

► Course à pied **9<sup>e</sup> Course du Run** ■ Dimanche à Saint-Vaast-la-Hougue

# La barre des 1000 en point de mire

La Course du Run n'en finit plus de prendre du galon. Ils étaient 800 l'an dernier à boucler ce parcours si magique entre terre et mer, les organisateurs tourlavillais rêvent d'atteindre la barre magique des 1000. Et si la météo reste avec eux, c'est évidemment loin d'une utopie...

Après 8 éditions, cette course du Run n'a plus nécessité de chercher à se faire connaître. Daniel Simon le concédait d'ailleurs facilement, « on n'a pas vraiment besoin de faire de la publicité de loin. Les gens viennent d'eux-mêmes, et pas que du coin. » Calvadosiens, Seino-Marins, Bretons, tous se précipitent sur ce rendez-vous si particulier. Pourtant, certains auraient pu être déstabilisés par le changement de date cet été. « Mais le calendrier, avec la concurrence d'une autre course, et surtout les coefficients de marée, trop bas, nous ont contraints à avancer le rendez-vous. » Et,

grand soulagement pour l'AS Tourlaville et toute son équipe, les inscriptions ont continué d'affluer. « A quatre jours de la course, on est déjà à 450 inscrits, on est complètement dans la moyenne de l'an dernier. » Où les arrivants avaient été comptabilisés au nombre de 800... « Evidemment, on rêve de passer la barre des 1000. » Et compte tenu de la météo, qui s'est enfin décidée à se montrer estivale, l'objectif est tout à fait envisageable.

Car ce rendez-vous a le chic pour plaire à tout le monde. « La distance de 8 kilomètres est facilement réalisable pour tout un chacun. Pas be-

soin d'un entraînement spécifique. » Et quand on présente un parcours tel que celui-ci, qui rejoint l'île de Tati-hou, pour en plus en proposer une « excursion » hors des sentiers battus, on attire fatalement les curieux. « Une demi-heure avant la course, tout le monde se demande encore comment il est possible de traverser à pied. » Mais l'eau finit toujours par se retirer, et le passage se fait. « Evidemment, ils sont aussi nombreux à venir pour courir dans l'eau, il faut donc qu'il y ait juste ce qu'il faut, pas trop, mais pas trop peu non plus. Les coureurs aiment bien avoir l'eau qui arrive au genou. »

loupé de peu le coche lors de sa première tentative (il a fini juste derrière Stéphane Hannot), il a depuis éclaboussé l'épreuve de toute sa classe. Il est triple tenant du titre à Saint-Vaast, et on se demande s'il aura dimanche un adversaire à sa mesure... « Quand Charles arrive dans l'eau, il fait aussitôt la différence. Personne ne sait lever les genoux comme lui. » Chez les dames, Emilie Jamme, victorieuse l'an passé, n'a pas encore précisé sa venue. Mais Anne Durand, qui l'avait emporté en 2010, a démontré qu'elle appréciait le terrain, et comme la Tourlavillaise est en forme... Reste évidemment les anonymes, tous les anonymes qui passeront plus tard le Run. Mais qui n'en seront pas moins fiers, et de leur perf, et de leur sortie dominicale. Et quand le peloton part à l'abordage de Tati-hou, c'est toujours un moment magique ! Vive-mant dimanche...  
N. G.



SAINT-VAAST - La Course du Run reste une épreuve atypique où il ne faut pas avoir peur de mouiller le maillot...

## Le programme

**Inscriptions :** www.normandiecoursapied.com ou coursedur-run@yahoo.fr. Droits d'inscriptions : 6 euros (avant le 29 juillet), + 3 euros sur place. **Renseignements :** 06-08-26-09-67. **Retrait des dossards :** le jour même, de 9 h 00 à 11 h 10, port de plaisance de Saint-Vaast-La Hougue. **Départ :** 11 h 35, sur la plage à Saint-Vaast-la-Hougue.

## ► Football National ■ L'ex-Rémois a signé à l'AS Cherbourg

# « J'ai les crocs »

**JOACHIM ICHANE** vient de parapher un contrat le liant à l'AS Cherbourg. En manque de temps de jeu l'an passé, il espère bien rebondir. De toute évidence il entend tout mettre en œuvre pour remercier les dirigeants de lui avoir fait confiance.

**Q : Joachim te voilà Cherbourgeois. C'est toujours part un soulagement ?**  
**R :** C'est sûr. Je pense que j'aurais pu plus mal tomber. Je suis content que ce soit fait. Maintenant il va falloir que je sois à 200% pour le club.

**Q : Qu'est-ce que tu attends de la formation assistée ?**

**R :** La saison passée c'était très difficile pour moi car je n'ai pas beaucoup joué en Ligue 2. Là j'ai vraiment les crocs. Jusqu'à maintenant j'étais un peu frustré. J'ai envie de montrer que j'ai les qualités pour apporter un plus à l'AS Cherbourg et faire ainsi la meilleure saison possible.

**Q : Parle-nous un peu de ton parcours ?**

**R :** J'ai commencé à Niort où je suis passé pro. Je suis resté un an et puis j'ai pris la direction de Laval en National. Après deux ans et une montée en Ligue 2 je suis parti à Reims où j'ai passé deux saisons en Ligue 2 et une montée en Ligue 1 l'année dernière.

**Q : Comment te sens-tu physiquement, au bout de trois semaines de préparation ?**

**R :** Je suis arrivé un peu en retard mais j'avais couru un peu tout seul. Cela ne vaut pas un entraînement bien sûr. Je commence à me sentir pas trop mal. Je

sais que je ne suis pas encore à 100% aujourd'hui mais cela va venir. Avec les entraînements et les matchs je vais monter en puissance.

**Q : Latéral gauche, cela a été toujours ton poste de prédilection ?**

**R :** Depuis que je suis pro, j'ai toujours évolué à ce poste. J'ai dépanné un peu en tant que défenseur central aussi.

**Q : Comment peux-tu te définir en tant que joueur ?**

**R :** Je n'aime pas parler de moi. Je suis quelqu'un qui aime bien aller de l'avant. J'aime proposer des solutions. On va dire que j'ai une bonne MMA (ndlr : vitesse maximale aérobie) cela me permet de faire des efforts sur le côté défensivement comme offensivement. Et puis on va dire que techniquement, je suis assez à l'aise pour un défenseur.

**Q : C'est avec un esprit de revanche que tu viens à Cherbourg où c'est dans la continuité d'une carrière ?**

**R :** Il y a un petit côté revanche parce que la saison dernière, cela n'a pas été facile. Je voudrais prouver que j'avais largement le niveau Ligue 2. Maintenant c'est avec Cherbourg et c'est tant mieux même si c'est en National. Je connais ce niveau pour y avoir joué. Je ne pense pas que



Joachim Ichane a signé avant-hier avec l'ASC.

cela ait évolué. J'espère apporter un plus ici cette année.

**Q : Une saison qui ne s'annonce pas simple...**

**R :** C'est vrai que la saison va être difficile. Pour l'instant l'effectif n'est pas au complet. Cela commence néanmoins à prendre forme. J'ai confiance dans ce groupe. Il y a des joueurs de qualité. Il y a peut-être mieux à faire que de viser le maintien comme le président l'a annoncé. Il faudra tout faire pour aller le plus haut possible.

Propos recueillis par B. B.

## Cherbourg - Granville, demain à Postaire

Les Cherbourgeois joueront demain leur 5<sup>e</sup> et avant-dernier match de préparation contre une formation granvillaise (CFA2), qui a repris le chemin de l'entraînement lundi, et qui se testera pour la première fois. Les Ascistes chercheront eux à décrocher le premier succès de leur campagne. Pour rappel, les Bleus ont fait matchs nuls contre Caen (0-0) et Carquefou (1-1), et ont perdu contre Saint-Malo (2-1) et Rouen (1-0).  
**Rencontre prévue demain, à 19 h 00, stade Postaire.**

## Ligue 2 - DNCG : Le Mans réintégré

Le Mans FC pourra jouer en Ligue 2 la saison prochaine, sa rétrogradation en National ayant été levée par la DNCG. Le club avait été rétrogradé administrativement le 11 juillet et avait aussitôt fait appel de la décision auprès du CNOSF. La DNCG avait justifié la relégation par les difficultés financières du club. Depuis, Le Mans a pris plusieurs mesures pour améliorer cette situation économique, en faisant rentrer de l'argent frais dans les caisses grâce à la vente de plusieurs joueurs ou en se séparant de certains autres qui bénéficiaient de salaires importants.

## ► Coupe de France - Le tirage au sort du 1<sup>er</sup> tour (26 août)

SM Haytillon - ES Pointe Hague  
Gazélec FC - FC Digosville  
US Cote Des Iles - AS Valognes  
Bricqueboscq SP - AS Sideville Vi. Te. H  
PL Octeville - FC Equeurdreville Hainneville  
RS St Sauverais - Ouest Cotentin FC  
FC Val De Saire - AS Montebourg  
AS Brix - S. Urville Nacqueville  
UC Bricquebec - AS Tourlaville  
A. St Martin Ha. To. Co - ES Plain  
AS Greville Hague - AS Querquevillaise  
La Brehalaise - FC Roncey  
FC Croix Carol - Conde Sports  
ES Gouville - US Vesly Laulne  
Ste Suzanne - Lingreville Mont. Hau.  
FC De L'Elle - Creances Sports  
ES Pirou - Tessy Moyon Sp.  
E. Lorey Haut. Feug. - Vire Joigne FC  
Periers Sports - FC Agon Coutainville  
FC Des Etangs - US Ste Croix St Lo  
AS Berigny Cerisy - ES Marigny Lmv

FC Yvetot Bocage - AS Ste Marie Mont  
US Lessay - ES Hebecrevon  
US Gavray - ES Coutances  
ES Munevillaise - Ca Pontois  
ES Treilly Quette. Co - Agneaux FC  
AJ St Hilaire Pv - ES St Sauveur Rondehaye  
St Jean Baisants Sp - US Percy  
ES Tirpied - AS Brecey  
ES Isigny Le Buat - Usco Sourdeval  
F. Cantonal St Pois - AS Folligny  
Esp. St Jean Haize - USM Donville  
AS Vessey - AS Cerencaise  
US St Quentin-Homme - US Mortainaise  
US St Martin Champs - CS Villedieu  
FC Le Val St Pere - St Hilaire Virey Landelles  
St Jean Champ - US Ducey  
AS Sacey Tanis - AS Jullouville Sartilly  
P. St Jamaie - US St Pairaise  
Em Grandcopais - CS Carentanais  
**Prochain tour : le 2 septembre.**

## ► Handball Coupe de France ■ 1<sup>er</sup> tour

# La JSC (encore) à Loudéac

Auteurs d'un beau parcours, la saison passée, dans cette compétition, les Mauves débiteront leur nouvelle campagne face aux mêmes adversaires.

Les Cherbourgeois se souviendront longtemps de leur « épopée » en coupe de France lors de l'exercice précédent. Arrivés jusqu'en 16<sup>e</sup> de finale, ils avaient eu l'honneur de recevoir la formation de Cesson Rennes, pensionnaire de LNH. Bien que défaites (36-24), les Nord-Cotentinoises avaient particulièrement apprécié l'expérience. Auront-ils la possibilité de revivre pareille aventure ? L'avenir nous le dira. En tout cas, et c'est peut-être un signe, les troupes de Sébastien Leriche débiteront dans cette compétition, le 8 septembre prochain, face à Loudéac. A savoir le même adversaire qu'ils avaient aisément dominé il y a un an (41-22). Toujours pensionnaires de Nationale 3, les Bretons ne devraient pas, cette fois non plus, bous-

culer une formation nord-cotentinoise qui abordera alors la dernière ligne droite de sa préparation avant d'entamer, une semaine plus tard, les choses sérieuses en championnat contre Bordeaux... a priori (voir par ailleurs).

## ■ L'ETCHB face aux Rennaises

Reste que les Mauves ne seront pas les seuls Manchois à débiter officiellement leur saison par ce 1<sup>er</sup> tour de coupe de France. Leurs homologues de l'ETCHB seront également sur le pont. À l'inverse des Cherbourgeois, les troupes de David Chopin ne partiront pas favorites face à Saint-Grégoire Rennes, pensionnaire de Nationale 2. Qu'importe, il s'agira d'un bon premier test pour des Nord-Cotentinoises bien décidées à franchir un palier, cette saison.

Enfin, on n'oublie pas non plus les deux équipes granvillaises également engagées. Ainsi, les filles de la Monaco du Nord accueilleront une autre formation de N2, Plouvorn, et les garçons devront faire face aux « voisins » haut-normands de Saint-Valéry (N2). Des tirages pas forcé-

ment évidents. Mais, la coupe ne réserve-t-elle pas toujours des surprises ?  
C. M.

## N1M : La JSC avec qui ?

À l'heure qu'il est, les Cherbourgeois ne connaissent toujours pas l'ensemble de leurs adversaires pour la prochaine saison. Deux rétrogradations administratives « empoisonnent », en effet, cette intersaison. Tout d'abord, celle de Saintes, relégué de Pro D2 pour raisons financières mais qui a demandé l'arbitrage du CNOSF (Comité National Olympique et Sportif Français). En cas d'avis défavorable, deux clubs sont candidats pour prendre la place des Charentais : Massy (13<sup>e</sup> de Pro D2) et Bordeaux (2<sup>e</sup> de N1). Autre affaire à suivre, celle concernant Lormont, également rétrogradé mais, cette fois, pour des problèmes d'arbitrage. Les Girondins ont eux aussi fait appel au CNOSF. S'ils ne parvenaient pas à faire valoir leurs droits, ce serait Lanester qui serait réintégré en N1. Ouf !

## ► Moto MX d'Ouille ■ Une compétition mais aussi une fête

# A se mettre la tête à l'envers

Il était bien évidemment question de motocross et de compétition dimanche à Ouville, mais pas seulement...

Car le rendez-vous annuel ouvillais se veut avant tout être une fête, avec au programme, comme le veut la tradition, des démonstrations de freestyle et de trial acrobatique qui ont enflammé la foule avant l'embrasement final, un concert de Long'Avenue suivi d'un feu d'artifice.

Le public a donc eu droit à trois passages des « riders » du team Aerial de Philippe Gros et du team Style & Show de Christophe Bruand. Le tout dans des conditions optimales, avec un ciel bleu et tout juste quelques petits nuages blancs qui donnaient l'impression de voir surfer les « riders ». Des figures toutes plus belles et plus impression-

nantes les unes que les autres ont conquis les nombreux spectateurs chauffés à blanc par Christophe Bruand, et son micro embarqué pour la partie trial, et par Cyrille Lainé, le speaker pour la partie freestyle cross. A noter que plusieurs spectateurs ont eu la chance de participer à certaines démonstrations. Et pour que la fête se poursuive, c'est le groupe Long'Avenue de Remilly-sur-Lozon qui a eu en charge de faire danser le public encore présent dans l'attente du feu d'artifice qui allait enflammer la Blanche Roche, mettant ainsi fin à cette belle journée dont tout un chacun gardera un excellent souvenir.  
Christian HAMEL



Un ciel bleu azur, des figures à en perdre la tête, ce nouveau rendez-vous ouvillais a été une totale réussite.

## ► Vus à Ouville...

### Le président de la ligue de Normandie

Philippe Durand, le nouveau président de la ligue de Normandie, a fait, dans l'exercice de ses nouvelles fonctions, le déplacement à Ouville. Engagé depuis de nombreuses années au sein de la ligue, dont il était le vice-président depuis de nombreuses années, il vient de franchir le pas au poste de président après plusieurs sollicitations. Issu de la famille de l'enduro, c'est avec énormément de plaisir qu'il a assisté au triomphe de Christophe Nambotin. Il ne tarissait pas d'éloges également sur la qualité de cette organisation. Accompagné par son 1<sup>er</sup> vice-président, Philippe Sehier, que l'on ne présente plus dans la famille du motocross, il a promis qu'il en verrait de plus en plus sur le terrain et ce, toutes disciplines confondues.

**Patôche et Juju :** Julien Vimond s'est fait mécanicien du jour pour son beau-frère, Christophe Nambotin. Quant à Patrice Casrouge, il a délaissé ses collègues de Disneyland le temps d'un week-end à Gouville chez ses parents et, bien sûr, un passage à Ouville. Immortalisation photographique de la scène qui n'est pas sans leur rappeler quelques souvenirs.



Que de bons souvenirs... Juju Vimond, Patôche Casrouge et « Nambot ».



Alex et Christophe les grands vainqueurs de la journée.

**Alex et Christophe :** Surpris en grande discussion, le vainqueur de la journée, Christophe Nambotin, et le champion de France, Alexandre Lefrançois. Tous les deux ont un point commun, ils sont dans la proche attente d'un heureux événement, un deuxième bébé pour Christophe et un premier pour Alexandre.

**Les rois de la grille :** Le tandem du Ouville MC, Heuguet - Endelin, était présent sur la piste, aussi bien en tant que pilotes, avec les fistons, qu'en rois de la grille de départ, pour les « paters ». Une grille neuve qui plus est, et qui, pour une première utilisation, leur a donné quelques cheveux blancs.

**Un maire heureux :** Daniel Lefranc, le maire d'Ouille, engagé comme bénévole en tant que responsable de la sécurité, n'est pas peu fier de poser à côté de son champion, Christophe Nambotin. Une image qui pourrait bien se retrouver dans un bulletin municipal !



Daniel Lefranc, maire d'Ouille, engagé à fond auprès du club en matière de sécurité, fier de poser auprès de Christophe Nambotin.

**Pilou la trompette :** Bien connu de tous sous ce surnom, André Legrand, le plus ancien commissaire de piste du club d'Ouille, a son poste privilégié et toujours bien aménagé, en compagnie de son petit chien. Pilou motive à chaque passage, au son de sa trompette, les pilotes en les incitant à effectuer de belles figures.

**Président et commissaire :** Francois Delacour, le président du SLMC, a quitté provisoirement son monde du bitume pour renforcer, sur terre, l'équipe des commissaires de piste présents à Ouville. Il s'en est d'ailleurs sorti admirablement bien, geste à l'appui...



Francois Delacour est venu renforcer l'équipe de commissaires.

## ► Natation Nationale ■ Cadets

# Clap de fin

Les France cadets se sont terminés hier, à Amiens. Une seule nageuse manchoise était en lice pour ce jour de clôture, la Granvillaise Kelly Ballanche. Sur le 800 m nage libre, la Granvillaise prenait le 17<sup>e</sup> temps en 9'41''95. Le bilan de nos six représentants restera modeste, comparé aux minimes qui les avait précédés, avec une seule finale décrochée, la finale B de Noémie Quesnel sur 400 m 4 nages (8<sup>e</sup>). La chef de file manchoise, qui débarquait dans cette catégorie, n'était pas non plus partie dans son pic de forme. Mais quelques satisfactions ont toutefois été à noter, comme les belles améliorations de temps de la Préfectorale Marina Vallée, notamment sur 200 m nage libre, ou de son partenaire de club, Antoine Saint, qui a amélioré son temps sur le 200 papillon lundi.

## ► Cyclisme Supermanchot ■ Les Remparts

# A Raibaud la course à Goupil le trophée

Le champion de France amateurs, Jimmy Raibaud, a fait honneur à son maillot tricolore hier à Saint-Lô en remportant au sprint les célèbres Remparts, dernière manche du Supermanchot 2012, devant ses deux compagnons d'échappée, Bazile Gogo et Alexandre Mesnil. Derrière, en l'absence de Christopher De Souza et Pascal Moisseron, les leaders provisoires du Supermanchot, c'est finalement Bertrand Goupil (5<sup>e</sup>) qui remporte le trophée, au nez et à la barbe d'Alexandre Mesnil (4<sup>e</sup>).

**Le classement des Remparts :** 1. Jimmy Raibaud (Roanne), 2. Bazile Gogo (Côtes d'Armor), 3. Alexandre Mesnil (Octeville), 4. Cyrille Patoux (Rouen), 5. Bertrand Goupil (Torigni)...

## ► Voile ■ National d'été à Trebeurden

# En apprentissage

Le centre d'entraînement de l'école de voile de Cherbourg vient de participer au National d'été à Trebeurden (Côtes d'Armor) du 16 au 19 juillet.

Cinq équipages cherbourgeois étaient présents parmi la flotte des quatre-vingt-dix 420, dont une vingtaine d'étrangers (États-Unis, Grande-Bretagne, Pays-Bas, Suisse, Brésil). Une flotte qui a dû naviguer dans des conditions musclées, à savoir 10 à 25 nœuds avec 1 à 2 mètres de vagues. Côtés Cherbourgeois, le meilleur résultat est à mettre à l'actif du duo Hugo - Joffray qui se classe 44<sup>e</sup>. Un binôme qui a rencontré des problèmes matériels durant toute la compétition, ce qui a bien évidemment joué sur son résultat final. Cependant, la paire a prouvé qu'elle savait aller vite dans toutes les conditions météo. De bon augure pour la suite ! De leurs côtés, Louise et Juliette pointent au 61<sup>e</sup> rang. Un résultat correct au vu des conditions rencontrées. Les filles ont en effet plus un gabarit « petit temps » puisqu'elles figurent parmi les plus jeunes de la régate. Autre paire, celle de Lisa et Adrien qui termine à la 65<sup>e</sup> place. C'était une première régate pour cet équipage recomposé depuis deux mois. Le duo se découvre encore et il faudra un peu de temps pour rentrer dans une logique de performance. Éléonor et Baptiste finissent, eux, 70<sup>e</sup>. C'est un peu la déception de la semaine pour cet équipage pourtant expérimenté. Enfin Camille et... Camille terminent en 79<sup>e</sup> position. Là aussi, c'est un très jeune équipage qui navigue seulement depuis janvier 2012. Avec cette épreuve, ils ont pu accumuler de l'expérience, mais restent encore en pleine phase d'apprentissage.

**Prochaine épreuve :** le championnat de France au Havre, la dernière semaine d'août.