

SCO'NEWS

Les jeunes à l'honneur ce mois-ci



**TOUR DE POINTES, ÉQUIP'ATHLÉ,
STAGES, LES JEUNES CATÉGORIES
ONT EU UN MOIS D'AVRIL BIEN
CHARGÉ EN ATHLÉ !**



62M79 POUR JORDAN GUEHASEIM AU LANCER DE DISQUE



Une performance internationale B ! Dixième meilleure performance française de la journée (toutes épreuves confondues), Jordan se rapproche de son record personnel établi l'an passé à 62m90. La saison est bien lancée !

CHAMPIONNATS DE FRANCE DE 10KM

Benjamin Pelaprat est le premier de la SCO à franchir la ligne d'arrivée en 33'21, il se classe 175e. Baptiste Beziers termine en 34'16 et se classe 256e (35e espoir), suivi de Keryan Dargy en 34'17. Emile Derrien réalise 34'29 et se classe 293e. Iliann El Mazzouji se classe 311e en 34'48. Arnaud Migeon, 439e en 35'43". Robin Gouffon, 566e en 37'38".

Chez les femmes, Fantine Smagghe termine 151e (22e espoir) en 39'31".

Dans la course master, Frederic Monier se classe 29e master 1 en 33'21. Loïc Vasseur, 36'31 (84e master 2).



Un samedi cohésion



C'est sous une chaleur estivale que 70 licenciés ont participé à la traversée des calanques, une demi-journée de cohésion et de partage organisé par le club. Quatre parcours de 10km à 30km reliant Marseille à Cassis, en courant ou en marchant, étaient proposés. Les adhérents se sont retrouvés vers midi à la plage du Bestouan, à Cassis pour partager un pique-nique tous ensemble. Merci à tous pour votre participation !



CHAMPIONNATS DE FRANCE DE COURSE DE MONTAGNE



Deux athlètes du club se sont rendus à Briançon, dans le département des Hautes-Alpes pour participer aux championnats de France de course de montagne. Les seniors Benjamin Pelaprat et Maxime Zouain se classent respectivement 90e et 229e sur un parcours de 14km avec près d'un kilomètre de dénivelé positif.



REMISE DES TROPHÉES

PAR LA LIGUE D'ATHLÉTISME DE LA RÉGION SUD ET LE CRÉDIT MUTUEL MÉDITERRANÉEN

Lucy Macharia remporte le challenge courses sur route et Coralie Renault termine première de sa catégorie.

Du côté des marcheurs, Sabine Rollin remporte le challenge marche nordique. Sophie Esnou, Sophie Magrez, Chantal Geoffroy et Denis Geoffroy gagnent dans leur catégorie.

Le club termine à la troisième place du challenge courses sur route et première du challenge marche nordique.



La SCO sur tous les fronts



L'ATHLÈTE DU MOIS



ZAKARYA TSAMA-MANONO



IL S'EST DISTINGUÉ PAR SES DIFFÉRENTES VICTOIRES CE MOIS-CI NOTAMMENT LORS DE L'ÉQUIP'ATHLÉ À MARSEILLE OÙ IL REMPORTE LE 50M HAIES EN 8"56 (35 PTS), LA LONGUEUR AVEC 4M73 (33 PTS), LE POIDS AVEC 8M19 (26 PTS). PLUS RÉCEMMENT, LORS DU TOUR DE POINTES, IL A RÉALISÉ LE MEILLEUR TEMPS DES SÉRIES SUR 50M EN 7"32 (33 POINTS) ET LE MEILLEUR SAUT À LA LONGUEUR, 4M81 (NC)*. CES PERFORMANCES LAISSENT PRÉSAGER UN BEL AVENIR ATHLÉTIQUE POUR CE JEUNE GARÇON AMBITIEUX.

1 TU PEUX TE PRÉSENTER À CEUX QUI NE TE CONNAISSENT PAS ?

Je m'appelle Zakaraya Tsama-Manono. Je suis en benjamin 2 et je vais avoir 13 ans, le 6 mai. Je suis au collège, en 5e. Je fais de l'athlétisme depuis 4 ans. En athlétisme, j'aime bien le sprint et le saut en longueur.

2 QU'EST-CE QUI T'A FAIT COMMENCER L'ATHLÉTISME ?

Mon père! Il en faisait. Je faisais du foot et j'ai arrêté, car je n'étais pas collectif. J'ai fait du basket, puis j'ai arrêté, et après, j'ai testé l'athlétisme et j'ai bien aimé.

3 QUELS SONT TES OBJECTIFS CETTE SAISON ?

J'aimerais bien faire moins de 7"00 au 50m et atteindre les 5m00 au saut en longueur.

4 COMBIEN DE FOIS TU T'ENTRAÎNES PAR SEMAINE ?

Je m'entraîne deux fois par semaine et parfois en dehors des entraînements du club avec mon père, au stade de l'USPEG. En général, je m'entraîne au stade Delort, parfois à Luminy, le mercredi de 16h à 18h et le samedi de 14h à 16h.

5 TU AS DES PERSONNES QUE TU ADMIRES EN ATHLÉTISME ?

Usain Bolt ! et ... Noah Lyles, un Américain médaillé olympique et six fois champion du monde du 100m.

POURQUOI EUX ?

Parce qu'ils ont réussi à marquer l'histoire du sport... Noah a fait un très bon temps au 100m et Bolt a marqué l'histoire oui.

6 QUELS SONT TES RÊVES/OBJECTIFS POUR PLUS TARD ?

J'aimerais me spécialiser dans le sprint à l'avenir et dépasser tous les temps des meilleurs !



AVRIL = LA PÉRIODE DES STAGES

STAGE ÉQUIPE DE FRANCE DE RELAIS - JACKSONVILLE (USA)

STAGE EA/PO DELORT (MARSEILLE)

STAGE BENJAMINS/MINIMES LUMINY (MARSEILLE)



ÉLOÏSE DE LA TAILLE



STAGE ESPAGNE CA À MA - ESPAGNE



STAGE DEMI-FOND MANOSQUE

STAGE DEMI-FOND - MONTE GORDO (PORTUGAL)

STAGE LIGUE : SPRINT, SAUT ET EC* CREPS DE BOULOURIS



NE MANQUEZ PAS

EN MAI

- 4 mai : Meeting national de l'Est Lyonnais - Lyon (AURA)
- 5 mai : Équip'athlé Minimes Régional - Toulon (PCA)
- 22 mai : Meeting international d'athlétisme de Marseille - Stade Delort (PCA)



CHAMPIONNATS DÉPARTEMENTAUX

- 18-19 mai : Championnats départementaux d'épreuves combinées BE à MA - Marseille, Luminy (PCA)
- 25-26 mai : Championnats départementaux CA à MA - Marseille, Luminy (PCA)



CHAMPIONNATS NATIONAUX

- 12 mai : Championnats de France des clubs - Salon de Provence (PCA)
- 18 mai : Championnats de France d'Épreuves Combinées Élite - Oyonnax (AURA)
- 25-26 mai : Finale nationale Équip'athlé - Dreux (CVL)



UN MEETING ORGANISÉ PAR LE CLUB

Athlètes internationaux, performances, spectacle d'acrobaties, tombola, village partenaires, l'ambiance est garantie le mercredi 22 mai au stade Delort de Marseille ! Inscrivez-vous pour participer au pré-meeting (à partir de 7 ans) ou prenez vos billets pour assister à un spectacle de folie, à partir de 15h !

Toutes les infos : www.meeting-marseille.com