
SCO NEWS



LES JEUX EN FRANCE !

Suite à une belle remontée, Nicolas Navarro franchit la ligne d'arrivée du marathon en seizième position en 2h09"56. Retrouvez son interview complète page 10.



Le sprinter Hachim Maaroufou porte-drapeau des Comores s'est classé troisième au tour préliminaire du 100m en 10"44 (N2). Il s'est qualifié pour les séries où son parcours s'est achevé avec un chrono' de 10"52 (N2).



VOUS AUSSI ÉTIEZ PRÉSENTS

Olivier Jouve

Coach



“J’étais coach personnel pour Hachim. Grâce à mon accréditation, j’ai pu accéder à la zone d’échauffement et côtoyer les plus grands athlètes olympiques. C’était très enrichissant. J’ai pu voir comment les athlètes se préparaient avant leur épreuve. L’ambiance dans le stade était formidable, le public était enthousiaste. C’était des jeux très réussis.”

Anecdote : *“Ce qu’on pense des Américains est vrai. J’ai vu des sprinters manger des burgers dans la zone d’échauffement.”*

Alexandre Bourasseau

Bénévole



“J’ai eu pour mission d’être “équipier technique au service de World Athletics”. Ma mission consistait à faire en sorte que les membres de World Athletics ne manquent de rien, de la nourriture aux boissons en passant par le matériel consommable (papier, encre imprimante, etc...). J’ai donc pu vivre pleinement l’organisation même d’une session d’athlétisme (sachant que j’étais engagé sur toutes les sessions du soir) et voir comment les ITO géraient les petits pépins du moment. J’étais superbement bien placé, car j’étais dans les bureaux des ITO, en hauteur, face à la ligne d’arrivée. J’ai pu vivre cette magnifique finale du 100m messieurs, ainsi que le record du monde de Mondo Duplantis, pour ne citer que ces finales.”



“Très bonne expérience, mais seul un point négatif. Moi qui suis très bon mangeur, les repas n’étaient clairement pas à la hauteur avec des salades froides chaque soir. C’était léger et surtout très vite redondant. C’était véritablement le seul point négatif. Une expérience très riche et je suis très heureux d’avoir pu participer à cet événement.”

Anecdote : *“Par exemple, le concours de perche qui a dû être stoppé suite à la défaillance d’un des deux poteaux. Le juge rentre la hauteur dans un ordinateur, puis ensuite la barre est montée à la bonne hauteur automatiquement. Sauf que le système était tombé en panne. Donc il a fallu “meubler” pour la TV pour que cette panne soit transparente (bon, je n’ai rien dit).”*

VOUS AUSSI ÉTIEZ PRÉSENTS

**Alex
Pham**

Bénévole



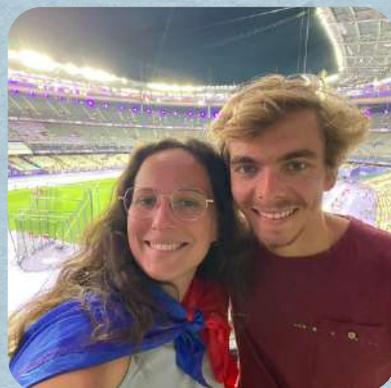
“J’étais sur différents postes. D’abord, je gérais une équipe de dix, qui s’occupaient des voitures qui ramenaient les engins (javelot, disque et marteau), je veillais à que tout aille bien. Je suis seul d’habitude sur les autres compétitions. Ensuite, en tant que jury, je complétais le manque sur un concours. J’ai appris beaucoup de choses sur les exigences techniques (timing, sécurité...). Sur les championnats de France ou autres, nous n’avons pas les mêmes exigences.”

“Je travaille actuellement pour les Jeux Paralympiques, en ce moment même, on est en train de faire des trous pour fixer les fauteuils dans la cage des lancers pour que ça ne bouge pas, quatre trous devant et derrière pour fixer des barres et des sangles.”

Anecdote : *“Je me suis retrouvé coincé au milieu du stade, car il y avait la finale du 100m. Nous étions six, toutes les lumières étaient éteintes, la musique à fond, tout le monde criait, c’était impressionnant.”*

**Benjamin
Pelaprat**

Spectateur



“Les Jeux olympiques, ça paraît inaccessible, même en tant que spectateur. Puis vient le temps où l’événement arrive dans ton pays. Sans plus attendre, je prends des places pour voir les finales du 1500m hommes et du 3000m steeple femmes et hommes. Quelle ambiance! C’était fou, incroyable... merci Paris 2024.”

Anecdote : *“En regardant la finale du 1500 hommes, je me suis dit que j’irai peut-être la voir également en 2028 à Los Angeles, pour encourager un certain Gaor.”*

**Bob Rodo**

Bénévole

“J’étais bénévole à la maison de l’athlé. On recevait les Ligues, quelques clubs, des politiques (...) seulement sur invitation. De 18h à 2h du matin, on recevait les athlètes et leur famille. Le but était que les gens se réunissent et parlent d’athlé. Il y avait de quoi manger et boire. Cela se passait à l’intérieur de Randstad, un immeuble mis à disposition.”

Anecdote : *“Il y avait de nombreuses anciennes stars de l’athlé comme Marie José Perrec, Christine Arron, Romain Mesnil, ainsi que quelques judokas médaillés. J’ai rencontré Alice Finot qui m’a d’ailleurs promis de venir au Marseille-Cassis, mais aussi Albert de Monaco.”*

MONDIAUX DE DÉCATHLON FÉMININ

Six françaises sur 31 engagées se sont rendues au championnat du monde de décathlon féminin qui s'est déroulé à Geneva aux États-Unis. Marseille était bien représentée puisque trois d'entre elles font partie de la SCO. Trois semaines seulement après avoir décroché la quatrième place aux championnats de France de décathlon, **Adeline Audigier** récidive et se hisse à une belle cinquième place avec un total de 6594 points. Même combat pour **Patricia Mehlich** qui se classe 12e avec 6128 points, record personnel. Pour son premier déca de la saison, **Anissa Ben Taleb** établit quant à elle un record personnel en prenant la 14e place avec 5720 points.



PHOTO : MANON GIBOULOT

RETOUR D'EXPÉRIENCE

PATRICIA MEHLICH, 27 ANS

"Tout d'abord, je peux dire que cette expérience a très largement dépassé mes attentes ! L'organisation était incroyable, il y avait énormément de bénévoles et de sponsors qui ont rendu ces championnats possibles. Tous les gens présents ont fait d'incroyables efforts pour rendre le déroulement au plus agréable pour nous les athlètes. Ensuite, faire ce voyage avec les filles a été une superbe expérience, nous étions une « équipe de France » soudée et nous avons bien rigolé sur cette semaine. Mais surtout : avoir pu partager ces moments avec Anissa, Adeline et Manon est quelque chose dont je me souviendrai toujours (aussi et surtout grâce aux superbes photos de Manon!). Sportivement parlant, je suis également satisfaite, je bats mon RP de quasi 300 points, avec des RP sur le 400m, les haies et le 1500m, de quoi bien finir une saison qui a été très longue quand même. Le travail des dernières années a payé et ça donne envie pour la saison qui arrive. J'en profite pour remercier tous mes coaches et aussi le club qui nous soutient dans ce projet."

ADELINE AUDIGIER, 32 ANS

"Mon retour sur l'expérience, c'est que ça a été dingue en tout point, au-delà des espérances. Les retombés vont être positives, les performances ont été bonnes, l'ambiance était dingue et les organisateurs de l'événement ont géré au plus au point avec des juges qui ont été aux petits soins pour nous. Ça représentait pour moi la réunion de six copines françaises d'athlétisme avec deux supporters (le copain de Patricia et notre photographe Manon Giboulot) donc on été quatre de la SCO."



“On avait réservé une grande maison pour huit au bord d'un lac. On a découvert la piste le vendredi et la compétition a démarré le samedi vers midi. Il y avait un icosathlon en même temps que notre décathlon, c'est un double décathlon, dix épreuves le samedi et dix épreuves le dimanche, ça faisait qu'il y avait du monde sur la piste. Nous étions entre douze et treize nations différentes à être représentés sur la compétition ce qui fait que c'était une vraie compétition d'envergure internationale. Des filles qui ont fait le déplacement de la Nouvelle-Zélande, de l'Espagne, de la Suisse, ça n'est pas anodin, ce sont des frais pour tout le monde, porté par les filles, car très peu ont des sponsors ou sont soutenus par leur club. Ce sont des filles qui sont prêtes à bouger les lignes et à investir de leur personne. Pour les résultats, la France se situe super bien, si l'on croise les résultats de nos championnats de France et de ces championnats mondiaux, on voit que la France a une marge d'avance. Les résultats vont ne faire qu'augmenter, sans compétition il n'y a pas d'entraînement, sans compétition il n'y a pas de performance. Il va falloir attendre de faire deux, trois compétitions internationales comme celle-là pour faire un bilan du niveau mondial.”

“Un autre gros indicateur de réussite de l'événement et de l'élan que prend ce mouvement, c'est le nombre de sponsors qui ont soutenu l'événement financièrement ou matériellement, il y avait de très très gros sponsors comme “Together”, “Wasserman” ou encore des podcasts américains comme “Hear her sport”, qui est venu enregistrer chez nous, c'était une belle expérience... ils ont bien compris qu'il y avait un gros business derrière.”

“C'était énorme de voir tous les sourires sur les visages des filles, on fait ce qu'on aime et on sait qu'on participe à écrire l'histoire de demain. C'est incroyable de se dire que notre pensée sur le décathlon n'est pas unique, qu'elle n'a pas de frontière, on vient chacune d'une nation différente, mais quand on discute on a le même projet et la même envie d'en faire. Il y a un rassemblement de pensées internationales sur le sujet.”



ANISSA BEN TALEB, 23 ANS

“C'était une expérience inoubliable. Nous étions six Françaises engagées, et nous sommes arrivées aux États-Unis trois jours avant la compétition pour nous acclimater au décalage horaire et nous préparer. Le jour J, l'organisation était top, les épreuves se sont enchaînées, et la compétition a été diffusée en direct, ce qui a permis à nos familles de nous suivre tout au long.”

“Je suis assez satisfaite de mes performances pour mon seul déca' de l'année. J'ai explosé mon record de plus de 500 points, et je sens qu'il y a encore beaucoup de marges pour progresser. L'ambiance entre les filles était vraiment agréable, avec beaucoup de soutien mutuel et une immense fierté pour toutes d'avoir participé à un tel événement. Je suis heureuse d'avoir concrétisé ça avec Patricia et Adeline !”

“La FFA nous a soutenues en nous fournissant un équipement complet de l'équipe de France, ce qui a rendu l'expérience encore plus spéciale. J'ai aussi eu la chance d'être sponsorisée par l'entreprise où je fais mon alternance.”

“Je tiens à remercier tout particulièrement Olivier et Seb, qui ont immédiatement soutenu le projet et accepté de réfléchir à de nouveaux plans d'entraînement. Un grand merci aussi à Manon, qui s'est déplacée pour nous encourager et nous a pris de magnifiques photos !”



US EXPERIENCE



Mareva Heck, 20 ans, étudiante en deuxième année de STAPS à Marseille, vient de rejoindre le Texas pour étudier en sport étude à l'université de Texas A&M Commerce University (Commerce est le nom de la ville), pour une durée de minimum 2 ans. Ancienne triathlète, elle est licenciée au club depuis 2017. Spécialiste du 800m, elle s'est envolée récemment vers le continent Américain en quête de nouveaux défis.

QUELLES SONT LES RAISONS QUI T'ONT EMMENÉ À PARTIR ?

"Pour pouvoir m'entraîner plus facilement, améliorer mon anglais et progresser en athlé. Pour que ce soit plus simple avec les cours et les entraînements. Les cours sont adaptés aux entraînements et pas l'inverse, ils me décalent mes cours si j'ai entraînements."

COMMENT S'EST PASSÉ TON ARRIVÉE AU TEXAS?

"Mon coach est venu me chercher à l'aéroport, il m'a emmené au campus où j'ai rencontré ma roommate (colocataire), qui m'a présenté le campus. Tout le monde aide tout le monde. Les gens sont sympas. Je vis dans un appartement pour quatre personnes, mais on est deux pour l'instant. J'ai ma propre chambre et on partage les parties communes."

"Avec l'anglais ça va, si je ne comprends pas, je leur fais répéter. Pour l'instant, les gens que j'ai rencontrés n'ont pas trop l'accent du Texas. La rentrée, c'était le 26, pour l'instant, je ne rencontre pas de difficulté."

COMMENT SE DÉROULENT TES ENTRAÎNEMENTS LÀ-BAS ?

"Les entraînements, c'est tous les matins à 6h30, à 10 minutes en voiture de l'appart', dans une forêt, toujours dans le campus. On fait beaucoup de footings, des "easy run" (ce sont des footings lents, qu'ils calculent en miles. On fait environ sept miles qui font environ 50 minutes). Le dimanche, c'est footing long de 75 minutes. On fait aussi des entraînements sur des parcours de cross, du genre six fois une boucle de 1km avec récupération 1'30, car mes cross sont d'environ 6km. Ici, la récup' après les séances dure 15 minutes, c'est beaucoup plus qu'ici. On a fait du tempo et un test sur piste de 3000m aussi. Parfois avant les easy run on fait 30 minutes de technique : haies et étirements. Deux à trois fois par semaine, on fait de la muscu' l'après-midi. Seulement 1h10 pour l'instant, ce n'est pas trop lourd donc ça va. Ils nous offrent des shakers protéinés après la muscu."

"Donc, pour résumer, j'ai entraînement tous les jours et deux à trois fois par semaine on double. On prend du repos quand on est fatigués, il suffit de demander au coach. On peut aller chez le kiné tous les jours. Nous les demi-fondeurs, on a des créneaux de 14h à 17h. On est vingt-trois dans notre groupe d'entraînement pour l'instant, il y a sept filles, que des Américaines, sauf moi et une Estonienne. J'ai un coach de demi-fond, un coach de muscu et un "head coach", le coach des coaches, c'est celui qui m'a repéré et qui dirige les autres coaches. Ils sont tous au top et attentionnés !"

US EXPERIENCE

TU PEUX EXPLIQUER TA DÉMARCHE POUR T'INSCRIRE DANS UNE UNIVERSITÉ AMÉRICAINE ?

"C'est grâce à "Élite Athlètes", une agence de placement d'athlètes dans les universités américaines. Je me suis abonné à eux sur Insta. J'ai rempli un formulaire dispo sur leur site et ensuite ils m'ont recontacté. J'ai échangé avec eux, ils ont créé mon profil dans leur base de donnée où les universités cherchent des athlètes pour les représenter."

POURQUOI LES UNIVERSITÉS AMÉRICAINES CHERCHENT AUTANT À RECRUTER DES ÉTRANGERS ?

"L'État leur fournit des fonds, et des donateurs contribuent également à la NCAA (la fédération universitaire), qui redistribue cet argent pour financer l'athlétisme. Ils semblent intéressés par le recrutement d'étrangers, car cela peut parfois élever le niveau du groupe d'entraînement et leur permettre d'être bien représentés lors des compétitions."

QUAND VA DÉMARRER TES PREMIÈRES COMPÉTITIONS ?

"Mon premier cross c'est samedi (31 août) d'une distance de 5km. La saison des cross termine fin novembre/début décembre et la salle commence mi-janvier. Ensuite il y a une coupure avant l'été et la saison outdoor."

QUEL EST TON OBJECTIF SPORTIF À COURT ET LONG TERME ?

"Sur le cross, je n'ai pas d'objectif, je n'en fait pas habituellement. Sur 800m, j'aimerais me rapprocher des 2'13 et si je suis emmener à faire du 1500m j'aimerais me rapprocher des 4'40."



SON ÉVOLUTION AU 800M

2022 : 2'20"85

2023 : 2'17"29

2024 : 2'15"69



LES FINISHERS DE L'UTMB

L'Ultra-Trail du Mont-Blanc est un évènement sportif mondialement connue composé de huit trails (course à pied) dont quatre en ultra-endurance en pleine nature et de très longue durée, qui traverse trois pays (France / Italie / Suisse), trois grandes régions alpines (Auvergne-Rhône-Alpes / la Vallée d'Aoste / le Valais) et dix-huit communes françaises, italiennes et suisses du pays du Mont-Blanc.

Les résultats :

Guenael Olivier sur l'UTMB : 39h50

Julien Henry sur la TDS : 35h34

Charlotte Perez sur la CCC : 22h46

Yann Kerdiles sur la CCC : 23h19

Benjamin Pelaprat sur l'OCC : 7h32

Clément Morant sur l'ETC : 2h31

Jade Henry sur l'YCC : 29'08

UTMB = 176KM ET 9900M D+

TDS = 148KM ET 9300M D+

CCC = 101KM ET 6050M D+

OCC = 57KM ET 3500M D+

ETC = 15KM ET 1200M D+

YCC = 4KM ET 247M D+



UNE VICTOIRE EN MEETING GOLD

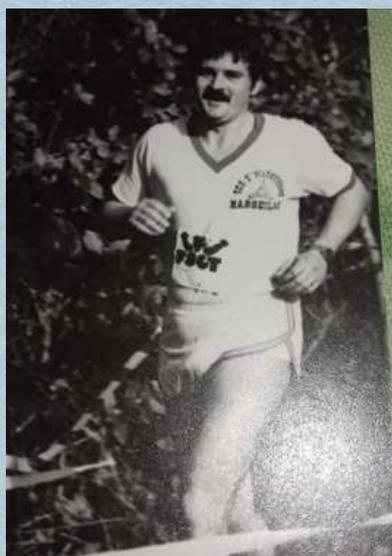


Moukou Saindou a participé au meeting de Chiang Mai en Thaïlande ce dernier week-end d'août. Un meeting qui fait partie de la Golden Fly Series, la première et la plus importante série d'athlétisme urbaine au monde, spécialisé au saut à la perche et au saut en longueur sur la plus grande et la plus flexible installation d'athlétisme mobile au monde, « The FlySwat ». Il remporte le concours du saut en longueur avec une performance de 7m74. Vainqueur de sa discipline, il est automatiquement qualifié pour la prochaine grande étape de la tournée Golden Fly Series à grande échelle à Bangkok en 2025 !

UN DERNIER HOMMAGE



Robert Giraud nous a quitté le samedi 24 août 2024 des suites d'une longue maladie. Il avait 75 ans. Athlète, entraîneur, officiel et dirigeant, Robert était une figure emblématique du club depuis sa création. Il avait notamment participé à la création de la course Marseille-Cassis en 1979. Pendant de très nombreuses années, il a été membre, puis président du comité départemental d'athlétisme des Bouches-du-Rhône et membre du comité directeur de la Ligue. Il a voué sa vie à l'athlétisme jusqu'au bout. Il distribuait encore les dossards lors des championnats de France jeunes en juillet dernier. Nos sincères condoléances à sa famille, à son frère André, président de la Fédération et adhérent au club ainsi qu'à à son fils Sébastien, coach de lancer au club.



ATHLÈTE DU MOIS

NICOLAS NAVARRO

Il vient de terminer 16e des Jeux olympiques de Paris sur l'épreuve du marathon (premier Français). Nicolas a participé pour la première fois à cette épreuve légendaire en 2013, à Montpellier. Aujourd'hui, il est athlète professionnel, sponsorisé par OnRunning et ambassadeur des Pompiers du 13. Il vit et s'entraîne à Aix-en-Provence. Au club depuis 2016, il avait été choisi athlète du mois en octobre 2023, il nous avait fait part de son ambition de décrocher un top 10 aux Jeux de Paris. Retrouvez l'interview complète sur notre site internet.

TU PEUX NOUS RACONTER TA COURSE ?

“Ça s'est passé comme je l'avais prévu. Je suis parti prudemment. La course est partie lentement et quand ça a accéléré, j'ai pris mon rythme. J'ai été un peu distancé, puis j'ai remonté à partir du vingt-huitième kilomètre. J'ai remonté au fur et à mesure de la course pour finir 16e.”

QU'AS-TU PENSÉ DU PARCOURS ?

“J'ai bien aimé, je l'avais déjà repéré avant d'y courir, ça changeait des parcours habituels. J'ai l'habitude de faire des courses vallonnées donc oui, j'ai adoré”

ES-TU SATISFAIT DE TA PERFORMANCE ?

“À la base, j'étais parti pour faire mieux ou au moins aussi bien qu'à Tokyo. Malheureusement, la préparation ne s'est pas déroulée comme prévu. Je me suis fait une petite déchirure quelques semaines avant l'échéance, donc ça aurait pu être pire, j'aurais pu ne pas prendre le départ. Je suis donc content malgré tout, mais avec quelques regrets.”

TU PEUX NOUS RACONTER TON EXPERIENCE AUX JEUX OLYMPIQUES ?

“Je suis arrivé le mardi soir sur Paris, j'ai dormi deux jours à l'INSEP au camp de base, puis à partir du jeudi, j'ai rejoint le village olympique. C'était super, même si on ne peut pas trop profiter car on doit se reposer avant la course. Je suis reparti de Paris le lundi matin après avoir vu la course des filles le dimanche.”



©DANAS_PHOTOGRAPHER

TU AS PU INVITER TES PROCHES AU VILLAGE ?

“On ne peut pas avoir nos familles au village. J’ai dormi avec Felix Bour. J’étais en mode compétition.”

TU TE SENTAIS COMMENT AVANT LE DÉPART ?

“ Je n’étais pas particulièrement stressé, mais impatient d’y être. Ça faisait deux semaines qu’on voyait tout le monde participer donc j’avais hâte, j’avais envie d’y être et de courir.”

QU’EST-CE QUE TU AS LE PLUS AIMÉ ?

“L’ambiance tout au long du parcours. C’est quelque chose que l’on ne va probablement jamais revivre. Voir mes proches réunis, c’était vraiment bien par rapport à Tokyo”.

QU’EST-CE QUE TU AS LE MOINS AIMÉ ?

“Honnêtement, il n’y a rien que je n’ai pas aimé. Je n’en garde que de bons souvenirs, à part peut-être un petit regret quant au résultat, mais je ne peux rien y faire. J’ai tout apprécié : le parcours, l’ambiance, etc.”

COMMENT AS-TU TROUVÉ LES JEUX DE PARIS PAR RAPPORT À CEUX DE TOKYO ?

“Incomparable. À Tokyo, en raison du Covid, il n’y avait pas de spectateurs, donc l’ambiance était totalement différente. Cette fois-ci, on était à domicile, et il n’y avait que des encouragements pour nous. Il n’y avait pas un mètre du parcours sans quelqu’un pour nous soutenir.”

QUELS SONT TES PROCHAINS OBJECTIFS SPORTIFS ? TU ARRIVES À RESTER MOTIVÉ APRÈS L’ABOUTISSEMENT D’UN OBJECTIF D’UNE TELLE ENVERGURE ?

“Il y aura le Marseille-Cassis, peut-être le 20km de Paris et le marathon de Valence. C’est le même schéma chaque année. Pour le moment, j’ai envie, mais on verra bien au fil des semaines. La reprise est un peu dure, mais je garde la motivation.”

SON ÉVOLUTION AU MARATHON

2013 : 2h28'42" (espoir 3)
 2017 : 2h17'56"
 2018 : 2h12'39"
 2019 : 2h10'01"
 2020 : 2h09'15"
 2022 : 2h08'29"
 2023 : 2h05'52"



TARIFS 2024/2025

LIGENCE DÉCOUVERTE

BABY ATHLÉ (2019 À 2021) - 250€
 ÉVEIL ATHLÉTIQUE (2016 À 2018) - 230€
 POUSSIN (2014 ET 2015) - 230€

LIGENCE LOISIR

RUNNING - I90€
 MARCHE NORDIQUE - I70€
 SPORT SANTÉ - I30€
 DIRIGEANT/ENCADRANT/OFFICIEL - 60€

LIGENCE COMPÉTITION

MARCHE NORDIQUE COMPÉTITION
 PISTE & CROSS

BENJAMIN (2012 ET 2013) - 230€
 MINIME (2010 ET 2011) - 230€
 CADET (2008 ET 2009) - 220€
 JUNIOR (2006 ET 2007) - 220€
 ESPOIR (2003 À 2005) - 220€
 SENIOR (1991 À 2002) - 250€
 MASTER (1990 ET AVANT) - 250€

**CHAMPIONNATS
 OBLIGATOIRES !**

PAIEMENT EN 3 OU 4 FOIS POSSIBLE !

CRÉNAUX 2024/2025

Télécharger le document sur notre site internet

SECTION ATHLETISME - www.scoathle-marseille.fr					
JEUNES CATEGORIES					
	DELORT QUENTIN, MATHIAS, ENRICO, JEREMY, OLIVIER, ERWIN, TAHIRY	VALLIER OLIVIER, QUENTIN, MATHIAS ET ENRICO	BELLE DE MAI FRANCOIS	TRAIL LUMINY QUENTIN	
BABY (2019 à 2021)	Mercredi 14-16h (uniquement les 2019) et samedi 10h-12h	Mercredi 9h30-11h30 (uniquement les 2019)			
EA/PO (2014 à 2018)	Mercredi 14h-16h et samedi 10h-12h	Mercredi 9h30-11h30	Mardi et jeudi 17h-18h30		
BE/MI (2010 à 2013)	Mercredi 16h-18h et samedi 14h-16h		Mardi et jeudi 17h-18h30	Lundi et vendredi 18h30-19h30 (BE/MI/CA)	
CA et + (à partir de 2008)					
PISTE (18h-20h)	SPRINT/SAUTS/DEMI-FOND BELLE DE MAI FRANCOIS Mardi et jeudi (17h-18h30)	SPRINT DELORT OLIVIER et SEBASTIEN Lundi, mercredi et vendredi	SPRINT/HAIES DELORT ERWIN et SIRIMAN Lundi au samedi	EPREUVES COMBINEES DELORT/LUMINY ROWAN et OLIVIER Lundi au samedi	HAUTEUR DELORT OLIVIER Jeudi
	LONGUEUR/TRIPLE DELORT ERWIN et SIRIMAN Lundi au vendredi	PERCHE DELORT/LUMINY TAHIRY Lundi au vendredi	LANCERS DELORT JEREMY Lundi, mercredi et jeudi	DEMI-FOND DELORT/LUMINY ENRICO et LAURENT Lundi au samedi	DECOUVERTE ATHLETISME+TEST DE RENTRÉE DELORT JEROME Mardi et jeudi
	RUNNING COMPÉTITION DELORT/BORELY - MOHAMED Lundi au vendredi 18h30-20h	RUNNING LOISIR JEAN-BOUIN - PATRICK Mardi et jeudi 18h30-20h	RUNNING LOISIR JEAN BOUIN (débutants) - ROBERT Mardi et jeudi 18h30-20h	AFTERWORK DELORT - BENJAMIN Lundi et mercredi 19h30-21h	TRAIL LUMINY - MATHIAS Lundi 18h15-19h45 Mardi et jeudi 18h30-20h Samedi 9h-12h
	MARCHE NORDIQUE TOUS NIVEAUX ALLAUCH/ PLAN DE CUQUES GENEVIEVE Mardi et jeudi 9h30-11h30	MARCHE NORDIQUE TOUS NIVEAUX LUMINY MATHIAS, JOSEPHINE et ENRICO Mardi 9h30-11h00 Jeudi 18h30-20h Vendredi 9h30-11h00 Samedi 9h30-11h00	MARCHE NORDIQUE COMPÉTITION LUMINY FRANCOIS et JEAN-MARC Mardi et jeudi 18h30-20h30	SPORT SANTE DELORT MANON Mardi 14h-16h Jeudi 14h30-16h	
GYM ENTREPRISE	GYM CMCAS LEDEUC - MANON Jeudi 9h45-11h15	CONTACTS Catégories BB, EA et PO : Quentin DREMEAUX Catégories CA et + : Laurent MANNEVEAU Catégories BE, MI : Erwin MALVEZIN Accueil : 04 91 75 24 24			
	ADRESSES				
Stade Delort 72 Rue Raymond Teisseire 13008 Marseille			Stade de Luminy Stade René Ancelin Rue Henri Cochet 13009 Marseille		
Stade Vallier 20 bd Françoise Duparc 13004 Marseille			Belle de Mai CAL Busserade 58 Rue Cavagnac 13003 Marseille		
Stade Jean Bouin 65 Avenue Clot Bey, 13008 Marseille			Parc de la Maison Blanche 150 Bd Paul Claudel, 13009 Marseille		

LES INSCRIPTIONS POUR LA SAISON 2024/2025 SONT OUVERTES !!

NE MANQUEZ PAS

EN SEPTEMBRE



- 7 SEPTEMBRE : TEST VMA HYUNDAI - STADE DELORT ([INSCRIPTION ICI](#))
- À PARTIR DU 28 SEPTEMBRE, TOUS LES SAMEDIS JUSQU'AU MARSEILLE-CASSIS : [LES RUN MARSEILLE-CASSIS](#)
- 29 SEPTEMBRE : CHAMPIONNATS RÉGIONAUX SEMI-MARATHON - SAINT-MAXIMIN

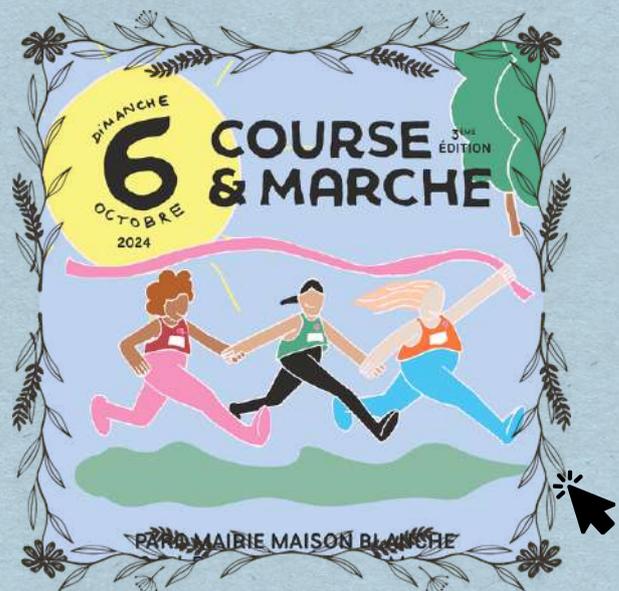
EN OCTOBRE



UNE FÊTE OBLIGATOIRE
VENDREDI 4 OCTOBRE À 19H

AU STADE DELORT

- ASSEMBLÉE GÉNÉRALE
- PHOTO DE GROUPE
- BUFFET



UN RENDEZ-VOUS INCOUTOURNABLE

DIMANCHE 6 OCTOBRE À 9H

AU PARC DE LA MAISON BLANCHE

- MARSEILLE EN ROSE
- 2 À 10KM EN MARCHANT OU EN COURANT
- POUR LA CAUSE DU CANCER DU SEIN

