



RÉSULTATS DU MOIS



Cross du courrier de l'Ouest - Angers

- + de 200 membres rassemblés.
- Sur les podiums : Jules POITRON : 3e aux Foulées du Parc, et Florimond NAULLEAU 2e Master aux Foulées Harmonie.
- 8 équipes ont participé à la nouveauté de l'année : le relais, et deux de nos équipes ont décroché une place sur le podium.

10 km de Bordeaux

Clément PANCHE : 30min19s, Baptiste MESLET : 32min10s, Raphael FATTIER : 32min33s.

Départementaux combinés 44 - Nantes

La deuxième place s'offre à Benjamins SCHALL avec 4 423 points sur l'heptathlon (TCM)



Open Anneau Indoor- Nantes

- Délégation de près de 25 athlètes déterminés!
- Sur 200m, on retrouve Marie BREVET en 26'77s et la nouvelle venue Nora TREMELO fait sensation en 26'94s
- Manon HERAUD reprend la piste avec un 800m en 2min33s97.
- Du côté masculin, Victor FOFANA sur 200m en 22'29s, suivi de près par Matéo CLEMENCEAU en 22'78s

Trail de l'Hyrome 12km - Chemillé

Victoire de Corinne Herbreteau

Course nature - Bioparc doué la fontaine

Victoire de David Vennevier

Trail de l'Apocalypse

Victoire de Bazile Mazé

Foulée de Mauges sur Loire

1ère place et 3ème place pour nos minimes, ainsi que nos benjamins sur le relais cross mixte

AGENDA

LES DATES À RETENIR

Cross de l' ESSHA/Dptx Cross court
Segré Mouilleron le Captif le 03/12

Meeting Perche Homme Vendespace
Segré le 03/12

Cross National de l'Erdre-AC Chapelain
La Chapelle sur Erdre le 10/12

Meeting régional du Vendéspace
Mouilleron le Captif le 10/12

Meeting Régional anneaux - RCN
Nantes Stadium le 17/12

Meeting National Masters
Nantes stadium le 23/12

Meeting sprint/haies - ACL44
Nantes stadium le 28/12

Newsletter de

L'ENTENTE ANGEVINE ATHLÉTISME

N°2



ZOOM sur Julien Fleuret

Préparateur physique et mental indépendant dans le sport de haut niveau

"JULIEN FLEURET, PRÉPARATEUR PHYSIQUE ET MENTAL
AU SERVICE DE LA PERFORMANCE SPORTIVE"

Dans le domaine exigeant du sport de haut niveau, **Julien Fleuret se démarque depuis 2019**. Avec un passé en tant qu'athlète en demi-fond à l'E2A, il a établi un record de 3'56 sur 1500m. Titulaire d'une licence et d'un master en STAPS, spécialisé dans l'entraînement et l'optimisation de la performance, Julien est désormais polyvalent et cumule des expériences variées au sein de clubs professionnels et aux côtés de sportifs professionnels, qui évoluent dans le football, le basket, le handball, le hockey, et bien d'autres. **"L'objectif est de développer les qualités physiques de chaque athlète en prenant en compte ses caractéristiques individuelles et les exigences de sa discipline pour performer"**

L'accent est mis sur la performance, avec une approche personnalisée pour tirer le meilleur parti de chaque sportif. Pour cette nouvelle saison, Julien intervient de manière régulière au sein du club, avec des sessions programmées tous les lundis midi et mercredis soirs.

Avec ce profil et ces antécédents, Julien s'impose comme un atout majeur pour nos athlètes !





Retour du CA

- o Mise en place de l'organigramme (Disponible sur notre site internet)

Focus sur une règle d'athlétisme

PERCHE



Chaque sauteur a trois essais par hauteur et, s'il la franchit, en obtient trois nouveaux pour la hauteur suivante, sinon il est éliminé et sa performance est la dernière hauteur franchie.

La barre monte de cinq centimètres en cinq centimètres ou de dix centimètres en dix centimètres et ne peut pas redescendre

Bon mois de décembre à tous !



Envie d'ajouter des infos complémentaires ?

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

PARTENAIRE

MERCI !



-10% sur tout le magasin pour tous les licenciés



CONTACT

partenaire.e2arun@gmail.com



@EntenteAngevineAthlétisme



@Entente Angevine Athlétisme

NOUVEAU
SITE INTERNET



[HTTPS://E2A.SPORTSREGIONS.FR](https://e2a.sportsregions.fr)