric Thomas et Christophe Faligon. Les inscriptions pour le semi-marathon étaient closes avant même que nous ayons commencé à communiquer sur l'événement ».

Les raisons d'un succès

Les organisateurs de ce premier rendez-vous ont donc augmenté la jauge. « Nous avons, au départ, prévu 750 places pour le semi-marathon de 21,1 km et autant pour le 10 km, rappelle Christophe Faligon. Nous sommes passés à 1.200 ». Et c'est complet. Pour le 10 km, il reste environ 300 places sur 800.

Qu'est-ce qui explique l'engouement pour cette première ? « Nous sommes dans un département fan de courses sur route, répond Christophe Faligon. Il y en a 130 organisées chaque année ». « Il manquait en Cornouaille un événement de l'ampleur du Saint-Pol-Morlaix ou Auray-Vannes qui attirent des milliers de participants, ajoute Frédéric Thomas. Il y a aussi l'attraction du parcours entre deux villes comme Locronan et Quimper ». Les sportifs ajoutent que la date retenue une semaine après le championnat de France de cross qui a lieu ce week-end et trois semaines avant le marathon de Paris est idéalement placée dans le calendrier au moment de la reprise des courses sur route.

Un parcours à records

Le « Locronan-Quimper » pourrait aussi devenir célèbre pour un atout très apprécié des coureurs.

« C'est l'un des parcours les plus rapides qui existent avec deux longs faux-plats descendants, commente Christophe Faligon. Les coureurs font leurs temps de références sur les marathons, les semi et les 10 km. Là, il y aura l'occasion de battre beaucoup de records personnels ». Cette première représente aussi un enjeu majeur pour les organisateurs, à commencer par les villes étapes, Locronan, Quimper, sans oublier Plogonnec. Le départ du 10 km sera en effet donné du quartier du Croëzou, vers Quimper.

Trois points d'animations

« Il y aura des animations (fanfares, chants de marins) à Locronan, au Croëzou pour le départ du 10 km, place Saint-Corentin à l'arrivée où un chapiteau sera installé, précise François Almange. Pour éviter d'engorger Locronan, nous avons mis des tarifs préfé-

rentiels pour les coureurs qui utiliseront les navettes mises à disposition. C'est une première. Nous organiserons aussi le convoyage des sacs vers Quimper. Par ailleurs, nous prévoyons de nombreux ravitaillements, deux sur le 10 km, cinq sur le semi. C'est un gage de succès et de retour des coureurs pour la prochaine édition ».

Car l'an prochain, l'événement pourra monter en puissance. « Nous allons mieux communiquer vers le Grand Ouest », dit François Almange. Le but est d'attirer, comme les autres rendez-vous bretons majeurs, 5.000 et plus de participants. Les retombées économiques du semi seront alors évidentes.

C'est pour toutes ces raisons que quelque 250 bénévoles seront mobilisés dimanche 13 mars prochain sous le parrainage de Karine Pasquier, Fabrice Jaouen et Dan Ar Braz.

Quimper mi-temps

Ouest-France
Vendredi 4 mars 2016

Semi-marathon : la Locronan-Quimper cartonne

La première édition du semi-marathon, prévue le 13 mars, dépasse les pronostics du nombre d'inscriptions. Plusieurs facteurs expliquent ce phénomène.

Parce que le Finistère sud n'attend que ça

Il manquait simplement un événement de l'ampleur d'un Saint Pol-Morlaix ou d'un Auray-Vannes. Les quelque 13 000 connexions qui ont assailli le site 48 heures après sa mise en ligne en témoignent.

Parce qu'il fédère une équipe très motivée

« On veut taper fort pour cette première édition » assure Christophe Foligon. Ce dernier et François Al-mange, directeur des sports à Quimper, n'ont pas hésité une seconde à suivre Frédéric Thomas, initiateur du projet et déjà créateur du Kemper Urban Noz Trail. Une idée en gestation depuis plusieurs années qui a emballé l'adjoint aux sports Alain Guillou, tout comme le maire de Locronan Antoine Gabriele qui en fait déjà « un classique avant même sa première édition » et aimerait le voir porter un label « sport tourisme ». Le maire de Plogonnec, Christian Keribin, se dit « content de se rapprocher d'un tel événement ».

Parce que c'est une course à records

Avec environ 7 m de dénivelé négatif au kilomètre, le « semi » Locronan-Plogonnec-Quimper sera une course rapide, très rapide... « Les coureurs sont toujours très attachés au chrono. En sachant qu'ils ont des chances de battre leur record ici, ils voudront venir, et revenir », assure Frédéric Thomas. C'est en outre une date parfaite pour préparer le marathon de Paris, trois semaines plus tard. Sans oublier le cadre, particulièrement séduisant.

Parce que c'est une course « écolo »

C'est peut-être la première course



Une partie des membres organisateurs de la course.

qui le propose : l'inscription est moins élevée lorsque l'on choisit de prendre la navette de la course pour le retour... « Afin de limiter la circulation et la pollution », expliquent les organisateurs. De même, ils se chargent d'amener les affaires des coureurs à l'arrivée. Toujours pour choyer les coureurs, des footings, assortis des conseils avisés des cham-

pions Karine Pasquier et Fabrice Jaouen, les parrains, sont proposés aux inscrits. Le dernier aura lieu ce mardi 8 mars, à 18 h (départ de Dé-cathlon).

Parce que c'est déjà un succès

Des prévisions à 750 inscriptions, les organisateurs sont montés à 1 300 du fait de la demande. « On aurait

pu aller jusqu'à 2000... ». Il y aura 70 % de Finistériens mais pour la prochaine édition, ils envisagent de communiquer bien plus tôt et bien plus loin. Une façon aussi de faire la promotion de la région.

Journées des métiers d'art
La mosaïque à l'honneur
les 2 et 3 avril
Page 18

Météo de Quimper METEO FRANCE

Matin Après-midi

Quimper

Lundi 14 mars 2016 / www.letelegramme.fr / Tél. 09.69.36.05.29

ON SE LÈVE POUR LE LOCRONAN-QUIMPER



Ambiance géniale, hier après-midi, à Locronan et tout au long des 21,1 km qui ont mené les coureurs jusqu'à Quimper, à l'occasion de la première édition du semi-marathon Locronan-Quimper. Les Rederien Cap-Sizun, qui étaient 18 à s'engager sur l'épreuve, piaiffaient d'impatience...

Pages 14 & 15, et page 18 du cahier Sport



Le Penn ar BD fait mieux que lors de l'édition 2015

Avec 1.200 entrées payantes (900 en 2015) et quelques centaines d'invités, la 5^e édition du Penn ar BD a remporté un franc succès, hier, au parc des expositions de Quimper. Fans et auteurs ont, en tout cas, pris un sacré plaisir à échanger, tandis que le duo Morice/Quella-Guyot s'est vu remettre le Grand Prix de la BD bretonne.

Page 16

LANGUE BRETONNE

Une semaine en immersion
Page 18

PARTI SOCIALISTE

La femme au cœur du débat Page 18

COLLÈGE SAINT-YVES

25 jeunes Allemands en séjour à Quimper
Page 19

CONCERT

Orchestre et bagad au diapason Page 20

550 vététistes sur des circuits physiques



La 21^e édition de Kemper Vallées s'est déroulée hier et, malgré une forte concurrence, a enregistré une belle affluence. 550 vététistes ont profité de différents circuits, physiques pour certains. Page 22

DUATHLON

Les meilleurs Bretons attendus dimanche Page 22

PAYS FOUESNANTAIS

Record de participation au forum de l'emploi



Job saisonnier, CDI, formation... La 11^e édition du forum de l'emploi, organisée samedi matin, à Saint-Evarzec, a battu des records tant en termes de fréquentation que de participation des exposants (57). On trouvait des offres dans tous les secteurs : industrie, commerce, animation, fonction publique, hôtellerie, restauration... Page 24

PLUGUFFAN

Transports en commun : regain de fréquentation
Page 23

Sommaire des communes

Bénodet	25	La Forêt-Fouesnant	25
Briec-de-l'Odé	26	Landrevarezec	26
Cinema	21	Landudal	26
Clohars-Fouesnant	25	Pleuveu	24
Ederu	25	Ploemel	23
Enez-Gabéric	23	Ploouffan	23
Fouesnant	24	Quimper	16 à 22
Gouesnac'h	25	Saint-Evarzec	25

Locronan-Quimper. 21,1 sur 20 !

Premier semi Locronan-Quimper, hier après-midi, et déjà une moisson sportive et populaire qui installe cette course, baignée de soleil, parmi les classiques.



Dans la foulée
L'hommage aux bénévoles
Thomas, coprésident de la course, a été félicité par ses bénévoles. Ici, il est entouré de ses collègues et de ses amis.

« Ça met de l'animation dans le bourg ! »
« Ça met de l'animation dans le bourg ! »
« Ça met de l'animation dans le bourg ! »



Pas d'ombre au tableau
La bannière, c'est le fruit préféré des coureurs avant l'effort, mais tout au long du parcours, parfois accompagnés d'un « V » de la victoire. Tous les retours de course ont été marqués par une journée au zénith !



« Ça met de l'animation dans le bourg ! »
« Ça met de l'animation dans le bourg ! »
« Ça met de l'animation dans le bourg ! »



1.985
L'addition du nombre de concurrents sur le 21,1 km (1.300) et sur le 10 km (685).



« Bonheur la cathédrale ! ». C'est l'émotion qui a saisi les participants lors de la course. Les coureurs ont été nombreux à se faire féliciter par les bénévoles et les habitants. La course a été un succès, tant sur le plan sportif que populaire. Les participants ont apprécié le parcours et l'ambiance de la course.

« Une motivation énorme »
« Une motivation énorme »
« Une motivation énorme »

« Une belle première »
« Une belle première »
« Une belle première »

« Ça met de l'animation dans le bourg ! »
« Ça met de l'animation dans le bourg ! »
« Ça met de l'animation dans le bourg ! »

« Ça met de l'animation dans le bourg ! »
« Ça met de l'animation dans le bourg ! »
« Ça met de l'animation dans le bourg ! »



L'altitude, ça se commande !
L'altitude, ça se commande !
L'altitude, ça se commande !

« Ça met de l'animation dans le bourg ! »
« Ça met de l'animation dans le bourg ! »
« Ça met de l'animation dans le bourg ! »



Hello Adèle !
Hello Adèle !
Hello Adèle !

« Ça met de l'animation dans le bourg ! »
« Ça met de l'animation dans le bourg ! »
« Ça met de l'animation dans le bourg ! »

Quimper

Ouest-France
Lundi 14 mars 2016

Au cœur du semi-marathon Locronan-Quimper

Cette nouvelle course a animé la ville, hier. 650 concurrents étaient inscrits sur le 10 km, 1 300 pour le semi-marathon. Un de nos correspondants courait. Ses impressions.



Quelques secondes avant le départ du 10 km, entre Plogonnec et Quimper.

Entre guillemets

« Il est parfois des bonnes résolutions prises au soir de la nouvelle année, une coupe de champagne à la main devant un parterre d'amis incrédules, qu'il vaudrait mieux garder pour soi. Annoncer devant témoins que cette année, je ferai une course dès le printemps et que cette première édition du Locronan-Quimper en pouvait être le théâtre, semblait tomber à pic. Une fois les festivités passées, il a bien fallu se rendre à l'évidence : la reprise d'un entraînement sérieux était plus que nécessaire.

Quelques kilos en trop et une pratique de la course à pied mise en sommeil pendant la période hivernale ont quelque peu émoussé une motivation déjà passablement contrariée par une météo capri-

cieuse. Mais pas question de se dégonfler. Le retour des beaux jours a finalement dopé mon enthousiasme. Chaussures, cuissard et tee-shirt fluo m'attendaient dans l'armoire, impatients de prendre l'air. Le certificat médical obligatoire, enregistré sur mon portable lors d'une course précédente, m'a permis une inscription de dernière minute. Finalement, ce sera le 10 km au départ du Croëzou en catégorie Master 3 (VE3). Objectif : boucler l'affaire en moins d'une heure.

Le trac du départ

L'organisation est impeccable. Je monte dans une des navettes qui partent de la gare routière avec les cohortes de coureurs. Déjà enduits d'onctions camphrées, ils embauvent le car d'un mélange entêtant d'officine et de sueur âcre trahissant

un léger trac avant le départ. J'ai opté pour le transport de mon sac de course, ce qui me permet de me changer près de la ligne de départ. Charge à l'organisation de me le restituer à l'arrivée. Départ dans trente minutes, il est temps de s'échauffer !

Voilà cinq minutes que je sautille sur place, histoire de garder le plus longtemps possible le bénéfice de mon échauffement. J'échange quelques banalités sur la météo et l'ambiance de la course avec mes plus proches compagnons de souffrance, en attendant le coup de pistolet libérateur. La sono crache ses décibels et fait monter la pression au fil du décompte du temps du départ. « Pan ! » C'est parti pour les 10 km vers Quimper.

Déjà l'allure file bon train et pendant les quatre premiers kilomètres, les 650 concurrents se laissent hap-

per par la route qui descend tout du long. « Attention à ne pas se laisser entraîner par l'élan, avait annoncé le speaker avant le départ. Il ne faut pas se mettre en surrégime et finir dans le rouge ! » Effectivement, la remontée vers Ty Planche calme les ardeurs de tous ceux qui sont partis trop vite. Le replat qui s'ensuit permet tout juste de récupérer un peu.

Aux portes de Quimper, le ravitaillement du huitième kilomètre sera le bienvenu. Après un verre d'eau, c'est la descente vers le Moulin-Vert. Le public, plus étoffé que le long du parcours, nous encourage pour les dernières foulées. Puis c'est le pont Médard et la remontée de la rue Kéréon, pour enfin passer sous la bannière de la ligne d'arrivée. En 54 minutes et une poignée de secondes. Mission accomplie ! >>

Locronan

Semi-marathon Locronan-Quimper : 1 200 coureurs dans les rues

Pas moins de 1 200 coureurs étaient au départ, dimanche après midi, du 1^{er} semi-marathon Locronan-Quimper, qui s'est déroulé sous un ciel ensoleillé.

À 14 h 20, un groupe de handbikes a pris le départ donné par Antoine Gabriele, le maire de Locronan, sous les applaudissements des quelques spectateurs. À 14 h 30 précises, les 1 200 coureurs se sont ensuite élan- cés de la place des Charrettes et ont traversé la cité de Saint Ronan.

« Impressionnant, c'est énorme ! » s'est exclamé Thierry à la Croix des missions, lorsque la marée humaine couvrait totalement la rue du Prieuré laissant comme toile de fond l'église de Saint-Ronan.

La Tromeie sportive n'avait pas pour autant attiré la foule des grands jours, seuls quelques spectateurs as- sistaient à cette première manifesta- tion d'un autre genre. Thierry Caubet, adjoint, chargé de la sécurité, avait reçu le concours d'une trentaine de bénévoles pour sécuriser la traversée du village.



Le maire Antoine Gabriele a donné le départ de cette première édition.

À 14 h 20, un groupe de handbikes a pris le départ.

Une marée humaine a traversé le village de Locronan sous un soleil radieux.

Douarnenez

Ouest-France
Vendredi 25 novembre 2016

Déchaîne ton cœur veut innover en 2017

Depuis dix ans, l'association de Sébastien Guyader multiplie les actions en faveur des enfants défavorisés de Madagascar.



Alain Guyader, Jean-Claude Abgrall, Emmanuel Guillou et Françoise Guyader.

Pour l'association Déchaîne ton cœur, l'année 2016 a été non seulement riche en événements, mais l'occasion d'inviter une délégation de dix Malgaches pour le 10^e anniversaire de l'association.

Depuis dix ans, en effet, l'association de Sébastien Guyader multiplie les actions en faveur des enfants défavorisés de Madagascar.

« Une véritable prouesse financière a pu se réaliser grâce à la mobilisation générale des professeurs, élèves, parents et amis de Saint-Blaise », saluent Françoise et Alain Guyader.

Un nouveau temps fort

2016 restera comme une année riche en événements : Marie-Pierre Daniel et Jean-Claude Abgrall ont été les fers de lance d'actions de grande envergure comme le semi-marathon de Paris, le cross du nombre de l'école et l'étape du cœur.

« Ce formidable élan de solidarité a été la pierre angulaire d'un projet

annuel d'établissement », précise Jean Gaonach.

Lors de l'assemblée générale, Alain Guyader a reconnu qu'il était urgent d'innover en matière événementielle. C'est pourquoi un nouveau temps fort sera organisé lors de la prochaine édition.

« Pourquoi pas un grand tournoi de pétanque, de handball ou autre chose ? Le week-end de football Madagascœur a fait son temps. Il nous faut trouver d'autres courroies de transmission », assure l'infatigable humanitaire.

En 2017, l'école Sainte-Thérèse de Quimper prendra le relais de Saint-Blaise de Douarnenez pour récolter des fonds.

Depuis déjà un an, Emmanuel Guillou, professeur d'EPS, peaufine un 10 km Plogonnec-Quimper avec ses lycéens. « La dynamique est en marche à tous les échelons. J'espère une participation de 200 personnes dès cette première édition », lance le Douarneniste.

Trophées sportifs : la 27^e édition livre son palmarès

Les Trophées sportifs ont délivré leurs lauréats 2016. Les clubs du Canoë-Kayak Quimper et du Quimper Athlétisme sont les plus titrés avec deux récompenses chacun.



Chantal Lucas, trophée technicien.



Jean-Pierre Bourhis, trophée homme.



Hubert Michard, trophée dirigeant.



Béatrice Osty, trophée femme.

« Quimper est une ville sportive comme en témoignent les 103 associations et 16 000 licenciés » qui composent le tissu sportif quimpérois, annonçait Alain Guillou, en ouverture de la 27^e édition des Trophées Sportifs ce vendredi au Pavillon. Une tendance qui ne devrait pas fléchir l'année prochaine puisque « le budget ne sera pas affecté », a précisé l'adjoint aux Sports avant d'égrener les grands projets à venir : terrain synthétique à Ergué Armel dans un an environ ; lancement d'une étude de faisabilité et d'opportunité pour la grande salle multifonctions. Par ailleurs, la ville continue de mener sa réflexion sur la piste d'athlétisme de Penviller et les travaux à la piscine de Kerlan Vian. Quant aux Trophées sportifs, les gagnants sont...

Femme : Béatrice Osty (Quimper Athlétisme) : vainqueur du challenge Penn Ar Bed 2016 avec 8 victoires sur 8 participations. Championne de France 10 km route et médaillée de bronze au France de Cross avec l'équipe senior filles du QA.
Homme : Jean-Pierre Bourhis

(Club de Canoë-kayak Quimper Cornouaille) : 8^e aux Mondiaux -23 ans, champion d'Afrique avec le Sénégal, participation aux Jeux Olympiques de Rio de Janeiro (1^{er} Quimpérois depuis les olympiades de Londres en 1948).

Jeune femme : Camille Jonneaux (CCKQC) : membre du collectif français -18 ans sélectionnée pour les championnats d'Europe, 3^e aux France vitesse 200 m, 4^e au 500 m, 3^e au champion de France de fond.

Jeune homme : Nicolas Gérôme (QA) : cadet médaillé de bronze au France cadet/junior de décathlon, nouveau record du Finistère avec 6 605 points

Equipe : Quimper Volley 29 : championne de France élite et accession en Ligue A féminine, finaliste de la coupe de France.

Scolaire : équipe cadet/junior garçons du Lycée Le Likès : Champion de France UGSEL athlétisme avec Aymeric Bouguennec, Thomas Frayr, Nicolas Gérôme, Florian Madec, Romain Meillour, Noé Onadia, Valentin Rouat, Dorian Simon, Antoine Tanguy

Bénévole/dirigeant : Hubert Michard : président du club depuis 2007, trésorier du CD Gym 29, à l'origine d'une option sportive GR au collège scolaire depuis la rentrée 2016, à La Tourelle.

Technicien : Chantal Lucas (Kemper Canoe de combat bâton Savate) : entraîneur de l'équipe de

France aux championnats du monde et coach de Margaux Fournier, vice-championne du monde 2016

Manifestation : Kemper Kernis Sports : 1^{er} semi-marathon Locrohan - Plogonec - Quimper, et 10 km Plogonec - Quimper, 2 000 participants.



Nicolas Gérôme, trophée jeune homme.



Didier Nicot, président du Quimper Volley 29.

Quimper

Mi-Temps

Trophées sportifs : et les nominés sont...

Mercredi le préjûr des Trophées sportifs quimpérois a livré la liste des nominés qui se sont démarqués par leur performance. Verdict final le 25 novembre.

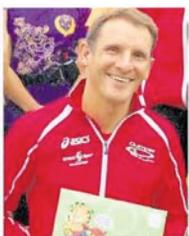
Vendredi 4 novembre
2016 (édition Quimper)

Homme : Jean-Pierre Bourhis (Club de Canoë-kayak Quimper Cornouaille) : 8^e aux championnats du Monde -23 ans, champion d'Afrique pour le Sénégal, participation aux JO de Rio 2016 en slalom ; **Olivier Toulozan** (Archers de l'Odét) : double champion de France de tir à l'arc catégorie mal voyant (intérieur et extérieur) ; **Yann Stephan** (Quimper Footing Loisirs) : champion de Bretagne aux 24 h de Ploeren (221,5 km), 43^e et 3^e Français au Spartanathlon d'Athènes (246 km, réalisés en 30 h 52).

Femme : **Lés Jamelet** (CCKQC) : 2^e au championnat de France de vitesse 200 m et 500 m, 12^e en course en ligne en K4 aux JO de Rio ; **Margaux Fournier** (Kemper Canoe de Combat Bâton et Savate) : vice-championne du Monde à Varazdin et vice-championne de France ; **Béatrice Osty** (Quimper Athlétisme) : vainqueur du Challenge Penn-ar-Bed 2016 avec 8 victoires sur 8 participations. Par équipe : championne de France du 10 km route et médaillée de bronze au France de cross.

Jeune homme : **Léon Olivier** (Amicale laïque Quimper Poltriphile) : champion de France U13 -40 kg et champion U13 en équipe ; **Nicolas Gérôme** (Quimper Athlétisme) : médaillé de bronze au France cadet/junior de décathlon et nouveau record du Finistère avec 6 605 points ; **Julien Salaun** (Union Quimper Natation) : 3^e minime au 50 m nage libre championnat de France élite, 3^e au 50 m papillon championnat de France 15 ans et moins.

Jeune femme : **Camille Runer** : championne de France U15 -63kg et toutes catégories, intègre les stages de l'équipe de France U17 ; **Camille Jonneaux** (CCKQC) : membre de l'équipe d'Europe junior alors qu'elle est encore cadette ; 2^e cadette au championnat de France vitesse



En haut : Jean-Pierre Bourhis, Yann Stephan et Olivier Toulozan. En bas : Béatrice Osty, Margaux Fournier et Lés Jamelet.

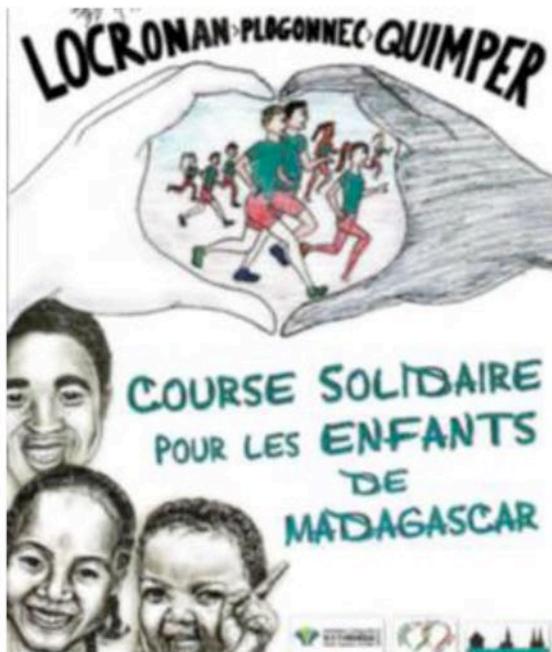
200 m, 4^e au 500 m, 3^e au championnat de France de fond ; **Iroise Pelton** (18 ans) : double championne de Nationale 2 hiver et été aux 100 et 200 m brasse, qualifiée aux championnats de France élite aux 50 et 100 m brasse.

Equipe : **Equipe minime garçons de la Quimpéroise** : championne

de Bretagne et de zone ouest, 8^e au championnat de France ; **Equipe senior filles du Quimper Athlétisme** : championne de France du 10 km route et 3^e au championnat de France de cross ; **Equipe féminine du Quimper Volley 29** : championne de France élite et finaliste de la Coupe de France.

Manifestation : 1^{er} semi-marathon Locrohan-Plogonec-Quimper (Kemper Kernis Sports). Championnat de Bretagne de Triathlon (Quimper Triathlon) ; Internationaux Back Hold (Sko Gouren Quimper).

Solidarité. Le lycée Sainte-Thérèse court pour les enfants malgaches



L'affiche est déjà largement partagée sur les réseaux sociaux.

Pas moins de 150 à 200 élèves, enseignants, parents et anciens élèves du lycée Sainte-Thérèse participeront au 10 km Le Croëzou-Quimper le 12 mars prochain, afin de collecter des fonds pour l'association « Déchaîne ton cœur » qui vient en aide, depuis dix ans, à des enfants et adolescents défavorisés à Madagascar.

Une affiche a été créée par les élèves de seconde qui suivent les cours d'arts visuels au lycée.

Le groupe de travail, porteur d'une vraie dynamique solidaire, est encadré par Éric Ruillat, professeur d'audiovisuel, Emmanuel Guillou, professeur d'EPS, et Frédéric Morvan, professeur d'histoire-géographie.

« Nous cherchons des entreprises intéressées pour participer à nos frais d'organisation : inscription des coureurs, confection des tee-shirts, frais de communication ». Les entreprises et les particuliers peuvent faire un don sur le site de financement participatif, afin de supporter l'association Déchaîne ton cœur et d'investir dans les actions menées à Madagascar.

Il est, dès à présent, possible de faire des dons d'un montant au choix, défiscalisables à hauteur de 66 % pour les particuliers et de 60 % pour les entreprises (téléchargement d'un reçu fiscal).

▼ Pratique

Pour faire un don, se rendre sur la page de l'événementiel de collecte organisé par le lycée Sainte-Thérèse :

<http://www.alvarum.com/saintetherese-quimper>

<http://www.alvarum.com/saintetherese-quimper>

Quimper sports

Deuxième édition du semi-marathon en mars

La première édition du Locronan-Plogonnet-Quimper, en mars 2016, était un franc succès. Les organisateurs réitèrent l'opération, en y apportant quelques améliorations.

Avec plus de 2000 inscriptions lors de son baptême (700 pour les 10 km et 1 300 pour les 21 km), la dernière née des courses quimpéroises s'est déjà fait un joli nom dans le milieu, à tel point qu'elle a obtenu dans la foulée le label FFA (Fédération Française d'Athlétisme), qualificatif pour les championnats de France de 10 km et semi-marathon. « L'enjeu avait été alors de mobiliser les municipalités mais aussi les clubs et associations locales. 300 bénévoles sont requis le jour J », rappelle François Al-mange, nouveau président de l'association organisatrice, Kermpen Kerné.

Préparer le Marathon de Paris

Les cinq clubs quimpérois seront à nouveau à l'œuvre pour cette édition 2017 : le Quimper Athlétisme, le Quimper Triathlon, Courir avec Brin d'Avoine, le Quimper Footing Loisirs et l'ULACQ. Coureurs comme observateurs avaient loué un parcours rapide et « une organisation carrée » avec un seul bémol : « la boucle finale vers le cap Horn, à l'opposé de l'arrivée à l'hôtel de ville, qui avait découragé les coureurs qui avaient déjà 17 km dans les jambes ». Conséquence, cette dernière bifurquera cette année vers les quais pour un parcours « plus ramassé et propice aux animations et encouragements dont ont besoin les participants à ce moment-là », poursuit Fred Thomas, trésorier de Kermpen Kerné et président de Brin d'Avoine.

Autre nouveauté, en plus des démonstrations de handbike et de



Gagné par le Landernéen Julien Lebre, le premier semi-marathon Locronan Quimper a remporté le Trophée Sportif de la meilleure manifestation.

joëlette, des courses de 360 m, 1 140 m et 1 710 m seront proposées aux enfants de 7 à 15 ans. Des fanfares et le bagad du Moulin Vert animeront le départ et l'arrivée.

Fort de ce succès populaire et d'estime, les ambitions sont à la hausse avec une jauge à 1 000 participants pour les 10 km et 1 700 pour le semi-marathon. Les organisateurs s'autorisent même une marge de 20 % en

cas de forte affluence : « avec le label FFA et sa réputation de course rapide, de nombreux coureurs vont tenter de décrocher un temps qualificatif pour les championnats de France », estime Fred Thomas. Sans compter ceux qui voudront préparer le marathon de Paris, trois semaines plus tard.

Seule inconnue : le temps, dont la clémence avait participé au succès

de la première édition. Pour ça, le Kermpen Kerné peut simplement espérer...

Dimanche 12 mars 2017, semi-marathon Locronan-Plogonnet-Quimper. Inscriptions sur klikego.com, informations sur www.locronan-quimper.bzh. Tarifs de 9 € à 24 € selon la date.

Semi-marathon et 10 km en mars. Des nouveautés pour la 2^e édition

Bruno Salaün

La deuxième édition du semi-marathon Locronan-Quimper et des 10 km Plogonnec-Quimper aura lieu le 12 mars 2017. Après le succès de mars dernier, le Kemper Kerne sports ouvre à un maximum de 3.200 coureurs ces épreuves labellisées FFA.

Les épreuves seront ouvertes à 3.200 compétiteurs au total. (Photo d'archives)



Un peu plus de 400 personnes pour le semi-marathon (21 km) et un peu moins de 60 pour les 10 km étaient déjà inscrites, hier midi, à la deuxième édition des courses attendues le 12 mars 2017 entre Locronan et Quimper, via Plogonnec.

Labellisées par la Fédé

Pas moins de 1.652 coureurs, sur 2.000 inscrits, avaient bouclé les épreuves en mars. « Face au succès, nous avons dû, à plusieurs reprises, réajuster le nombre d'inscriptions. Cette fois, nous ouvrons à 1.200 inscrits au maximum pour les 10 km et à 2.000 pour les 21 km », décrit François Almange, le président de Kemper Kerne Sports, l'association qui organise la course. Autre nouveauté : « Ces deux courses très roulantes et rapides, sur lesquelles les coureurs recherchent de bons chronos, sont désormais labellisées par la Fédération française d'athlétisme. Elles sont qualificatives pour les championnats de France 2018 pour le semi-marathon 2017 et pour les

10 km », a révélé, hier, Frédéric Thomas, le trésorier de l'association.

Trois courses jeunes

Les organisateurs ont aussi pris le parti de modifier l'arrivée des coureurs à Quimper. « La seule critique émise, en mars, par les participants, c'était la bifurcation vers le Cap-Horn. On les faisait partir dans un sens qui tournait le dos à l'arrivée place Saint-Corentin. Au 17^e kilomètre, psychologiquement, beaucoup l'ont ressenti durement », rapportent-ils. « Pour la deuxième édition, nous les ferons prendre les quais directement après la rue du Palais. Ce sera plus festif, avec les animations musicales prévues et ils seront aussi plus visibles du public », signalent-ils.

Par ailleurs, trois courses réservées aux 7-9 ans, 10-11 ans et 12-15 ans seront prévues, dans le centre-ville de Quimper, entre 12 h 30 et 13 h, le 12 mars. Au moins 300 bénévoles associatifs des trois communes impliquées viendront donner un coup de main, dont 160 sur le par-

cours. « Nous avons toujours besoin de bonnes volontés : il est possible de s'inscrire sur le site www.locronan-quimper.bzh. De la même façon, nous restons à la recherche de partenaires », insistait, hier, Frédéric Thomas.

Dans les courses elles-mêmes, des meneurs d'allure donneront le ton (40', 50' ou une heure pour les 10 km ; une heure, une heure 45 ou deux heures pour le semi-marathon) afin de donner quelques repères fiables aux concurrents. Ces derniers s'élanceront à 13 h 15 du Croëzou, à Plogonnec, pour les 10 km et à 14 h 15 du bourg de Locronan pour les 21 km.

Kemper Kerne Sports a mobilisé 32.000 € en 2016, avec le soutien financier et/ou matériel des trois communes, pour monter l'événement.

▼ Pratique

Inscription aux courses sur klikego.com : de 9 € à 24 € et navettes gratuites entre Quimper, Plogonnec et Locronan.

Bretagne / Finistère

Ouest-France
11-12 mars 2017

Semi-marathon Locronan-Quimper ce dimanche



Archives Ouest-France

L'épreuve est qualificative pour les championnats de France de 10 km et semi-marathon.

Les deux courses organisées, ce dimanche, Locronan-Quimper (21 km) et Plogonnec-Quimper (10 km), ont fait le plein d'inscriptions. Près de 3 000 coureurs sont attendus.

L'an dernier, la 1^{re} édition avait déjà remporté un véritable succès avec 2 000 inscrits et 1 652 coureurs à l'arrivée.

Quimper accueille également des courses enfants mixtes, de 12 h 30 à 13 h, sur un circuit de 570 m. Départ et arrivée seront situés en haut de la rue Keréon, près de la ligne d'arrivée du semi-marathon et des 10 km.

À 13 h 15, départ de la course courte des 10 km, du Croëzou (Plogonnec) à Quimper, sur le même parcours que le semi-marathon.

À 14 h 15, départ de Locronan du semi-marathon handbike.

À 14 h 30, celui du semi-marathon (21 km) Locronan-Quimper. Départs du parking des Bruyères de Locronan, avec une arrivée place Saint-Corentin.

Renseignements : www.locronan-quimper.bzh ; contact@locronan-quimper.bzh ; 02 98 91 08 39.

QUIMPER. PRATIQUE

Samedi 11 mars 2017 Le Télégramme

Course sur route

Le semi-marathon, c'est demain !

Pas moins de 2.000 inscrits (pour 2.100 places ouvertes) hier à 15 h au semi-marathon Locronan-Quimper et 955 aux 10 km Plogonnec-Quimper. S'y ajoutaient 70 inscrits chez les enfants et 25 pour le handibike. Autant dire que la 2^e édition du semi-marathon va afficher le plein de coureurs de tous niveaux. Il est encore possible de s'y inscrire jusqu'à demain.

Les coureurs des 10 km s'élanceront à 13 h 15, de Plogonnec, tandis que ceux des 21 km quitteront Locronan à 14 h 30. Les premières arrivées rue Kéréon, à Quimper, sont respectivement attendues vers 13 h 45 et vers 15 h 30. Des animations musicales surprises sont annoncées



au départ de Locronan et Plogonnec et trois groupes se produiront dans le centre-ville de Quimper, en particulier sur les quais, au pont Médard et place Terre-a-Duc : une fanfare, un groupe de percussions et un bagad. Parmi les infos de dernière minute, un ravitaillement imprévu, genre « pain-pâté-vin rouge », aura lieu au Ceili au 20^e

kilomètre du semi-marathon.

Enfin, les spectateurs qui viendront dans le centre-ville de Quimper sont invités à prêter attention à leur stationnement. Des panneaux jaunes très visibles leur indiquent qu'il sera interdit de se garer, demain, dès 10 h 30, sur une partie des quais de l'Odet, rue du Palais et rue Vis. Sous peine de mise en fourrière.

Semi-marathon Locronan-Quimper. Plus de 2.000 participants attendus



La remise des dossards a commencé hier après-midi, aux halles de Quimper. Elle se poursuivra ce matin, salle Michel-Gloaguen, impasse de l'Odet, de 10 h 30 à 13 h.

Du sport, de la musique, des défis personnels ou collectifs, de la solidarité, du plaisir : tout sera mêlé, aujourd'hui, pour le deuxième semi-marathon Locronan-Quimper, où plus de 2.000 participants sont attendus.

Il y avait foule, hier après-midi, pour la remise des dossards du semi-marathon Locronan-Quimper, aux halles Saint-François. Tous un peu fébriles à l'idée de participer à la première course de l'année. Parmi eux, trois amis du CAB, (Club athlétique bigouden), Nathalie, Vincent et Élodie. Malicieuse, son amie lance qu'elle est plus connue dans une autre discipline. « Elle ne le dira pas mais c'est une championne internationale de tennis. C'est Élodie Le Bescond ! » La réplique ne se fait pas attendre. « Nathalie, c'est aussi une très bonne sportive ! ». Elle court depuis sept ou huit ans au CAB et a

participé l'an dernier au premier semi-marathon Locronan-Quimper. Elle l'a fait en 1 h 42. « C'était très bien. Mais on nous avait dit qu'il y aurait une grande descente facile. Ce n'était pas le cas. Il faut faire attention à ne pas se faire avoir », rigole-t-elle. « Demain, ça dépendra de mon résultat, je déciderai si je vais le 1^{er} mai au championnat de France de Sénart en région parisienne ». Les trois amis s'entraînent depuis deux mois, trois fois par semaine. « Demain, Vincent sera devant nous. Ce sera le lièvre », plaisantent les deux amis.

Départs de Locronan et du Croëzou

Les départs et les arrivées auront lieu en musique.

Au départ du 10 km au Croëzou en Plogonnec, à 13 h 15, on entendra le bagad du Moulin-Vert pour donner du cœur au ventre.

Au départ du semi-marathon, à Locronan (14 h 20 pour les handisports, 14 h 30 pour le gros de la troupe), la fanfare douarneniste À bout de souffle transmettra son moral à toute épreuve. À l'arrivée, au centre-ville de Quimper

(place Saint-Corentin, rues du centre-ville et quais de l'Odet), la fanfare Zingueur's band et la batucada Kakofolie animeront l'après-midi et accompagneront les coureurs. Rappelons que des courses pour enfants auront lieu de 12 h 15 à 13 h au centre-ville de Quimper.

La remise des récompenses des deux courses aura lieu place Saint-Corentin, 20 minutes après l'arrivée du premier.

La répartition des temps

Sur le site de course, les organisateurs se sont amusés à faire un point sur les profils et performances des coureurs de l'an dernier. Comme le semi-marathon Saint-Pol - Morlaix, la Locronan-Quimper est une course dite « rapide ». Voici la répartition des temps.

Le Croëzou-Quimper (10 km) : 1 % des participants ont mis moins de 34', 22 % ont mis de 45' à moins de 50'; 37 % de 50' à moins d'une heure et 17 % plus d'une heure.

Pour le semi-marathon, 1 % a fait moins de 1 h 15 ; 34 % de 1 h 31 à 1 h 45 ; 33 % de 1 h 46 à 2 h ; 15 % plus de 2 h.

Semi-marathon : arrivée sous le soleil, évidemment

Deux mille participants au semi-marathon Locronan-Quimper. Un millier de plus pour les autres épreuves. Dimanche, l'épreuve d'endurance a tenu ses promesses devant un public conquis.

Profitant d'une fenêtre météo particulièrement bienvenue au moment du départ, 1 000 coureurs se sont élancés sur le ruban d'asphalte qui sépare le Crouézou de Quimper à 13 h 15 tandis que les 2 000 semi-marathoniens ont attendu 15 h pour prendre le départ de Locronan. « Grâce au label de la Fédération, le parcours devient qualitatif pour les épreuves nationales, indique l'organisation. Le profil de la course étant très roulant puis qu'une bonne partie s'effectue en descente, les coureurs espèrent faire un bon chrono ».

Une assertion qui vaut surtout pour les coureurs bien entraînés car faire les quatre premiers kilomètres en descente au départ du Crouézou peut s'avérer compliqué à gérer pour les néophytes. « Il faut faire attention à ne pas se laisser entraîner par le rythme de la descente qui peut vite mettre le coureur dans le rouge », prévient le speaker au départ de la course.

Une erreur que beaucoup ont payée dès les premières côtes, les obligeant à marcher pour récupérer un peu leur souffle. Lâchés au son du bagad du Moulin-Vert, les coureurs du 10 km ont été encouragés par un public chaleureux tout au long du parcours avec une arrivée en fanfare place Saint-Corentin.



Les coureurs, avant le signal du départ du 10 km au Crouézou, s'échauffent en musique.



Charles Delys, le vainqueur, à son arrivée à Quimper.



Cette année, une boucle sur les quais, rive droite, avant l'arrivée

place Saint-Corentin.



Un peu de rythme, ça n'a jamais fait de mal.



Dimanche, ils étaient environ 3 000 à participer aux épreuves.



Le départ du Crouézou s'est fait en musique grâce au bagad du Moulin-Vert.

Locronan

Semi-marathon : un raz de marée à Locronan

Un flot de 2000 coureurs a envahi la petite cité de Saint-Ronan, hier après-midi, à l'occasion de la deuxième édition du semi-marathon Locronan-Plogonnet-Quimper.

« Nous avons fait le plein avec 3 000 coureurs, dont 2 000 au départ de Locronan et 1 000 de Plogonnet. Nous avons refusé du monde », se réjouissait Frédéric Thomas, le trésorier de l'association Kemper-Kermé sports, organisateur de l'épreuve, sur la ligne de départ de la place des Charettes.

Comme par enchantement, la pluie avait cessé de tomber mais laissait place à un petit vent de face. Il régnait une effervescence particulière sur la place des brayées avant le départ des 21 km, où certains s'échauffaient sous la conduite d'un coach. Rokkie, la petite chienne, était venue encourager sa maîtresse, Nathalie Guillemin, qui participait pour la première fois à la course. La présidente de la nouvelle association sportive de Locronan a annoncé que l'an prochain elle ne sera plus seule et présentera une équipe.

Une nouvelle fois, les handibikes avaient trouvé leur place. Ils étaient accompagnés cette année par une joliette associative venue de Plobannec-Lesconit.

Plus loin, « Je ne suis pas trop entraîné avant la course », a déclaré Murielle Lambert, la castolise venue en voisine, et qui, l'an passé, avait terminé 1^{re} chez les femmes.

« Après les illuminations, Locronan n'est pas seulement une ville culturelle elle sait aussi aller à la tête et les jambes, ainsi que le cœur



C'est parti, pour 21 km !

pour animer la cité », a souligné Antoine Gabriele, le maire, avant de donner le coup du départ.

Le spectacle était impressionnant rue du Pleurs, entre la croix des missions et l'église prieurale, envahie

par une marée humaine multicolore. « Toutes ces couleurs, ça frappe, c'est impeccable et réjouissant », a lâché Jean-Yves, adossé au calvaire. Marie-Thérèse, à son côté, constatait le peu de spectateurs derrière



Petit échauffement avant le départ



Julie sur sa joliette, avec dix coureurs de l'association Team roller tattoo de Plobannec-Lesconit.



Départ des handibikes place des Charettes.



Spectacle impressionnant et multicolore au départ des 21 km.



Une cinquantaine de bénévoles avaient déployé 130 barrières à travers la cité.

Concert

Le heavy rock de Tranzat
jeudi au Novomax

Page 19

Météo de Quimper



Quimper

Lundi 13 mars 2017 / www.letelegramme.fr / Tél. 09.69.36.05.29

DANS LA COURSE DES GRANDS



Le semi-marathon Locronan-Quimper a gagné ses titres de noblesse, hier, en accueillant plus de 2.000 participants sur la course de 21 km et près de 1.000 sur le 10 km au départ du Croezou, à Plogonnec. L'épreuve a permis à des dizaines de novices de découvrir les sensations de l'endurance sur route. C'était le cas pour la majorité des 200 participants du lycée Sainte-Thérèse. Ci-dessus, la zumba d'entraînement avant le départ au Croezou. Page 15

ARTISANAT

La roulotte : un esprit nomade qui plaît



Le Festival de l'artisanat, qui s'est ouvert vendredi et s'achève aujourd'hui à Quimper, a permis de mettre en lumière le travail de Matthieu Millet, de la société Ty Rodoù, qui fabrique des mini-maisons peu coûteuses et qui répondent à un besoin de liberté. Cet habitat, qui conjugue l'esprit nomade de la roulotte, le confort, un coût accessible et l'usage du bois local, se développe depuis une quinzaine d'années. Page 17

PRÉSIDENTIELLE

L. Jolivet se reporte sur François Fillon Page 17

SOLIDARITÉ

Le Cidoces sur une multitude de terrains Page 18

LA KERNÉ

Plus de 1.200 participants attendus le 21 mai Page 14

FOUESNANT

Beg-Meil : la circulation très perturbée Page 23

ERGUÉ-GABÉRIC

Destin de femmes : affronter les violences Page 22

Sommaire des communes

Bénodet	24	Kerfeunteun	21
Briec-de-l'Odde	29	La Forêt-Fouesnant	24
Clohars-Fouesnant	24	Landrévarzec	29
Combrit- Sainte-Marine	24	Landudal	29
Concarneau	25	Moulin Vert	21
Ederne	29	Penhars	21
Ergué-Armel	21	Pleuveu	24
Ergué-Gabéric	22	Plomelin	22
Fouesnant	23	Ploufflan	22
Gouesnac'h	24	Quimper	15 à 21
Ile-Tudy	24	Saint-Evarzec	24

15

Quimper

Lundi 13 mars 2017



Locronan-Quimper. 3.000 coureurs en rythme

Le deuxième semi-marathon Locronan-Quimper a confirmé hier les qualités que la course avait laissée voir l'an passé. Plus de 3.000 coureurs, aucun problème d'organisation : le premier bilan de l'édition 2017 s'avère très positif et augure bien de l'avenir.



1. Les coureurs empruntant la rue Kéréon.
 2. Emmanuel Guillou, l'entraîneur des 220 coureurs de Sainte-Thérèse.
 3. La sécurité s'apprête à ouvrir la course.
- (Photos : Jérôme Classe et Ronan Larvor)

François Almange, président-fondateur de Kemper Kerné sport, l'association à l'origine du semi-marathon Locronan-Quimper, ne cachait pas sa satisfaction, hier en fin de journée, après la deuxième édition de l'épreuve. « Nous sommes très satisfaits, dit celui qui est aussi le directeur du service des sports de la ville de Quimper. Il n'y a eu aucun problème majeur. Tous les échos des participants sont positifs ». Hier, pourtant, les bénévoles (300 au total mobilisés), étaient encore au travail alors que les coureurs avaient rejoint leurs pénates. « Certains jusqu'à 2 du matin », dit François Almange. Cette réussite devrait

à l'avenir faciliter le recrutement de tous ceux qui sont indispensables à une telle épreuve, car une nouvelle édition s'annonce obligatoirement.

Pavés glissants

Ce sont les plus jeunes, âgés de 7 à 9 ans, qui ont connu les conditions les plus difficiles hier matin. Ils n'ont vu que Quimper, et seulement le centre-ville sur un circuit de 570 m, mais aussi les pavés humides propices aux glissades à l'angle de la rue Kéréon et de la rue des Boucheries. Plus de peur que de mal au final, sous les bravos du public, pour les filles Aelig, Apolline et Dorine et leurs copains Anton, Gabriel et Noah. Au total ce sont

90 enfants qui ont participé aux différentes courses jusqu'à la catégorie minime. Elles n'étaient pas homologuées cette année, mais l'an prochain cela devrait être le cas.

Pari tenu

Pari tenu pour Sainte-Thérèse. En alliant 222 participants sur le 10 km, le lycée quimpérois représentait presque un quart des coureurs de la course courte. « Il y avait 120 élèves, 20 professeurs et environ 90 parents, s'enthousiasme Emmanuel Guillou, professeur d'éducation physique dans l'établissement. Tous les élèves ont terminé la course, alors que quand nous avons commencé à nous entraîner

en septembre, il y en avait seulement une dizaine qui avait déjà couru un 10 km. Pour les autres, c'était un saut dans l'inconnu. Tous les vendredis, nous avons proposé des entraînements de 15 h 30 à 18 h 30. Nous avions repéré le parcours. Il est idéal pour une première course avec cinq kilomètres en descente douce au départ. Mais certains ont souffert à l'arrivée ». L'équipe de Sainte-Thérèse est d'autant plus satisfaite que le challenge était de réunir de l'argent pour l'association Déchaîne ton cœur qui œuvre pour Madagascar. « L'objectif en septembre était de réunir 10.000 €. Nous en étions à 9.000 €. Je pense qu'aujourd'hui il sera

atteint avec tous les dons que nous recevons, mais la cagnotte reste ouverte ».

Dans le tempo

C'est donc un esprit de fête qui a baigné Quimper hier, d'autant que le circuit dessiné en cœur de ville a offert un spectacle permanent avec de la musique à tous les carrefours. Rien de tel qu'une batucada pour donner du startijenn aux coureurs à quelques centaines de mètres de l'arrivée. Postée à l'angle du boulevard de Kerguelen, Kakofolie, la batucada quimpéroise, a apporté un souffle supplémentaire aux coureurs dans leur dernière ligne droite.



Le départ des handisports.



Les tee-shirts roses des coureurs de Sainte-Thérèse ont coloré le peloton.



Les plus petits, un peu impressionnés avant le départ de leur circuit de 570 m.

Semi-marathon. Une troisième édition le 18 mars

La troisième édition du semi-marathon et des 10 km disputés entre Locronan, Plogonnec et Quimper, se déroulera le 18 mars prochain. Après un départ sur les chapeaux de roue, les organisateurs entendent maîtriser la croissance de ce jeune rendez-vous de la course sur route.

Cette année, le semi-marathon a réuni 2.031 coureurs auxquels s'ajoutent les 991 inscrits des 10 km (photo d'archives).



Ils étaient plus de 3.000, en mars dernier, à s'élancer de Locronan, et Plogonnec. Forte de cette croissance de 79 % du nombre d'inscrits pour sa seconde participation, la jeune organisation, du semi-marathon et des 10 km sur route, a confirmé, hier, sa volonté de poursuivre l'aventure.

Le 18 mars prochain, les coureurs s'élanceront sur des circuits identiques, sans que le nombre de participants n'ait, pour le moment, été fixé. « Cette année, nous allons essayer de stabiliser notre organisation », souligne, malgré tout François Almange, le président de l'association Kemper Kerne sports, annonçant l'ouverture des inscriptions pour la troisième édition. L'objectif porté par la poignée de passionnés de course à pied, soutenus par les trois communes traversées et par la mobilisation de près de 400 bénévoles, demeure malgré tout de faire du rendez-vous une épreuve phare, à l'image du Auray-Vannes ou du Saint-Pol-Morlaix.

Événement populaire

Leur ambition n'apparaît pas démesurée après deux éditions. Pas question pour autant d'attirer les professionnels de la course sur route à tout prix. « Notre objectif reste celui d'un événement populaire », rappelle Bertrand Berrou, en charge de la logistique de l'épreuve.

Les deux parcours bénéficient pourtant d'atouts pour attirer, l'an prochain, un nombre encore plus important de coureurs. Pas seulement pour les paysages traversés. Pour Frédéric Thomas, le trésorier de l'association à l'initiative de la course à pied, le parcours propice à la performance va obligatoirement drainer du monde. « C'est ici qu'il faut venir pour faire son record. Les coureurs en parlent ». Les chronos de la seconde édition en témoignent sur les deux épreuves.

Tout comme les demandes de renseignements déjà reçues pour la prochaine édition, parfois depuis

la région parisienne.

Un 5 km en 2019 ?

Dans ces conditions, les organisateurs souhaitent avant tout maîtriser leur croissance. Leur premier objectif sera, en mars prochain, d'améliorer quelques points de détails. À commencer par le parcours des courses enfants qui éviteront les pavés du centre-ville au profit des quais.

« Grandir trop vite, c'est risquer une mauvaise renommée et en pâtir », insiste Bertrand Berrou. Un 5 km pourrait ainsi voir le jour en 2019, si tout se passe bien.

▼ Pratique

Inscriptions à tarif réduit jusqu'au 31 décembre (1/9/14 €) par courrier à Kemper Kerne sports, Michel Calvez, 26, rue Max-Jacob, 29710 Plonéis ou sur klikego.com (majoration 1 €). Les bonnes volontés sont invitées à participer à l'assemblée générale organisée le 21 novembre à 19 h 30 au stade de Créac'h-Gwen.

Semi Locronan-Quimper : inscriptions ouvertes

Avec ses deux courses labellisées, le semi-marathon et le 10 km, le circuit qui relie Locronan à Quimper, en passant par Plogonnec, obtient un joli succès auprès des coureurs.

Le rendez-vous

Dimanche 18 mars, ça sera la troisième édition de ce qui est en train de devenir un rendez-vous incontournable pour tous les runners qui souhaitent valider un temps record sur ces distances. Le profil des deux courses, le semi et le 10 km, affiche un dénivelé négatif. Les longues portions de descentes donnent des ailes à tous ceux qui souhaitent améliorer leur record personnel ou réaliser une performance qualificative pour le championnat de France.

Plus de 3 000 inscrits

« On ne se souvient pas de toutes les courses mais on se souvient toujours de celles où on a battu son record ou fait une belle performance, confie François Almange, président de l'association Kemper Kerne Sports organisatrice de la manifestation. La renommée du parcours dépasse les limites du département puisque de nombreux coureurs viennent de Bretagne et même de plus loin pour participer. »

Le nombre de participants est passé de 1 687 inscrits en 2016 à 3 022 inscrits en 2017, ce qui représente une augmentation de plus de 79 %. Les temps réalisés sur les deux parcours du semi et du 10 km ont aussi été améliorés d'une minute entre les deux éditions. De quoi attirer de nouvelles inscriptions pour cette épreuve dont l'ambition est de concurrencer les célèbres courses d'Auray-Vannes ou de Saint-Pol - Morlaix qui drainent à chaque édition des milliers de coureurs venus de toute la France.

« C'est un objectif que l'on vise à moyen terme, précise Frédéric Thomas, président de l'association Courir avec Brin d'Avoine et à l'origine du projet. Mais dans un premier temps, nous voulons conserver l'esprit



Élus des villes du parcours et organisateurs de cette troisième édition de la course Locronan-Plogonnec-Quimper dans les starting-blocks pour le 18 mars.

convivial et festif de la course. Augmenter la jauge des participants demande un investissement logistique et humain que nous ne pouvons pas supporter pour l'instant. »

Les inscriptions sont ouvertes sur le site de la course (www.locronan-

quimper.bzh) et sur klikego.com. Par courrier à Kemper Kerne sports chez Michel Calvez, 26, rue Max Jacob, 29710 Plonéis. Joindre un certificat médical daté de moins d'un an ou copie de licence sportive.

Tarifs : 1 € pour les courses enfants. De 9 € à 18 € pour le 10 km et de 14 € à 24 € pour le semi en fonction de la date d'inscription. Présentation de la course, des parcours, des ravitaillements, des transferts de coureurs et des animations sur le site internet.

CORNOUAILLE. ACTUS

Mercredi 21 février 2018 Le Télégramme

Semi-marathon Locronan-Quimper. Le sacre du printemps

Haut les cœurs ! Le 18 mars prochain, la 3^e édition du semi-marathon Locronan-Quimper chassera définitivement l'hiver pourri qui a empêché nombre de coureurs de s'entraîner comme ils le souhaitent. Trois mille athlètes sont attendus.

3.000 coureurs sont attendus sur les deux épreuves : le 10 km, entre le Croëzou et Quimper, et le 21 km, entre Locronan et Quimper. Dans les deux cas, le parcours est très roulant, comme l'avaient constaté les inscrits de la première édition, en 2016. (Photo d'archives Le Télégramme)



Déjà la troisième édition de cette épreuve, dont les organisateurs veulent faire une classique de la course sur route en Cornouaille. « On surfe un peu moins sur l'effet découverte cette année, mais nous visons le même nombre d'inscrits », explique François Almange, de l'association « Kemper Kerné Sport ». Avec Frédéric Thomas, cheville ouvrière de « Courir avec Brin d'Avoine », Frédéric Landouard, Bertrand Berrou et David Le Tiec à la communication, il a peaufiné quelques nouveautés pour parfaire l'aura familiale de ce semi-marathon.

Des sas sur les deux lignes de départ

Les enfants ont été, en premier lieu, choyés : « Nous avons amélioré les trois courses jeunes, qui ont lieu de 12 h 15 à 13 h. Elles ne nous donnaient pas entière satisfaction.

Nous avons changé le parcours, pour les faire courir sur les quais et terminer place Saint-Corentin. C'est à la fois la fin du parcours du semi-marathon et du 10 km », continue François Almange.

Au moment des courses enfants, les athlètes seront déjà majoritairement sur zone, à s'échauffer à Plogonnec (démarrage à 13 h 15) ou à l'ombre des pierres ancestrales du bourg de Locronan (top départ à 14 h 30). Les lignes de départ restent inchangées, à la précision près que quatre « sas » vont être installés : un sas « Élite » (pour les hommes qui envisagent de courir les 21 km en moins de 1 h 20 et les femmes en moins de 1 h 30), un sas « préférentiel » (moins de 1 h 30 ; moins de 1 h 45), et deux autres, pour des temps ad hoc.

De la même façon, sur le 10 km, des espaces identiques accueilleront les coureurs selon leur chrono espéré.

Un échauffement sera organisé, sous la houlette de Vincent Lebeau, animateur sportif.

Pour l'anecdote, les coureurs arpentent, sur un court tronçon, le même parcours que celui du Tour de France : au rond-point du Croëzou, ils prendront à droite pour descendre vers la Lorette. Romain Bardet, Warren Barguil et les autres feront de même, avant de bifurquer.

Retransmission sur écran géant, place Saint-Corentin

Hier, en fin de journée, 360 personnes s'étaient inscrites sur le 10 km, et 1.263 sur le 21 km. « Il y a l'effet mauvais temps de cet hiver, les gens se sont moins entraînés », analyse François Almange, qui note néanmoins le regain d'intérêt pour le site de la course depuis quelques jours. « Les gens s'inscrivent également de plus en plus tard », note-t-

il. Ceux qui hésitent encore doivent savoir que la course sera retransmise, en Facebook live, sur un écran géant installé place Saint-Corentin. Bien pratique pour les familles qui attendent l'arrivée de l'héroïne ou du héros du jour. Un plateau en direct est même envisagé, grâce à l'implication du lycée Saint-Thérèse.

Quant au parrain de l'épreuve, il s'agit cette année du cycliste Cyril Gautier, de l'équipe Ag2R La Mondiale.

Côté animations, le bagad du Moulin Vert sera au départ du 10 km, au Croëzou, puis sera transporté à la hâte jusqu'à Locronan pour celui du 21 km. La fanfare Batucada, elle, restera à Quimper mais se baladera dans l'hypercentre. Les Zingueur's band seront, eux aussi, à Locronan, puis rapatriés à l'ombre des flèches de la cathédrale Saint-Corentin.

Top départ du semi-marathon Locronan-Quimper

La 3^e édition et ses 3 000 coureurs s'élancent ce dimanche. Un semi-marathon de 21,100 km, mais pas que. Retour sur les chiffres clés de l'événement.

Le rendez-vous

3 022 coureurs

C'est le record enregistré par la 2^e édition, en 2017. Soit 2 031 participants pour le semi-marathon, 931 pour le 10 km. Une hausse monstre de 79 % des effectifs par rapport à la première édition. Mais encore loin des 4 500 participants du Auray-Vannes.

« Pour l'instant, ce n'est pas l'objectif, affirme David Le Tiec, membre du comité directeur. Dans un contexte où beaucoup de semi bretons ont enregistré des baisses de fréquentation, le but est de consolider notre offre et notre attractivité. » Les inscriptions sont parties pour atteindre les chiffres de 2017.

21 jours

C'est le temps qui séparera les coureurs les plus courageux du marathon de Paris. Un positionnement « souhaité » rappelle David Le Tiec. En bon mordu de course à pied, il sait qu'il est « conseillé aux marathoniens de s'étalonner sur un semi quelques semaines avant ».

7 mètres

C'est le dénivelé négatif au kilomètre du parcours, ce qui en fait un semi-marathon particulièrement rapide. Et donc l'autre argument phare pour attirer les coureurs de tous poils : « C'est la loi du chrono qui prime et qui flatte l'orgueil », confie David Le Tiec avant de prévenir que « la descente du Couezou, c'est rapide mais ça tape dur ! ».

1 h 08mn 22s

C'est le record actuel du semi-marathon, établi par le Brétilien, Charles Délys, l'an dernier. La première femme, la Quimpéroise, Adèle Le Berre, est arrivée seulement 10



Parmi les 3000 coureurs prévus, 300 lycéens de Sainte-Thérèse vont courir le 10 km pour soutenir les associations Mille et un petit Prince et Halte au Cancer.

minutes après (1h 18mn 27s). Imitée sur le 10 km par deux autres Quimpérois : Mathieu Diverres chez les hommes, en 30mn 32s ; Béatrice Osty-Cloarec chez les femmes, en 35mn 19s.

1 760 litres

C'est le volume d'eau pour éteindre la soif de tout ce beau monde. Sans compter les 400 litres de jus d'orange, les 500 sachets de thé, les 125 kg de raisins, les 300 tablettes de chocolat, les 160 kg de quatre

quart.

300 bénévoles

Dont la moitié sont des signaleurs, répartis sur les trois sites. Les autres s'occupent du ravitaillement, du montage des barnums, de la mise en place des barrières... « un boulot de fourmi qui recommence dès le démontage de l'édition précédente », souligne David Le Tiec.

15 m²

La taille de l'écran géant qui relaiera

en direct les images de la course grâce à deux cameramen juchés sur des motos. Une grande première. Et comme un air de Tour de France avant l'heure...

Dimanche 18 mars, à 14 h 30 (10 km à 13 h 15). Inscription en ligne avant vendredi 16 mars, à 20h. Sur place ensuite au barnum de la salle Michel-Gloaguen. Tarifs : entre 15 € et 24 €. Plus de renseignements sur le site internet : <http://www.locronan-quimper.bzh>

15

Quimper

Samedi 17 mars 2018



Semi-marathon. Il court pour la bonne cause

Marianne Simon

Jean-Pierre Le Lay sera au départ du semi-marathon Locronan-Quimper, dimanche. Et si le sport est une vraie drogue pour ce retraité de 66 ans, il courra en faveur de l'association Céline et Stéphane - Leucémie Espoir. Avant de remettre ça la semaine prochaine, pour les Foulées de l'Espoir.



Jean-Pierre Le Lay (au deuxième rang, à gauche) en compagnie des autres coureurs amateurs qui se lanceront, dimanche, dans la course Locronan-Quimper, avant d'attaquer les Foulées de l'Espoir.

Environ 10.000 malades chaque année

Avec ses sept camarades de course, ils en profiteront pour informer la population et les commerçants sur la leucémie, ce cancer du sang qui touche chaque année, en France, environ 9.000 adultes et 700 enfants et adolescents. Les dons qu'ils récolteront au gré de leur parcours seront entièrement reversés à Céline et Stéphane - Leucémie Espoir. L'an passé, les coureurs solidaires avaient recueilli 3.000 €.

Une opération en phase avec sa vision du sport. Jean-Pierre Le Lay - un « drogué du sport », comme il se définit -, n'a que faire des stat', du temps et des performances. Jamais licencié en club, il court pour lui mais surtout pour les autres. « Aujourd'hui, les gens sont trop centrés sur eux-mêmes et leurs performances mais ça ne fait pas tout, il faut penser aux autres », explique celui qui court chaque année deux marathons et donne aussi de son temps pour entraîner bénévolement d'autres sportifs. Et quand son médecin lui suggère de lever le pied et penser davantage à lui, Jean-Pierre Le Lay balayait ces remarques d'un revers de main : « A quoi bon ? ». Samedi prochain, à l'arrivée des 6^e Foulées de l'Espoir, Jean-Pierre Le Lay aura déjà en tête ses prochaines échéances et ne tardera pas à rechausser les baskets pour retourner fouler l'asphalte et les chemins. En juin, il courra le marathon du Marais Poitevin (Deux-Sèvres), puis un autre à l'automne. « Je ne sais pas encore où ».

Jean-Pierre Le Lay avale plusieurs dizaines de kilomètres par semaine. Depuis 1982, il hausse chaque jour, sauf le vendredi, ses baskets et sort courir. Les salles de sport et les tapis de course, très peu pour lui. « Ce que j'aime, c'est être dehors, en ville, dans la nature, qu'il pleuve, qu'il neige ou qu'il vente !, commente le Quimpérois âgé de 66 ans. Quand je travaillais, je faisais le Petit-Guélén-Guengat en courant pour

rentrer chez moi, raconte-t-il. Avant, je faisais aussi pas mal de foot mais j'ai arrêté, à la fin, trop c'est trop, il faut choisir. Le sport ça demande une vraie hygiène de vie, moi je ne bois pas, je ne fume pas ! »

Aider les autres grâce au sport

Après une carrière professionnelle dans les assurances, Jean-Pierre Le Lay est tombé malade lorsqu'il

a pris sa retraite. Cancer de la prostate. « Alors que je me préparais à aller courir le marathon de Madrid ! », se souvient-il. S'il est aujourd'hui guéri, il souhaite désormais aider les autres grâce au sport.

Dimanche, le retraité sera ainsi au départ de la troisième édition du semi-marathon Locronan-Quimper pour la troisième fois et la deuxième fois en faveur de l'association Céline et Stéphane - Leucé-

mie Espoir. « C'est une belle course, extrêmement bien organisée, l'ambiance est top, c'est pas toujours le cas ! », lance-t-il. Et le lendemain, ni repos, ni répit, il sera de nouveau sur la ligne de départ, à Fouesnant cette fois, mais toujours au profit de l'association pour les 6^e Foulées de l'Espoir. Au programme : 1.000 km à travers le Finistère, en relais, pour une arrivée à Treffragat, samedi matin.

Le lycée Sainte-Thérèse courra en rose fuchsia



Les 326 coureurs de l'équipe Sainte-Thérèse (dont 142 élèves, soit un élève sur cinq du lycée) ont reçu, vendredi, les tee-shirts fuchsia et les dossards avec lesquels ils courront, dimanche, le semi-marathon ou le 10 km Locronan-Le Croëzou-Quimper. Cent quarante-deux élèves, 24 enseignants, 101 parents, 24 autres membres des familles (frères, sœurs, oncles, tantes, etc.), 32 amis (dont Renaud Le Goff) et cinq anciens élèves se sont inscrits pour participer à la course et soutenir les associations Mille et un Petit Prince et Halte au cancer.

Trois mille athlètes sont attendus

Pour sa troisième édition, dimanche, le semi-marathon de Locronan-Quimper sera retransmis, en Facebook live, sur un écran géant installé place Saint-Corentin. Bien pratique pour les familles et amis qui attendront l'arrivée des sportifs du jour. **Horaires.** Départ à 13 h 15 du Croëzou pour le 10 km ; départ à 14 h 15 de Locronan pour le semi-marathon handisport et handbike ; départ à 14 h 30 de Locronan pour

le semi-marathon ; 7-9 ans, départ 12 h 30 ; 10-11 ans, départ 12 h 40 ; 12-15 ans, départ 12 h 55. **Animations.** Le bagad du Moulin-Vert sera au départ du 10 km, au Croëzou, puis sera transporté à la hâte jusqu'à Locronan pour celui du 21 km. La fanfare Batucada, elle, restera à Quimper mais se baladera dans l'hypercentre. Les Zingueur's band seront, eux aussi, à Locronan, puis rapatriés à l'ombre des flèches de la cathédrale Saint-Corentin.

41 SPORTS

Samedi 17 mars 2018 Le Télégramme

Course hors stade. Locronan - Quimper, dimanche Adèle Le Berre pour le triplé



Adèle Le Berre sera la favorite du semi-marathon Locronan-Quimper.

Qui succèdera à Charles Delys et Adèle Le Berre, et à Mathieu Diverès et Béatrice Osty dans le palmarès de la 3^e édition du semi-marathon Locronan - Quimper et des 10 km Le Croëzou - Quimper ? Deux courses qui devraient accueillir, dimanche, près de 3.000 concurrents.

« Il n'y a aucun changement dans le tracé des circuits empruntés par les coureurs », indique Michel Calvez, chargé du suivi des engagements du semi et des 10 km. Un organisateur qui, ces derniers jours, n'a pas connu de temps-mort tant les engagements sont nombreux. « Sur les deux courses, on ne devrait pas être éloigné de 2.800 concurrents ». Voir plus étant donné qu'il sera possible de s'engager sur place le

samedi et le dimanche matin. Mais il faudra payer bien plus cher (18 et 24 euros) que pour un engagement par internet. Ces deux courses permettront de délivrer des billets pour les championnats de France des 10 km (Liévin, le 23 juin) et de semi-marathon (Saint-Omer, le 28 octobre). Parmi les coureurs engagés, un grand nombre d'entre eux paraissent bien armés pour réaliser les minima.

Julien Le Bret favori

En l'absence de Charles Delys, vainqueur l'an dernier du semi-marathon, son second, Julien Le Bret (Landerneau), qui avait terminé sur ses talons, est le favori désigné. « Il prépare le marathon de Paris actuellement », précise Gildas Porzire, son président au Pays de Landerneau Athlétisme. Mais attention au Bretilien Jordane Auffray (Ta Rennes), l'un des tout meilleurs Bretons aux championnats de France de Plouay, et aussi au Quimpérois Thomas Le Lons et à Maël Sicot (Cima Auray), vice-champion du Morbihan de cross. Chez les dames, Adèle Le Berre (Quimper Athlétisme), victorieuse en 2016 et 2017, a de grandes chances d'être sacrée une nouvelle fois dimanche.

P. I.H.

Pratique Départ du semi-marathon du bourg de Locronan à 14 h 30. Arrivée jugée au pied de la cathédrale Saint-Corentin à Quimper.

Samedi 17 mars 2018 (pages sportives)

Quimper

Ouest-France
Lundi 19 mars 2018

L'image du jour

Neige, grêle... mais 2 900 coureurs quand même !



Neige, grêle, froid. Les éléments se sont déchaînés contre le semi-marathon Locronan-Quimper, hier. Cela n'a pas empêché les deux courses sur route d'attirer 2 900 personnes.

« Nous sommes satisfaits et soulagés », commente David Le Tiec, membre du comité directeur. Le contexte des courses sur route en Bretagne est délicat. Certaines, qui existaient depuis des années, ont disparu. D'autres ont vu leur fréquentation baisser largement. Nous, nous cherchions à nous

stabiliser. » C'est chose faite : en 2017, le semi-marathon quimpérois avait attiré 3 000 coureurs.

Côté sportif, trois records ont été battus. « Ça veut quand même dire qu'il y a un certain niveau », se félicite David Le Tiec.

Sur le 10 km, la victoire revient aux Quimpérois Karine Pasquier et Mathieu Diverrès.

Pour le semi-marathon, Guillaume Ruel (Free Run, sur la photo au centre) et Raphaëlle Jourden (Carrantec) l'emportent.

Semi-marathon. Une 3^e mémorable

Près de 2.900 sportifs amateurs ou confirmés étaient engagés, ce dimanche, au départ de Plogonnec (10 km) et de Locronan (21 km) pour la troisième édition du semi-marathon organisé par Kemper Kerne Sport. Après le beau temps de la première et la pluie de l'an passé, on se souviendra sans aucun doute du départ sous la neige de cette année, qui aura marqué les esprits et les images retransmises pour la première fois en direct. Mais pas de quoi faire renoncer les plus courageux. Si Karine Pasquier et Matthieu Diverres viennent à bout de la première course, la victoire du semi revient à l'espoir normand Guillaume Ruel (licencié à Tours), chez les hommes, en 1 h 06'53" et à Raphaëlle Jourden, chez les féminines, en 1 h 19'11" (de Carantec). Beau bilan d'une édition fraîche, passionnante et épique.



1. Tempête de neige au départ, à Locronan, dimanche.

2. Le bagad du Moulin-Vert n'a pas perdu le sourire, au Croëzou, malgré les flocons.

3. Petit selfie souvenir.

4. À l'arrivée, les coureurs ont pu profiter d'un ravitaillement copieux. Les boissons chaudes ont eu beaucoup de succès !

5. Les courses enfants, encadrées par les responsables du Quimper-Athlétisme, ont ouvert le bal en début d'après-midi le long du boulevard de Kerguelen, à Quimper.

6 et 7. Tous aux abris avant le départ du 10 km Le Croëzou-Quimper.

8. Le Normand Guillaume Ruel a fait exploser le chrono et s'est nettement imposé.

Texte et photos Jérôme Classe



Quimper

Ouest-France
Mardi 20 mars 2018

Quimper en bref

Ils ont couru le 10 km en joëlettes



Dimanche, ils ont parcouru le 10 km en joëlettes.

Deux étudiantes ont couru le 10 km Plogonnec - Quimper, dimanche, en compagnie de trois enfants installés sur des joëlettes, des fauteuils tout terrain mono-roue, combinaison d'une brouette et d'une chaise à porteur qui permet à toute personne handicapée physique, enfant ou adulte, de pratiquer la course à pied à l'aide d'un porteur.

Roxane Marzin et Justine Gonidec

ont couru avec Shelsy, 9 ans et son frère ainsi qu'avec Thibaut, 17 ans. « **Tout au long du parcours, nous avons reçu les encouragements des coureurs et des spectateurs, c'était super sympa !** », témoigne Roxane.

Deux joëlettes ont été prêtées par l'association Les joëlettes du bout du monde, la troisième par l'association Hanidport'co breizh.

Le Télégramme

Mardi 20 mars 2018 Le Télégramme

Quimper

Jumelage. Lena Markus a couru le 10 km du Locronan-Quimper



Léna Markus entourée de Philippe Louarn (à gauche), président du jumelage, et Philippe Emig, président du QFL.

À bientôt 17 ans, Léna Markus, qui réside à Remscheid, a déjà une certaine pratique des langues vivantes : huit années d'anglais, cinq de français et trois d'espagnol. Il y a deux ans, grâce au dispositif Brigitte Sauzay, elle a passé huit semaines au collège de Pont-l'Abbé, en immersion complète.

L'été dernier, dans le cadre du jumelage, elle a obtenu un job d'été au foyer de Keraman, à Quimper. Pendant son séjour, elle a fait connaissance avec Philippe Louarn, le nouveau président du comité de jumelage, côté français. Philippe Louarn est aussi membre actif du Quimper Footing Loisir (QFL). Sans être sportive de haut niveau, Léna Markus s'adonne régulièrement à la course à pied en Allemagne. Tout naturelle-

ment, elle a demandé à suivre le QFL lors des entraînements et notamment le long de la côte. « C'est une autre manière de découvrir la région », explique-t-elle.

En minibus de Remscheid

Pour revoir ses amis quimpérois, la jeune femme a profité de la tenue du semi-marathon Locronan-Quimper, dimanche. Un minibus vient régulièrement de Remscheid avec des coureurs. Elle y a trouvé une place et a pu passer le week-end à Quimper, non pas pour s'adonner au tourisme mais pour courir. Léna Markus voulait boucler les 10 km en moins d'une heure, elle les a parcourus en 50 minutes ! « Chez nous, c'est plus vallonné », déclarait-elle à l'arrivée, promettant de revenir.

Quimper

Mardi 6 novembre 2018



Locronan-Quimper. 2019, année de la confirmation

Thierry Charpentier

Y aura-t-il de la neige le 17 mars 2019 ? C'est la seule interrogation qui subsiste concernant la 4^e édition du semi-marathon Locronan-Plogonnec-Quimper. Pour le reste, l'association organisatrice remplit avec un nouveau président motivé, des idées, et l'espoir d'atteindre les 3 000 inscrits sur les deux courses.



1 et 3. Lors de la précédente édition, le 18 mars 2018, les coureurs s'étaient élancés sous une tempête de neige ! **2.** Jean-Luc Begoc et François Almange. Le premier devient président de l'association organisatrice du semi-marathon. Tous deux partagent la même volonté de faire connaître l'épreuve au-delà du Finistère.

La Bigoudène (ex La Torche-Pont-l'Abbé) étant en sommeil, le semi-marathon Locronan-Plogonnec-Quimper est désormais la grande course sur route classique de Cornouaille. Pas de quoi faire gonfler les chevilles des organisateurs : « Nous reprenons ce qui a été fait l'an passé, en cherchant à améliorer l'animation sur certains tronçons de l'épreuve, notamment entre Ty-Planche jusqu'à l'entrée du Moulin Vert », expliquent, d'une même voix, François Almange et Jean-Luc Begoc. Le premier vient de passer le témoin au second à la tête de l'association Kemper Kerné Sports, créée à l'automne 2016 pour monter ce semi-marathon.

« Il y a une très bonne équipe » Jean-Luc Begoc, plutôt fan de football - il fut président du club des écureuils de Plogonnec pendant cinq ans -, est tout sauf une pièce rapportée : résidant au

Crézeux, il fit partie des premiers bénévoles qui organisèrent la mise en place de la ligne de départ du 10 km entre Plogonnec et Quimper, lors de la première édition en 2016. « J'ai aimé le côté convivial d'une grosse manifestation comme celle-là », dit-il. « Il est devenu notre contact sur Plogonnec. Tout roulait. Il a pris de plus en plus part à l'organisation », se souvient François Almange. Lors de l'assemblée générale du 28 septembre dernier, il est devenu logique que Jean-Luc Begoc brigue la présidence. « Il y a une très bonne équipe. Chacun peut s'appuyer sur l'autre », remarque celui qui fut aussi adjoint au maire de Plogonnec, chargé des sports, de l'école et de la jeunesse au sein de la précédente équipe municipale. Jean-Luc Begoc arrive à la tête d'une épreuve qui s'est taillée, en trois éditions, une belle réputation parmi les

courses du même acabit : « Les gens sont attirés par le parcours, très roulant. Ils peuvent faire un temps de référence et les coureurs se souviennent toujours de leur meilleur temps... », sourit François Almange, devenu vice-président de l'association. Les deux hommes partagent la volonté d'ouvrir encore un peu plus les inscriptions à l'extérieur du Finistère. Signe encourageant : lundi, parmi les 33 premiers inscrits sur le semi-marathon, 19 affichaient une domiciliation en dehors de notre département, allant jusqu'à Nantes, Paris, Wissous. Quant au 10 km, le premier et seul inscrit à ce jour est domicilié à... Draguignan. Autre signe qui ne trompe pas : tous deux sont invités à présenter leur « bébé », l'an prochain au départ des 20 km de Paris. Et le bruit court que la FFA (Fédération française d'athlétisme) regarderait d'un bon œil l'organisation

d'un championnat de France sur une prochaine édition du Locronan-Quimper.

Appel aux associations

Pas si vite ! D'ici-là, les organisateurs veulent parfaire leur formule pour la quatrième édition, qui s'élancera le dimanche 17 mars. Il s'agira du premier semi-marathon de la saison. Entre 350 et 400 bénévoles sont d'ores et déjà annoncés le jour J. Ils pourraient être rejoints par d'autres, car un appel a été lancé aux associations souhaitant animer certains points de passage cruciaux. Le cercle celtique Sparfelled Plogonnec s'est dit intéressé et rejoindra donc les fanfares et autres bagad du Moulin Vert. L'association Sports Loisirs de Locronan s'annonce également. À noter qu'un écran géant sera de nouveau installé place Saint-Corentin, sur le site d'arrivée.

L'autre grand axe de travail des organisateurs ? Les courses enfants. Celle de Quimper est remise en place. Une autre pourrait voir le jour à Locronan, « pour faire participer davantage le bassin du Porzay », espère Jean-Luc Begoc. Le 18 mars 2018, 1 848 coureurs s'étaient alignés sur le 21,1 km, et 1 600 sur le 10 km. « Nous pouvons en absorber 500 supplémentaires sur le semi, et 200 à 300 de plus sur le 10 km », se prennent-ils à rêver.

▼ Pratique

Inscriptions ouvertes sur kikego.com.
Tarifs : pour le 10 km : 10 € jusqu'au 31 décembre ; 13 € du 1^{er} janvier au 3 mars ; 16 € du 14 au 15 mars et 19 € la veille et le jour de la course.
Pour le 21,1 km : 15 € jusqu'au 31 décembre ; 18 € du 1^{er} janvier au 3 mars ; 21 € du 14 au 15 mars et 25 € la veille et le jour de la course.



Le semi Locronan-Quimper dans les pages sportives de la presse quotidienne régionale



1^{er} semi-marathon

Locronan > Plogonnec > Quimper

Dim. 13 mars 2016 14 h 30

10 km 13 h 30

Plogonnec (Le Croëzou) > Quimper

Parrains de cette première édition :
Dan Ar Braz, Fabrice Jaouen, Karine Pasquier

Inscriptions : www.locronan-quimper.bzh

Renseignements : contact@locronan-quimper.bzh ou 02 98 91 08 39



Course hors stade

Un semi-marathon qui veut s'affirmer

Locronan - Quimper. Pour la première édition les organisateurs ont atteint leur objectif avec 1300 coureurs sur le semi et plus de 650 sur les 10 km.

L'Association Kemper Kerne Sports a été créée pour organiser ce nouveau semi-marathon en Bretagne dont l'ambition est de grandir et de devenir une référence. Dès cette 1^{re} édition, le semi sera accompagné d'une course de 10 km du Croëzou (Plogonnec) à Quimper afin de permettre au plus grand nombre de participer. L'esprit convivial a été mis en avant, et avec succès, par les organisateurs. Si, de ce côté, c'est déjà gagné, il reste à attendre les résultats et les performances sur le plan sportif.

10 km

Le Croëzou-Quimper

Plus de 650 coureurs s'élanceront du Croëzou, à Plogonnec, à 13 h 30 avec comme chefs de file Fabien Pri-

gent et Franck Le Borgne. Ils seront titillés par Renaud Le Goff, Yann Stéphane, Stéphane Hélias, Sébastien Le Dour, Arnaud Kredranvat et quelques autres car les inscriptions seront acceptées jusqu'à dimanche matin, sur place à Quimper. Chez les dames, Béatrice Osty-Cloarec retrouve les courses hors stade et cette épreuve sera une bonne entrée en matière pour la Cloharsienne qui devrait dominer Anne-Marie Sebire, Fanny Le Goff, Bleuenn Hémon, Caroline Frémont, Martine Garrec et Patricia Doré.

Semi-marathon

Locronan-Quimper

Cette première épreuve qui s'annonce très ouverte en rassemblant

une partie de l'élite régionale. Roland Coine, Julien Le Bret, Arnaud Guilloux seront en effet de la fête mais ce n'est pas pour autant que la route sera dégagée. Les coureurs locaux emmenés par Patrice Gloux auront leur mot à dire car Jean-Claude Mushingantahé, Michel Nédélec, Xavier Lamour et consorts ne seront pas là pour jouer les figurants. « **Jusqu'au 15^e km cela devrait aller mais n'étant pas un habitué du semi j'appréhende les derniers km,** » annonce Patrice Gloux qui évite ainsi de se mettre la pression. Chez les dames, la route semble dégagée pour Adèle Morlet-Le Berre qui devra surveiller Françoise Jehanno, Gwenaëlle Guillou et Nolwenn Cosquer.



Adèle Le Berre est la favorite du semi-marathon.

Lundi 14 mars 2016 (cahier sports)

Course hors stade

Ouest-France
Lundi 14 mars 2016

Matthieu Diverres et Julien Le Bret pour l'histoire

Locronan - Quimper. Près de 1 900 coureurs ont participé aux deux épreuves, qui ont fait l'unanimité tant pour les 10 km que pour le semi-marathon.

Fred Thomas, cheville ouvrière de Kemper Kerne Sports, pouvait afficher un large sourire dimanche en fin d'après-midi après la réussite de ce premier rendez-vous qui en appelle déjà d'autres, plus étoffés encore.

630 coureurs se sont élancés du Croëzou en Plogonnec à 13 h 30 pour couvrir les 10 km qui ont été dominés par le triathlète quimpérois Matthieu Diverres. « **On était un petit groupe qui s'est rapidement dégaïé mais dès le 4^e km je me suis retrouvé seul en tête sans pour autant avoir attaqué. Je me suis ensuite contenté de gérer mon avance mais musculairement c'était dur sur les parties descendantes. Mais je suis très content de ma performance,** » a commenté le vainqueur. On le serait à moins car avec un temps de 31' 20", il a mis la barre relativement haut pour les éditions suivantes. Le jeune Fabien Prigent a réussi à contenir le vétéran Renaud Le Goff, alors que Yann Stéphane échouait au pied du podium. Comme prévu, Béatrice Osty Cloarec s'est imposée facilement. « **Mais ce que je retiens c'est mon temps (35' 19"), le meilleur jamais réalisé. Au sortir de la saison de cross, ce parcours était un régal,** » a-t-elle souligné avec un large sourire. Elsa Delaunay terminait à plus de 2 minutes alors qu'Anne Marie Sebire était ravie de sa 3^e place avec un temps de 38' 32" qu'elle n'avait encore jamais réalisé.

Les 1 260 concurrents du semi-marathon sont partis une heure plus tard de Locronan. Un petit groupe de 8 cou-



Matthieu Diverres et Béatrice Osty-Cloarec se sont imposés sur les 10 km.



reurs, emmené par les Landernéens Le Bret et Coine, Patrice Gloux et Michel Nédélec, s'est rapidement dégaïé car le premier kilomètre a été couvert en moins de 3 minutes, comme les deux suivants. À ce rythme, le groupe s'est disloqué et à mi-parcours ils n'étaient plus que trois, Julien Le Bret, Roland Coine et Patrice Gloux. Ce dernier qui appréhendait les derniers km car ce n'est pas sa distance de prédilection a dû petit à petit lâcher prise et il ne restait plus que Roland Coine à tenir tête au futur vainqueur, sans pour autant pouvoir l'inquiéter. « **Ça allait très vite et musculairement c'était dur car ça tapait beaucoup mais je me suis**

accroché pour pouvoir laisser mon copain Roland, mon compagnon d'entraînement, à distance, et remporter ainsi mon premier semi, » commentait avec un sourire malicieuse le vainqueur. Il enregistrait ainsi, en 1 h 9' 19" sa meilleure performance sur la distance. Roland Coine terminait à 42 secondes et Patrice Gloux à 51 secondes. Chez les dames, pas de surprise non plus avec la belle victoire d'Adèle Morlet qui a atteint son objectif de réaliser moins d'1 h 20". Solange Roué terminait à plus de 8' tout comme Gwenaëlle Guillou.

Classements

10 km. Hommes : 1. Matthieu Diverres (QA) 31' 20"; 2. F. Prigent (Team Decathlon) 32' 28"; 3. R. Le Goff (Sport 2000 Dz) 1er V1, 32' 39"; 4. Y. Stéphane (QA) 32' 57"; 5. S. Le Du (Coray) 33' 03"; 6. S. Hélias (QA) 33' 05"; 7. Y. Corcuff (QA) 33' 18"; 8. T. Le Gougec (Plouay) 33' 56"; 9. S. Le Large (Quimper) 34' 03"; 10. S. Le Meur (CAB).

Femmes : 1. Béatrice Osty-Cloarec (QA) 35' 19"; 2. E. Delaunay (Rennes Cocktail Running) 37' 28"; 3. A. M. Sebire (Concarneau) 38' 32"; 4. F. Le Goff (QA) 39' 13"; 5. A. E. Prevet (Stade Brestois) 39' 58".

Semi-marathon. Hommes : 1. Julien Le Bret (Pays de Landerneau) 1 h 9' 19"; 2. R. Coine (Pays de Landerneau) 1 h 10' 01"; 3. P. Gloux (Sobhi Sport Quimper) 1er V1, 1 h 10' 10"; 4. A. Guillou (Rennes Triathlon) 1 h 10' 16"; 5. M. Nédélec (QA) 1 h 11' 09"; 6. P. Brélivet (Châteaulin) 1 h 11' 27"; 7. E. Blanchard (Vannes) 1 h 12' 05"; 8. D. Quemener (Team HUmbleizh) 1 h 12' 09"; 9. S. Escola-Fasseur (Leucémie Espor Triathlon) 1 h 12' 46"; 10. J. C. Mushingantahé (QA) 1 h 13' 10".

Femmes : 1. Adèle Morlat (Sobhi Sport Quimper) 1 h 19' 41"; 2. S. Roué (Bohars) 1 h 27' 16"; 3. G. Guillou (Châteaulin) 1 h 27' 27"; 4. N. Cosquer (QA) 1 h 29' 45"; 5. J. Larras (Stade Brestois) 1 h 29' 53"; 6. M. Garrec (Gourlizon) 1 h 30' 06".

Semi-marathon Locronan - Quimper

Pas de record pour Morlet

Luc Besson@LucBsson

Le Landernéen Julien Lebret a remporté, dimanche, à Quimper, son premier semi-marathon lors de la première édition du Locronan - Quimper. Sur un parcours hyper rapide mais non homologué (1), il a devancé son coéquipier Roland Coine, alors qu'Adèle Morlet s'est imposée chez les féminines.

Adèle Morlet (Quimper Athlétisme) a remporté le semi en 1 h 19'41''.



« Ouah, c'est un truc de ouf. On a passé les 10 bornes en 32'35'', soit l'allure d'un 10 km normal... Après, tu te demandes comment tu vas finir... »

Juste après l'arrivée, Julien Lebret (32 ans) n'en revenait toujours pas. Ni de sa victoire, la première en semi-marathon après sa deuxième place « sous la pluie » en octobre derrière Vincent Fauchoux sur la Bigoudène à Pont-l'Abbé. Ni de son temps (1 h 09'19''), bien inférieur à son meilleur chrono réalisé à Trégueux (1 h 11'31'').

Il n'en revenait pas non plus de ce « parcours déjà très attractif qui devrait attirer encore davantage de monde lors des prochaines éditions vu sa rapidité. »

Dans une course lancée, donc, sur des bases très rapides, un groupe de huit coureurs s'est détaché, avant que l'écroulement ne se fasse par le haut au fur et à mesure, « sans qu'il y ait besoin d'accélérer », précise le vainqueur, qui a

quand même trouvé « un peu long » le dernier kilomètre.

Derrière lui, c'est au sprint que s'est joué le podium. Avec, dans l'ordre, son coéquipier du Pays de Landerneau Athlétisme, Roland Coine, qui a rouspété en franchissant la ligne après s'être aperçu qu'il ne passerait pas sous la barre des 1 h 10', pour deux petites secondes. Puis, sur ses talons, le local Patrice Gloux et le triathlète Arnaud Guillou.

Pas de record personnel pour Morlet

Chez les féminines, c'est Adèle Morlet qui s'est imposée. Mais elle fut la seule des quatre lauréats du jour (semi et 10 km confondus, voir ci-contre) à ne pas améliorer son record personnel (1 h 19'25'') en finissant en 1 h 19'41''.

Peut-être parce qu'elle n'aime pas trop les parcours trop en descente ? « Ce n'est pas évident à gérer, car tu prends beaucoup

d'élan et en même temps, tu as peur de te cramer. » Mais surtout parce qu'elle a dû s'arrêter une trentaine de secondes pour arriver à digérer une barre énergétique qui passait mal...

L'athlète du Quimper Athlétisme était néanmoins super contente de son après-midi.

« C'était une course magnifique, sous le soleil. Et dans les moments de solitude qui peuvent exister sur un semi, il y a souvent eu un petit groupe de coureurs auquel j'ai pu me raccrocher. »

(1) Il ne peut y avoir de record (Finistère, Bretagne ou France) sur ce parcours car le dénivelé par kilomètre ne doit pas être inférieur à 1 mètre et il est à -6 sur le 21,1 km. En revanche, dès 2017, ce semi pourra être qualificatif pour les championnats de France.

T Voir la vidéo sur letelegramme.fr

Athlétisme. Semi-marathon Locronan - Quimper Première pour Julien Lebret



Photo Nicolas Créach

La joie de Julien Lebret, qui a gagné bouclé le semi-marathon en 1 h 09'19''.

Le Landernéen Julien Lebret a remporté, dimanche, à Quimper, son premier semi-marathon lors de la première édition du Locronan - Quimper. Sur un parcours hyper rapide mais non homologué, il a devancé son coéquipier Roland Coine, alors qu'Adèle Morlet s'est imposée chez les féminines.

▼ Les classements

SEMI LOCRONAN - QUIMPER

Messieurs : 1. Julien Lebret (Pays de Landerneau Athlétisme) 1 h 09'19''; 2. R. Coine (PLA) 1 h 10'01''; 3. P. Gloux (SS Quimper) 1 h 10'10''; 4. A. Guillou (Rennes Triathlon) 1 h 10'16''; 5. M. Nedelec (Quimper Athlétisme) 1 h 11'09''; 6. P. Brélivet (Courir à Châteaulin) 1 h 11'27''; 7. E. Blanchard (THES Vannes) 1 h 12'05''; 8. D. Quemeneur (Team Humblez) 1 h 12'09''; 9. S. Escola-Vasseur (Leucémie Espoir Triathlon) 1 h 12'46''; 10. J.-C. Mushingantahe (Quimper A.) 1 h 13'10''; 11. G. Siohan (PLA) 1 h 13'55''; 12. X. Lamour (Iroise Athlétisme) 1 h 14'29''; 13. P. Le Velly (individuel) 1 h 14'37''; 14. J.-M. Diverrez (PLA) 1 h 15'37''; 15. R. Lagadec (S.2000 Douarnenez) 1 h 16'24''.

Dames : 1. Adèle Morlet (SS Quimper) 1 h 19'41''; 2. S. Roué (Semelles Vent Bohars) 1 h 27'16''; 3. G. Guillou (CA Châteaulin) 1 h

27'27''; 4. N. Cosquer (Quimper A.) 1 h 29'45''; 5. J. Larras (Stade brestois) 1 h 29'53''; 6. M. Garrec (Gourlizon Sports) 1 h 30'00''; 7. P. Douguet (CA Châteaulin) 1 h 31'00''; 8. V. Scoazec (Brest) 1 h 31'22''.

10 KM PLOGONNEC - QUIMPER

Messieurs : 1. Matthieu Diverres (Quimper Athlétisme) 31'20''; 2. F. Prigent (Team Decathlon) 32'28''; 3. R. Le Goff (S2000 Douarnenez) 32'39''; 4. Y. Stephan (Quimper A.) 32'57''; 5. S. Le Du (Courir à Coray) 33'03''; 6. S. Hélias (Quimper A.) 33'05''; 7. Y. Corcuff (Quimper A.) 33'18''; 8. T. Le Gouguec (Ecureuil de Plouay) 33'56''; 9. S. le Large (Quimper) 34'03''; 10. S. Le Meur (CAB Pont-l'Abbé) 34'15''; 11. D. Rannou (Galouperien Briec) 34'20''; 12. P. Mallet (Athlé Pays de Lorient) 34'24''; 13. D. Bernard (THES Vannes) 34'25''; 14. S. Cotten (Amicale du CG29) 34'27''; 15. J.-P. Le Bideau (Team Concarneau Triathlon) 34'44''.

Dames : 1. Béatrice Osty-Cloarec (Quimper A.) 35'19''; 2. E. Delaunay (Rennes CR) 37'28''; 3. A.-M. Sébire (Concarneau) 38'32''; 4. F. Le Goff (Quimper A.) 39'13''; 5. A.-E. Prevot (S. Brestois) 39'58''; 6. B. Hemon (Quimper A.) 40'51''; 7. L. Lagadec (Quimper A.) 41'23''; 8. L. Quemener (Quimper A.) 41'48''.

T Voir la vidéo
sur letelegramme.fr

18 COURSE SUR ROUTE

Lundi 14 mars 2016 Le Télégramme

Les résultats semi-marathon et 10km
Première pour Julien Lebret

Julien Lebret (Landerneau Athlétisme) a remporté le semi en 1 h 10'.

▼ **Semi Locronan - Quimper**

Masculins : 1. Julien Lebret (Pays de Landerneau Athlétisme) 1 h 09'19''; 2. R. Coine (PLA) 1 h 10'01''; 3. P. Gloux (SS Quimper) 1 h 10'10''; 4. A. Guillou (Rennes Triathlon) 1 h 10'16''; 5. M. Nedelec (Quimper Athlétisme) 1 h 11'09''; 6. P. Brélivet (Courir à Châteaulin) 1 h 11'27''; 7. E. Blanchard (THES Vannes) 1 h 12'05''; 8. D. Quemeneur (Team Humblez) 1 h 12'09''; 9. S. Escola-Vasseur (Leucémie Espoir Triathlon) 1 h 12'46''; 10. J.-C. Mushingantaha (Quimper A.) 1 h 13'10''; 11. G. Siohan (PLA) 1 h 13'55''; 12. X. Lamour (Iroise Athlétisme) 1 h 14'29''; 13. P. Le Velly (individuel) 1 h 14'37''; 14. J.-M. Diverrez (PLA) 1 h 15'37''; 15. R. Lagadec (S.2000 Douarnenez) 1 h 16'24''.

Femmes : 1. Adèle Morlet (SS Quimper) 1 h 19'41''; 2. S. Roué (Semelles Vent Bohars) 1 h 27'16''; 3. G. Guillou (CA Châteaulin) 1 h 27'27''; 4. N. Cosquer (Quimper A.) 1 h 29'45''; 5. J. Larras (Stade brestois) 1 h 29'53''; 6. M. Garrec (Gourlizon Sports) 1 h 30'00''; 7. P. Douguet (CA Châteaulin) 1 h 31'00''; 8. V. Scoazec (Brest) 1 h 31'22''.

▼ **10 km Plogonnec - Quimper**

Masculins : 1. Matthieu Diverres (Quimper Athlétisme) 31'20''; 2. F. Prigent (Team Decathlon) 32'28''; 3. R. Le Goff (S2000 Douarnenez) 32'39''; 4. Y. Stephan (Quimper A.) 32'57''; 5. S. Le Du (Courir à Coray) 33'03''; 6. S. Hélias (Quimper A.) 33'05''; 7. Y. Corcuff (Quimper A.) 33'18''; 8. T. Le Gouguec (Ecuireuil de Plouay) 33'56''; 9. S. le Large (Quimper) 34'03''; 10. S. Le Meur (CAB Pont-l'Abbé) 34'15''; 11. D. Rannou (Galouperien Briec) 34'20''; 12. P. Mallet (Athlé Pays de Lorient) 34'24''; 13. D. Bernard (THES Vannes) 34'25''; 14. S. Cotten (Amicale du CG29) 34'27''; 15. J.-P. Le Bideau (Team Concarneau Triathlon) 34'44''.

Féminines : 1. Béatrice Osty-Cloarec (Quimper A.) 35'19''; 2. E. Delaunay (Rennes CR) 37'28''; 3. A.-M. Sébire (Concarneau) 38'32''; 4. F. Le Goff (Quimper A.) 39'13''; 5. A.-E. Prevot (S. Brestois) 39'58''; 6. B. Hemon (Quimper A.) 40'51''; 7. L. Lagadec (Quimper A.) 41'23''; 8. L. Quemener (Quimper A.) 41'48''.

Le semi-marathon court vers un nouveau succès

Fort de sa première édition réussie, le semi-marathon Locronan-Quimper s'élanche dimanche avec encore davantage d'ambition. 3 000 coureurs devraient y prendre part.

Si les inscriptions n'ont pas encore fait le plein (95 % sur le 21 km, 92 % sur le 10 km à l'heure), les organisateurs le savent, la seconde édition du semi-marathon Locronan-Plogonec-Quimper est déjà un succès, confirmant l'engouement populaire lors de son baptême, il y a un an. La jauge d'inscription a été quasiment doublée passant pour le semi-marathon de 1 300 à 2 200.

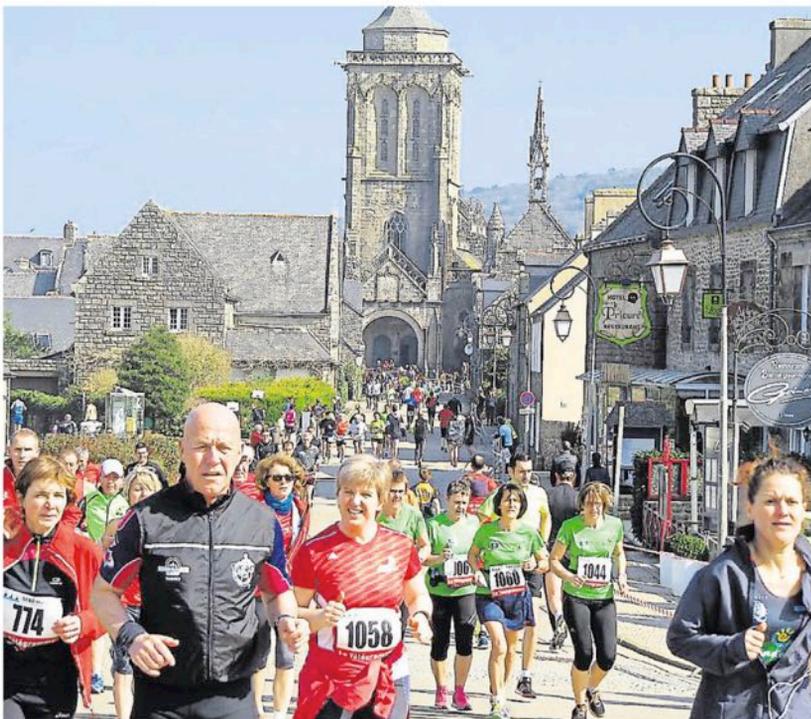
C'est autant son cachet touristique indéniable que son attrait sportif qui ont joué dans ce succès, avec l'appui de toutes les forces vives de la course à pied quimpéroise : Quimper Athlétisme, Courir avec Brin d'Avoine, Quimper Triathlon, Sport pour Tous, Quimper Footing Loisirs, ULACQ, sans oublier les municipalités des communes traversées.

Pour cette 2^e édition, le Kemper Kerne Sports a sorti un atout majeur, le label FFA. « Grâce à cela, les coureurs qui font le temps minimum (10 km en 34 mn 15 s pour les hommes et 40 minutes pour les femmes ; 21 km : 1 h 14 mn 15 s pour les hommes et 1 h 30 pour les femmes) se voient qualifiés pour les championnats de France de 10 km et 21 km », se félicite François Almande, président du Kemper Kerne Sports, organisateur de l'événement.

Vers les quais et le centre

Et comme le parcours est réputé très rapide, les athlètes ambitieux accourent... « On attend de grosses pointures. Roland Coine (2^e en 2016), Gwenaëlle Guillou (équipe de France du 100 km), les Quimpérois Romain Canry et Adèle Le Berre (vainqueur féminine en 2016) sur le 21 km ; Mathieu Diverres et Christopher Idris sur le 10 km... »

Ceux, plus modestes mais tout aussi méritants, qui l'envisagent comme un défi seront contents d'apprendre que la fin du parcours qui emmenait les coureurs vers le ha-



On attend près de 3 000 coureurs à la 2^e édition du semi-marathon Locronan-Quimper.

lage, « dos à l'arrivée de la cathédrale », a été modifiée.

Handisport représenté

Pas évident moralement quand on a une quinzaine de kilomètres dans les pattes. « Cette année, elle bifurquera directement vers les quais et le centre. Il y aura ainsi plus de monde pour les encourager », pré-

sente Frédéric Thomas, trésorier et par ailleurs créateur du Kemper Urban Noz Trail.

Le semi-marathon, c'est aussi le support de belles initiatives : aux côtés des démonstrations de handbike (pédaler au niveau des mains) et joelettes (transport de handicapés) avant et après le départ, s'élancera un groupe de 200 coureurs du Lycée

Sainte-Thérèse mélangeant professeurs, élèves et parents au profit de l'association Déchaîne ton cœur.

Dimanche 12 mars, semi-marathon Locronan-Plogonec-Quimper. Informations et inscriptions sur www.locronan-quimper.bzh.

Sports

Ouest-France
Vendredi 10 mars 2017

Course hors stade

3 000 coureurs vont déferler place Saint-Corentin

Semi-marathon de Locronan-Quimper, dimanche. À Quimper, le dimanche 12 mars va être chaud avec la 2^e édition du semi-marathon et des 10 km Locronan-Quimper.

Kemper Kerne Sports a gagné son pari et les deux épreuves de dimanche prochain vont confirmer et même amplifier le succès de la 1^{re} édition. Les épreuves vont gagner aussi au niveau spectacle, du moins pour les tout derniers km qui se courent dans les rues du centre-ville.

1 000 coureurs sur les 10 km
En 2016, tous les concurrents avaient amélioré leur temps sur cette distance. Cependant, les lauréats de l'an passé seront absents. Matthieu Diverres (31'20") et Fabien Prigent (32'28") n'étaient pas encore inscrits jeudi soir. Mais il y aura quand même du beau monde sur la ligne de départ au Croizyou dimanche à 13 h 15. Et en premier lieu Christopher Yris. Le Costarmorcain est une valeur sûre sur cette distance. Arnaud Sizorn, Armand Véz, Vincent Rannou, Renaud Le Goff et Yann Stéphan devraient donc se battre pour le 1^{er} accessit.

Chez les dames, Béatrice Osty-Cloarec, en forme après sa saison de cross, devrait valider son succès de l'an passé en essayant d'améliorer son temps de 35'19" et pourquoi pas descendre sous la barre symbolique des 35'.



Béatrice Osty-Cloarec devrait renouveler sa performance de l'an passé.

2 000 coureurs sur le semi-marathon
Ils seront donc plus de 2 000 au

départ de Locronan à 14 h 30 avec sur la ligne Julien Lebrat, vainqueur l'an passé en 1 h 9'19" et son second Roland Coine (1 h 10'01"). Ces deux athlètes feront encore, bien sûr, la course en tête mais ils ne seront pas seuls car le lot des préférencés est conséquent. Devraient, en effet, postuler à la victoire, Yves Pederrière, Charles Delys, David Gulicher, Romain Canry et son copain Michel Nédélec, Jean Persennic, et encore Patrick Brelivet, Mick Le Théon ou Alexandre Bourgois.

En féminines, Adèle Le Berre s'était imposée en 1 h 19'41" en 2016. Elle essaiera encore d'améliorer ce temps cette fois-ci, sachant qu'Elisa Delaunay, Léna Chollet ou encore Carole Chiquet la pousseront à se surpasser.

Pratique. Arrivée des premiers pour le 10 km vers 13 h 45 et pour le semi-marathon vers 15 h 40, place Saint-Corentin à Quimper.

Retrouvez les résultats sur notre site ouest-france.fr/sport/running

Vendredi
10 mars 2017
(cahier sports)

Course hors stade. Semi-marathon Locronan-Quimper Delys : « Attiré par le chrono »

Recueilli par Olivier Louarn

Par le bon temps du vainqueur de la première édition alléché, Charles Delys (Entente Athlétique du Pays de Brocéliande), spécialiste du cross convaincu sur le tard par le macadam, sera au départ du 2^e semi Locronan - Quimper. Une étape importante avant de fêter ses 35 ans sur le marathon de Paris, le 9 avril.

Charles Delys (ici devant son coéquipier Jean-Personnic) arrive en Sud-Finistère avec ambition.



Photo archives Pascal Robert

> Locronan-Quimper, ce n'est pas vraiment le semi-marathon le plus proche de Rennes...

C'est sûr, mais les organisateurs l'ont judicieusement placé à un mois du marathon de Paris. Deuxièmement, les bonnes perfes de l'année passée (1 h 09'19'' pour Julien Lebret) attirent l'œil. Le parcours semble assez roulant et on doit pouvoir y valider un bon chrono.

> Un temps qui vous permettrait de battre le record de l'Entente athlétique du Pays de Brocéliande, par exemple ?

Oui, c'est ça (rire). On s'est lancé à trois de l'EAPB, quatre même avec mon frère (Stéphane), sur marathon et tout le monde se bat pour le record (2 h 34'44'' par Sébastien Louvel). Sur le semi aussi, c'est la course au record (1 h 09'08'' par Jean Personnic). Jean était inscrit mais il est blessé au genou. Ça va me faciliter la tâche mais il va quand même falloir aller courir.

> En décembre 2015, vous assuriez qu'il n'y avait que le cross qui vous motivait pour vous entraîner. Qu'est-ce qui vous a fait changer d'avis ?

Je me suis surpris moi-même. Les sorties sur la route ne m'intéressaient pas et mon footing le plus

long avant d'attaquer la préparation marathon, c'était 1 h 20'. Là, j'ai fait 2 h 15' ce week-end. Vous m'auriez dit cela il y a un an, c'était tout simplement inconcevable. Et je ne dis pas que j'en ferai 50 mais je prends plaisir à le faire. La motivation est d'aller chercher des chronos, de courir entre nous, à celui qui va faire la meilleure perf.

> C'est cet esprit groupe qui vous a permis de devenir vice-champion de France par équipes sur semi en octobre ?

Oui, on était tous en forme et la saison commençait bien. Derrière, en cross, ça n'a pas été aussi bien qu'on l'espérait. On n'a pas qualifié d'équipes aux « France », seulement quatre coureurs. Le petit groupe vieillit un peu mais l'année prochaine, il y a les « France » à Plouay et il va falloir remobiliser tout le monde pour ne pas rater ça. J'ai fait mes preuves en cross et je commence à être dans les vieux. Les bonnes choses, je commence à les regarder de loin, mais j'ai toujours envie de courir pour l'équipe.

> Quel sera votre objectif à Paris ?

Comme c'est mon premier marathon, je ne fixe pas de barre trop dure à atteindre. Et puis, je n'ai pas

le « profil » des épreuves longues, je ne veux pas me ramasser, que ce soit un calvaire. Je veux que ça reste un bon souvenir. Je pars pour 2 h 30'. Si je fais plus, je serai déçu, et plus ce sera en dessous, mieux ce sera.

> Trente-cinq ans, c'est le bon âge pour passer sur marathon ?

Paris a lieu le jour de mes 35 ans. À partir de cet âge, les épreuves courtes s'éloignent un petit peu. J'avais retenu de ma formation de moniteur régional qu'à 35 ans, on développe tout le côté VMA et là, le jour pile de mes 35 ans, je me mets au marathon. C'est un signe !

> Et ensuite, qu'est-ce qui vous fera encore courir ?

Le marathon de Paris sera déjà une référence sur quelque chose qui cause en athlétisme, mais un truc comme les « France » de cross à Plouay en 2018, alors que je ne savais pas si j'allais remettre ça, je suis le premier à dire qu'il faut en être. Je viserai sans doute de beaux événements à vivre en groupe. Même si je commence aussi à regarder des trucs comme la Diagonale des fous (trail à la Réunion).

▼ **Dimanche, 10 km (13 h 15) et semi (14 h 30)**

Omnisports

Course hors stade

Matthieu Diverres et Charles Delys avec records à la clé

Semi-marathon Locronan-Quimper et 10 km. À Quimper, devant un public record, les 3 000 participants se sont fait plaisir et ont pour la plupart amélioré leurs performances.

Ils étaient près de 1 000 concurrents au départ du Croeziou pour rejoindre Quimper au terme des 10 km de course. En l'absence de Christopher Yris, Matthieu Diverres n'a pas eu d'adversaire et a fait cavalier seul pour confirmer son succès de l'an passé, en améliorant son temps de 48 secondes, c'est dire sa performance. « Je voulais secrètement faire moins que 31' car je me sentais bien. Après mon succès en janvier à Douarnenez, je savais que j'avais les jambes pour le faire. Je suis parti très vite et je suis passé au 5^e km en 14'47". J'ai souffert un peu au 9^e km, mais je me suis bien repris pour finir très fort. Je suis donc hyper content de ma performance », commentait le vainqueur. Antony Le Coz s'adjugeait la deuxième place devant Arnaud Sizorn, très content de son temps, alors que Samuel Philippe échouait au pied du podium.

Chez les féminines, Béatrice Osty Cloarec a confirmé son succès de l'an passé, mais sans améliorer son record. « J'ai toujours été seule mais je ne savais pas où en étaient mes poursuivantes, explique-t-elle. Sur la fin, j'ai dû m'employer quand j'ai entendu des encouragements pour ma suivante, qui n'était donc pas très loin, et j'ai dû relancer mon effort pour la garder à distance ». Et en effet, la Rochelaise Aude De La Mettrie n'a terminé qu'à deux petites se-



Le podium des 10 km avec Arnaud Sizorn, Matthieu Diverres et Anthony Le Coz.

condes, alors que Gwenaëlle Guillou finissait à la troisième place.

Le semi-marathon s'est résumé à un duel Delys-Lebret. « Nous étions ensemble jusqu'au 11^e km quand j'ai attaqué, mais il m'a rejoint au 15^e km et je n'ai pas pu ensuite le suivre, concédait Julien Lebret. Je suis quand même très content car j'améliore mon temps de l'an passé. Charles était trop fort pour moi ».

Le vainqueur savourait sa victoire. « Ce n'est que mon troisième semi-marathon, et c'est la première fois que je descends sous les 1 h 10'. C'est donc très encourageant et de bon augure avant

le marathon de Paris ». Chez les féminines, Adèle Le Berre, portée par le public dans les derniers km, a pulvérisé son temps de l'an passé. « Après le championnat où j'avais laissé des forces, j'ai retrouvé ici de bonnes sensations en courant sur un rythme hâché, avec des moments de relâchement ».

Les classements

10 km hommes : 1. Matthieu Diverres (Quimper Athlé) 30' 32"; 2. A. Le Coz (ALCP) 31' 37"; 3. A. Sizorn (Véolia Propreté Quimper) 31' 38"; 4. S. Philippe (Quimper Athlé) 31' 41"; 5. R. Thomas (Châteaulin) 32' 03"; 6. K. Bideau (Hen-

nebont) 32' 13"; 7. R. Le Goff (Quimper Athlé) 32' 13"; 8. Y. Stéphan (Quimper Athlé) 32' 21"; 9. C. Hamonic (Quéven Athlé) 32' 42"; 10. L. Aurrière (PUC) 32' 51".

Femmes : 1. Béatrice Osty Cloarec (Quimper Athlé) 35' 28"; 2. A. De La Mettrie (La Rochelle) 35' 30"; 3. G. Guillou (Châteaulin) 38' 39"; 4. F. Le Goff (Quimper Athlé) 39' 06"; 5. S. Conan (CAB) 39' 27".

Semi-marathon hommes : 1. Charles Delys (EA Pays de Brocéliande) 1 h 8' 22"; 2. J. Lebret (Pays de Landerneau) 1 h 8' 30"; 3. G. Le Boul'h (Quéven Athlé) 1 h 9' 27"; 4. S. Ravaleu (UACA Saint-Brieuc) 1 h 9' 51"; 5. E. Thomas (Châteaulin) 1 h 10' 28"; 6. G. Flouzat (TA Rennes) 1 h 10' 28"; 7. A. Bourgeois (Run and Swimm) 1 h 11' 31"; 8. M. Né-délec (Quimper Athlé) 1 h 11' 33"; 9. 9. Thibault Lopez (Sobhi Sport Lorient) 1 h 11' 34"; 10. R. Canry (Quiùmpier Athlé) 1 h 11' 57"; 12. 1er M2, P. Brélivet (Châteaulin) 1 h 12' 20".

Semi-marathon femmes : 1. Adèle Le Berre (Intersport Quimper) 1 h 18' 27"; 2. A.S. Lescop Mayeur (Stade Rennais Athlé) 1 h 19' 33"; 3. L. Chollet (Quéven Athlé) 1 h 21' 59"; 4. E. Wanherdrick (Saint Avé) 1 h 23' 35"; 5. C. Lefeuvre (EA Brocéliande) 1 h 23' 36".

Denis Jouan

Course hors stade. Locronan - Quimper Les classements



Adèle Le Berre s'impose sur le semi-marathon.

Messieurs : 1. Charles Delys (EAP de Brocéliande) 1 h 08'22"; 2. J. Le Bret (Pays de Landerneau Athlétisme) 1 h 08'30"; 3. G. Le Boulc'h (Quéven) 1 h 09'27"; 4. S. Ravaleu (UACA) 1 h 09'51"; 5. E. Thomas (CA Châteaulin) 1 h 18'28"; 6. G. Flouzat (TA Rennes) 1 h 10'46"; 7. A. Bourgeois (Run and Swim Quimper) 1 h 11'31"; 8. Michel Nédelec (QA) 1 h 11'33"; 9. P. Thibault Lopez (Lorient) 1 h 11'34"; 10. Romain Canry (QA) 1 h 11'57"; 11. S. Paul (AC. Pont-Réan) 1 h 11'59"; 12. P. Bréivet (CA Châteaulin) 1 h 12'24"; 13. M. Le Théon (Bruz Athlé) 1 h 12'38"; 14. F. Gourmelon (Telgruc) 1 h 12'38"; 15. G. Sihoan (Pays de Landerneau Athlétisme) 1 h 13'20"; 16. R. Lebour-

Course hors stade. Semi-marathon Locronan - Quimper Charles Delys comme prévu

3.000 coureurs ont participé, dimanche, au semi-marathon Locronan - Quimper et aux dix kilomètres Le Croëzou - Quimper. « Un succès au-delà de nos espérances », a résumé Françoise Almange présidente de « Kemper Kerné Sports », association organisatrice de l'évènement. Charles Delys et Adèle Le Berre se sont imposés à l'issue du semi-marathon.



Charles Delys s'est imposé, comme prévu, dimanche, à Quimper sur le semi-marathon.

« C'est mieux que prévu », a lâché Charles Delys, la ligne franchie. « C'est la première fois que je descends sous la barre des 1 h 10. En fait, il s'agissait de mon troisième semi, seulement. Je bats mon record de deux minutes. C'est bien. Je suis parti sur des bases solides mais raisonnables, 3'17" au premier kilomètre, 31'57" au dixième kilomètre ». Et le champion de Bretagne de cross court de décembre 2014, sur le circuit de Kérampuil, à Carhaix, d'ajouter : « Maintenant, place au Marathon de Paris. Un chrono aux alentours des 2 h 30 me conviendrait bien ». Deuxième de la course, Julien Le Bret (Pays de Landerneau Athlétisme), qui avait gagné ce semi en

2016, était satisfait de ce rang. « Charles était le favori, logique. Je fais 50 secondes de mieux que l'an dernier. C'est le nouveau record de mon club ». Huit petites secondes seulement séparait le Landerneau du vainqueur.

Adèle Le Berre logiquement l'athlète du Quimper-Athlétisme, Adèle Le Berre, était la grande favorite du tableau féminin. Elle a su répondre à l'attente de ses nombreux supporters. « Dans les derniers kilomètres, j'ai été follement encouragée. J'entendais les spectateurs crier mon prénom. J'ai été littéralement portée vers la victoire », a expliqué, après sa victoire, la « master » quimpéroise qui

avait terminé à la sixième place des derniers championnats de France de cross, dans le Forez. « J'ai eu du mal à récupérer de cette compétition. Mais je suis contente de ma course d'aujourd'hui, d'autant que le chrono est meilleur que celui de l'an dernier ».

Records personnels améliorés aussi de 30 secondes pour les deuxième et troisième de la course : Anne-Sophie Mayeur (Stade Rennais) et Léniaic Chollet (Quéven). La topographie du terrain et le vent favorable ne sont, bien évidemment, pas étrangers à tous ces chronos de premier ordre tant chez les hommes que chez les femmes.

P. L. H.

10 km Plogonnec (Le Croëzou) - Quimper Diverrès et Osty récidivent

Les années se suivent et se ressemblent pour Matthieu Diverrès et Béatrice Osty. Dimanche, comme ils l'avaient fait en 2016, les deux athlètes du Quimper-Athlétisme se sont imposés à l'issue de la course des 10 km Le Croëzou-Quimper. A peine le coup de pistolet du starter donné et voilà Matthieu Diverrès qui prend les jambes à son cou. « C'est vrai que je suis parti très vite », a-t-il expliqué après son arrivée victorieuse, au pied de la cathédrale Saint-Corentin. « 2'47" au premier 1.000, 14'48" à la mi-course ». Et cela a suffi pour faire pour faire un gros trou sur l'avant du peloton. Anthony Le Coz (Carhaix), Arnaud Sizorn (ULAQC) et Philippe Samuel (Quimper-Athlétisme) se sont entendus pour mener la chasse. Mais Diverrès était bien fort dimanche. Personne n'était armé pour l'empêcher de gagner. « Je ne suis pas aller au championnat de France de cross pour bien préparer cette course », a-t-il ajouté. Bref, une victoire confortable pour l'athlète quimpérois. En revanche, Béatrice Osty a construit son succès dans l'ultime kilomètre. Elle a devancé Aude de La Mettrie (La Rochelle) de deux secondes : « Je savais que Béatrice était plus rapide que moi. Mon chrono sur 1.500, seulement 5'06" ». Et pour Béatrice Osty, 4'45". Le secret



Matthieu Diverrès laisse éclater sa joie après sa victoire sur les 10 km.

de sa victoire.

P. L. H.

Les résultats

Messieurs : 1. Matthieu Diverrès (QA) 30'32"; 2. A. Le Coz (ALCP) 31'37"; 3. A. Sizorn (Voëla Quimper) 31'38"; 4. S. Philippe (QA) 31'41"; 5. R. Thomas (Courir à Châteaulin) 32'03"; 6. K. Bideau (QA) 32'13"; 7. R. Le Goff (QA) 32'13"; 8. Y. Stéphan (QA) 32'21"; 9. C. Hamonic (Queven Athlétisme) 32'42"; 10. L. Aurrière (Paris UC) 32'51"; 11. N. Bréivet (Lycée St-Thérèse) 32'53"; 12. E. Guillou (QA) 33'09"; 13. C. Blons (Pays de

Landerneau) 33'14"; 14. D. Le Saux (Vannes) 33'15"; 15. J. Miniou (QA) 33'18"; 16. A. Labbé (Sobli Sport Brest) 33'28"; 17. M. Siby (Quéven Athlétisme) 33'30"; 18. T. Le Bot (Pays de Landerneau) 33'34"; 19. S. Le Large (QA) 33'34"; 20. D. Guennou (Pays de Landerneau) 33'40".

Dames : 1. Béatrice Osty (QA) 35'28"; 2. A. De La Mettrie (La Rochelle) 35'30"; 3. G. Guillou (Courir à Châteaulin) 35'14"; 4. F. Le Goff (QA) 36'44"; 5. S. Conan (Cab Pont-L'Abbé) 37'53"; 6. A. E. Prévot (Stade Brestois) 38'28"; 7. S. Nédelec (QA) 38'35"; 8. C. Quémenèr (Douarnez) 38'38"; 9. N. Bézely (JA Langueux) 39'06"; 10. S. Juvin (Janzé Athlétisme) 39'30".

Sports

Ouest-France
Mardi 14 mars 2017

Course hors stade

Charles Delys vainqueur du semi Locronan-Quimper

Après une saison de cross en demi-teinte, le coureur de l'EA Pays de Brocéliande Charles Delys a renoué avec la victoire en remportant le semi-marathon Locronan-Plogonnec-Quimper, une grande classique finis-térienne sur la distance. Charles Delys a été chronométré en 1 h 08'22" sur les 21,1 km, un temps plus qu'honorable à cette période de l'année.

Un autre Breillien, le master Gaël Flouzat, a terminé à la sixième place en 1 h 10'47". Côté féminin, la Staliste Rennaise Anne Sophie Les-



cop-Mayeur a réalisé 1 h 19'33" et se classe au deuxième rang d'une épreuve disputée par près de 1 800 coureurs.

41 nnis. Coupe Davis : Mannarino libère les Bleus Page 23

Les Sports Le Télégramme

Lundi 5 février 2018 / www.letelegramme.fr / Tél. 02 99 36 05 29

HALYS FRANCHIT UN CAP À QUIMPER



Tombé en demi-finale l'an passé, le Francilien Quentin Halys (119^e à l'ATP) n'a pas tremblé, cette année, à l'Open de Quimper, remportant 6-3, 7-6, dimanche après-midi, face au Russe Alexey Vatutin (166^e) le second Challenger de sa jeune carrière (21 ans). « C'est le travail qui paie », assure Halys, ravi d'avoir joué toute la semaine à Penhvelles devant un nombreux public. Page 13

CROSS-COUNTRY
Karine Pasquier sacrée devant Sandra Lévénéz



Le mano à mano aura duré jusqu'au dernier virage de la course filles dames, dimanche, aux championnats de Bretagne de Combourg. Karine Pasquier (Quimper Athlétisme, à droite) l'emportant d'un souffle devant Sandra Lévénéz (ALCF Carhaix). Chez les messieurs, Benoît Nicolas (Stade Brestois) a remporté un deuxième titre régional. Pages 12 et 13

FOOTBALL
Guingamp crucifiée
Rennes à la 90'+2 !



Un derby entre un match particulier et un l'a encore été, dimanche au Raoul-Baillon, où Guingamp a crucifié Rennes sur un écart de pénalité de sa meneuse Yoni-Nababou à 30', 90'+2 (0-1), lors de la 20^e journée de Ligue 1. Page 1 et 3

VOLLEY-BALL
Quimper s'incline au tie-break à Paris Page 16

JO d'hiver : frissons garantis !



Comme à Sochi en 2014, la Fédération Française de ski compte, dans la quinzaine olympique de Pyeongchang, sur les sports des extrêmes (biathlon, le ski-alpin parallèle pour gonfler son total de médailles. Page 20

Pied de une du cahier des sports édition Quimper

Le Télégramme PRESENT

Courses enfants

SEMI-MARATHON
Locronan - Plogonnec - Quimper
Kemper Kerne Sport

DIMANCHE 18 MARS 2018 14h30
10 KM Plogonnec (Le Croëzou) > Quimper 13h15

Pied de une du cahier des sports édition Brest

Tennis. Coupe Davis : Mannarino libère les Bleus Page 23

Les Sports Le Télégramme

Lundi 5 février 2018 / www.letelegramme.fr / Tél. 02 99 36 05 29

BENOÎT NICOLAS : DIX DE DER !



« Dix, c'est bien pour s'arrêter ». À peine la ligne d'arrivée franchie en vainqueur, dimanche à Combourg (35), Benoît Nicolas (Stade Brestois) a annoncé qu'il pensait terminer sa carrière de crossman sur ce dixième titre de champion de Bretagne. Chez les dames, Karine Pasquier a, elle, passé la seconde. Pages 12 et 13

FOOTBALL
Brest peut-il refaire le coup face à Reims ?



À l'image de Gaetan Charbonier (ex-centre), Brest (20^e en ligue de France, de nombreux barrages au leader rémois, ce lundi (20^e à 0-0), en match aller de la 3^e journée de L1. Page 5

JUDO
Le CPB Rennes domine la Bretagne par équipes



3 les équipes bretonnes et masculines du CPB Rennes ont été vaincues aux championnats de Bretagne (21) par équipes, les juniors de Guennec ont également joué, dimanche, aux Pénitents (2-Deux, Plozeur). Page 11

JO d'hiver : frissons garantis !



Comme à Sochi en 2014, la Fédération Française de ski compte, dans la quinzaine olympique de Pyeongchang, sur les sports des extrêmes (biathlon, le ski-alpin parallèle pour gonfler son total de médailles. Page 20

Le Télégramme PRESENT

Courses enfants

SEMI-MARATHON
Locronan - Plogonnec - Quimper
Kemper Kerne Sport

DIMANCHE 18 MARS 2018 14h30
10 KM Plogonnec (Le Croëzou) > Quimper 13h15

Sports

Ouest-France
17-18 mars 2018

Course hors stade

Locronan - Quimper : vers une participation record

Ce n'est que la 3^e édition, dimanche, mais le semi Locronan - Quimper est en passe de devenir LA course sur route qui fait référence dans le Finistère et au-delà.

Si on y ajoute le 10 km Le Croëzou - Quimper, le nombre d'inscrit avoisine déjà les 3 000 participants et le record de participation de l'an dernier (3 022 coureurs) devrait être allègrement battu.

Léo Aurière (PUC), Romain Canry, Thomas Le Lons (QA) chez les gars et Adèle Le Berre (QA) chez les filles, figurent parmi les favoris de cette édition.

Sur la course courte, Roland Coine (Landerneau), Michel Nédélec et Armand Vic (QA) font partie des prétendants à la victoire finale tandis que dans les rangs féminins, on pense à Karen Talour (QA), à Célia Pann (Galouperen Briec) et surtout à Karine Pasquier (QA), vice-championne de France master de cross-country.

Le parrain de cette édition est Cy-



Loïc L' Huillier

Karine Pasquier, sur le 10 km, devrait jouer les premiers rôles, dimanche.

ril Gautier, cycliste professionnel de l'équipe AG2R La Mondiale.

Dimanche. 13 h 15. Le Croëzou - Quimper (10 km) ; **14 h 30.** Locronan - Quimper (semi-marathon).

COURSE HORS STADE

Lundi 19 mars 2018 Le Télégramme

Semi-marathon Locronan - Quimper

Jourdin et Ruel s'imposent

Près de 3.000 coureurs ont disputé, dimanche, sous des averses de neige, les 10 km Plogonnec - Quimper et le semi-marathon Locronan - Quimper. Sur le semi-marathon Guillaume Ruel (Free Run) et Raphaëlle Jourdin (Carantec) se sont imposés dans des temps canons.



Guillaume Ruel, un inconnu en Bretagne, s'est largement imposé sur le semi-marathon en améliorant le record de l'épreuve de presque deux minutes.

Photo Pierre L'Hardon

« Et dire que j'ai longtemps hésité à cause de la neige avant de venir à Locronan. Cette victoire je m'y attendais pas du tout », a expliqué, après son succès, la Carantécoise Raphaëlle Jourdin. « C'est mon premier semi-marathon. En fait, j'ai couru cette distance dimanche parce que je prépare le marathon du Médoc, qui aura lieu le 9 septembre ».

Bref, une belle surprise, d'autant que la jeune femme, infirmière anesthésiste à l'hôpital de Morlaix, a devancé l'une des meilleures athlètes régionales, en l'occurrence, Adèle Le Berre la grande favorite de cette course. « Au 17^e kilomètre, j'ai ressenti une douleur à la jambe », a expliqué la médaillée d'argent avec l'équipe du Quimper-Athlétisme au derniers champions de Bretagne de cross de Plouay. Et d'ajouter « Ce semi, c'est la course de trop ».

Masculin : victoire de Guillaume Ruel

Lui aussi a déjoué tous les pronostics. Guillaume Ruel était un inconnu sur les circuits des courses hors stade en Bretagne. Et pour cause, il est licencié à l'A3 Tours. « J'ai pris la tête de course au 5^e kilomètre », a précisé, après sa large victoire, celui qui a bouclé un 10 km, le 4 mars dernier, en 31'23". « Je fais uniquement des courses sur route ». Et dimanche il a apprécié cette route qui le menait de l'un des plus beaux villages de France, au pied de la cathédrale Saint-Corentin, à Quimper. Il n'a certes pas eu le temps de faire du tourisme car il a affolé les aiguilles du chrono. « 1 h 06'53", j'ai amélioré mon meilleur chrono de quatre minutes. Enorme ». En 2017, il avait bouclé un semi en 1 h 10'40". Record personnel qui a volé en éclats et record de l'épreuve détenu par Charles Delys

(EA Pays de Brocéliande) depuis l'an dernier en 1 h 08'22" épinglé sur un circuit propice, il faut en convenir à des chronos de haute volée.

P. L. H.

▼ Les classements

Messieurs : 1. Guillaume Ruel (Free Run) 1 h 06'53"; 2. Y. Delhoum (TA Rennes) 1 h 08'06"; 3. J. Aufray (TA Rennes) 1 h 08'46"; 4. F. Le Vigouros (Cima Pays Auray) 1 h 08'53"; 5. J. Lebreton (Sobhi Sport Brest) 1 h 09'25"; 6. M. Sicot (Cima Pays Auray) 1 h 09'40"; 7. PA Ruel (Free Run) 1 h 10'15"; 8. C. Olliero (Cima Pays Auray) 1 h 10'48"; 9. B. Siou (Saint-Grégoire Triathlon) 1 h 10'51"; 10. G. Flouzat (TA Rennes) 1 h 11'26"; 11. T. Le Lons (QA) 1 h 11'35"; 12. R. Canry (Sport 2000 Châteaulin) 1 h 11'49"; 13. F. Guillemot (Cima Pays Auray) 1 h 11'54"; 14. S. Le Du (Courir à Coray) 1 h 13'07"; 15. T. Blaise (Trail Le Foël) 1 h 13'25"; Dames : 1. Raphaëlle Jourdin (Sobhi Sport Brest) 1 h 19'11"; 2. A. Le Berre (Quimper-Athlétisme) 1 h 20'25"; 3. N. Vasseur (Semelles de Vent Bohars) 1 h 20'53"; 4. L. Cholet (Quéven Athlét) 1 h 21'42"; 5. J. Larras (Le Folgoët) 1 h 24'35".

COURSE HORS STADE

Lundi 19 mars 2018 Le Télégramme

10 km Plogonnec - Quimper

Les Quimpérois maîtres chez eux



Photo Pierre L'Hardon

Karine Pasquier s'est facilement imposée, dimanche, en devançant sa dauphine de plus d'une minute.

Quimper était au bord de la crise de larmes. Pourtant beaucoup se contenterait d'une médaille d'argent à ce niveau de compétition. Dimanche, on a retrouvé une Karine Pasquier rayonnante après sa victoire. « Sur le parcours il n'y aucune difficulté. Je pense que je valais 34 minutes aujourd'hui. Pas mieux ». Verdict du chrono 33'22". Soit le record de Bretagne. Un record qu'elle partagera avec son adversaire la plus coriace en Bretagne, Sandra Lévénéz. La Carhaisienne de l'ALCP avait réalisé le même temps en 2013 lors des 10 km Poullaouen - Carhaix. Et évidemment, record de l'épreuve largement battu par la Quimpéroise qui, sur le podium, était accompagné par deux co-équipières, Hasna Taboussi et Karen Talour.

P. L. H.

▼ Les classements

Messieurs : 1. Mathieu Diverrès (Quimper-Athlétisme) 30'22"; 2. B. Fanouillère (AS 22 Loudéac) 30'40"; 3. A. Guéroc (EAP de Brocéliande) 30'50"; 4. J. Personnic (EAP de Brocéliande) 30'53"; 5. F. Le Pallec (Hennebont Athlétisme) 31'27"; 6. M. Nédélec (Quimper Athlétisme) 31'38"; 7. C. Abégüil (Quimper-Athlétisme) 31'39"; 8. E. Thomas (CA Châteaulin) 31'42"; 9. J. Quimerc'h (Saint-Pol-de-Léon) 31'46"; 10. O. Le Gall (Paimpol Athlétisme) 31'47"; 11. S. Olivier (Carquefou AC) 31'56"; 12. E. Sagory (JS Plouguenast) 31'56"; 13. A. Bourgeois (Run and Swim Quimper) 31'57"; 14. C. Blons (Pays de Landerneau Athlétisme) 31'58"; 15. A. Vic (Quimper-Athlétisme) 32'03".

Dames : 1. Karine Pasquier (Quimper-Athlétisme) 33'22"; 2. H. Taboussi (Quimper-Athlétisme) 34'42"; 3. K. Talour (Quimper-Athlétisme) 36'13"; 4. S. Morvan (Quimper-Athlétisme) 36'43"; 5. C. Simon (Pays de Landerneau Athlétisme) 37'09"; 6. AM. Sébire (Concarneau) 37'31"; 7. C. Sinquin (CPB Rennes) 37'42"; 8. M.-C. Le Bieuvant (UA Langueux) 37'59"; 9. A. Talec (CPB Rennes) 38'06"; 10. G. Le Gléau (Lannion Athlétisme) 38'15".

Superbe Karine Pasquier

Après les championnats de France de cross de Plouay, l'athlète de

Course hors stade

Course hors stade

C'était bien l'édition de tous les records

Semi-marathon de Locronan. La primavera finistérienne a connu de nouveau un succès populaire appréciable (3 000 participants), conjugué à de grosses performances.

Cette édition restera dans les annales comme celle de tous les records. Et pas seulement en raison des conditions météo rencontrées par les participants, la neige s'étant invitée sur le parcours. Non, ce sont bien hier après-midi trois records sur quatre qui sont tombés ! C'est d'abord le Quimpérois Matthieu Diverres qui a descendu d'une poignée de secondes son temps réalisé l'an passé sur les 10 km. Mais non sans avoir souffert. « Je suis parti trop vite et j'ai connu un coup de moins bien à trois kilomètres de l'arrivée », avouait ce dernier, marqué par l'effort.

Chez les féminines, on attendait Karine Pasquier et on a vu Karine Pasquier. La sociétaire du Quimper Athlé a frappé un grand coup en bouclant les 10 kilomètres en 33 minutes et 22 secondes, égalant précisément le record de Bretagne des 10 kilomètres sur route, détenu par Sandra Levenez. « Oui, mais le parcours était si roulant qu'à la moindre côte, on avait l'impression de gravir une montagne », confiait en toute modestie la vice-championne de France master de cross.

Record encore sur le semi-masculin où l'espoir Guillaume Ruel (Free Run) a réalisé un excellent chrono : 1 h 06'53". Enfin, le sourire de la Morlaisienne Raphaëlle Jourdrin, victorieuse du même semi, faisait plaisir à voir. « Je n'y crois toujours pas. » Une bien belle édition.



Karine Pasquier (dossard 901), félicitée par Hana Taboussi, a pulvérisé le record des 10 kilomètres.

Les classements

Masculins. 10 km. 1. Matthieu Diverres (Quimper Athlétisme) 30'22" ; 2. B. Fa-

nouillière (AS 22 Loudéac) 30'40" ; 3. A. Guéroc (EAP de Brocéliande) 30'50" ; 4. J. Personnic (EAP de Brocéliande)

30'53" ; 5. F. Le Pallec (Hennebont Athlétisme) 31'27" ; 6. M. Nédélec (Quimper Athlétisme) 31'38" ; 7. C. Abégüillé (Quimper Athlétisme) 31'39" ; 8. E. Thomas (CA Châteaulin) 31'42" ; 9. J. Quimerc'h (Saint-Pol-de-Léon) 31'46" ; 10. O. Le Gall (P Paimpol Athlétisme) 31'47".

Féminines : 1. Karine Pasquier (Quimper Athlétisme) 33'22" ; 2. H. Taboussi (Quimper Athlétisme) 34'42" ; 3. K. Talour (Quimper Athlétisme) 36'13" ; 4. S. Morvan (Quimper Athlétisme) 36'43" ; 5. C. Simon (Pays de Landerneau Athlétisme) 37'09".

Masculins. Semi-marathon. 1. Guillaume Ruel (Free Run) 1 h 06'53" ; 2. Y. Delhoum (TA Rennes) 1 h 08'06" ; 3. J. Aufray (TA Rennes) 1 h 08'46" ; 4. F. Le Vigouroux (Cima Pays Auray) 1 h 08'51" ; 5. J. Lebreton (Sobhi Sport Brest) 1 h 09'25" ; 6. M. Sicot (Cima Pays Auray) 1 h 09'40" ; 7. PA Ruel (Free Run) 1 h 10'15" ; 8. C. Olliero (Cima Pays Auray) 1 h 10'48" ; 9. B. Siou (Saint-Grégoire Triathlon) 1 h 10'51" ; 10. G. Flouzart (TA Rennes) 1 h 11'26".

Féminines. 1. Raphaëlle Jourdrin (Sobhi Sport Brest) 1 h 19'11" ; 2. A. Le Berre (Intersport Quimper) 1 h 20'25" ; 3. N. Vasseur (Semelles de Vent) 1 h 20'53" ; 4. L. Chollet (Quéven Athlé) 1 h 21'42" ; 5. J. Larras (Le Folgoët) 1 h 24'35".

Le Télégramme

Mardi 20 mars 2018 (sports)



Course hors stade Trois records à Quimper

Pour leur troisième édition, le semi-marathon Locronan - Quimper et le 10 km Plogonnec - Quimper ont fait tomber trois records, dimanche. Sur le 10 km, Karine Pasquier a égalé le record de Bretagne de Sandra Lévénéz en 33'22". Matthieu Diverres (ci-dessus) a signé sa troisième victoire sur l'épreuve courte, améliorant son record personnel de dix secondes (30'22"). Le jeune Guillaume Ruel, licencié à l'A3 Tours, a pulvérisé le record du semi (1 h 06'53"). Les raisons de ces performances ? Un parcours globalement en descente et un vent favorable venant du nord. Malgré le froid et la neige, les courses ont réuni près de 3.000 athlètes.



Autres parutions
(mensuels, hebdos, web, presse
institutionnelle...)



1^{er} semi-marathon

Locronan > Plogonnec > Quimper

Dim. 13 mars 2016 14 h 30

10 km

13 h 30

Plogonnec (Le Croëzou) > Quimper

Parrains de cette première édition :
Dan Ar Braz, Fabrice Jaouen, Karine Pasquier

Inscriptions : www.locronan-quimper.bzh

Renseignements : contact@locronan-quimper.bzh ou 02 98 91 08 39

DEORTHON

bzh

Le Télégramme

Super Plogonnec

Scania

Extremis

Quimper

Un projet ambitieux de course à pied

L'idée de développer, à Quimper, une course sur route longue distance d'envergure circulait depuis de nombreuses années. Depuis la fin du mois de septembre, le projet est en marche.

Les réunions s'enchaînent à l'initiative de Quimper Communauté, qui s'est rapprochée des spécialistes de la course à pied que sont Frédéric Thomas (Courir avec Brin d'avoine) et Christophe Faligon (yanoo.net). Le service des sports de Quimper et son directeur, François Almange, ont lancé le projet. Celui-ci est désormais développé par l'association Kemper Kerné sport dont le président est le chef du service des sports. Le projet a même été présenté en bureau communautaire, le 24 septembre. Si l'idée est bel et bien, à terme, « de mettre sur pied un marathon qui traverserait toutes les communes de Quimper communauté », explique Alain Guillou, adjoint aux sports, une première étape va consister à lancer et à installer un semi-marathon couplé à une course de 10 km. La date est arrêtée, il s'agit du dimanche 13 mars 2016, avec des départs entre 13h30 et 14h30.

Une course d'envergure nationale

La date n'a pas été choisie au hasard. Il s'agira du premier semi-marathon dans le département après la trêve hivernale. Par ailleurs, il se situe une semaine après les Championnats de France de

cross (6 mars 2016 au Mans) et trois semaines avant le marathon de Paris (3 avril) auquel participent 2 500 Bretons « qui auront besoin d'une épreuve longue dans des conditions de course ».

Le projet est ambitieux puisque l'objectif « est de créer dans le Finistère sud une épreuve qui sera le pendant des épreuves de référence que sont, en Bretagne, les Auray-Vannes (8 000 participants), Cancale-Saint-Malo (3 300) ou Saint-Pol-Morlaix (4 200 + 3 000) ».

Les parcours déjà tracés

Le semi-marathon partira de Locronan et le 10 km du Croëzou. Les deux courses, au dénivelé négatif (- 222 m pour le 10 km et - 330 m pour le semi), seront rapides et propices à la réalisation de chronos. Les arrivées seront jugées dans le haut de la rue Kéréon. La première année, le nombre de coureurs sera limité à 750 sur chaque course et l'événement sera "vert" (gobelet recyclable, tri sélectif, vélos et voitures électriques, transfert des coureurs par navettes). Les services de la ville sondent actuellement les associations sportives quimpéroises, notamment celles dont les activités tournent autour de la



À quand les meilleurs coureurs français, voire des élites mondiales sur les routes de la région de Quimper, comme c'est le cas au Marathon vert de Rennes (photo), créé il y a seulement 4 ans ?

course à pied (Courir avec Brin d'avoine, Quimper footing loisirs, Quimper athlétisme, Ulaqc, Triathlon club, etc.), mais aussi les comités des fêtes et d'animation (dont ceux de Plogonnec et Locronan), les maisons de quartier et l'Office du mouvement sportif (OMS). « Il faut bien réussir cette première édition et que cette manifestation serve à fédérer tout ce petit monde du sport qui se connaît bien », souligne Alain Guillou.

Une nouvelle réunion visant à fédérer des bénévoles autour du développement de

l'épreuve a lieu mercredi 4 novembre, en mairie de Quimper, à 19h30. Enfin, la structure s'appuiera sur 100 bénévoles pour la sécurité et 60 pour la logistique. Un budget prévisionnel de 23 500 euros a été établi et l'idée est de reverser les potentiels bénéfiques de l'événement aux associations au prorata de leur investissement. Les inscriptions des coureurs devraient représenter 12 000 euros et une recherche en partenariats va être engagée pour compléter le budget.

David Le Tiec

DÉCOUVERTES/DIZOLEIÑ

LOCRONAN-QUIMPER

PRÉPAREZ VOS SEMIS !

Le dimanche 13 mars prochain, Quimper Communauté accueillera l'organisation du premier semi-marathon reliant Locronan à Quimper. Le parcours offrira un savoureux mélange de paysages typiques et de découvertes patrimoniales. Les sportifs s'adonneront ainsi à leur passion dans un cadre superbe.

La date choisie n'est pas le fruit du hasard. La course se déroule une semaine après les championnats de France de cross-country alors que les coureurs programment leur réadaptation à la route en vue d'échéances telles que le marathon de Paris auquel pas moins de 2 500 Bretons participent. Bien que ne figurant pas au programme des Jeux Olympiques ou des Mondiaux d'athlétisme, le semi-marathon est une épreuve très prisée et populaire.

RAPIDE ET ROULANT

Le tracé de ce Locronan-Quimper, très roulant, rapide, testé avec enthousiasme par des coureurs confirmés, s'annonce propice à la réalisation de bonnes performances chronométriques. L'occasion idéale d'établir son record sur 21,1 km voire sur 10 km (au départ du Croëzou à Plogonnec).

L'itinéraire propose un agréable parcours arboré et verdoyant sublimé par la beauté de prestigieux sites, du départ place de l'église Saint-Ronan à Locronan, jusqu'à l'arrivée devant la cathédrale Saint-Corentin en passant par l'église Saint-Thurien à Plogonnec. Les coureurs pourront déployer leurs foulées entre édifices de granit, routes de campagnes



Pour la beauté du sport et celle des paysages.

du Pays Glazik, vers les abords du Moulin Vert, pour l'apothéose d'un circuit en ville au cœur de Quimper le long des quais de l'Odé.

UN ESPRIT FESTIF

Enfin, cet attrayant nouveau rendez-vous possède deux atouts supplémentaires : un esprit familial et festif ainsi qu'un engagement « éco-responsable ». Des associations locales jalonneront différents points du circuit d'animations et de surprises. Chapitre événement « vert », les gobelets réutilisables de Quimper Communauté remplaceront les bouteilles d'eau en plastique. Vélos et voitures électriques seront utilisés ainsi que des containers de tri sélectif. Le transfert des coureurs du site de retrait des dossards jusqu'aux sites de départ s'effectuera par navette bus. L'accent est également porté sur une logistique la plus souple possible, gage de confort pour les participants, au niveau du stationnement, de l'accueil, de la prise en charge des effets personnels et des zones de ravitaillement afin que bien-être et convivialité soient les maîtres mots de cette journée.

À terme, Quimper Communauté ambitionne d'accompagner le développement de la manifestation vers l'organisation de courses

complémentaires (courses enfants, course féminine, randonnée, marche nordique) voire un marathon traversant l'ensemble des communes de l'agglomération, formidable projet fédérateur et outil promotionnel du territoire.

LE SEMI-MARATHON PRATIQUE

- **Départ du 10 km du Croëzou** (Plogonnec) à 13h30
- **Départ du 21 km handbike** et fauteuil de Locronan à 14h15
- **Départ du semi-marathon (21km)** de Locronan à 14h30

Tarifs : 9 € pour les 10 km, 14 € pour les 21 km, (+ 2 € pour les participants n'utilisant pas les navettes bus)
Renseignements :
contact@locronan-quimper.bzh
Tél. : 02 98 91 08 39

 Inscriptions et paiement en ligne :
www.locronan-quimper.bzh et yanoo.net

LOCRONAN - QUIMPER: 2.000 COUREURS AU DÉPART

Le 02/03/2016

La course au vert, Locronan - Plogonnec - Quimper, ruisselle de potentiel dès sa première édition. Après trois mois de travail d'arrache-pied (quatre réunions hebdomadaires de 20h à 1h du matin en moyenne), la gestation de ces efforts soutenus semble promise à une très belle naissance. Le trio Frédéric Thomas, Christophe Faligon, François Almange réalise un coup de maître en unissant sportivement deux villes riches en patrimoine historique et touristique, Locronan et Quimper. " Nous associons sport et tourisme par la création de cette nouvelle épreuve du calendrier sportif. Avant de réfléchir, j'ai dit oui de suite", s'emballe Antoine Gabriele, le maire de Locronan. Le semi-marathon de 21 kilomètres affiche complet depuis janvier, sans l'once de publicité, avec 1300 participants au départ de Locronan, le dimanche 13 mars, à 14h30. Pour le 10 kilomètres, 500 candidats partiront du Croëzou, à Plogonnec, à 13h30. Récit d'une avant-première attendue en mairie de Quimper.



Réuni en mairie, ce mercredi matin, le coup d'envoi de Locronan -Plogonnec - Quimper a été officiellement donné.

Le "Géo Trouve-Tout" Quimpérois, Frédéric Thomas a encore activé ses neurones en fusion pour sortir sa dernière trouvaille, un semi-marathon entre Locronan et Quimper, soit 21 km. " J'avais ce projet en tête depuis sept à huit ans. Il faut trouver du temps après pour l'accomplir et des personnes de confiance et de valeur", ajoute Frédéric Thomas. Cette machine née d'un cerveau collectif composé de Frédéric Thomas, François Almange, et Christophe Faligon est vraiment rutilente. Le consensus s'annonce général avec le club du Quimper Athlétisme, de l'ULACQ, triathlon Quimper, Courir avec Brin d'Avoine, Kemper Footing Loisir..., pivot de l'organisation. " On soufflera vraiment le 13 mars au soir. 220 bénévoles se sont mobilisés pour accueillir au mieux les participants, avec la grande participation d'employés municipaux des trois communes, Plogonnec, Locronan et Quimper. Le tracé est effectué et homologué à 21 kilomètres par la CDHS. Nous voulions concevoir le parcours le plus rapide possible, avec un dénivelé descendant de 7 mètres par kilomètre", affirment les organisateurs. En 48 heures, 13.000 connexions ont été recensés sur le site Yanoo.net, suite à l'annonce de la création de l'évènement. " On savait qu'il y'avait une attente mais à ce point, nous ne l'imaginions pas. Le Finistère et les Côtes d'Armor sont les deux départements français qui rassemblent le plus de courses sur route avec près de 120 par an, soit une en moyenne tous les 3 jours", explique Christophe Faligon.

70% de Finistériens au départ

Fanfares, navette au départ de Quimper (avec une participation financière moindre à son utilisation), chant marin, cette marée humaine voguera dans le paysage de Quimper Communauté. A trois semaines du marathon de Paris, une semaine après les France cross-country du Mans, et coincé entre Cheverny et Nantes, ce semi-marathon est appelé à une popularité aussi grande dans les années à venir que Auray-Vannes ou le Saint-Pol - Morlaix. Les parrains de la première édition se nomment Fabrice Jaouen (Pleyben), Karine Pasquier (Concarneau) et le chanteur quimpérois, Dan Ar Braz. A 13h30 pour les 10 kilomètres, à 14h20 pour le hand-bike, et à 14h30 pour le semi-marathon, Locronan - Plogonnec - Quimper se place à la première place des courses dans le Finistère-Sud dès son kilomètre 0. Les chronos devraient tourner autour de 1h05- 1h10 pour la victoire finale en semi-marathon et 30', 31' sur le 10 km. Des pointures de la discipline régionale, voir nationale sont attendus, au milieu des 70% de Finistériens au départ.

Pratique: Les inscriptions sont complètes pour le 21 km mais encore possible pour le 10 km sur le site Yanoo.net, par courrier à Kemper Kerne Sports, au 26, alez An Alouar Du, 29000 Quimper

La plaquette d'information complète en version PDF avec le bulletin d'inscription pour un 10 km:

Départ canon pour le semi-marathon

Dès sa 1^{ère} édition, dimanche 13 mars, le semi-marathon Locronan-Quimper (et le 10 km Le Croëzou-Quimper) connaît un gros succès. Il va rassembler environ 2 000 personnes.

Origines. Le semi-marathon Locronan-Quimper est né de la volonté conjointe de trois personnes de se lancer dans un projet de course à pied d'envergure. Il s'agit de Frédéric Thomas (président de Courir avec Brin d'avoine), de Christophe Faligon (yanoo.net) et de François Almange (directeur du service des sports de la ville de Quimper). Une association, Kemper Kerné sport, a été créée et elle est présidée par ce dernier.

Fédération. Cette épreuve a rapidement fédéré différents clubs sportifs de la ville qui ont un rapport direct avec la course à pied. Dans le noyau principal de bénévoles, on retrouve donc des sociétaires du Quimper footing loisirs, de Courir avec Brin d'avoine, du Quimper triathlon, du Quimper athlétisme et de l'Ulaqç.

Parrains. Dan Ar Braz et les coureurs à pied Fabrice Jaouen et Karine Pasquier sont les parrains de l'épreuve.

Succès foudroyant. Les organisateurs avaient prévu 750 dossards sur le semi-marathon et 750 autres dossards sur le 10 km. Moins d'un mois plus tard, ce nombre était atteint par le semi. Le semi affichait



Les coureurs arriveront place Saint-Corentin.

complet dès le 19 janvier. Au final, 1280 coureurs seront au départ de 21 km. Sur le 10 km, les choses ont été plus calmes. Il y aura quand même entre 750 et 800 coureurs au départ.

Hommage à Gwénola Joubel. Le dossard numéro 1 a été attribué à Gwénola Joubel, sociétaire du Quimper triathlon disparue au mois de janvier. L'une de ses amies portera ce dossard (en plus du sien).

Bien placé. Le 13 mars, le Locronan-Quimper est le premier semi-marathon dans le Finistère après la préparation hivernale. Il se situe une semaine après les Championnats de France de

cross (6 mars au Mans) et trois semaines avant le marathon de Paris (3 avril) auquel participent environ 2500 Bretons.

Pas de record. Le semi s'annonce très rapide. Tellement rapide qu'avec son tracé, jamais un record ne pourra y être validé. En effet, il ne faut pas dépasser -1 m par kilomètre et il est ici de -7 m. Cela n'empêcherait pas la course d'être support d'un championnat fédéral (Bretagne, France).

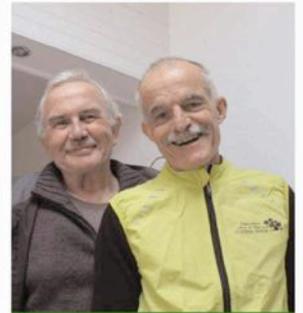
Ambition. « L'objectif est de créer, dans le Finistère Sud, une épreuve qui sera le pendant des épreuves de référence que sont, en Bretagne, les Auray-Vannes (8000 parti-

cipants), Cancale-Saint-Malo (3300) ou Saint Pol-Morlaix (4200 + 3000) », annoncent les organisateurs, qui ne cachent pas non plus qu'ils réfléchissent, à terme, à la possibilité d'étoffer le programme.

Bénévoles. 200 bénévoles pour environ 250 postes sont nécessaires le 13 mars.

Horaires. Départs semi à 14h20 pour les handisports et à 14h30 pour les valides. Départ du 10 km à 13h30 du Croëzou. Arrivées place Saint-Corentin.

Contacts :
www.locronan-quimper.bzh



Semi-marathon

Ils courent contre la leucémie

Ces neuf coureurs-là ne cherchent pas à améliorer leur chrono. Ils mouillent le maillot pour la bonne cause: pour l'association Céline et Stéphane Leucémie espoir 29. Le semi-marathon Locronan-Quimper sera le point de départ d'une semaine de course à pied en relais (697 km au total), baptisée les Foulées de l'espoir. Elle les mènera à travers tout le département.

« Nous organisons tous les deux ans ces foulées avec toujours un accueil formidable dans les villages traversés. Le but est de récolter de l'argent et de parler de la maladie, des avancées de la recherche », décrit Louis Corre, relais quimpérois de l'association. Il assurera une partie de la logistique pour les neuf coureurs, tous quimpérois: Annie Péron, Jérôme Le Guen, Yann Stéphan, Franck Pichon Kermarrec, David Le Brun, Nicolas Le Dain et Jean-Pierre Le Lay (à droite sur notre photo aux côtés de Louis Corre).

Cette année, ces foulées rendront hommage à André Civray, co-fondateur de l'association, qui vient de disparaître.

n°189 (du 16 mars 2016)

Les perfs' de la semaine Semi-marathon : gros succès

Avec 550 coureurs sur le 10 km et 1140 sur le semi-marathon, la première édition de Locronan-Quimper a été un véritable succès, dimanche 13 mars. Une date bien choisie, une météo splendide et des parcours hyper rapides sont autant d'explications à ce succès. Les Quimpérois ne se sont



pas privés de briller à domicile puisque Béatrice Osty et Mathieu Diverres (Quimper athlétisme) (photo) ont remporté le 10 km, tandis que sur le semi, Adèle Le Berre (Sobhi sport Quimper) s'est également imposée et que Patrice Gloux (Sobhi sport Quimper) a livré une superbe course et s'est classé 3^e derrière deux coureurs de Landerneau.

Gros succès pour le premier semi-marathon Locronan-Quimper

LA COURSE DU WEEK-END. La première édition du semi-marathon Locronan-Quimper, disputé ce dimanche 13 mars, va faire le plein.

« Le projet d'un marathon ou d'un semi-marathon sur le territoire de l'agglomération quimpéroise était une vieille idée présente dans de nombreux esprits (élus, associations, sportifs...) » est-il expliqué [sur le site officiel de la course](#).

C'est ainsi qu'est né le semi-marathon Locronan-Quimper, qui reliera Locronan à Quimper, en passant par Plogonnec, « trois communes offrant de très beaux sites de départ (église St Ronan de Locronan), de passage (église St Thurien de Plogonnec) et d'arrivée (rue piétonnes et cathédrale St Corentin de Quimper) » poursuivent les organisateurs.

Une deuxième course, plus accessible à ceux qui débutent la course à pied ou redoutent le semi, a été créée : le 10 km relie Plogonnec (Le Crouézou) et Quimper, et emprunte le même tracé que le semi-marathon.

A l'image de pléthore de courses organisées dans l'Hexagone, les objectifs du semi-marathon Locronan-Quimper sont multiples, comme le liste les organisateurs :

- Proposer un événement accessible au plus grand nombre
- Faire la promotion du territoire et des communes (tourisme, notoriété, image...)
- Développer progressivement l'événement (en termes de territoire et de contenu)
- En faire un événement connu et reconnu
- Fédérer autour de l'événement les communes en leur apportant une animation et les associations (de course à pied, sportives, et autres...)

« **Débordés** » par le succès

Et le semi-marathon Locronan-Quimper rencontre un engouement certain, puisque que 2 000 coureurs se sont inscrits à cette première édition (1 200 sur la distance phare, 800 sur le dix bornes).

« Nous avons été débordés dès le départ par les inscriptions locales. Les inscriptions pour le semi-marathon étaient closes avant même que nous ayons commencé à communiquer sur l'événement » relevait dans [Le Télégramme](#) l'un des trois organisateurs, François Almange, directeur du service des sports de Quimper

Pratique :

Départ du semi-marathon Locronan-Quimper dimanche 13 mars à 14h30.

Départ du 10 km à 13h30.

Site officiel du semi-marathon Locronan-Quimper : [cliquez-ici](#).



LA 3ÈME ÉDITION DU LOCRONAN - QUIMPER DU 18 MARS SE PRÉPARE

Le 16/11/2017

Après le succès des deux première éditions, le Locronan - Quimper pour le semi-marathon et Plogonnec - Quimper pour le 10 km est encore amené à trouver un public large. En 2017, 2977 participants (968 pour le 10 km et 1789 pour le semi-marathon), en progression de 56% sur la première édition, s'étaient mis en route pour faire cette course. Maîtriser cette croissance et spectaculaire a été les maîtres-mots de l'organisation détenue par l'association Kemper Kerné Sports. La troisième édition est fixée au dimanche 18 mars, dès 12h30, pour les courses enfants, à 13h15 au Croezou, à Plogonnec pour le départ des 10 km et à 14h30 pour le semi-marathon de 21 km entre Locronan et Quimper. L'an dernier, la Quimpéroise, Adèle Le Berre l'avait emporté en 1h18'27" et le Rennais, Charles Delys (1h08'22") sur le 21 km. Béatrice Osty et Mathieu Diverrès (Quimper Athlétisme) en avaient fait de même sur la distance courte de 10 km.



Inscriptions:

En ligne : sur le site de la course, puis klikego.com

Par courrier : à Kemper Kerne Sports, chez Michel Calvez, 26 rue Max Jacob, 29710 Plonéis

- Joindre un certificat médical daté de moins d'un an, ou photocopie certifiée conforme, ou copie de licence (FFA, FFTRI, UGSEL, UNSS ou Ufolep)
- **Tarifs** : Courses enfants : 1 €, inscriptions en ligne jusqu'à la veille de la course 18h, ou sur site le dimanche matin jusqu'à 15mn avant chaque course.

10 km : 9 € (du 1/10/2017 au 31/12/2017), 12 € (du 01/01/2018 au 4/03/2018), 15 € (du 5/03/2018 au 16/03/2017), 18 € (veille et jour de la course).

21 km : 14 € (du 1/10/2017 au 31/12/2017), 17 € (du 01/01/2018 au 4/03/2018), 20 € (du 5/03/2017 au 16/03/2017), 24 € (veille et jour de la course).

+ 1 € pour le paiement en ligne (1,50 pour le tarif à 24€) + 3 € si assurance annulation





Accueil > Toutes les actualités > Sport

3e semi-marathon Locronan-Quimper : inscriptions ouvertes

- Toutes les actualités
- Communiqués de Ludovic Culture
- Découvrir Quimper
- Déplacements,
- Ecoles
- Emploi, économie,
- Enfance
- Environnement
- Quartiers
- Quimper citoyenne
- Quimper demain, projets
- Sécurité, prévention
- Solidarité
- Sport**
- Travaux
- Vivre à Quimper
- Actualité en image et en



* 1er semi-marathon Locronan-Quimper le 13 mars 2016 (15) Photo : Jean-Jacques Banide

Le 16/11/2017 • Mis à jour le 16/11/2017 | 16h47



La 3^e édition du semi-marathon et des 10 km Locronan-Plogonnec-Quimper se déroulera le dimanche 18 mars. Les inscriptions sont ouvertes. Les six courses au programme sont reconduites sur les mêmes circuits que les autres éditions. Les arrivées seront jugées dans le centre-historique de la capitale de la Cornouaille.

L'objectif des organisateurs est de faire de ce rendez-vous une épreuve référence de la saison et de garder l'esprit populaire qui le caractérise. En mars dernier, ils étaient 2977 coureurs inscrits aux deux épreuves des 21 km (2009) et 10 km (968).



Dimanche 13 mars 2016

Semi Locronan-Quimper : Une première édition proche de la perfection

Dès sa première édition, le semi-marathon Locronan-Quimper a marqué les esprits. Il n'avait pas échappé aux coureurs que l'épreuve se situait une semaine après les championnats de France de cross, trois semaines avant le marathon de Paris et un mois (5 semaines) avant celui de Nantes. Ajoutez à cela trois belles villes (Locronan, Plogonnec et Quimper) liées par les tracés des deux distances et il n'en fallait pas plus pour déclencher le désir de centaines de coureurs de la région. Un engouement tel que les organisateurs avaient prévu 750 places sur le semi et qu'ils ont dû se résoudre à stopper les inscriptions du semi deux mois avant l'épreuve et à enregistrer des dizaines de coureurs sur une liste d'attente. Au final, ils ont été 550 coureurs sur le 10 km et 1140 sur le semi-marathon.

Mais les promesses ont-elles été tenues ? Car ce n'est pas parce que le menu est alléchant que le repas est bon...

Une bonne course, c'est déjà une météo adéquate. De ce côté-là, la perfection n'était pas loin : 12 degrés au

mercure et un ciel bleu magnifique. Quelques coureurs ont néanmoins souligné un petit vent contraire, certains ayant même estimé qu'avec le soleil de face, il a fallu gérer la chaleur. Un vrai luxe au mois de mars, alors qu'on ne quittera l'hiver que dans une semaine !

À Locronan, l'un des plus beaux villages de France, la décontraction et le plaisir d'être là sont unanimement partagés. Les méthodes d'échauffement sont laissées à la discrétion de chacun. Les plus sportifs ont enchaîné les gammes, les plus décontractés se sont placés devant le car-podium et ont suivi les consignes d'un prof de gym efficace et plein d'humour, celui-là même qui avait déjà proposé aux coureurs du 10 km un échauffement comparable, une heure plus tôt, au Croëzou.

À 14h30, le départ est donné par Ludovic Jolivet, le maire de Quimper. Les coureurs s'élancent avec gourmandise. « Je ne sais pas pourquoi, mais je suis persuadé que je participe à la première édition d'une course qui va devenir un grand classique et une très grosse épreuve dans les prochaines années », lance un anonyme.





Circuit rapide, course rapide

Rapidement, dès le premier kilomètre, un groupe de huit s'est formé en tête. On retrouvera les six premiers du classement final. Patrice Gloux (Sobhi sport Quimper), l'un des locaux, assure le rythme et fend le vent. Au huitième kilomètre, il place une banderille quand il attaque la longue descente du Croëzou. Le groupe, qui n'était plus composé que de 5 coureurs, éclate encore en deux. Patrice Gloux, Michel Nédélec (Quimper athlétisme) et Julien Lebret (Pays de Landerneau) s'échappent et laissent derrière eux Arnaud Guilloux (Rennes triathlon) et Roland Coine (Pays de Landerneau). Gloux perd quelques mètres sur ses deux camarades, puis les reprend grâce au faux plat qui mène à Kergolvez, secteur qui marque l'entrée de Quimper, au 15^e km. À peine revenu, Patrice Gloux doit peu à peu laisser partir Julien Lebret. Celui-ci va conserver son rythme jusqu'au bout. Derrière le

vainqueur du jour, les cartes sont rebattues. Patrice Gloux (1h10'10'') est finalement repris par Roland Coine (1h10'01'') dans le 18^e kilomètre. Ce dernier termine à 42 secondes de son copain de club, qui signe donc une victoire en 1h09'19''. Arnaud Guilloux se classe 4^e, devant Michel Nédélec (1h11'09''), 5^e, et Patrick Brélivet (1h11'27''), 6^e.

Chez les féminines, Adèle Morlet (Sobhi sport Quimper) a mené la course de bout en bout pour boucler la distance en 1h19'41''. Pourtant, elle a dû prendre une minute pour arriver à retrouver son souffle après avoir mal avalé un gel énergétique... Elle pouvait se le permettre. Sa dauphine est loin, puisque Solange Roué (Semelles de vent Bohars) a bouclé la distance en 1h27'16'', devant Gwénaëlle Guillou (Courir à Châteaulin), 3^e en 1h27'27''.



Chronos explosés

À l'arrivée, les sourires sont de mise. Point commun à tous les coureurs, les chronos ont explosé de façon parfois impressionnante. « **On a bouclé le premier 10 km en 32'35". C'était nos chronos sur 10 km secs. On était à l'aise au niveau cardio, puisqu'on parlait** », explique Julien Lebret, le vainqueur, qui a battu son record personnel sur semi de près de 2 minutes. « **Il fallait quand même gérer le risque musculaire et ne pas s'emballer dans les descentes. De cette course, je retiens aussi l'entraide entre les coureurs, et notamment la générosité d'un garçon comme Patrice Gloux.** »

Totalement satisfait de sa journée, Julien Lebret estime que Locronan-Quimper, « **c'est la course idéale pour battre ses records. C'est un peu le Taulé-Morlaix du semi.** » Deuxième, Roland Coine bat pour sa part son meilleur temps de 1'20". « **J'ai fait 49'16" sur 15 km. C'est du jamais vu. Pourtant, j'étais fatigué par les France de cross lors desquels j'ai beaucoup donné.** » Le Brestois Arnaud Guilloux (Rennes triathlon), triple champion de Bretagne 2015 de triathlon et vice-

champion de France longue distance est au diapason et se dit « **super content.** » Il a battu son meilleur temps sur semi de 1'10".

Enfin, Patrice Gloux n'a pas boudé son plaisir - voire son émotion - de passer par une partie des lieux de son enfance. « **Chacun a fait son boulot, souligne-t-il. Je visais 1h12'45" et je fais 1h10'. Sur la fin, quand on a vu Julien partir, avec Mich Nédelec, on s'est dit qu'il allait péter, qu'on n'y allait pas. Finalement, il a géré en costaud. Après, j'ai vu Roland revenir au 18^e kilomètre et il y avait encore Arnaud Guilloux qui revenait derrière. À ce moment, j'ai regardé la cathédrale de Quimper et je me suis dit que je ne lâcherai rien jusqu'à l'arrivée. Je ne voulais pas de la quatrième place.** »

Côté féminin, Adèle Morlet a parfaitement géré son affaire. « **Il y avait du vent, mine de rien, et dans les descentes, il fallait faire attention à ne pas se laisser trop porter par son élan, car à aller trop vite, on se crame.** »



Deux vainqueurs faciles sur 10 km

Les courses hommes et femmes de 10 km, dont le départ a été donné à 13h30, ont été dominées de la tête et des épaules par les deux vainqueurs. Chez mes femmes, Béatrice Osty (Quimper athlétisme) s'est imposée (en 35'19'') avec 2'09'' d'avance sur Elsa Delaunay (Rennes cocktail running) (37'28'') et plus d'une minute sur Anne-Marie Sebire (Concarneau (38'32'')). Chez les hommes, Mathieu Diverres (Quimper athlétisme) a géré son affaire, creusant peu à peu son avance à partir du 4^e kilomètre, après avoir descendu la côte du Croëzou. Il boucle la distance en 31'20'', battant au passage son record personnel de 27''. « Je n'ai pas changé d'allure, j'ai maintenu à 3'10-3'12'' au kilo. Ce sont les autres qui ont un peu craqué. » Le triathlète avoue qu'il a été prudent. « Je n'étais pas

trop préparé pour un 10 km et je suis parti calmement. Je suis content de mes sensations, mais j'ai tout de même fait attention à la gestion musculaire, car on démarrait de suite pas une descente, ce qui brisait un peu les jambes. »

« Nous avons assisté à la naissance d'une belle classique cornouaillaise », soulignait Ludovic Jolivet, le Maire de Quimper, au moment de la remise des récompenses, place Saint-Corentin, à Quimper. « Il y a toute une histoire à écrire », précisait-il. Au regard de la qualité de l'introduction. On a hâte de lire la suite.



**GROS SUCCÈS POUR LA PREMIÈRE ÉDITION DU
LOCRONAN-QUIMPER**

Le 13/03/2016

1200 athlètes ont pris le départ de cette première course à pied Locronan-Quimper. Le semi-Marathon a été remporté par Julien Lebret chez les Hommes et par Adèle Morlet chez les femmes. Le 10 km Plogonnec-Quimper est revenu à Matthieu Diverres avec un temps de 31'20 et pour la course féminine par Béatrice Osty en 35'19. Les deux vainqueurs des 10 km battaient chacun leur record personnel. Cette première édition a été un véritable succès et rendez-vous l'année prochaine pour la suite de l'aventure...

SITE DE L'ÉPREUVE

Adèle Morlet vainqueur chez les femmes Crédit photo Sylvain Bozac

LES RESULTATS**Semi Marathon Masculins**

1. Julien Lebret (Pays de Landerneau Athlétisme) 1 h 09'19"
2. R. Coine (PLA) 1 h 10'01"
3. P. Gloux (SS Quimper) 1 h 10'10"
4. A. Guillou (Rennes Triathlon) 1 h 10'16"
5. M. Nedelec (Quimper Athlétisme) 1 h 11'09"
6. P. Brélivet (Courir à Châteaulin) 1 h 11'27"
7. E. Blanchard (THES Vannes) 1 h 12'05"
8. D. Quemeneur (Team Humblez) 1 h 12'09"
9. S. Escola-Vasseur (Leucémie Espoir Triathlon) 1 h 12'46"
10. J.-C; Mushingantahe (Quimper A.) 1 h 13'10"

Semi Marathon Féminines :

1. Adèle Morlet (SS Quimper) 1 h 19'41"
2. S. Roué (Semelles Vent Bohars) 1 h 27'16"
3. G. Guillou (CA Châteaulin) 1 h 27'27"
4. N. Cosquer (Quimper A.) 1 h 29'45"
5. J. Larras (Stade brestois) 1 h 29'53"
6. M. Garrec (Gourlizon Sports) 1 h 30'00"
7. P. Douguet (CA Châteaulin) 1 h 31'00"
8. V. Scoazec (Brest) 1 h 31'22"

10 km Plogonnec - Quimper Masculins :

1. Matthieu Diverres (Quimper Athlétisme) 31'20"
2. F. Prigent (Team Decathlon) 32'28"
3. R. Le Goff (S2000 Douarnenez) 32'39"
4. Y. Stephan (Quimper A.) 32'57"
5. S. Le Du (Courir à Coray) 33'03"
6. S. Hélias (Quimper A.) 33'05"
7. Y. Corcuff (Quimper A.) 33'18"
8. T. Le Gouguec (Ecoreuil de Plouay) 33'56"
9. S. le Large (Quimper) 34'03"
10. S. Le Meur (CAB Pont-l'Abbé) 34'15"

10 Km Locronan - Quimper Féminines :

1. Béatrice Osty-Cloarec (Quimper A.) 35'19"
2. E. Delaunay (Rennes CR) 37'28"
3. A.-M. Sébire (Concarneau) 38'32"
4. F. Le Goff (Quimper A.) 39'13"
5. A.-E. Prevot (S. Brestois) 39'58"
6. B. Hemon (Quimper A.) 40'51"
7. L. Lagadec (Quimper A.) 41'23"
8. L. Quemener (Quimper A.) 41'48"

Dimanche 13 mars 2016



Penhars Infos Quimper

Actualité du quartier, musique, culture bretonne, patrimoine, politique, photos

[Accueil](#)

[Liens](#)

[Diaporamas](#)

[Vidéos](#)

[Patrimoine](#)

[S'abonner](#)

[Contact](#)

13 Mars 2016

Publié par **Penhars Infos**

Énorme succès pour le semi-marathon Locronan-Quimper



L'arrivée, rue Kéréon

Tout le monde était content à la fin du premier marathon Locronan-Quimper : les organisateurs, Kemper Kerne Sports et ses 354 bénévoles, les coureurs, les spectateurs,, les sponsors...et j'en oublie.

Sous un soleil enfin retrouvé, ce fut magnifique. Il y a eu deux courses : 10 km et le semi-marathon de 21 km et quelques. Tellement réussi qu'on parle déjà d'éditions à suivre et pourquoi pas, d'un marathon.

Voici le reportage photo de Penhars Infos sur la deuxième course, le semi-marathon. J'étais à 3 km de l'arrivée, vous pouvez légendrer les photos si vous le voulez.



Côté Sports

Les lycéens courent par solidarité

Environ 200 personnes courent, le 12 mars 2017, le 10 km Le Croëzou-Quimper à l'initiative du lycée Sainte-Thérèse. Il s'agit d'une action de solidarité en faveur de jeunes malgaches.

Le projet est parti d'un groupe d'enseignants du lycée Sainte-Thérèse, dont 10 ont participé à la première édition du 10 km Le Croëzou-Quimper, le 13 mars 2016. « Nous avons alors pensé à un projet au sein de l'établissement qui serait en rapport avec la solidarité », explique Emmanuel Guillou, professeur d'EPS. Au mois de juin, sept jeunes hébergés à Madagascar dans un foyer soutenu par l'association Déchaîne ton cœur étaient de passage au lycée. Dès lors, le projet de faire courir des élèves lors de la 2^e édition de la course (prévue le 12 mars 2017) et de récolter de l'argent pour l'association a été lancé.

200 coureurs en fuchsia

À la rentrée scolaire 2016, un site a été créé pour récolter des dons (www.alvarum.com/saintetheresequimper), puis une page Facebook (Course Pour Déchainetoncoeur). « L'objectif est de récolter 10 000,00€ auprès des particuliers, mais aussi d'entreprises », résume Emmanuel Guillou. Une centaine de lycéens se sont rapidement



L'objectif des participants est de récolter 10 000 €.

pré-inscrits pour courir le 10 km Le Croëzou-Quimper et actuellement. « Les inscriptions progressent, d'autant que des enseignants et des parents ont suivi, ce qui fait que nous arrivons à pas loin de 200 pré-inscrits. » Un stand sera installé sur le site de la remise des dossards (salle Michel-Gloaguen), les 11 et 12 mars, ainsi qu'au lycée, le jour des portes ouvertes (11 mars).

Les coureurs s'entraînent et formeront, le jour J, un gros peloton coloré qui sera un véritable vecteur de communication pour l'opération. Manon et Léna, élèves de première, ont conçu l'affiche et les BTS assistant manager

ont réalisé les dossiers de presse et partenaires.

« Cela va leur servir »

Avec l'argent récolté, Déchaîne ton cœur entend permettre de réunir « les meilleures conditions possibles pour que les 150 jeunes de 6 à 17 ans hébergés à la Maison de Thierry à Madagascar puissent poursuivre leurs études, apprendre le français et profiter d'ateliers de danse, de musique et d'informatique », résume Françoise Guyader, la vice-présidente de l'association basée à Douarnenez.

Si l'objectif est d'engager une action de solidarité, l'opération permet aussi d'encou-

rager les lycéens à faire du sport. Antoine, 16 ans, court déjà par plaisir, mais il prévoit de s'y mettre vraiment « deux mois avant la course. » Pour Quentin, nageur de l'Union Quimper natation, « il n'y aura pas de recherche de chrono. »

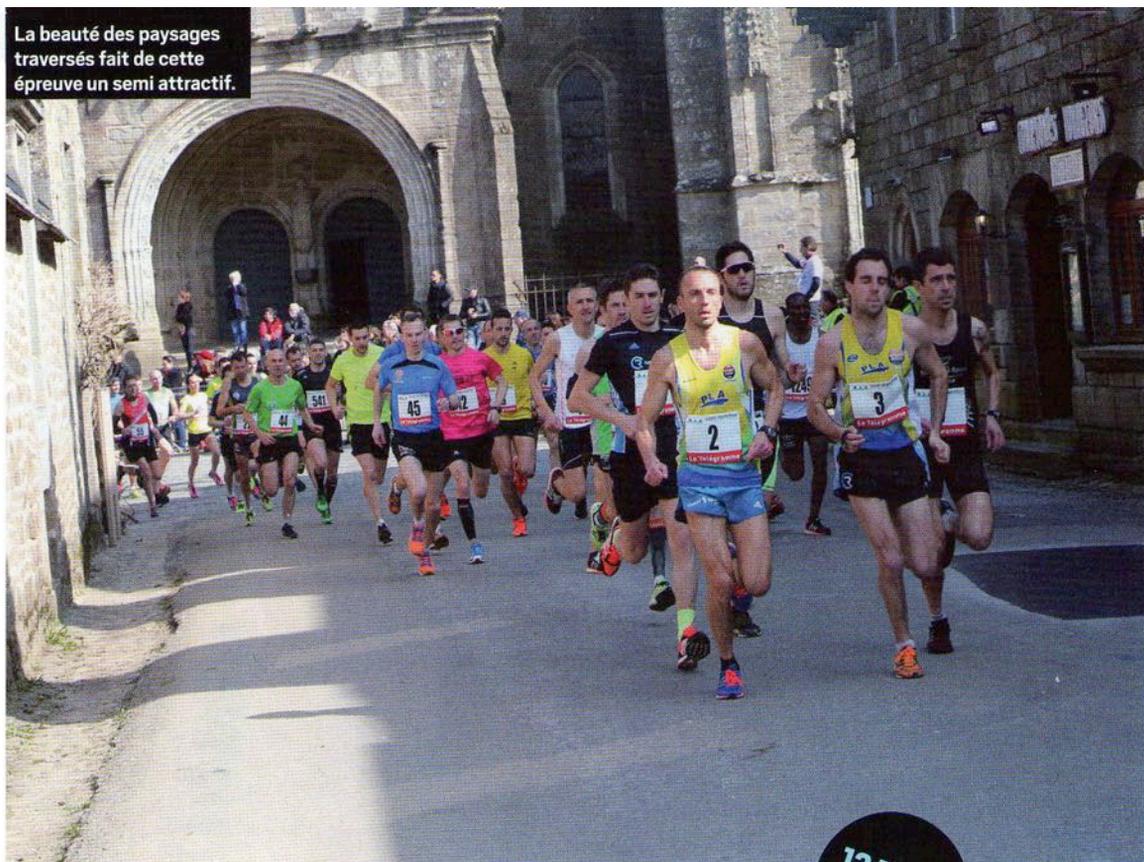
« Nous sommes dans un cycle de demi-fond en cours d'EPS. Ça va leur servir. Le but n'est pas de chercher une performance chronométrique, mais de courir longtemps et de terminer la course », souligne Emmanuel Guillou. « Si l'opération est une réussite, nous pourrions la reconduire au profit d'une autre association », annonce enfin l'enseignant.

JOGGING

INTERNATIONAL

Février 2017

La beauté des paysages traversés fait de cette épreuve un semi attractif.



12 MARS 2017

3 BONNES RAISONS D'ALLER AU SEMI-MARATHON LOCRONAN-QUIMPER

LA FACILITÉ DU PARCOURS. Avec sept mètres de dénivelé négatif au kilomètre, ce circuit très roulant est parfait pour une compétition de reprise. Il permet aussi de lâcher les chevaux et d'aller chercher des chronos très rapides. Une seule difficulté : un faux-plat montant long de 800 m après Plogonnec. Il est suivi d'une descente de 5 km vers Quimper.

LA DATE RETENUE. Elle n'est pas innocente et se trouve idéalement placée dans le calendrier, tout juste quatre semaines avant le Marathon de Paris. Le semi breton s'inscrit dans un plan d'entraînement en prévision du plus grand 42 km de France.

LE CHARME DU TRACÉ. Le départ est donné du bourg de Locronan, un des plus beaux villages de l'Hexagone. Parcours arboré et verdoyant, avant l'arrivée au pied de la cathédrale Saint-Corentin, à Quimper. L'ambiance est au diapason : à Plogonnec, les cloches sonnent au passage des coureurs, qui pourront aussi entendre des chants de marins et le répertoire breton de bagads. ● Renaud Moncla

Semi-Marathon de Locronan-Quimper (Finistère).
locronan-quimper.bzh

Le prix à payer : 17 € le dossard pour le semi
et 12 € pour le 10 km.

François Almange : l'as tout sport

François Almange est directeur du service des sports de la ville de Quimper depuis 2009. Ce natif de Pacé (région rennaise) a mis du sport dans tous les compartiments de sa vie.

Comme beaucoup d'enfants, François Almange a commencé par jouer au foot dans la cour de l'école primaire de Pacé, ce qui l'a conduit assez naturellement vers le club de la commune à l'âge de 6-7 ans.

Il va porter les couleurs du CO pacéen jusqu'à ses 20 ans, le temps d'occuper un peu tous les postes : gardien, arrière latéral puis central, milieu de terrain et attaquant. Blessé sérieusement deux saisons de suite, François estime qu'il lui fallait « passer à autre chose. Il fallait que je mette un obstacle entre les autres et moi. »

Le jeune homme se lance alors dans le tennis, toujours à Pacé. « J'ai rencontré des copains, un esprit d'équipe est né. » En parallèle, François Almange étudie le droit à Rennes. Il obtient un DEA, en 1992, et finance ses études en assurant une trentaine d'heures hebdomadaires de cours dans trois clubs de tennis de la région rennaise. « De 17 ans à 21 ans, j'ai aussi donné des cours de voile pendant les vacances scolaires. »

Le gratin du tennis mondial

En 1992, à 25 ans, alors qu'il pense passer le concours d'avocat, François choisit d'intégrer la première pro-

motion d'un master en management du sport à Nantes. « Je voulais allier ma passion du sport à un métier », commente-t-il simplement. Son stage de fin d'études le conduit à intégrer une agence de communication et de marketing sportif à Paris. « J'ai commencé par travailler sur les contrats de sportifs pros, puis j'ai été embauché pour intervenir sur la partie événementielle. »

Pendant cinq ans, il organise des événements internationaux et il est notamment présent sur les événements de tennis de la FFT et de l'ATP. Il y côtoie les plus grands joueurs de l'époque : « Je me souviens d'un repas avec Boris Becker, Stefan Edberg et Pete Sampras. J'étais le quatrième à table. »

De 1993 à 1997, le passionné de tennis revient très régulièrement les week-ends jouer avec l'équipe du CO Pacé. « La dernière année, en 1997, j'ai fait 32 séjours à l'étranger. J'ai stoppé parce que ce n'était plus compatible avec ma vie de famille. »

Cap à l'Ouest

François Almange prend donc la direction de l'office des sports de Rennes, tout en préparant le marathon de New York, qu'il court en 1998. Avant son départ pour Quimper, en 2009, François s'est



François Almange est un sportif aguerri.

également investi dans la vie associative d'Ille-et-Vilaine : il a été trésorier du club de tennis de Pacé (600 adhérents), président d'un club de foot corpo et vice-président du CPB Rennes judo (700 adhérents).

« Je suis venu à Quimper, car j'étais arrivé au bout de ce que je pouvais faire à Rennes. J'avais envie de changement. »

À Quimper, François s'entretient physiquement en jouant régulièrement au tennis et en courant. La course à pied est d'ailleurs son principal centre d'intérêt actuel, puisqu'il est le président de l'association Kemper Kerné sport, organisatrice du semi-

marathon Locronan-Quimper (et du 10 km Le Croëzou-Quimper) qui a rassemblé 2000 coureurs en 2016 et qui vise les 3000 le 12 mars. « Il y a, sur cette manifestation, un gros engagement bénévole et humain. Tant qu'on est dans la construction et pas dans la répétition, je trouve ça intéressant. »

Enfin, François Almange aimerait disputer un marathon en fin d'année. À plus long terme, il avoue être « très attiré par l'idée de participer à un IronMan (3,8 km de natation, 180 km de vélo et 42 km à pied). » Un joli projet pour celui qui fêtera ses 50 ans cette année.

Côté Sports

Sandy Vigouroux dans les starting blocks

La Quimpéroise sera au départ du semi-marathon Locronan-Quimper ce dimanche 12 mars. L'ex championne de karaté court avec passion depuis dix ans.

Sandy Vigouroux ne fera pas la course en tête sur le semi-marathon Locronan-Quimper. Mais son visage est bien connu des coureurs à pied de Cornouaille. La Quimpéroise participe en effet chaque week-end ou presque, à une course sur des distances variées : du 10 km au trail en passant par le semi-marathon. « Je ne me lasse pas des parcours, de l'ambiance, de la solidarité entre coureurs... », commente Sandy Vigouroux, 43 ans.

Championne du monde de karaté

Elle a démarré la course à pied sur le tard, en 2007. Jusque-là, elle se consacrait presque exclusivement au karaté. Une discipline découverte en 1983 au Karaté-club de Quimper. Sandy Vigouroux se spécialise en goju ryu, l'une des formes de karaté. Elle se montre vite brillante et collectionne les titres. En 1991, elle s'envole pour la coupe du monde au Japon. Elle en revient avec le titre de vice-championne du monde en kata. Trois ans plus tard, elle participe à la coupe

du monde aux États-Unis où elle se classe 1^{er} en combat et 2^e en kata.

En 2003, la jeune femme est victime d'une méningite à pneumocoques. Elle passe dix jours dans le coma et met de longs mois à s'en remettre. « J'ai repris le sport avec le rock. Et puis, j'ai commencé la course alors que je n'aimais pas cela à l'origine. Je suis désormais mordue », assure cette conseillère à la Poste. Chaque semaine, elle enchaîne au moins deux séances de course à pied et deux de karaté avec le Château de Goju Ryu (son club depuis 2000). « C'est nécessaire à mon équilibre. »

Cette saison, elle envisage de s'attaquer à la discipline-reine de l'athlétisme : le marathon. « J'ai bien envie de monter progressivement en distance. J'espère aussi battre mes records sur 10km (51mn) et semi-marathon (1h56 réalisé en 2016 sur Locronan-Quimper) », prévoit cette passionnée à suivre ce dimanche sur les petites routes entre Locronan et Quimper.

A.L.B.



Sandy Vigouroux espère courir le semi en moins de 2 h.

2 900 coureurs au départ

Les coureurs devraient être encore plus nombreux le 12 mars pour cette seconde édition : près de 2000 sur le semi-marathon et 900 sur le 10 km. Les inscriptions sont encore ouvertes.

L'organisateur, Kemper Kerne sport, a obtenu le label de la Fédération française d'athlétisme pour les deux courses. Les coureurs pourront donc y décrocher leur qualification pour les championnats de France

de 10 km et de semi-marathon. Le parcours final du semi-marathon a aussi été modifié : les coureurs effectueront un aller-retour sur les quais de l'Odét avant de terminer au pied de la cathédrale.

Courses enfants en centre-ville : 12 h 15 pour ceux nés entre 2008 et 2010 ; 12 h 30 pour les 2006-2007 et 12 h 45 pour les 2002-2003. Départ à 13 h 15 du Croëzou pour le 10km; de 14 h 30 pour le semi-marathon. Rens. : www.locronan-quimper.fr

Côté Sports

Retrouvez
toutes les infos sur :
www.cotequimper.fr

Qui sont les plus forts sur Facebook ?

Plus que jamais, la présence des événements et clubs sportifs quimpérois sur les réseaux sociaux démontre, en bonne partie, leur force de rayonnement.

« Liker », « partager », « taguer » ou « poster » sont devenues des actions courantes de la vie, car les réseaux sociaux, et en premier lieu Facebook, sont devenus des espaces incontournables dans nos quotidiens. Pour toutes les organisations, qu'elles soient commerciales, sportives, politiques ou autres, une présence et une communication dynamique sur une page Facebook sont indispensables. Les clubs et événements sportifs quimpérois l'ont pour la plupart bien compris. Le nombre des personnes abonnées à chaque page, qui dépassent le plus souvent très largement le nombre des adhérents des clubs, démontre que les pages touchent les pratiquants, mais pas seulement.

Les 65 pages classées totalisent d'ailleurs près de 48 083 fans (*), ce qui représente une moyenne de 697 personnes par page. Jolie performance d'ensemble, d'autant qu'il y a un an, la moyenne des 42 pages classées n'était que de 411 fans par page.

Un nouveau leader

Porté par une première édition réussie et boosté par une 2^e édition qui approche

à grands pas (inscriptions sur www.breizh-color.fr), Breizh Color a damé le pion à tous les costauds avec ses 3 894 fans. Le public de cette manifestation, principalement jeune et adepte des réseaux sociaux, est logiquement au rendez-vous sur Facebook et offre donc la première place du classement à cette course de couleurs quimpéroise. Derrière Breizh Color, on trouve l'Ujap Quimper 29 avec ses 3 550 fans, juste devant le leader déchu, le Quimper volley (2 996). Les résultats des saisons respectives des deux clubs semblent donner le ton au rapport de force que l'on retrouve sur les pages Facebook et qui tourne donc, cette fois, à l'avantage de l'Ujap.

Ensuite, de la 4^e à la 7^e place, se classent les Kelted (foot US, 2 145), le Rugby club Quimper (2 134), La Quimpéroise (1 660, perte de deux places) et l'Open de Quimper (1 464).

13 clubs au-dessus des 1 000 fans

À la 8^e place, on trouve un Quimper triathlon qui confirme sa progression en gagnant cinq places. En un an, le club dédié au triple effort a plus que doublé son nombre de fans (1 189) qui



La Breizh Color est désormais l'événement le plus suivi sur les réseaux sociaux.

correspond à près de 10 fois son nombre de licenciés. 9^e, le Kemper roller derby (1 128) perd deux places. 10^e, l'ALQ haltérophilie (1 102) boucle, cette fois encore, le top 10.

À suivre, on ne trouve que trois clubs avec plus de 1 000 fans : le semi Locronan-Quimper (1 089), Quimper Italia (1 085) et Quimper athlétisme (1 028).

Des progressions importantes

Parmi les 42 pages qui étaient déjà présentes dans notre classement d'avril 2016, quelques évolutions sont remarquables. Ainsi, les plus grosses progressions en nombre de fans

reviennent à l'Ujap Quimper 29 (+1 333), au Rugby club de Quimper (+702), au Quimper volley (+616), au semi Locronan-Quimper (+540) et au Quimper triathlon (+429).

Les plus grosses progressions en pourcentage sont à mettre à l'actif du semi Locronan-Quimper (+98 %), de l'Ujap Quimper 29 (+60 %), de l'Ujap badminton (+56 %) et du Quimper triathlon (+56 %).

D.L.T.

■ Retrouvez le classement complet et toutes les variations de l'année écoulée sur notre site.

(*) : relevé effectué le lundi 29 mai. Nous n'avons retenu que les pages qui rassemblent au moins 100 fans.

Côté Sports

Retrouvez
toutes les infos sur :
www.cotequimper.fr

Côté Quimper 29 NOVEMBRE AU 5 DÉCEMBRE 2017

...CÔTÉ SPORTS 17

Gérard Péron, un bénévole dans la course

Le président du Quimper footing loisirs est le lauréat 2017 des Trophées sportifs dans la catégorie des bénévoles. Ce passionné de course à pied s'investit bien au-delà de son association.

Ce qui a pesé dans le choix du jury de faire de Gérard Péron le lauréat du Trophée sportif quimpérois 2017 du bénévole, ce sont ses 20 ans d'engagement dans le milieu de la course à pied, ainsi que ses compétences souvent mises à la disposition d'autres clubs et organisations.

« Gamin, je n'étais pas très sportif, souligne le nord Finistérien d'origine. J'ai quand même joué un peu au foot en cadets. » Dégoûté de prendre « des valises » tous les week-ends, Gérard Péron stoppe l'expérience après deux saisons. Au début des années 1980, il se laisse happer par la course à pied Saint-Pol-Morlaix : « Je m'entraînais tous les étés pour ça. Ensuite, je suis arrivé à Douarnenez et je me suis mis sérieusement à la

course à pied. »

À partir de 1982, il enchaîne les 10 km sur route et les semi-marathons, et court huit marathons, dont celui de New York. Le 4 novembre 1994, Gérard Péron avait passé la ligne à Central Park après 3 h 35 d'effort.

200 adhérents

En 1997, il décide de s'investir chez les Rederien ar Braden, association d'habitants du quartier amateurs de course à pied. « J'ai mis en place des entraînements hebdomadaires. En 2002, nous avons structuré une section dont je suis devenu président. » En 2012, les coureurs à pied des Rederien ar Braden font le choix de créer une nouvelle association, le Quimper footing loisirs (QFL), dont la présidence est à nouveau confiée à Gérard Péron. « La sai-



Le discret Gérard Péron sous le feu des projecteurs..

son passée, nous étions 200 adhérents. C'est un record. »

Les engagements associatifs de notre informaticien passionné de lecture ne s'arrêtent pas à QFL, il est aussi coprésident du Challenge Pen Ar Bed et membre du comité directeur de Kemper Kerné sport, association organisatrice du semi-marathon

Locronan-Quimper dont il gère le chronométrage, l'une de ses passions et grande compétence. Désormais, Gérard Péron, 58 ans, court assez peu. Il se projette néanmoins vers de nouvelles aventures running : « J'ai le projet d'une grosse course nature autour de Quimper », lance-t-il, le regard malicieux et plein d'envie.

Course à pied

Locronan-Quimper: les inscriptions ouvertes

La 3^e édition du semi-marathon Locronan-Plogonnec-Quimper et du 10 km Le Croëzou-Quimper a lieu dimanche 18 mars 2018. Dès la 2^e édition, l'association Kemper Kerné sport a réuni plus de 3 000 coureurs. Les organisateurs ont récemment ouvert les inscriptions 2018. Elles peuvent être transmises par courrier (bulletin téléchargeable sur le site www.locronan-quimper.bzh) ou être validées directement sur le site Klikego.com (supplément de 1€ à 1,50€).

Pour le 10 km, les tarifs sont de 9€ (jusqu'au 31 décembre), 12€ (du 1^{er} janvier au 4 mars 2018), 15€ (du 5 mars au 16 mars 2018), puis 18€ (veille et jour de la course).

Pour le semi-marathon: 14€ (jusqu'au 31 décembre), 17€ (du 1^{er} janvier au 4 mars 2018), 20€ (du 5 mars au 16 mars 2018) puis 24€ (veille et jour de la course). Assurance : 3€.

Contact: 0298910839
ou 0671403225.

Côté Sports

Thomas Le Lons au départ du semi

3000 coureurs sont attendus sur le 10 km Plogonnec-Quimper et le semi Locronan-Quimper, dimanche 18 mars. Sur les 21km, il faudra suivre le traileur Thomas Le Lons.

Le Plomelinois Thomas Le Lons n'est pas un coureur sur route. Ce dimanche 18 mars, il effectuera seulement son deuxième semi-marathon. Pourtant, ses adversaires savent qu'il peut jouer les premiers rôles entre Locronan et Quimper. Le Plomelinois commence en effet à avoir un beau palmarès sur un autre terrain : le trail.

Course dans les Alpes

jusqu'à ses 18 ans, Thomas Le Lons a essentiellement fréquenté les terrains de foot. Le dimanche, il allait encourager ses parents, adeptes de la course à pied. « Et puis, un jour, je me suis lancé un défi : faire la Maxi Race à Annecy, une course de 42 km », relate le jeune homme. Il s'entraîne avec les conseils avisés du Quimpérois Patrice Gloux. Finalement, la course est annulée. Mais Thomas Le Lons s'est pris au jeu. Il démarre par des trails locaux d'une vingtaine de kilomètres. Les premières victoires arrivent vite en Bretagne.

Il faut dire que le traileur

est acharné, studieux et passionné. Depuis trois ans, il est entraîné par Christophe Malardé, une pointure dans le milieu de la course. Il s'est aussi licencié au Quimper athlétisme pour effectuer la saison hivernale de cross et ainsi gagner en vitesse. Dès le printemps, il rebascule sur le trail à raison de six entraînements par semaine dont une en vélo. « Je cours l'essentiel du temps seul. Ça ne me dérange pas de partir pour des heures de course sur le GR 34 vers le Pointe du Raz, sur les pentes du Menez-Hom ou dans la presqu'île de Crozon », raconte le jeune homme qui travaille à l'Opac à Quimper.

Thomas Le Lons recherche le dénivelé car ses courses l'emmènent de plus en plus en montagne. Cette saison, il devrait prendre le départ du Larzac trip trail le 12 mai, la Maxi race à Annecy (85 km) le 26 mai, le trail de Verbier en Suisse (73 km) le 7 juillet. La CCCO à Courmayeur (101 km) le 31 août constituera l'objectif ultime de sa saison de



Thomas Le Lons, 24 ans, s'est mis au trail à 18 ans.

trail.

Cette année, Thomas Le Lons s'est aussi fixé des objectifs sur route et notamment le marathon de Paris le 8 avril. « Ce sera mon premier. J'espère faire entre 2 h 30 et 2 h 35 », avance prudemment le coureur. Dans cette perspective, il prendra le départ du semi-marathon Locronan-Quimper avec l'envie d'approcher la barre des

1 h 10. Ce qui devrait le placer aux avant postes avec quelques autres très bons coureurs régionaux. Le record de l'épreuve est détenu par Charles Delys en 1 h 08 m 22s.

A.L.B.

■ **Dimanche 18 mars. Départ du semi Locronan-Quimper à 14 h 30. Départ du Plogonnec (Le Croëzou)- Quimper à 13 h 15.**



Ces articles de la PQR ont également évoqué le semi Locronan-Quimper



1^{er} semi-marathon

Locronan > Plogonnec > Quimper

Dim. 13 mars 2016 14 h 30

10 km

13 h 30

Plogonnec (Le Croëzou) > Quimper

Parrains de cette première édition :
Dan Ar Braz, Fabrice Jaouen, Karine Pasquier

Inscriptions : www.locronan-quimper.bzh

Renseignements : contact@locronan-quimper.bzh ou 02 98 91 08 39



Pays bigouden

Ouest-France
Jeudi 11 février 2016

Combrit

Association Sports et loisirs : un programme chargé



Les adhérents de l'association Sports et loisirs se sont vus remettre des tee-shirts par Luc et Christine Kerveillant, adhérents à l'association

Les responsables de l'association Sports et loisirs, présidée par Brigitte Le Goff, se sont réunis pour définir le programme de leurs sorties. Après s'être vus remettre des tee-shirts par Luc et Christine Kerveillant, membres de l'association, ils ont établi le calendrier de leurs déplacements.

Ainsi plusieurs adhérents du footing vont participer dans les semaines à venir, entre autres, aux trails

de Trévarez, de Guengat, de Ploneour, au [semi-marathon Locronan-Quimper](#) et à la nouvelle course : le Cabri à Pont-l'Abbé.

Quant à ceux de la section marche, ils se rendront à une randonnée à la journée du côté de Plonévez-Porzay. Enfin une sortie aura lieu pour tous les adhérents de l'association le 23 avril à la Vallée des Saints à Carnoët.

Coray

Ouest-France
Mercredi 9 mars 2016

De bonnes performances des coureurs dimanche

Les licenciés du club Courir et Marcher à Coray s'étaient divisés pour participer les uns au trail du Cap Cléden-Cap Sizun, les autres aux foulées de l'Élorn au Relecq-Kerhuon.

Face à la pointe du Raz, deux circuits, l'un de 14 km et 294 participants, Christian Le Saux termine 170^e. Le parcours de 30 km n'avait rien d'une promenade touristique et sur ce parcours difficile, belle première place en féminine d'Alexandra Rannou en 2 h 53'11" et 66^e au général sur 326 classés. Pierre Manchec finit 98^e.

Au Relecq-Kerhuon, Dominique et Thierry Massé participaient aux côtés de 571 autres coureurs au challenge de l'Élorn, Dominique finit 21^e, Thierry 100^e.

[Dimanche 13 mars, participation](#)



Thierry Massé participait, dimanche, aux foulées de l'Élorn au Relecq-Kerhuon.

[du club aux 10 km Plogonnec-Quimper, à 13 h 30, et à 14 h 30 au semi-marathon Locronan-Quimper.](#)

Quimper

Ouest-France
12-13 mars 2016

Des Foulées du cœur longues de 700 km

La quatrième édition des Foulées du cœur démarre ce dimanche, par le semi-marathon Locronan-Quimper.



Lors de la présentation des Foulées du cœur, le Quimper footing loisirs a remis le bénéfice des Boucles du Steir à l'association Céline et Stéphane.

Huit coureurs, sept étapes

Sept coureurs du Quimper footing loisirs et un coureur de Guenguat issu de Leucémie espoir 29 participent à un relais pédestre de 700 km en sept étapes. Il se fera au départ de Querrien jusqu'à Plougasnou, en passant par Huelgoat avant de revenir vers Tréffiagat par Landerneau, Douarnenez et Quimper.

90 km par étape

« Nous aurons deux équipes de quatre coureurs », explique Jérôme Le Guen, organisateur de l'opération. « La première équipe se relaiera le matin tous les 5 km pendant que la seconde ira prendre contact avec les mairies et les commerçants des villes-accueil. Inversement l'après-midi. » Chaque étape couvrira environ 90 km. Les coureurs espèrent tenir une moyenne de course de 10 km/h.

Faire connaître les associations

« Cette initiative a pour but de faire connaître l'existence de l'associa-

tion Céline et Stéphane Leucémie espoir 29, de rencontrer les malades et leurs familles, de les informer du soutien de l'association aux familles et malades, mais aussi d'informer des avancements de la recherche, de récupérer des dons », détaille Jérôme Le Guen. Le groupe va également tenter de faire participer les enfants de chaque ville-accueil au cours des derniers kilomètres de la journée. Les élèves du lycée Saint-Anne de Gourin vont ainsi courir la distance qui les sépare de Roudouallec.

Coup d'envoi, ce dimanche

Le coup d'envoi de l'opération sera donné ce dimanche par le **semi-marathon Locronan-Quimper**. Sur les huit derniers kilomètres, ils prendront en joëlette le petit Arthur, garçon de 7 ans, handicapé moteur. « Ce n'est pas la même maladie mais nous avons accepté naturellement la demande de son papa, qui court à Brin d'Avoine. C'est le même combat... »

Châteauneuf-du-Faou

Ouest-France
Mercredi 16 mars 2016

Les Mil'pats de l'Aulne sont sur tous les fronts

Les coureurs licenciés aux Mil'pats de l'Aulne se sont scindés en deux groupes, certains préférant le Finistère sud en allant courir les 13 km du challenge Armorik trail au Cloître-Saint-Thégonnec avec une nouvelle victoire du junior Gwénaél André. Florent Le Page finit 69^e sur 240 participants classés.

Les autres ont opté pour le semi-marathon Locronan-Quimper, 21 km et pas moins de 1 140 participants à l'arrivée. Christophe Toulgoat termine 414^e et Julien Le Berre 613^e.



Les coureurs du club des Mil'pats participaient à deux courses, ce week-end.

Pont-l'Abbé

Ouest-France
Mercredi 16 mars 2016

Le CAB glane trois médailles aux Finistère benjamins



Les benjamins du CAB avec leurs entraîneurs.

La vingtaine de benjamins du Club athlétique bigouden (CAB), présente, samedi, aux championnats du Finistère, en salle à Brest, y glanait trois médailles. « **Un titre et deux secondes places, toutes remportées par les féminines en majorité dans la délégation bigoudène** », commente Corentin Peoc'h. Morgane Cosmao qui passe une barre de 2 m, revient avec le titre du saut à la perche tandis que Camille Plouzenec, s'adjuge les deux secondes places en longueur et en hauteur.

La 5^e place de Jonas Mevel sur 1 000 m et sa 6^e place au lancement

du poids redore quelque peu la prestation d'ensemble des garçons. Dimanche, **25 coureurs du CAB inauguraient les Locronan-Quimper et Plogonnec-Quimper.**

Sur 10 km, Stéphane Le Meur prend la 10^e place et 4^e des Masters-1. À noter que Alain Le Coq, 23^e se classe 3^e des Masters-2. 34^e du semi-marathon, Didier Le Goff, fait second des Masters-2, tout comme Véronique Marsollier.

À souligner également la performance de Cyril Biger, qui bat son record personnel au marathon de Barcelone en 3 h 25 mn.

Bannalec

Ouest-France
Mercredi 16 mars 2016

Éloïse Terrec : nouveau record et sélection en marche



Eloïse Terrec (au premier plan) a une nouvelle fois fait fort sous le maillot de l'USB, au national junior des 10 km, encouragée par sa famille et ses supporters de l'USB.

La jeune marcheuse de l'Union sportive bannalécoise (USB), Éloïse Terrec, confirme à chaque sortie, les énormes progrès qu'elle réalise depuis le début de cette nouvelle saison, bien que n'étant que junior première année.

Aux championnats de France des 10 km, dimanche dernier, à Saint Sébatien Sur Loire, la jeune prodigue, a terminé 3^e de son épreuve, en 50'40'', après avoir été dans l'emballage final jusqu'à 500 m de l'arrivée, où elle a dû décrocher, prise de vomissements.

Par la même occasion, elle pulvérise son record de Bretagne de plus d'une minute, puisque celui-ci était de 51'48''. Elle a immédiatement appris qu'elle était une nouvelle fois

sélectionnée en équipe de France, pour la Coupe du monde des relais, qui aura lieu à Rome, les 7 et 8 mai.

« **Pour une jeune femme de 18 ans, c'est extraordinaire, et pour notre club c'est également une très grande satisfaction** », se réjouissait dimanche soir, le président Christophe Couthouis.

Par ailleurs, en ce qui concerne les résultats des épreuves du secteur : au **semi-marathon de Locronan**, Christian Leroux, a réalisé l'excellent temps de 1 h 18', et termine premier vétérans deux ; Luc Mestric, 1 h 30' ; Fred Lijour, 1 h 31' ; Marie Laure Richard, 1 h 48'. **Sur le 10 km** : Sébastien Le Dour réalise 35'39'', et Erwan Richard 37'33''.

Locronan-Quimper. Les Corayens dans la course



Les coureurs de Courir et Marcher, dimanche.

Dimanche avait lieu la première édition du semi-marathon entre Locronan et Quimper. À 14 h 30, sous un franc soleil et des températures clémentes, 1.200 coureurs se sont élancés. Parmi eux, six représentants de l'association ont parcouru les 21,1 km d'un parcours sans grande difficulté.

Christian Le Roux termine à une très belle 24^e place et premier dans sa catégorie master 2 masculin, en 1 h 18'04'', suivi de Dominique Massé, à une honorable 39^e place, en 1 h 19'57''.

Se classent aussi Julien Huitric, 360^e, en 1 h 37'30''; Sophie David, 435^e, en 1 h 39'24'', qui améliore

son temps sur semi-marathon de 6'30''; Patrick Le Du, 436^e, en 1 h 39'25'' et Marie-Laure Richard, 652^e en 1 h 48'04''.

Très bon chrono de Sébastien Le Du

L'après-midi, le 10 km entre Le Rouezou, à Plogonnec et Quimper réunissait 547 coureurs, dont Sébastien Le Du, qui s'est illustré à nouveau avec une superbe cinquième place et un chrono canon de 33'03''; suivent ensuite les performances de Sébastien Le Dour, 20^e, en 35'39''; Baptiste Le Bihan, 39^e, en 37'21''; Erwan Richard, 41^e, en 37'33'';

Gaël Le May, 42^e, en 37'36''; Daniel Gouiffès, 49^e, en 38'29''; Thierry Massé, 55^e, en 39'05''; Sébastien Kirche, 65^e, en 39'50''; Christian Le Saux, 101^e, en 42'35''; Tony Mao, 142^e, en 45'12''; David Herbinière, 147^e, en 45'29''; Francis Le Naour, 267^e, en 50'43'', et Sandrine Toulc'hoat, 284^e, en 51'54''.

Le trail bigouden dimanche

Dimanche, place au Trail bigouden, à Plonéour-Lanvern, avec deux distances au choix : 23 km à 9 h, 12 km à 9 h 30 et aussi une rando-marche de 12 km, à partir de 9 h 30.

Gourin

Ouest-France
Jeudi 17 mars 2016

Les Foulées de l'espoir : une halte au lycée Saint-Yves



Les relayeurs et huit élèves du lycée Saint-Yves ont parcouru ensemble la distance entre Roudouallec et Gourin.

L'association Céline et Stéphane Leucémie espoir 29 organise tous les deux ans les Foulées de l'espoir. « **Le but est de sensibiliser les communes aux actions de notre association qui vient en aide aux malades et aux familles des personnes atteintes par une maladie du sang** », indique Jérôme Le Guen, organisateur.

Lundi après-midi, les coureurs à pied ont fait une halte au lycée agricole Saint-Yves. « **Ils ont fait, dimanche, le semi-marathon Locron-Quimper et, aujourd'hui, ils courent entre Querrien et Château-neuf-du-Faou, avec un passage à**

Gourin », précise Michel Rannou, enseignant au lycée Saint-Yves et membre du relais de Tourc'h, de Céline et Stéphane.

Les neuf coureurs vont courir 740 km, en 8 étapes, le final étant prévu à Treffiagat. Ils courent environ 90 km par jour et se relaient tous les 5 km. L'objectif est d'informer sur la maladie et de recueillir des fonds pour la recherche.

Huit élèves du lycée les ont accompagnés entre Roudouallec et Gourin. Ils participeront aussi au don du sang qui aura lieu aujourd'hui à la salle des fêtes de Tronjoly, de 14 h 30 à 18 h 30.

Briec

Trente-sept Galouperien au **semi-marathon** de dimanche

Pas moins de 1 300 coureurs étaient engagés dimanche dans le **premier semi-marathon Locronan-Quimper**. Parmi ceux-ci, trente-sept Galouperien ont fait les 21,1 km ou les 10 km Le Croeziou – Quimper.

Locronan-Quimper :

1 138 arrivants

111^e : Etienne Petit, 1 h 27 mn 37 ;
134^e : Marc Brélivet, 1 h 28 mn 34 ;
161^e : Guy Bolzer, 1 h 30 mn 42 ;
200^e : Yohann Ihuel ; 242^e : Arnaud Saliou ; 282^e : Julien Rupert ; 299^e : Antony Colleoch ; 321^e : Peter Stephan ; 330^e : Mickael Saliou ; 340^e :

Dominique Duflot ; 370^e : François Kernaleguen ; 397^e : Patrick Capitaine ; 418^e : Denis Beuguel ; 444^e : Jean-Yves Kergourlay ; 456^e : Jean-Paul Goulard ; 487^e : Philippe Van Belleghen ; 514^e : Jacques Le Bris ; 553^e : Nicole Beuguel (1^{re} Master 3) ; 609^e : David Bevout ; 665^e : Armelle Le Floch ; 666^e : Anita L'Harantec ; 675^e : Chantal Maguer ; 704^e : Bruno Le Men ; 720^e : Emmanuel Bon ; 734^e : Marcel Derrien ; 772^e : Céline Ruaud ; 950^e : Véronique Barré ; 1018^e : Morgane Colleoch ; 1065^e : Laurence Frances.

Le Croeziou-Quimper :

550 arrivants

11^e : Dylan Rannou 34'20 (1er ESH) ;
21^e : Laurent Bernard ; 161^e : Mael Barbeoch ; 232^e : Anne Sophie Le Roy ; 261^e : Monique Gaborieau ; 281^e : Marguerite Barbeoch ; 325^e : Cyril Le Guen ; 496^e : Stervinou Jean-François.

Quimperlé

Ouest-France
Jeudi 17 mars 2016

Belle performance pour les Tamalou



Les trois Tamalou engagés sur le semi-marathon [Locronan Quimper](#).

Quelques Tamalou ont participé à la [première édition du semi-marathon Locronan Quimper](#), sous un soleil généreux. Les coureurs ont couru sur un beau circuit roulant qui les a menés jusqu'à Quimper où l'arrivée était jugée sur le parvis de la cathédrale.

Une belle journée et de belles performances pour les trois coureurs mellacois. Franck Moncarre a franchi

la ligne d'arrivée en 1 h 36, Bruno Le Sausse en 1 h 37 et Eric Josselin en 1 h 41.

Afin de régler les derniers détails relatifs à l'organisation du trail de Kernault, une réunion aura lieu le vendredi 18 mars, à 20 h, à la salle du foyer, tous les membres de l'association y sont conviés.

Quimper

Ouest-France
Jeudi 3 novembre 2016

Des Quimpérois au marathon d'Athènes

Les sportifs du comité Quimper-Lavrio partent courir le marathon en Grèce. Départ le dimanche 13 novembre.



Les Quimpérois sont équipés pour affronter le 34^e marathon d'Athènes avec le comité de jumelage de Lavrio.

Huit Quimpérois au départ

Le comité de jumelage s'est réuni ce mercredi soir, à la mairie de Quimper, pour préparer le 34^e marathon d'Athènes. Au départ de la ville de Marathon, huit sportifs quimpérois prendront le départ.

Une équipe tout-terrain

Quatre d'entre eux fouleront le sol grec jusqu'au stade olympique d'Athènes, dont une athlète en marche rapide, sur la distance de 42,2 km. Trois autres feront l'effort sur la distance de 5 km et un dernier sur celle de 10 km. Au moins trois sportifs de Lavrio se joindront à eux. Le jumelage est inscrit à la course depuis 2011. La saison passée, les Quimpérois n'avaient pas fait le déplacement, faute de candidat.

Lavrio invité au semi de Locronan

Le parcours est celui des Jeux Olympiques d'Athènes en 2004. « Ça grimpe. Il faut affronter un parcours vallonné jusqu'au 33^e kilomètre », souligne Michel, coureur de fond affûté, qui sera au départ dès 9 h. Corinne, tentera de battre son record personnel sur cette course, réalisé en 6 h 40.

La présidente du comité de jumelage, Françoise Kerfriden et Thomas Couturier, conseiller municipal délégué aux relations internationales et aux jumelages, espèrent rendre la pareille à leurs voisins grecs. « Nous souhaitons inviter les concurrents de Lavrio au prochain semi-marathon de Locronan, en mars prochain. »

Paul PÉAN.

Quimper

Ouest-France
Jeudi 16 février 2017

Ils vont courir pour les enfants de Madagascar

C'est un projet solidaire qui a motivé les élèves du lycée Sainte-Thérèse à courir les 10 km de la 2^e édition du semi-marathon Locronan-Quimper. Le 12 mars, ils seront 200 au départ.

L'initiative

« Lors de la première édition nous étions une dizaine de professeurs de l'établissement à participer sur les 10 km au départ de Plogonec, raconte Emmanuel Guillou, professeur d'éducation physique au lycée Sainte-Thérèse. À la rentrée, l'idée de construire un projet autour de la solidarité en lien avec cette course s'est imposée assez rapidement. »

Les élèves en classe de seconde ont adhéré au projet surtout lors de la présentation de « la Maison de Thierry », une réalisation de l'association pour laquelle ils allaient s'investir pendant toute l'année scolaire. « Déchaîne ton cœur » est une association douarneniste qui œuvre depuis une dizaine d'années à l'éducation, l'enseignement et le suivi d'élèves scolarisés dans une école à Manandriana située dans la banlieue de la capitale, Antananarivo. Des salles de classe ont été construites et du matériel scolaire acheminé mais ce n'est pas encore suffisant.

Courir en famille

« Le but est de récolter 10 000 €, s'enthousiasme le prof d'Eps. Les coureurs, familles, amis, commerçants et entreprises ont été surpris par l'élan de solidarité qui s'est emparé de tous les élèves du lycée. Ainsi, chacun participe, à sa mesure, sportif ou pas à la réalisation du projet. » Chaque vendredi soir après les cours, un groupe de parents, profs et élèves se constitue pour deux séances d'entraînement ou chaque participant s'est inscrit en fonction de ses ambitions sportives. Certains sont sûrs de prendre le départ, d'autres qui voudraient, mais ne savent pas encore s'ils en seront capables, et d'autres seront là pour les encourager. Des plans d'entraînements sont aussi disponibles sur la page Facebook de l'établissement. « C'est l'occasion pour les parents



Ce sont les élèves de seconde en module d'exploration Arts visuels qui ont réalisé l'affiche de la course.

et leurs enfants de partager un objectif commun, se réjouit Emmanuel Guillou. Une maman va courir avec ses trois enfants, un papy avec son petit-fils et des familles complètes avec cousins et cousines seront aussi de la fête. »

Un an de scolarité = 20 €

Des peintures comme Renaud Le Goff, champion de cross vétéran, ou Patrice Gloux athlète abonné aux podiums feront aussi partie de la joyeuse troupe des 200 coureurs qui porteront un tee-shirt fuschia sur le

long ruban de l'asphalte du parcours.

« Séduite par notre démarche et par l'enthousiasme des élèves, l'association organisatrice Kemper Kerné Sports nous aide en organisant une remise des dossards et des tee-shirts sur le parking de l'établissement, le matin de l'épreuve ainsi que le transport en car jusqu'à la ligne de départ. Ce sera un moment fort. »

Afin de récolter des fonds, les lycéens ainsi que les BTS de l'établissement ont démarché leurs connaissances, les commerçants de leurs

quartiers et les entreprises pour faire connaître l'association et ses actions auprès des élèves malgaches. C'est le 12 mars prochain que le slogan du projet « Déchaîne ton cœur » prendra toute sa signification.

Pratique : L'association Déchaîne ton cœur reconnue d'intérêt général permet la déduction fiscale des dons. Site internet www.dechainetoncoeur.com

Châteauneuf-du-Faou

Les Mil'pats au [semi-marathon Locronan-Quimper](#)



Quelques Mil'pats au départ de Locronan, 21 km de course pour rejoindre Quimper.

2 000 coureurs, dont quelques licenciés des Mil'pats de l'Aulne, ont participé dimanche au [semi-marathon \(21 km\) Locronan-Quimper](#). Prosper Lorant remporte la première place de la catégorie V3, Julien Le Berre est 524^e, Christophe Toulgoat 547^e,

Yannick Cornec 613^e, Bernard Noël 1 266^e, Françoise Yan 1 610^e. Sur le 10 km, 894 coureurs classés sur 1 000 engagés, Gilbert Quééléver 220^e, Daniel André 269^e, Éric Le Ny 399^e, Nadine Bécél 403^e, Laurence Le Gall 444^e.

Mercredi 15 mars 2017 (édition Quimper)

Combrit

Sports et loisirs : bons résultats pour le footing

Les adhérents de la section footing de l'association Sports et loisirs ont eu un premier trimestre très chargé avec notamment leur participation à de multiples courses dans la région dont la dernière en date, le [semi-marathon de Locronan Quimper](#).

Cinq adhérentes ont effectué les 21 km en 1 h 56 pour Virginie et 2 h 01 pour l'arrivée groupée de Marie-Thé, Anne, Aurélie et Lydia.

Arnaud Kerdravat s'est classé 1^{er} vétéran 1 sur les courses de Beg-Meil (13 km en 46'31) et de Tourch (10 km en 35'42) ainsi que Saint-Gilles (35) (7,1 km en 25'04).

Enfin en marche nordique, Cathy et Jean Alain ont représenté l'ASL sur les courses du Trail bigouden à Plo-néour, du Cabri et du Trail du Cap-Si-



Cinq adhérentes de la section footing ont disputé le semi-marathon Locronan-Quimper.

zun à Cléden-Cap-Sizun où Cathy, se classe deux fois première féminine.

Mercredi 15 mars 2017 (édition Quimperlé)

Mellac

Reprise de la compétition pour les Tamalou

Après une période hivernale et des entraînements en sous-bois, les Tamalou reprennent les courses sur route.

Ils se sont retrouvés, le week-end dernier, sur les berges de l'Odet à Quimper où huit d'entre eux ont participé au [semi-marathon au départ de Locronan](#). Les coureurs ont rejoint l'arrivée après 1 heure 30 ou 2 heures de course.



Quelques Tamalou à Quimper.

Pays d'Iroise

Ouest-France
Jeudi 16 mars 2017

Ploudalmézeau

Un Locronan - Quimper avant le marathon de Paris



Les membres de Courir à Ploudal, dimanche, à Locronan.

Une vingtaine d'adhérents de Courir à Ploudal a participé, dimanche 12, à deuxième édition du semi-marathon Locronan-Quimper. Après plusieurs semaines d'entraînement, les coureurs étaient prêts pour effectuer les 21 km d'un par-

ours au Pays bigouden qu'ils ont bien apprécié. Pour certains, c'était aussi une course préparatoire. Le 9 avril, tout comme quelque 6 000 autres concurrents, ils seront au départ du marathon de Paris.

Plougastel-Daoulas

Dans les courses, Redeg fait aussi sa communication



Cliv d'œil à la course du 14, mais dans la commune. Les sportifs de Redeg e Plougastell savent attirer l'attention.

Courir chez les autres c'est bien, inviter les sportifs à venir sur la presqu'île c'est encore mieux. Dimanche, lors du Locronan - Quimper, les coureurs de Redeg portaient des tee-shirts annonçant la course du 14 mai : la Plougastell. Ainsi, sur les bords de l'Odet ou sur les routes de campagne, sur

les 10 km ou le semi-marathon, nos sportifs locaux ont fait savoir qu'ils préparaient activement un grand événement sur leur commune. Et comme ils ont réalisé de bons chronos, l'affaire a été prise très au sérieux.

Ouest-France
Vendredi 17 mars 2017

Saint-Évarzec

Les Foulées varzécoises en semi-marathon

Le semi-marathon Locronan Quimper avait lieu dimanche dernier. Près de 3 000 participants ont pris le départ des deux courses du jour, dont 13 Varzécois sur la course du 10 km où s'est illustrée Emilie Henrio finis-

sant à la 138^e place et 15 sur le semi-marathon où Philippe Cosquéric a terminé 1^{er} Varzécois à la 154^e place. Dimanche 19 mars, place aux Foulées guengataises.

Brest Métropole

Ouest-France
Vendredi 17 mars 2017

Bohars

Mise en jambes des Semelles de Vent avant le marathon de Paris

En prévision de leur participation au marathon de Paris dans un mois, les Semelles de vent ont été plus nombreuses que de coutume à s'aligner, dimanche, aux départs des dix kilomètres (18 coureurs) et du semi-marathon (38 coureurs) Locronan-Quimper. La course a été rapide, sans pluie, et avec un vent favorable, sur un magnifique circuit qui s'achevait sur la place Saint-Corentin de Quimper.

Les objectifs des Boharsiens ont été atteints, voire dépassés, avec un podium pour Christian Trellu sur les 10 km (2^e V4) et deux meilleurs chronos pour Pascal Dourdy en 36'31" sur les 10 km et Gérard Le Gall en 1 h 25'25 sur le semi. Par équipes, les Semelles terminent 16^e sur 118 sur le semi-marathon et 15^e sur 45 sur les 10 km.



Les Semelles de Vent ont réalisé de belles performances à Quimper.

Avant le grand rendez-vous annuel des 5 et 10 km de Bohars, qui mobilisera tout le club le 1^{er} mai, les Se-

melles de Vent seront présentes à l'Urban Trail de Brest le 1^{er} avril, au trail de l'Aber Wrach le 8 avril, et au

semi-marathon de Carantec - Plouezoch le 23 avril.

Julie, 1^{re} passagère de la joëlette Team Rider Tattoo



L'équipe qui a accompagné la joëlette sur le parcours Locronan-Quimper.

Plobannaec-Lesconil. La joëlette de la Team Rider Tattoo a effectué sa première sortie, à l'occasion du **2^e semi-marathon Locronan-Quimper**. L'équipe s'est élancée avec Julie qui effectuait, elle aussi, sa première course en joëlette, pour 21 km. Encouragé et applaudi par les coureurs et le nombreux public, le groupe a passé l'arche d'arrivée sous les ap-

plaudissements en 1 h 55.

Par ailleurs, dans les Pyrénées, Samuel Philippe a effectué son premier trail d'hiver sur le grand raid des Pyrénées, une boucle de 30 km avec 2 000 m de dénivelé positif sur le col enneigé. Un trail blanc bouclé en 5 h 14 et où il se classe à la 165^e place sur 321.

Dimanche 19 mars 2017 (Dimanche OF)

Brest Métropole

Le Relecq-Kerhuon

Courir à Kerhuon au **semi-marathon de Quimper**



Les coureurs kerhorres au semi-marathon Locronan-Plogonnec-Quimper.

Une délégation de dix coureurs de Courir à Kerhuon était engagée dans cette épreuve. Plus de 3 000 participants étaient répartis sur deux épreuves : 10 km et 21 km. Sur les 2 032 partants au semi-marathon, plus de 1 700 sont arrivés au pied de la cathédrale Saint-Corentin.

Cette course était inscrite pour certains coureurs kerhorres dans le pro-

gramme de préparation du marathon de Paris ou du trail de l'aber Wrac'h. Tous les licenciés kerhorres ont terminé en moins de deux heures avec quelques chronos affûtés comme ceux de Vincent Mahier (1 h 36) et de Robert Roué (1 h 38). Ces temps ont de quoi motiver les coureurs pour la dernière ligne droite de leur préparation.



4^e édition du semi Locronan-Plogonnec-Quimper
et du 10 km Le Croëzou-Quimper,
le dimanche 17 mars 2019