

Cross-country

La chevauchée fantastique de Benoît Nicolas

Championnats de Bretagne à Betton. Élite hommes. Et revoilà Benoît Nicolas ! Six ans après son dernier titre, le Brestois a effectué un retour tonitruant sur le devant de la scène. Rocaboy et Thomas complètent le podium.

« J'ai fait l'effort de venir le voir, en dépit de mes problèmes de santé. Benoît me soutient moralement. Il dit qu'il court pour moi. » Au pied du podium, l'émotion de la maman du nouveau champion de Bretagne est très forte. Benoît Nicolas vient de lui faire le plus beau des cadeaux en remportant son troisième titre régional, après ceux de Lamballe en 2003 et de Plouarzel en 2004.

Celui que peu attendaient sur la plus haute marche a tout simplement écrasé la concurrence sur le sélectif circuit d'Oxylane. « J'ai fait une course de costaud, une course de patron ! » Parti sur un train ultra rapide, le puncheur du Finistère n'avait pourtant pas prémédité son coup, mais il voulait évacuer au plus vite la pression de la centaine de messages reçus avant l'épreuve.

Résultat de ce départ canon : le peloton était vite éparpillé, seuls les duettistes de l'AS 22, Mathieu Rocaboy et Yves Piederrière, parvenaient à maintenir le contact. Quand au favori Fabrice Jaouen, il concédait quelques longueurs qu'il n'allait jamais pouvoir combler, au point de lâcher prise à la mi-course et de bénéficier du retour de son camarade de club, Vincent Siou. « Je n'avais aucune sensation, j'ai fini pour l'équipe... », avouait le sociétaire du HBA Rennes (5^e), qui a payé cher sa participation au collectif France marathon au Portugal, la semaine précédant l'épreuve.

Mathieu Rocaboy, son adversaire le plus résolu, tentait bien d'impressionner Benoît Nicolas, mais en vain. « J'ai placé une mine dans le premier tour, il m'a



Drapeau breton à la main, Benoît Nicolas coupe la ligne d'arrivée en grand vainqueur, avant de tomber dans les bras de sa mère.

suivi facilement et je me suis vite rendu compte que je ne pourrais pas conserver mon titre. » La folle cavalcade du Brestois venait de commencer. L'ancien vice-champion de France de cross court 2004 n'avait plus qu'à maintenir le rythme jusqu'au bout, en dépit d'un terrain usant. « Mentalement, ça a été dur, mais j'avais de la marge. »

Dans le final, Benoît Nicolas

augmentait même sensiblement son avance pour franchir la ligne en grand vainqueur, avant de planter rageusement dans le sol un drapeau gwen ha du, à l'image d'un alpiniste qui vient de conquérir un sommet.

Celui du cross breton. « Il mérite le titre, c'est logique par rapport à tous les efforts qu'il a consenti à l'entraînement, saluait le champion sortant, Mathieu Rocaboy.

Chapeau pour sa course ! Lorsqu'il a démarré, je savais que c'était son jour. »

La belle surprise du jour est la troisième place de Mickaël Thomas qui, à bientôt 40 ans, a fait parler son expérience. « J'ai couru à la sagesse, en évitant de me mettre dans le rouge d'entrée, raconte le quintuple champion de Bretagne. Beaucoup sont partis trop vite dans le sillage de l'homme de

tête, ils l'ont payé sur la fin. J'ai l'habitude d'écouter mon corps, j'ai été patient. » Le cross, discipline exigeante par excellence, ne pardonne pas la moindre erreur tactique. Benoît Nicolas l'a bien compris !

Textes : Yvan COURSON,
Yves LEMERCIER
et Loïc TACHON.

Photos : Didier MOREL.

« J'avais vraiment à cœur de briller »

Benoît Nicolas, quelle place occupe ce titre de champion de Bretagne parmi les trois que vous avez obtenu ?

Pour moi, c'est très fort ! Le fait de m'imposer devant toute ma famille et mes amis occupe une place prépondérante. Pour des tas de raisons personnelles, j'avais vraiment à cœur de briller. C'est pour ça que j'ai essayé de créer l'ambiance à la fin du premier tour en faisant un geste de la main pour demander au public de nous encourager. Je suis comme ça, j'aime la fête !

Vous avez reçu une centaine de messages d'encouragements, cette semaine. Comment avez-vous réussi à gérer cette pression ?

C'est sûr que la pression était vive et que je n'avais pas le droit de décevoir. Cela ne me dérange pas, au contraire, ça me stimule. Je m'en suis servi pour gérer tous les moments difficiles pendant la course. Cela m'a aidé à gagner aujourd'hui (hier). Mais surtout, quand on est au top physiquement, c'est beaucoup plus facile.

Quels sont désormais vos objectifs pour la fin de saison ?

Je vais lever le pied à l'entraînement, cette semaine, pour essayer de conserver du jus et de



Parti seul après deux km de course, Benoît Nicolas (au premier plan) est parvenu à détrôner le Costamoricain Mathieu Rocaboy (à gauche).

me présenter dans le même état d'esprit et avec la même forme aux championnats interrégionaux d'Evreux (le 21 février). Ensuite, ce sera le championnat de France à La Roche-sur-Yon (le 7 mars). Cette année, mon objectif sera de finir dans les 20 premiers.

Terminer dans le top 15 me paraît trop ambitieux vu le niveau international actuel. Je constate aussi que la relève tarde à venir. Tous ceux qui terminent aux places d'honneur sont des trentenaires. C'est un signe inquiétant pour le renouvellement du cross.

Dans les allées du Village de la forme

Les espoirs dans la course élite.

Chez les féminines, la pistarde Céline Jain n'avait jamais remporté de titre régional de cross. « Je suis surprise et contente de cette victoire, mais j'ai perdu trois places dans le dernier kilomètre », regrette la souriante Stadiste brestoise, bien calée parmi les seniors (14^e au scratch). L'an dernier, au National de cross court à Aix-les-Bains, elle avait terminé 47^e. Dans le tableau hommes, Benjamin Siou (Stade brestois) et Jordane Auffray (HBA), au coude à coude durant toute la course, ont attendu les 300 derniers mètres pour se départager avec, au final, la victoire du petit frère de Vincent Siou. « J'ai pris ma revanche du cross de Brest où Jordane m'avait précédé », commente le nouveau protégé d'André Pennarguear, entraîneur au Stade brestois. Jordan Auffray regrettait, quant à lui, son manque de fraîcheur au moment décisif.

Le bilan des départements. Avec six titres individuels et cinq par équipes, le Finistère décroche la palme de cette édition 2009. Les Côtes-d'Armor, avec quatre titres individuels mais aucun par équipe, se classent deuxième. L'Ille-et-Vilaine et le Morbihan terminent à égalité avec un seul titre individuel et deux par équipes.



Guillaume Paul s'est facilement imposé chez les cadets.

3000 spectateurs. Comme l'an dernier à Brec'h (56), les passionnés de cross se sont déplacés en nombre sur le site de Betton. « Nous sommes très contents d'une telle affluence, du bon déroulement des épreuves et de la météo qui nous sourit », commentait Jean-Marc Foricher (Stade rennais), principal organisateur de la fête du cross breton.

A Quintin en 2010. Les prochains championnats de Bretagne auront lieu à Quintin (22). L'organisation sera confiée au Penthièvre Athlétisme (LPA).

Cross-country

Le sixième sacre attendu de Sandra Lévénéz

Championnats de Bretagne à Betton. Élite femmes. Sans surprise, la Carhaisienne a survolé l'épreuve régionale. Pour ses débuts dans les labours bretons, Patricia Lossouarn se classe deuxième.

Quel que soit le parcours, Sandra Lévénéz sait s'adapter. La Carhaisienne en a fait une nouvelle démonstration, hier, à Betton. Et ce n'est pas la présence de la marathonnienne internationale Patricia Lossouarn, nouvellement licenciée au HBA Rennes, qui allait contrarier ses plans. « **L'écart s'est fait inexorablement. J'ai pris la course à ma main en maintenant l'effort jusqu'à la ligne** », résume la Finistérienne, dans un état de fraîcheur remarquable à l'heure de livrer ses commentaires.

Fidèle à son habitude, Sandra Lévénéz n'a laissé à personne le soin de prendre l'initiative. Après 500 mètres de course, la spécialiste de duathlon avait déjà une cinquantaine de mètres d'avance et seule Patricia Lossouarn cherchait à limiter l'écart. « **Il n'y a pas eu photo. Sandra était vraiment au-dessus du lot, reconnaissait la Quimpéroise d'origine. Sur un tel terrain de cross, je n'ai pas pu m'exprimer moi la marathonnienne, d'autant plus que j'étais fatiguée par 14 heures de voyage, de retour d'un stage avec l'équipe de France au Portugal.** »



Sandra Lévénéz n'a pas failli, hier, à Betton. Elle décroche un nouveau titre régional de cross. Le sixième de sa carrière.

Derrière les deux leaders, Sandra Gouault (LPA Lamballe), longtemps à la lutte avec Séverine Lecoufle (AP Fougères), a bien cru pouvoir prendre le troisième accessit, mais c'était sans compter sur l'ex-internationale de football qui s'est « **lâchée dans la boue** ». Du coup, la championne des Côtes-d'Armor a connu une sérieuse baisse de régime, au point d'être finalement reléguée à la sixième place.

À l'inverse, son aînée Béatrice Céveno (Pays Paimpol Athlétisme), partie prudemment comme elle l'avait prévu, a su élever son rythme en fin d'épreuve pour coiffer Hasna Taboussi (Quimper Athlé) et décrocher ainsi une quatrième place au scratch, la première chez les vétérans. « **Je suis extraordinairement surprise. Il y a quatre mois, je me faisais opérer d'un peignage du tendon d'Achille. Courir est un plaisir, et cette passion m'a fait revenir plus vite. Aujourd'hui, j'essaie de la transmettre aux jeunes du club.** » À l'image de Marie Bouchard, vainqueur chez les cadettes.

D'une course à l'autre

MINIMES FILLES. Manon Gaudin, après une première victoire au cross départemental UGSEL, a eu la bonne idée de s'inscrire à l'UA Langueux, où elle a retrouvé comme entraîneur Marie-Pierre Toudret-Duros. Il faut croire que les conseils du coach ont porté leur fruit, puisque la minime 1^{re} année s'est imposée en lâchant, dans la descente menant à l'arrivée, sa principale rivale, Nolwenn Martin-Creac'h (AP Vannes).

MINIMES GARÇONS. « **J'ai eu peur lors du sprint final** », avouait le nouveau champion de Bretagne, Nicolas Laurent (Léon-Trégor Athlé). Le Morlaisien a animé toute la course avec un autre Finistérien, Corentin Uguen. Les deux garçons se sont expliqués dans la dernière ligne droite pour une belle revanche de Nicolas, seulement troisième au départementaux du Finistère.

CADETTES. La Paimpolaise Marie Bouchard a conservé son titre acquis en 2009 à Brec'h. « **J'ai attaqué au bon moment dans la côte** », précisait la protégée de Béatrice Céveno-Lambert. Auparavant, Marie avait dû se débarrasser de la surprenante Allemande licenciée au C.J.F. Saint Malo, Pia Zajonz. Cette dernière, spécialiste du triathlon, disputait son premier cross de la saison.

CADETS. Guillaume Paul (US Saint-Gilles) est autant à l'aise sur le parcours que pour commenter sa course. « **J'ai mis quelques petites mines dans les côtes pour jauger mes adversaires** », raconte le vainqueur. En fait, Guillaume a dominé largement tout son monde en passant la surmultipliée dans la montée, qui s'est révélée le véritable juge de paix de toutes les



Chez les juniors, Jordan Pincemin (UA Langueux) a su prendre la course à son compte pour s'imposer devant Antoine Gallais (AC Penvenan).

épreuves de la journée.

JUNIORS FILLES. Deuxième titre consécutif pour Manon Delaunay, la Finistérienne du Quimper Athlétisme. « **Je ne connaissais pas le niveau de mes adversaires du jour et j'étais un peu stressée** », confiait l'étudiante en kiné à Paris. Manon, dont c'était le premier cross de la saison en Bretagne, avait terminé 14^e à Bilbao, la semaine dernière, avec une sélection française. « **J'aime bien ce genre de circuit, difficile et exigeant** », analysait la Quimpéroise, qui avait déposé dans les moments décisifs une très combative

Karen Baizid (Le Penthièvre), 2^e à 10 secondes de Manon.

JUNIORS GARÇONS. Jordan Pincemin (UA Langueux) a su attaquer au bon moment pour se débarrasser d'Antoine Gallais (Penvenan) et de Quentin Juhel (AP Vannes), qui avaient suivi l'élève de Daniel Carfentan et de Marie-Pierre Toudret-Duros. « **J'avais envie du titre et j'ai imposé mon rythme dans les difficultés** », expliquait le teigneux et talentueux Costarmoricain.

VÉTÉRANS FEMMES. Plus heureuse que la cadette Marie

Bouchard qu'elle entraîne, Béatrice Céveno-Lambert (Pays de Paimpol) a bien surpris tout son monde et peut-être elle-même en s'imposant très largement dans sa catégorie. Quatrième au scratch, Béatrice, après un départ prudent, a effectué un retour spectaculaire vers les avant-postes, où elle a fait parler le métier. « **Je ne sens même pas la fatigue, ni mon tendon récemment opéré. Je me dope à l'envie de courir** », analysait la championne, surprenante à plus d'un titre.

VÉTÉRANS HOMMES. Thierry Collet (ACR Locminé-Pontivy)

a fait étalage de toute sa classe pour gagner la première course de la journée devant plus de 400 athlètes. Animateur infatigable avec Patrick Brelivet (Courir à Chateaulin), le Morbihannais s'est joué de Christian Bellesoeur (HBA JA Bruz), le champion sortant. Vétéran 1^{re} année, Thierry a démontré qu'il aurait été encore redoutable chez les seniors, où il avait terminé 8^e en 2009 à Brec'h. « **Je suis parti quand j'ai décidé. J'étais costaud aujourd'hui, mais ma saison va commencer au pré-France et à La Roche-sur-Yon, pour les deux derniers rendez-vous importants de la saison de cross.** »

Cross-country

Les résultats



Manon Faudin
(minimes filles).



Marie Bouchard
(cadettes).



Manon Delaunay
(juniors filles).



Céline Jain
(espoirs femmes)



Sandra Lenevez
(seniors femmes).



Béatrice Ceveno
(vétérans femmes).

Minimes filles : 1. Manon Gaudin (UA Langueux), 2. N. Martin-Créac'h (AP Vannes), 3. C. Lamoine (AP Redon), 4. B. Perron (Cep Lorient), 5. L. Caroff (Stade brestois), 6. C. Le Rouzic (Cima Auray), 7. N. Picot-Nimpfoundi (AP Redon), 8. N. Henry (Bruz A.), 9. S. Jubault (Combourg A.), 10. L. Caroff (Stade brestois). *Par équipes :* 1. Stade brestois 40 pts, 2. Iroise A. 131, 3. Quimper A. 147.

Minimes garçons : 1. Nicolas Laurent (Léon Trégor A.), 2. C. Uguen (Iroise A.), 3. P.-L. Gouriou (Paimpol A.), 4. F. Bourgeault (Combourg A.), 5. S. Moisan (Acr Locminé), 6. L. Huelvan (Landi Saint-Pol), 7. T. Simon (Stade brestois), 8. F. De Saint Jores (CJF Saint-Malo), 9. A. Launay (EA pays Gallo), 10. W. Le Maintec (UA Langueux). *Par équipes :* 1. Stade brestois 90 pts, 2. EA Cesson 121, 3. Haute-Bretagne A. 132.

Cadettes : 1. Marie Bouchard (Paimpol A.), 2. P. Zajonz (GER), 3. L. Toudret (UA Langueux), 4. S. Cerclat (EA Cesson), 5. A.

Abily (Stade brestois), 6. P. Martin (CJF Saint-Malo), 7. L. Phélippeau (UA Côtes-d'Armor), 8. C. Sinquin (Blavet Scorff A.), 9. N. Picot-Nimpfoundi (AP Redon), 10. M. Tancray (Stade rennais), 11. T. Le Clézio (Stade brestois), 12. C. Guen (Stade brestois). *Par équipes :* 1. Stade brestois 41 pts, 2. CJF Saint-Malo 54, 3. UA Côtes-d'Armor 116.

Cadets : 1. Guillaume Paul (US Saint-Gilles), 2. J. Renault (UA Langueux), 3. S. Olivier (AP Vannes), 4. T. Birien (Pacé), 5. F. Rouaud (UACA), 6. P. Hervagault (HBA Rennes), 7. M. Lambert (Paimpol A.), 8. A. Lucas (UACA), 9. B. Menec (Stade brestois), 10. T. Lothodé (Cima Auray), 11. E. Le Jan (Lannion A.), 12. B. Deniel (Stade brestois). *Par équipes :* 1. AP Vannes 67 pts, 2. Stade brestois 74, 3. Acr Locminé-Pontivy 95.

Juniors filles : 1. Manon Delaunay (Quimper A.), 2. K. Baizid (LPA Lamballe), 3. E. Le Berre (Stade brestois), 4. N. Clayessens (Paimpol A.), 5. M. Romain (Quimper A.),

6. G. Le Gléau (Lannion A.), 7. L. Bleunven (Stade brestois), 8. C. Jaraba (Cima Auray), 9. K. Briand (AS22), 10. A.-L. Le Quéré (AC Penvenan), 11. G. Battais (EAP Brocéliande), 12. F. Léaustic-Louarn (Stade brestois). *Par équipes :* 1. Stade brestois 46 pts, 2. Quimper A. 65, 3. Stade rennais 86.

Juniors garçons : 1. Jordan Pincemin (UA Langueux), 2. A. Gallais (AC Penvenan), 3. Q. Juhel (AP Vannes), 4. K. Prono (AP Vannes), 5. E. Sagory (AS22), 6. B. Moreu (Cima Auray), 7. R. Le Bourdic (AP L'Orient), 8. E. Perrin (CAB Pont-l'Abbé), 9. A. Jols (AP Fougères), 10. A. Tual (EAP Brocéliande), 11. G. Daoudal (Landerneau), 12. C. Merroux (Stade brestois). *Par équipes :* 1. AP Vannes 66 pts, 2. Cima Auray 75, 3. Quimper A. 94.

Elite seniors/espoirs/vétérans femmes : 1. Sandra Lévénéz (AL Carhaix-Plouguer), 2. P. Lossouarn (HBA Rennes), 3. S. Lecoufle (AP Fougères), 4. B. Céveno (Paimpol A. 1^{re} V), 5. H. Taboussi (Quimper

A.), 6. S. Gouault (LPA Lamballe), 7. E. Delaunay (HBA), 8. M. Gobert (Cima Auray), 9. A.-A. Le Guern (HBA), 10. S. Gakobwa (Quimper A.), 11. A. Morlet (QA), 12. G. Le Calvé (Blavet Scorff A.), 13. A. Bertheloot (HBA), 14. C. Jain (Stade brestois, 1^{er} espoir), 15. C. Simon (AP L'Orient), 16. I. Chemin (EA Cesson, 2^e V), 17. M. Le Gallo (AP L'Orient, 3^e V), 18. G. Houitte (Pacé), 19. V. Laudrin (Cima Auray), 20. A. Le Floch (Stade brestois),... 25. L. Simon (Stade brestois, 2^e espoir),... 41. A. Boin (Stade rennais). *Par équipes :* 1. Haute-Bretagne Athl. 31 pts, 2. Quimper A. 71, 3. Stade brestois 87.

Elite seniors/espoirs hommes : 1. Benoît Nicolas (Stade brestois), 2. M. Rocaboy (AS22), 3. M. Thomas (HBA Rennes), 4. V. Siou (HBA), 5. F. Jaouen (HBA), 6. Y. Piederrière (AS22), 7. S. Ghazi (EA Cesson), 8. D. Pasquid (Blavet Scorff A.), 9. F. Brunet (Stade brestois), 10. A. Soudrais (HBA), 11. F. Chomaud (Acr Locminé), 12. R. Coine (Landerneau), 13. C. Malardé (BSA),

14. S. Philippe (Quimper A.), 15. S. Hannot (HBA), 16. C. Dayot (EAP Brocéliande), 17. B. Lecoq (HBA), 18. F. Saintilan (UA Langueux), 19. B. Siou (Stade brestois, 1^{er} espoir), 20. S. Guéguen (UACA), 21. J. Auffray (HBA, 2^e espoir),... 25. S. Gragnic (AP L'Orient, 3^e espoir). *Par équipes :* 1. Haute-Bretagne A. 22 pts, 2. Stade brestois 74, 3. Blavet Scorff A. 129.

Vétérans hommes : 1. Thierry Collet (Acr Locminé-Pontivy), 2. P. Brélivet (CA Châteaulin), 3. C. Bellesoeur (HBA), 4. S. Descormiers (CSG Rennes), 5. F. Piquois (Stade rennais), 6. P. Robin (AS Pommeret), 7. L. Le Pouézar (Blavet Scorff A.), 8. H. Le Gal (Stade rennais), 9. D. Lescop (Iroise A.), 10. P. Toudret (UA Langueux), 11. A. Le Gall (Landerneau), 12. J.-M. Hochet (Cima Auray), 13. E. Godeau (AS Bégard), 14. P. Routier (UA Langueux), 15. J.-R. Bernard (Landerneau). *Par équipes :* 1. Landerneau A. 92 pts, 2. Cima Auray 127, 3. Acr Locminé-Pontivy 152.



Nicolas Laurent
(minimes garçons).



Guillaume Paul
(cadets).



Jordan Pincemin
(juniors garçons).



Benjamin Siou
(espoirs hommes).



Benoît Nicolas
(seniors hommes).



Thierry Collet
(vétérans hommes).



Chez les minimes garçons, Nicolas Laurent (Léon Trégor Athlé, à gauche) a pris le meilleur sur Corentin Uguen (Iroise Athlé).



Tenante du titre, Manon Delaunay (Quimper Athlé, à droite, aux prises avec la Lamballaise Karen Baizid) a confirmé sa suprématie dans la catégorie.