

# SCO NEWS



## YOUSSEF, DEUXIÈME DE CETTE 45E EDITION DE MARSEILLE-CASSIS

Adhérent du club, Youssef Benhadi (Maroc) termine deuxième en 1h03'16, derrière le détenteur du record du Rwanda sur marathon, Felicien Muhitira en 1h01'38. Youssef améliore son chrono de l'an passé de près d'une minute et gagne deux places. Nicolas Navarro, se classe septième (quatrième français) en 1h06'28.

Du côté des féminines, Lucy Macharia se classe sixième en 1h16'53 (3e master).

- 28e - Coralie Renault - 1h23'26 - RP
- 112e - Sophie Mazouz - 1h31'29 - RP
- 108e - Claire Aubry - 1h31'52 (20e master) - RP
- 204e - Fantine Smagghe - 1h36'32
- 198e - Sarah Elaoumari - 1h36'46

Un grand bravo à tous les athlètes du club qui ont encore une fois dépassé leurs limites ! Merci aux meneurs d'allure et à tous ceux qui ont participé à l'organisation, sans qui cette course n'aurait pu avoir lieu. Au total, 19 857 personnes ont franchi la ligne d'arrivée.

- 34e - Malo Sergent - 1h10'07 (6e master) - RP
- 100e - Baptiste Beziars - 1h14'43 (5e espoir) - RP
- 102e - Sébastien Chillet - 1h14'46 - RP
- 122e - Alexandre Theoharis - 1h15'04 (25e master) - RP
- 150e - Frédéric Monier - 1h16'24 (17e master 1)

## DES COURSES HORS STADE POUR PRÉPARER LA SAISON

Vous étiez nombreux ce mois-ci à avoir foulé le parcours de nombreuses courses dans la région. Un moyen de bien lancer sa saison via un rassemblement festif autour de la course à pied. Une ambiance particulière qui fait tout son charme, souvent dans les villages de campagne, avec une petite organisation chaleureuse. De petites fiertés personnelles agrémentées de lots et de bouquets garnis qui sont toujours une source de plaisir et de motivation.



ALGERNON



LA TRILOGIE D'AURIOL



LE CABRO D'OR



LE DEFI CALENDAL



PROM RECORD DAY



LA CITEE DES PAPES



20KM DE PARIS

SEMI MARATHON  
COULÉE VERTE

OCTOBRE ROSE PDC



## MARSEILLE EN ROSE

La section athl e coorganisait pour la troisième fois consécutive la course caritative de Marseille en Rose. Pas moins de 1500 dossards ont été attribués le dimanche 6 octobre. Votre mobilisation permet de financer la prévention et la recherche médicale contre le cancer du sein, le cancer le plus fréquent et le plus meurtrier chez les femmes. Bravo à nos adhérents aperçus sur le parcours, ainsi qu'à nos salariés et bénévoles du club, qui ont donné de leur personne tout le week-end. Merci à l'équipe de Marseille en Rose pour leur confiance.



## CHALLENGE EQUIPE ATHLÉ MINIMES

Neuf minimes ont participé au challenge équip'athlé à Luminy le dimanche 6 octobre. La SCO termine deuxième du relais 4x60m mixte. Andrea Tomasini se classe 2e du 80m en 11"42, 2e du concours du saut en longueur avec 4m27 et 3e au saut en hauteur avec 1m25. Victoria Bastien et Meline Touati se classe troisième au javelot et au disque. Chez les garçons, Ryan Fahad remporte sa série du 120m en 14"75 et termine 2e du concours du saut en longueur avec 5m20. Juan Gavazzi Menendez se classe 2e du 200m haies en 37"62, il termine également 4e du 1000m en 3'16.



## CHAMPIONNAT RÉGIONAL DE IOKM



L'événement Aix en foulée était support du championnat régional de 10km. Plus de 1000 participants sont venus courir dans les rues aixoises pour les 5km ou les 10km. Nicolas Navarro remporte le 10km avec plus d'une minute d'avance en 31'37. Robin Gouffon est sacré champion chez les espoirs en 34'19 et Emile Derrien termine deuxième master en 33'26. Une belle première expérience pour la cadette Emma Perruchot-Triboulet qui se classe 4e dans sa catégorie en 53'14. De même pour Chloé du même nom, qui termine 6e espoir en 52'08. Le master Olivier Blaise termine en 42'48 (34e).

## CE N'EST QU'UN "AU REVOIR"

C'était sa dernière assemblée générale. Claude Anfosso, après huit années de présidence passe le flambeau. Ci-dessous un extrait de l'interview de la Newsletter du mois de juillet pour ceux qui l'aurait manqué, ainsi que ces derniers mots en tant que président.

PEUX-TU TE PRÉSENTER EN QUELQUES MOTS ?

*"Claude Anfosso, je suis retraité, j'ai 80 ans. Je suis arrière grand-père. J'aime le sport, le bricolage et les balades".*

QU'EST-CE QUE CE POSTE T'A APPORTÉ ?

*"Ça m'a permis de rencontrer beaucoup de gens de milieux différents, de me faire des amis et de me rajeunir par la présence des jeunes athlètes".*

QUEL EST TON PLUS BEAU SOUVENIR AU CLUB ?

*"Ça a été la remontée en Élite A, aux interclubs de Dijon en 2017."*



QUELS SONT TES PROJETS POUR "L'APRÈS SCO" ?

*"Malgré tout, je vais rester bénévole à la SCO et puis continuer mon bénévolat avec mon comité d'entreprise. Je vais être encore plus disponible pour la famille"*

QU'EST-CE QUE TU SOUHAITES AU CLUB À L'AVENIR ?

*"Que le club continue de vivre, de s'améliorer, d'obtenir des résultats dans les compétitions avec nos jeunes qui progressent d'année en année."*

SON DERNIER DISCOURS

*"En effet, cela fait huit ans que j'assume la présidence de la section. Huit ans avec de belles rencontres, des satisfactions, des résultats plus ou moins bons. Ces années passées en tant que responsable de la section ont été très enrichissantes, surtout grâce à vous tous : les coachs, les athlètes, les officiels, les salariés de la section, mais aussi du club. Un grand merci à la compta, à l'accueil et aux responsables. Je ne nomme personne de peur d'en oublier, mais le seul que je tiens à nommer, c'est Laurent qui m'a permis d'assumer mon boulot. Ton aide m'a été précieuse et indispensable, je ne pourrai oublier les nombreuses années de marche nordique, les déplacements heureux, périlleux, voire dangereux\*. Un grand Merci à toi et à vous tous."*

\*Claude fait ici allusion au déplacement dans le Tarn pour les championnats de France de cross 2024, où son minibus a été submergé par une route inondée par la Rance. L'eau est montée rapidement dans le véhicule, et une vingtaine de pompiers ont dû intervenir pour secourir les cinq passagers en difficulté.

## UN NOUVEAU PRÉSIDENT

PEUX-TU TE PRÉSENTER EN QUELQUES MOTS ?

*"J'ai 33 ans. J'habite à Marseille. Je suis conducteur de bus pour la ville de Marseille et je suis dans l'athlétisme depuis 2006. J'ai commencé à l'UNSS en tant que jeune juge. C'est ma septième saison à la SCO. Je suis starter fédéral, juge saut régional, juge lancer régional, speaker régional et dirigeant."*

AS-TU DÉJÀ FAIT DE L'ATHLÉ ?

*"J'ai fait un petit peu d'athlétisme en milieu scolaire à l'AS. J'étais principalement sprinter et sauteur en longueur. Je me suis blessé, ça m'a écarté des pistes pendant quelque temps et c'est là que j'ai découvert l'activité de juge, depuis je n'ai pas arrêté. J'ai repris un peu l'an passé avec le "groupe découverte" de Manon et Jérôme, mais on m'a très vite diagnostiqué une hernie. Maintenant, avec le travail que je fais, je ne peux pas venir souvent, c'est plus compliqué."*



SA PLUS GRANDE  
QUALITÉ

Bienveillance

SON PLUS GRAND  
DÉFAUT

Obstination

QU'EST-CE QUI T'A MOTIVÉ À T'INVESTIR AU SEIN DU CLUB EN TANT QUE PRÉSIDENT ?

*"J'aime relever des défis, et la SCO est un grand club. L'opportunité de soutenir les entraîneurs et les licenciés pour qu'ils s'épanouissent pleinement m'a tout de suite attiré, tout comme l'idée de poursuivre l'œuvre de Claude et des autres présidents. Mon objectif est de contribuer au rayonnement continu de la section athlétisme. On m'a proposé un défi de taille, que je suis prêt à relever avec toute l'équipe."*

QUELS SONT TES OBJECTIFS ET TA VISION POUR LE CLUB SOUS TA PRÉSIDENTE ?

*"L'objectif principal est de permettre à chacun de s'épanouir, que ce soit en sport santé, pour les lanceurs, les marcheurs, et tous les autres. J'aimerais renforcer le jury, offrir davantage d'encadrement lors des compétitions, former de nouveaux juges et assurer leur mise à jour. Je souhaite aussi faire grandir le meeting international, qui prend de l'ampleur chaque année, et poursuivre dans cette voie. Pourquoi ne pas imaginer de nouveaux rendez-vous, à la fois hors stade et sur piste ? J'ai déjà quelques idées en tête."*

---

QUELS SONT POUR TOI LES POINTS SUR LESQUELS LE CLUB DEVRAIT TRAVAILLER ET CEUX QUI SONT PLUTÔT MOTIFS DE SATISFACTION ?

---

*“Concernant les points à améliorer, je dirais qu’il faut renforcer l’encadrement en compétition, notamment au niveau des juges. Le club en mobilise beaucoup, mais ce sont souvent les mêmes, ce qui finit par les épuiser. Il serait bon de les soulager. Je trouve également essentiel d’accompagner les athlètes pour qu’ils atteignent leur meilleur niveau, je souhaite donc continuer sur cette voie.”*

*“Nous avons beaucoup de coureurs hors piste qui participent à de nombreux rendez-vous. Nous sommes visibles et c’est un beau motif de satisfaction. Nous avons aussi du bon matériel pour travailler, par rapport à d’autres clubs. Les athlètes ont vraiment de la chance.”*

---

QUELS SONT LES PRINCIPAUX DÉFIS AUXQUELS TU PENSES FAIRE FACE EN TANT QUE PRÉSIDENT DE LA SECTION ?

---

*“Le défi principal est de parvenir à satisfaire tout le monde, pour que chacun y trouve son compte (...). Maintenir la piste en Élite 2 serait déjà une première réussite significative à mon actif.”*

#### SA PLUS GRANDE FIERTÉ

En 20 ans d’engagement pour l’athlé, il a réussi à être au plus près du plus grand événement planétaire : les Jeux Olympiques et à Paris. En plus, il a travaillé avec les représentants de World Athletics, donc c’est une chance unique !




---

AS-TU UN MOT DE LA FIN POUR LES LICENCIÉS ET TOUTE L’ÉQUIPE ?

---

*“Je remercie tous les licenciés de faire confiance à la SCO est d’avoir pris une licence, tous les coachs sont là pour les aider et les accompagner. Que chacun puisse s’épanouir du mieux possible et fasse briller les couleurs jaune et rouge sur toutes les compétitions. Je remercie tous les bénévoles, les juges et ceux qui préparent les différents rendez-vous portés par la SCO. Je remercie tous les coachs pour leur investissement tout au long de l’année, je remercie évidemment Claude pour ces dernières huit années. Je souhaite souligner le travail de Laurent qui s’investit énormément. Je remercie également le travail de communication, ainsi que tous les salariés de la SCO qui se mobilise pour avoir un club qui tourne.”*

# ATHLÈTE DU MOIS

## YOUSSEF BENHADI

Membre du club depuis la saison dernière, Youssef affiche déjà un joli palmarès sous les couleurs rouge et jaune : champion de France d'Ekiden en novembre dernier, champion interrégional de cross long avec une course largement dominée à Fos-sur-Mer, et une belle 33<sup>e</sup> place lors de la finale dans le Tarn. Nous l'avons découvert l'année passée lors du Marseille-Cassis, où il avait décroché la 4<sup>e</sup> place. À l'époque sans club, nous lui avons proposé de rejoindre notre équipe. Il y a quelques jours, il a confirmé son talent en se classant 2<sup>e</sup> de cette 45<sup>e</sup> édition.

(Interview traduite de l'espagnol)

PEUX-TU TE PRÉSENTER EN QUELQUES MOTS ?

*"Je suis Youssef Benhadi, j'ai 30 ans. Je vis à Font-Romeu en ce moment. Je suis athlète professionnelle. Mes activités préférés sont la course à pied, la marche et le vélo"*

PEUX-TU NOUS PARLER DE TES ENTRAÎNEMENTS ?

*"J'ai commencé à courir en 2008. Cela fait 16 ans maintenant. Je m'entraîne pour les courses sur route : 10 000m, semi-marathon et maintenant je commence avec le marathon. Je m'entraîne à Font-Romeu, j'ai une équipe d'entraînement ici, mais c'est temporaire. Je m'entraîne moi même, je n'ai pas d'entraîneur."*

COMMENT S'EST PASSÉ TA COURSE ?

*"Je suis heureux de ma deuxième place. C'était un peu difficile après le marathon que j'ai couru deux semaines avant. (Le 13 octobre à Eindhoven, aux Pays-Bas)."*

COMMENT TU VAS APRÈS TA CHUTE ?

*"Je vais bien. J'étais avec mon médecin aujourd'hui (30 octobre). J'ai fait des examens et tout était normal. "*



SA DISTANCE  
PRÉFÉRÉE

**10 000m**

SA COURSE  
PRÉFÉRÉE

**10km Palais de  
l'Élysée**

*"Car c'est une course avec une ambiance particulière. Les gens encouragent du premier kilomètre jusqu'à la ligne d'arrivée."*



QUELLE EST LA PERSONNE QUI T'INSPIRE LE PLUS ?

*"Bashir Abdi (un athlète belge, spécialiste des courses de fond), parce qu'il travaille dur et avec diligence pour attendre ses objectifs."*

QUELS SONT TES PROCHAINS OBJECTIFS ?

*"Pour l'instant, je n'ai pas planifié de course. Je dois me reposer un peu. Mais il y a une possibilité que je cours le marathon de Séville (dimanche 23 février 2025). Je vais évidemment participer à toutes les courses avec le club comme les championnats de France de cross."*

POURQUOI AVOIR CHOISI LA COURSE À PIED PLUTÔT QU'UN AUTRE SPORT ? QU'EST-CE QUI TE MOTIVE DANS CETTE DISCIPLINE ?

*"J'adore courir car je me sens à l'aise. C'est naturel"*

AURAS-TU UN CONSEIL À DONNER À CEUX QUI TE SUIVENT ET QUI COMME TOI, SE PRÉPARENT POUR DES COURSES DE FOND ?

*"D'abord, j'aimerais dire merci aux personnes qui se sont inquiétées pour moi après ma chute à Cassis. Je vous aime beaucoup et vous remercie. Si j'ai un conseil à donner, c'est de s'entraîner en groupe, ça aide beaucoup pour améliorer ses performances. Il faut aussi s'entraîner beaucoup, s'étirer beaucoup et faire du renforcement musculaire. Je conseille de courir au moins 120km par semaine et 18km par jour, avec une séance sur la piste, une séance fartlek et le dimanche une sortie longue. Répéter ce programme pour une durée de 6 semaines"*

SON RÊVE

**Les Jeux olympiques**

SA PLUS COURTE DISTANCE

**1500m**

## SES RECORDS

3000m : 8'12''76 (2016)

5km : 13'53 (2021)

10km : 28'04 (2019)

21km : 1h01'24 (2018)

Marathon : 2h11'44 (2024)

Men's Road Running  
ranking : 124e



## BOUTIQUE EN LIGNE



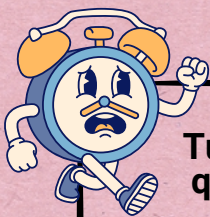
La SCO s'allie à Ekinsport pour t'accompagner dans ta pratique préférée ! Commande ta tenue à l'effigie du club sur [ekinsport.com](https://ekinsport.com).

De la qualité, du sérieux et du confort, c'est reparti pour une nouvelle saison !



### NE MANQUEZ PAS EN NOVEMBRE

- 2 novembre - Régional de Trail Court - Roquefortrail 13
- 10 novembre - Départementaux benjamins en salle - Miramas
- 11 novembre - Cross de l'ACP - Marseille
- 17 novembre - Départementaux minimes en salle - Miramas
- 23 novembre - Départementaux épreuves combinées minimes en salle - Miramas
- 24 novembre - Cross d'Aubagne
- 30 novembre - Cross de Marignane
- 30 novembre - Départementaux épreuves combinées en salle cadets à masters - Miramas



**Tu finis tard et tu souhaites quand même pratiquer ton activité favorite ?**

Benjamin t'accueille pour des entraînements de running les lundis et mercredis de 19h30 à 21h au stade Delort (ou autre lieu selon la demande). Contacte-nous !



[www.scoathle-marseille.fr](https://www.scoathle-marseille.fr)

**SUIVEZ-NOUS !**



1



DÉCOUVREZ NOS OFFRES SPÉCIALES  
**ADHÉRENTS D'ASSOCIATIONS<sup>(1)</sup>**  
**ET NOS OFFRES DE BIENVENUE<sup>(2)</sup>**



**REJOINDRE UNE BANQUE  
QUI APPARTIENT À SES CLIENTS,  
ÇA CHANGE TOUT.**

**Crédit  Mutuel**

Le Crédit Mutuel, banque coopérative, appartient à ses 8 millions de clients-sociétaires.

<sup>(1)</sup> Offre valable jusqu'au 31/12/2021, réservée aux personnes physiques majeures et capables, adhérentes d'une association, pour toute entrée en relation avec une Caisse de Crédit Mutuel participant à l'opération, sous réserve de l'existence d'une convention de partenariat entre l'association et ladite Caisse de Crédit Mutuel. L'entrée en relation est soumise à l'accord de la Caisse de Crédit Mutuel. Voir conditions en Caisse ou sur [www.creditmutuel.fr](http://www.creditmutuel.fr). <sup>(2)</sup> Offres soumises à conditions, réservées aux nouveaux clients personnes physiques majeures, pour toute entrée en relation avec le Crédit Mutuel, dans les Caisses de Crédit Mutuel participant à l'opération. L'entrée en relation est soumise à l'accord de la Caisse de Crédit Mutuel.  
Caisse Fédérale de Crédit Mutuel - RCS Strasbourg B 588 505 354.



## Avec l'offre spéciale adhérents d'association

profitez  
de

**50 €**

**50 €<sup>(2)</sup>  
offerts**

- ▶ versés sur votre compte bancaire lors de l'ouverture.
- ▶ en bon d'achat sur la boutique du club.

➤ **Carte bancaire personnalisée FFA offerte.**



**CRÉDIT MUTUEL DE  
STÉ MARGUERITE**



**19 Bd de Sainte-Marguerite,  
13009 Marseille**



**04 96 20 62 12**

➤ **Gratuité des frais d'ouverture du compte bancaire au Crédit Mutuel de  
Sainte Marguerite.**