

URB : PRIME À LA JEUNESSE

REC RUGBY : DES DÉBUTS RÉUSSIS

ÉDITIONS LM MÉDIAS
#79 | OCTOBRE 2024

MENSUEL GRATUIT

25.000 EXEMPLAIRES

RENNESSPORT.FR    



TÉLÉCHARGEZ
LA VERSION
NUMÉRIQUE

JOURNAL RENNES SPORT

JRS

RENNES
bricorama

Le plus grand magasin de
bricolage de Rennes !

Bricolage, Décoration, Sanitaire, Jardinerie

CENTRE COMMERCIEL COLOMBIER
40 Place du Colombier

Du lundi au samedi de 9h à 20h

CRMHB - STADE RENNAIS

MISE AUX «POINTS» CAPITALE EN OCTOBRE



SPORT2000
BAIN DE BRETAGNE - GUICHEN - ST GREGOIRE

2=3

POUR 2 ARTICLES ACHETÉS, LE 3ÈME EST OFFERT

JUSQU'AU 13
OCTOBRE 2024



LE LOUNGE

BUSINESS COWORKING BY BDO

L'ESPACE COWORKING PREMIUM À RENNES

**CONFORT - SÉCURITÉ - ASSISTANCE -
SPORT ET SANTÉ - ÉVÉNEMENTS**

- 4 salles de réunions équipées
- 23 bureaux privatifs spacieux
- Espace nomade
- Espace de convivialité, salon, terrasse
- Accès 7j/7 et 24h/24
- Office manager
- Service IT 5j/7
- Domiciliation
- Parking souterrain



le-lounge-coworking.com

6 rue Les Balus, 35760 Saint Grégoire
contact.lounge.rennes@bdo.fr
02.56.65.14.00 07.85.82.82.96

OCTOBRE 2024 # 79

CONTACT

JRS - Journal Rennes Sport est une publication du groupe de presse LM MEDIAS. Imprimé dans le 35 (25.000 ex)

PUBLICITÉ

contact.rennessport@gmail.com
Vincent Ménard (06.61.93.63.84)

SITE INTERNET

Adrien Maudet
www.rennessport.fr

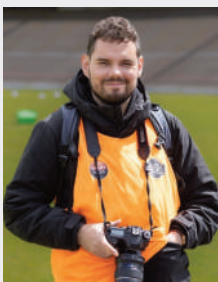
RÉDACTION

Directeur de la Publication :
François-Xavier Lebert

Journalistes

Julien Bouguerra
Journaliste et
photographe

Adrien Maudet, *Journaliste*
et *Community Manager*



L'ÉDITO C'ÉTAIT DRÔLEMENT SYMPA...



Le maillot Pfizer ou la tenue Airness du Stade Rennais, les photographes signés le long des grilles menant à la sortie du stade ou les discussions en sortie d'entraînement, en toute décontraction, à la Piverdière. Ces entretiens en « face à face » avec les coaches ou joueurs, parfois en ville, dans un restaurant ou café, en toute décontraction. Et on ne parle même pas des années 80 ou 90, où parfois, les journalistes s'invitaient à débriefer dans le vestiaire. Le temps aussi de ce cher Didier Roustan, que nous saluons au passage... Tout cela, c'était avant, et ce, bien au-delà du Stade Rennais.

Le football a changé, et continue de le faire et hors de question de jouer les boomers, rien de plus normal. Hélas... Normal dans le fonctionnement, oui, avec le développement de nouveaux médias, des réseaux sociaux et la sur-protection venue de l'intérieur du milieu, virant parfois même à la parano. Comme dans beaucoup d'autres domaines, le rapport humain est biaisé, les intérêts des uns et des autres, tout aussi respectables selon le côté duquel on se trouve, prioritaires et voilà un football qui se referme sur lui-même et choisit seul de donner ce qu'il veut donner à son public. Car oui, les médias ne sont que les serviteurs d'une passion commune qui unit des milliers de supporters chaque week-end, à chaque match, chaque année.

Non, les médias ne sont pas des ennemis, ni des amis, simplement les témoins de ce qui se passe ayant la liberté de le raconter, sans choisir de sauver ou d'affaiblir tel ou untel. Les réseaux sociaux comme les nouvelles technologies et les possibilités multiples de contenus pourraient offrir une expérience grandiose, un partage plus intense, plus instructif mais la voie empruntée semble différente.

A force de développer et d'élargir son business, le football s'éloigne de sa base mais prospère, argumentant des stades toujours plus remplis, malgré des prix toujours plus hauts, jusqu'à la nausée néanmoins, et un retour de bâton se profilant à l'horizon, à l'image de l'épisode des droits TV. L'enjeu a dépassé le jeu. Pas une fatalité mais une question de choix et d'orientation impulsée depuis les sommets, à l'image d'une Fédé dont il y aurait beaucoup à redire. N'empêche que ce foot des années 90, différent et loin d'être moins bon, surtout pour les clubs français, était drôlement sympa et riche en émotions, en partage, avec ses travers à lui. Et bonne nouvelle, grâce aux sites « vintage », on peut désormais retrouver un maillot Pfizer ou Airness, histoire de garder un petit arrière-goût de Madeline de Proust et de continuer d'aimer son club et son sport aujourd'hui...■

JULIEN BOUGUERRA

SRFC

Pour l'instant, le compte n'y est pas 4
Bienvenue Hans Hateboer 6
Kalimuendo et Truffert, le revers de la médaille ? 8
Quelle tactique pour gagner ? 10
National 3 : Le point sur les débuts de Cesson et de la TA Rennes 12

CRMHB :

Octobre capital pour les Irréductibles 14
Maté Sunjic, dernier rempart cessonais 16
Araok, le nouveau défi du président 18

SGRMH :

Des débuts compliqués mais de l'espoir 20
Lila Päkel, renfort d'expérience pour les « Noir et Rose » 22

CPB HAND :

Marine Boudaud-Fuseau, nouvelle gardienne de la Green Team 24

RUGBY :

Le REC reçu 3 sur 4 pour débiter 28
Entretien avec le président du REC Jean-Marc Trihan 30
Le Rheu s'appuie sur son pilier, Romain Guesdon 32

BASKET :

L'URB new-look, ça gagne ! 34
Entretien avec B. Demeuré, nouveau numéro 1 36

RUNNING :

Place à « Tout Rennes Court » 38
Destination Rennes mis à l'honneur au cœur du Marathon Vert 40

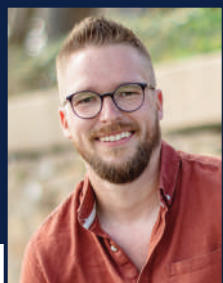
FUTSAL :

La TA veut confirmer et enchaîner en D2 42

DEMANDE DE STAGES

Envoyez CV, lettre de motivation et tout document utile à l'attention de François-Xavier Lebert afxl@orange.fr

PROCHAIN NUMÉRO
JEUDI 31 OCTOBRE



Kevin Pinel

PSYCHOLOGUE, THÉRAPEUTE ET COACH

TEL : 06 87 62 98 76

 **KEVINPINEL_PSYCHOCACH**

 **KÉVIN PINEL**

Comment prévient-on un burn-out sportif sans vexer l'athlète qui se refuserait à lever le pied ?

La récupération doit être vue comme un élément clé de la performance, il est possible de repositionner le repos comme une stratégie gagnante. Sensibiliser l'athlète à écouter son corps lui permet d'améliorer ses résultats à long terme et aide à éviter le sentiment de faiblesse. Il est essentiel de pouvoir

le ramener au fonctionnement de son corps plutôt qu'à son potentiel égo.

Le mental peut permettre de surpasser une blessure mais à l'inverse, en provoque-t-il systématiquement quand il est défaillant ?

Un mental affaibli peut augmenter le risque de blessures en affectant la gestion du stress, mais il n'en est pas la cause directe. Travailler sur la confiance en soi et la gestion des émotions aide à maintenir une bonne

concentration et à éviter des gestes précipités ou maladroits. L'équilibre optimal se trouve par l'expérience et est différent chez chacun.

Comment gérer et combattre la peur du jugement et de l'oubli pour l'athlète quand celui-ci avoue sa « faiblesse » de ne plus pouvoir pratiquer son sport ? Est-ce différent en sport co ou individuel ?

En se concentrant sur l'acceptation de soi et l'authenticité, l'athlète apprend à

valoriser sa santé avant sa performance. Il doit se rappeler que la vulnérabilité est une force, et que demander de l'aide n'éteint pas son talent, mais permet de combattre ses peurs. Là où peut se jouer la différence, c'est qu'en sport collectif, il y a un groupe permettant de faire tourner, favorisant le repos pour l'athlète. En sport individuel, une fois arrêté, l'athlète est hors terrain et la dimension mentale prend alors encore plus d'importance pour y revenir. ■

Découvre le vrai potentiel qui est en toi !

POUR LE MOMENT, LE COMPTE N'Y EST PAS !

S'ILS DEMANDENT DU TEMPS POUR ACCOMPLIR LEUR DESSEINS RESPECTIFS (ET COMMUNS ?), JULIEN STÉPHAN COMME FRÉDÉRIC MASSARA SAVENT QU'ILS N'EN AURONT PAS INDÉFINIMENT. L'UN COMME L'AUTRE AURONT VITE DES COMPTES À RENDRE, BIEN QUE LE CLUB AIT ANNONCÉ UNE ANNÉE DE TRANSITION. L'AUTOMNE À PEINE LÀ, IL Y A DÉJÀ URGENGE !

DÉJÀ BEAUCOUP DE POINTS LAISSÉS EN ROUTE...

Le constat est indiscutable et pose de nombreuses interrogations, voire suscite l'inquiétude. Des trois défaites à l'extérieur, aucune n'a son lot de regrets collé aux basques et c'est bien cela le plus inquiétant ! Dominé et noyé à Strasbourg (3-1) par l'enthousiasme et la jeunesse alsacienne, Rennes n'a guère plus convaincu à Reims où il ne sembla jamais en mesure de ramener quelque chose puis a gentiment tendu la joue à Paris, face à un adversaire supérieur, ce qui n'était pas le cas du Racing ou du Stade de Reims. Quand il s'est imposé, Rennes l'a fait nettement, 3-0, face à un Lyon hors sujet ce soir-là,



également, Glen Kamara a rejoint le banc en raison de soucis personnels et au détriment d'une paire Santamaria-Matusiwa semblant être pour le moment prioritaire. Mais pour les autres... Jota à court de condition et pas encore opérationnel, se fait attendre après quelques minutes disputées contre Montpellier. Il sera probablement disponible après la trêve internationale. Andrés Gómez, Henrik Meister, Jordan James et Mikayil Faye sont cantonnés au banc de touche et n'ont que quelques miettes à se mettre sous la dent tandis que Naouirou Ahamada, arrivé en toute fin de mercato de Crystal Palace, n'a pas encore pu se montrer. Autant d'interrogations sur ces nouveaux joueurs labélisés Frédéric Massara dont aucun n'a pour le moment cloué l'assistance et gagné des galons de titulaire indiscutable aux yeux du coach, exception faite peut-être d'Albert Gronbeak, à l'évidence inspiré et capable d'enflammer le Roazhon Park. Celui-ci a encore de la patience pour ses nouveaux joueurs mais commence aussi à s'impatienter de ce défilé de nouvelles têtes. Après cette seconde trêve internationale, le temps et l'adaptation ne seront plus suffisants en guise d'explication.

UN ÉTAT D'ESPRIT EN QUESTION

puis face à Montpellier, qui jouera sa survie cette saison. Deux victoires qui ont leur lot de satisfactions, du positif mais qu'il ne faut pas prendre pour un tarif maison symbolisant une machine de guerre. Non, Rennes n'est pas du tout un rouleau-compresseur, très loin de là, et ne compte que 7 points sur 18 dans la besace, en ayant bêtement lâché deux face à Lens à domicile dans un match maîtrisé à défaut d'être brillant. Toutes les pièces du puzzle sont enfin là, tardivement, mais l'assemblage n'est pas encore effectif. Il y a du travail pour Julien Stéphan qui concédait avoir trouvé un schéma de jeu début septembre alors que l'on aurait pu imaginer un recrutement adapté au plan tactique du coach et non l'inverse... Devant, au classement, les locomotives sont déjà lancées. Attention de ne pas avoir trop de wagons de retard sous peine de rater les destinations européennes...

DES RECRUES AU NIVEAU INÉGAL

Avec dix recrues pour l'équipe première, le Stade Rennais a choisi un renouvellement en profondeur. Pourtant, à Paris, comme face à Lens, la majorité des joueurs présents sur la pelouse l'étaient déjà la saison passée : Mandanda, Assignon, Wooh, Truffert, Santamaria, Kalimuendo, Blas (ou Gouiri), Seidu, Matusiwa... Seuls Albert Gronbeak et Hans Hateboer, pour le moment, semblent tirer leur épingle du jeu, après que Leo Ostigard a débuté la saison avant de revenir titulaire, et dans le dur, à Paris. Utilisé

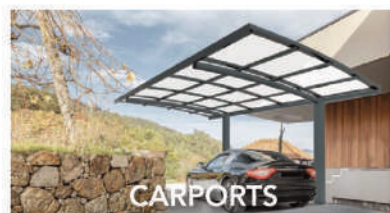
Bien sûr, chaque joueur qui rentre sur le terrain veut gagner et ne peut se satisfaire de temps de jeu s'il n'est pas victorieux. Ok, une fois le constat fait, il y a aussi la hargne, l'agressivité, la haine de la défaite et le goût du combat qui font un groupe, une identité, une équipe. Tout cela, le Stade Rennais le cherche encore, comme il est encore en quête d'un équilibre entre nouveaux et anciens, entre défendre haut et attaquer patiemment. Dans les chiffres, avec 13 cartons jaunes en six matchs et aucun rouge, on voit que l'excès d'agressivité ne caractérise pas une équipe qui accepte peut-être pour le moment trop facilement son sort comme lors de ses trois défaites. Du tempérament, il y en a mais celui-ci doit se révéler dans l'adversité et monter d'un cran. Julien Stéphan doit-il hausser le ton ? A-t-il son groupe prêt à aller au combat avec et pour lui ? L'unité est-elle de mise à tous les étages ? Alors que Monaco puis Brest et Le Havre vont croiser la route des Rouge et Noir en octobre, les réponses à ces questions arriveront dans les semaines à venir, où il ne faudra pas paniquer en cas de mauvais résultats mais aussi regarder froidement les contenus pour savoir si la mue du Stade Rennais, souhaitée et décidée cet été, prend forme ou non. Reste avoir quelles actions seront alors décidées, dans une saison certes de transition, mais devant être meilleure que la précédente. Un défi d'ores et déjà lancé qui ne sera pas simple à accomplir. ■

JULIEN BOUGUERRA

HOMKIA

L'OUVERTURE SUR VOTRE CONFORT

EL RÉNOVATION



Centre commercial UNIVER
CHATEAUGIRON



02 22 91 09 80
www.homkia.fr

elrenovation@homkia.fr



★★★★★ 4.7/5

ÉLU SERVICE CLIENT DE L'ANNÉE



AQUATONIC

EAU • SPORT • SPA

Une rentrée

TOUT EN LÉGÈRETÉ



**POUR TOUT
ABONNEMENT**

CARTE AQUALIB'
39€ AU LIEU DE 69€
+ BILAN SANTÉ FORME
OFFERT*

Toutes nos offres sur
www.aquatonic.fr/st-gregoire  

HANS HATEBOER, LA FIDÉLITÉ RÉCOMPENSÉE

HANS HATEBOER FAIT AINSI FIGURE D'EXCEPTION. DÉBARQUÉ AU STADE RENNAIS CET ÉTÉ EN PROVENANCE DE L'ATALANTA BERGAME, LE NÉERLANDAIS DÉCOUVRE SEULEMENT SON TROISIÈME CLUB À 30 ANS ET ARRIVE AVEC LA RÉPUTATION DE JOUEUR FIABLE. ET D'UN LEADER ?



Au moment de parcourir la carrière d'Hans Hateboer, et au-delà d'un CV bien garni avec plusieurs sélections en équipe nationale néerlandaise, une coupe des Pays-Bas et une Europa League, une chose saute immédiatement aux yeux : le défenseur n'a connu que deux clubs avant le SRFC. Groningen aux Pays-Bas, non loin d'où il est originaire, et l'Atalanta Bergame, récent vainqueur de l'Europa League. Une carrière loin des clichés de « globe-trotter » qui collent à la peau dans le métier, et une fidélité aux contrats signés d'autant plus remarquable pour un joueur international qui n'a pas manqué de convoitises durant tout son parcours.

Originaire de Beerta, à proximité de la frontière allemande dans le nord des Pays-Bas, il démarre sa carrière pro-

fessionnelle à Groningue, club qui a également fait éclore un certain Arjen Robben, et joue son premier match avec les Vert et Blanc en 2014 lors d'un déplacement au RKC Waalwijk.

SON PREMIER CLUB LUI ADRESSE UN « BONNE CHANCE EN FRANCE » SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX...

Un premier amour qui durera quatre ans, sans compter ses années chez les jeunes, et une trace indélébile laissée dans le club de ses débuts. Pour preuve, lors de son transfert au Stade Rennais, Groningen poste sur ses réseaux sociaux un « *bonne chance en France* ». Un beau geste suffisamment rare pour être souligné, surtout quatre saisons, il y aura disputé 111 matchs pour 5 buts et 13 passes déci-

sives, et ajoute également la première et seule ligne du palmarès du club avec une coupe des Pays-Bas remportée face au PEC Zwolle.

C'est en toute fin de mercato hivernal, en janvier 2017, qu'il quitte finalement sa patrie et rejoint l'Atalanta Bergame, alors habituée au milieu de tableau en Serie A, mais qui réalise cette année-là une saison historique conclue à la quatrième place et une qualification en Europa League à la clé. Fidèle parmi les fidèles, Hans Hateboer va écrire son histoire et celle du club italien pendant sept saisons et demie. Une période dorée pour l'Atalanta Bergame qui, après avoir connu la Serie B en 2010-11, se qualifie pour la Ligue des Champions à l'orée de la saison 2018-19. Le club s'installe tout en haut du classement de Serie A et enchaîne les qualifications euro-

CALENDRIER LIGUE 1

J01- RENNES - LYON	3-0
J02- STRASBOURG - RENNES	3-1
J03- REIMS - RENNES	2-1
J04- RENNES - MONTPELLIER	3-0
J05- RENNES - LENS	1-1
J06- PARIS - RENNES	3-1
J07- Rennes - Monaco	05/10
J08- Brest - Rennes	19/10
J09- Rennes - Le Havre	25/10
J10- Auxerre - Rennes	03/11
J11- Rennes - Toulouse	10/11
J12- Lille - Rennes	24/11
J13- Rennes - Saint-Etienne	01/12
J14- Nantes - Rennes	08/12
J15- Rennes - Angers	15/12
J16- Nice - Rennes	05/01
J17- Rennes - Marseille	12/01
J18- Rennes - Brest	19/01
J19- Monaco - Rennes	26/01
J20- Rennes - Strasbourg	02/02
J21- Saint-Etienne - Rennes	09/02
J22- Rennes - Lille	16/02
J23- Rennes - Reims	23/02
J24- Montpellier - Rennes	02/03
J25- Rennes - Paris	09/03
J26- Lens - Rennes	16/03
J27- Angers - Rennes	30/03
J28- Rennes - Auxerre	06/04
J29- Le Havre - Rennes	13/04
J30- Rennes - Nantes	20/04
J31- Lyon - Rennes	27/04
J32- Toulouse - Rennes	04/05
J33- Rennes - Nice	11/05
J34- Marseille - Rennes	18/05

Classement (après 6 journées)

1- PSG, Monaco, 16 pts ; 3- OM, 13 ; 4- Reims, 11 ; 5- Lille, Lens, 10 ; 7- Nantes, Strasbourg, 9 ; 9- Nice, 8 ; 10- Rennes, Lyon, 7 ; 12- Auxerre, Brest, Le Havre, 6 ; 15- Toulouse, 5 ; 16- Montpellier, St-Etienne, 4 ; 18- Angers, 2.

peennes sous les ordres du technicien Gian Piero Gasperini.

RÉVÉLATION DANS L'UNE DES ÉQUIPES LES PLUS JOUEUSES D'EUROPE

Un football reconnu dans toute l'Europe et un jeu résolument porté vers l'avant, comme en témoigne le titre honorifique de meilleure attaque de Serie A en 2019-20 avec 85 buts inscrits. Seul hic au tableau, la saison suivante, où les Nerazzurri ne terminent « que » huitièmes, sans qualification

DU 04 OCTOBRE
AU 2 NOVEMBRE

DESTOCKAGE MASSIF

APRÈS INVENTAIRE

Sur articles désignés en magasin et limite des stocks
Dates signalées en magasin.

MAGASIN SUD
Zone Leroy Merlin
CHANTEPIE

MAGASIN NORD
Rdt-Point de la Robiquette
SAINT GRÉGOIRE

COMPAGNIE DE LA LITERIE

Une autre façon de voir vos nuits !

européenne. Une saison où ils iront tout de même en quarts de finale d'Europa League, éliminés par Leipzig. Mais évidemment, comme pour toute formation souhaitant proposer du jeu, il faut aussi pouvoir s'appuyer sur une base défensive solide. Positionné en tant que piston droit dans un système en 3-4-3, Hans Hateboer est l'homme à tout faire et apporte autant défensivement qu'offensivement. Joueur relativement grand et athlétique pour ce poste (1m87), il peut également jouer sur d'autres positionnements défensifs, comme ce fut le cas contre Montpellier avec Rennes cette saison. Au total, il dispute 245 matchs avec l'Atalanta. Malheureusement, il est stoppé par une grave blessure en février 2023 avec une rupture des ligaments croisés. Une blessure qui le tiendra écarté des terrains pour le reste de la saison. Avant une belle revanche...

ENFIN UN JOUEUR D'EXPÉRIENCE DANS LA DÉFENSE RENNAISE

L'exercice 2023-24 est en effet celui de la consécration pour Hans Hateboer et son club. S'il dispute moins de matchs qu'à l'accoutumée suite à son retour de blessure, le Néerlandais va finir son aventure italienne de la plus



belle des manières. Son équipe se hisse jusqu'en finale d'Europa League et bat sèchement l'invincible Bayer Leverkusen en finale, la formation allemande concédant sa seule défaite de la saison (3-0). Hans Hateboer rentrera en toute fin de match, participant à la fête menée par Lookman et ses coéquipiers. Une fin en apothéose avant de rejoindre le projet Rouge et Noir.

Recruté, entre autres, pour apporter son expérience à une défense juvénile, le Batave avait aussi lui envie de changer d'air, comme il l'a évoqué lors de sa conférence de presse de pré-

sentation : « Après huit ans à l'Atalanta, je cherchais une nouvelle expérience et le projet du nouveau directeur sportif M. Massara était particulièrement intéressant. Si l'année dernière a été une année décevante après six ans sur la scène européenne, l'ambition d'y revenir m'a attiré. Je pense que nous pouvons aussi comparer l'Atalanta et le Stade Rennais en termes de club et de compétences. Le fait de mélanger des jeunes joueurs et des joueurs plus expérimentés au niveau de la défense me paraît être une bonne stratégie pour pouvoir atteindre le niveau

européen. » Prévoyant et conscient des attentes autour de la défense rennaise, le joueur de 30 ans demandait aussi un petit peu de temps pour « s'habituer les uns aux autres », comme son entraîneur actuellement. En recherche de leadership dans son groupe, Julien Stéphan partage au moins cet avis avec son nouveau défenseur, qui compte 13 sélections avec les « Oranje ». Celui-ci, sur la question du leadership, entend bien ne pas se défilier : « Je suis parmi les joueurs les plus vieux du groupe et qui compte le plus de matchs, il est normal que je prenne mes responsabilités, que je réponde présent sur ce domaine-là et je suis prêt à le faire », confiait-il après le nul face à Lens.

Replacé dans une défense à trois aux côtés de Christopher Wooh et Salidu Seidu, le colosse hollandais semble prendre ses repères mais surtout sa place dans un onze encore en construction, dont il semble avoir l'allure pour devenir l'un des piliers. Avec, espérons-le pour le Stade Rennais, un succès similaire à celui vécu en Italie mais surtout une réponse à l'urgence constatée d'amener de l'expérience dans un secteur qui aura besoin de sécurité et de certitudes. ■

ADRIEN MAUDET

NOUVELLE CARTE DE COCKTAILS CHEZ DEL ARTE !

VENEZ LES DÉGUSTER DÈS LE 15 OCTOBRE



RDV CHEZ DEL ARTE RENNES CENTRE



ESPLANADE CHARLES DE GAULLE - OUVERT 7/7

© 2024 Rennes Sport. Photos non contractuelles - Photo: Virginie Blaise - 09/24

L'ARGENT FAIT-IL LE BONHEUR POUR ARNAUD KALIMUENDO ET ADRIEN TRUFFERT ?

REVENUS TOUT AURÉOLÉS DE LEUR MÉDAILLE D'ARGENT OBTENUE AVEC LES BLEUETS, ARNAUD KALIMUENDO ET ADRIEN TRUFFERT ÉTAIENT ATTENDUS DANS LE GRAND CHAMBARDEMENT DU MERCATO ET AURAIENT PU AUSSI QUITTER LA BRETAGNE CET ÉTÉ. LE VOULAIENT-ILS ? PEUT-ÊTRE, MAIS LES DEUX SONT TOUJOURS LÀ ET VONT COMPTER DANS LA RÉUSSITE DE LA SAISON.

Francfort, Stuttgart puis la Juventus évoqués pour l'un tandis que le PSG ou l'Angleterre l'étaient pour l'autre. Après avoir eu des étoiles plein les yeux lors des JO de Paris, Arnaud Kalimuendo et Adrien Truffert avaient de quoi ne plus toucher terre tant les rumeurs les ont envoyés tour à tour dans des clubs « Ligue des Champions » ou européens, pour un nouveau défi. Il n'en fut finalement rien, et Rennes peut souffler : « Adrien Truffert et Arnaud Kalimuendo sont des pièces maîtresses de l'équipe, sur qui nous comptons », déclarait en juillet Frédéric Massara. Des mots également employés pour d'autres joueurs, finalement partis, mais cette fois-là, le directeur sportif italien a eu gain de cause et a pu garder ses deux jeunes internationaux. Mais dans quel état d'esprit ?

STUTTART, LA JUVENTUS ET FINALEMENT RENNES POUR « KALI »

Au printemps, les chances de voir Arnaud Kalimuendo rester à Rennes s'amenuisaient à mesure que les contre-performances Rennais s'empilaient. Pas assez impliqué pour certains, pas adapté pour d'autres, l'ancien du PSG et de Lens devenait une cible facile malgré des stats tout à fait honorables pour sa seconde saison Rennaise avec 15 buts toutes compétitions confondues, contre 7 lors de la première. Pas de quoi refroidir Thierry Henry, qui l'embarque avec lui dans l'aventure Jeux Olympiques. Une aubaine pour le joueur mais aussi pour le club, qui imagine la cote de son joueur probablement à la hausse en cas de tournoi réussi. Celui-ci sera satisfaisant, avec une place en



finale, un but inscrit mais sans doute une déception quant au temps de jeu. Pendant ce temps, le mercato hyperactif du Stade Rennais pouvait laisser à penser à un départ, avec de vrais postulants frappant à la porte. Encore fallait-il trouver un club prêt à s'aligner sur la somme demandée, autour des 25 M€... L'affaire n'était pas gagnée. L'intérêt de la Juve jusqu'au bout du mercato, semait le doute mais « Kali », qui avait clairement laissé la porte ouverte à un départ dès le printemps, rempilait donc bien au Roazhon Park pour au moins six mois, en attendant le prochain mercato d'hiver où son prix pourrait bien grimper s'il continue sur ses bases de début de saison (2 buts en 4 matchs) dans un système, pour le moment en

3-4-3 muable en 3-5-2 dans lequel il avoue mieux se sentir, comme il l'expliqua en zone mixte après la victoire sur Montpellier (où il marqua même... de la tête !) : « J'avais l'habitude d'évoluer dans ce style à Lens, j'y ai mes repères. On va voir sur la durée. Être 9 dans ce système, c'est une question d'animation avec les joueurs autour qui vont créer les opportunités. Moi, je me sens bien comme ça et nous allons tout faire pour continuer. Nous ne sommes qu'au début du chemin et on sait où on veut aller. »

LA DERNIÈRE ANNÉE À RENNES POUR ADRIEN TRUFFERT AVANT L'ANGLETERRE ?

Plus bas sur le terrain, son comparse,

Adrien Truffert, postulait lui aussi à changer d'air après avoir notamment vu ses opportunités de départs s'évaporer à plusieurs reprises, notamment lors du dernier mercato d'hiver où l'OM était bouillant pour l'accueillir. Titulaire dans l'équipe de Thierry Henry pendant le tournoi des JO, celui qui compte aussi une sélection chez les A de Didier Deschamps a pris de l'épaisseur. Il a vu sa cote grimper sérieusement. Le PSG serait même venu aux informations, tout comme l'OM, toujours intéressé ainsi que la Premier League, très attentive à la progression du Franco-Belge qui fêtera ses 23 ans en novembre. Pour autant, pas d'offre et une année de plus en perspective, donc, sur les bords de la Vilaine.

Revenu quelque peu émoussé, le joueur commence à retrouver ses sensations, qui plus est là aussi dans un système tout à fait adapté aux qualités du joueur : projection vers l'avant, longues courses près de la ligne et couverture derrière lui d'Alidou Seidu pour le sécuriser des absences parfois constatées dans une défense à 4. Qu'on se le dise, Adrien Truffert a devant lui un tapis rouge déroulé pour performer mais aussi, enchaîner les matchs, faute de concurrence d'un latéral gauche de métier dans l'effectif Rennais. Pas de quoi désarçonner un garçon toujours aussi tranquille et à l'aise au moment de s'exprimer : « Je sais que ces périodes de mercato peuvent être difficiles pour certains joueurs, mais moi, je veux me concentrer sur le foot et m'entraîner. J'ai des agents, je leur délègue cette partie-là. Quoiqu'il arrive, je suis heureux ici. J'ai montré que je l'étais, mais je ne ferme aucune porte. C'est clair avec le club, on est sur la même longueur d'ondes, et il n'y aura pas de

Rénovation globale
Projets d'architectes
Extension
Aménagement


ACTIV TRAVAUX
PREMIUM



Je vous accompagne
et m'engage sur les
délais et les prix de
votre projet.

RENCONTRONS-NOUS !
▶ David MONCHATRE
06 85 16 26 96



coup de travers ou de conflits. Je suis ici depuis neuf ans et Rennes restera mon club formateur. Je suis heureux ici, ça c'est sûr. On verra la suite.»

Celle-ci paraît faite de centres, de montées et de frappes dans un couloir gauche où son rôle sera décisif et son entente avec Jota sera très atten-

due et très observée.

GARE AU SURMENAGE !

S'ils sont revenus la médaille autour du cou avec une expérience internationale accrue et un statut renforcé, les deux joueurs ont aussi connu un

été sans pause et il sera important de surveiller de très près leur évolution physique. Titulaire depuis la 2e journée pour le gaucher blond rennais et depuis la 3e journée pour l'ancien « Sang et Or », les deux hommes bénéficient à l'évidence de la confiance de Julien Stéphan, qui compte sur

eux tels des repères dans un effectif où le onze est à construire au fil des semaines en fonction des affinités naissantes à l'entraînement et en match. L'âge n'est pas en frein en cela et leur antériorité dans l'effectif leur impose de facto plus de responsabilités.

Le revers de la médaille pour ces deux garçons désormais parés d'agent consiste donc en une attente plus grande sur leurs épaules, une exigence individuelle à s'imposer plus forte encore et un droit à l'erreur réduit, le tout avec une condition physique qui, à un moment ou un autre, réclamera un peu de repos. De quoi se prendre les pieds dans le tapis, oui, mais aussi et surtout l'opportunité de franchir un cap réel avec Rennes et de ramener le club à sa place, dans le Top 5 de notre Ligue 1, avant d'aller peut-être vivre pour l'un comme pour l'autre une première expérience à l'étranger, afin de franchir la dernière marche vers un destin international auxquels ils prétendent. S'ils y parviennent, tout le monde aura été gagnant et l'argent, avec ou sans médaille, continuera sans doute de faire le bonheur de tous. ■

JULIEN BOUGUERRA



Cesson-Rennes Métropole Handball

CESSON TREMBLAY




VENDREDI 25 OCTOBRE | 20H30
GLAZ ARENA

CESSON CRÉTEIL




JEUDI 31 OCTOBRE | 20H30
GLAZ ARENA

VOS BILLETS A PARTIR DE 8€ SUR CESSON-HANDBALL.COM

QUELLE TACTIQUE POUR CE STADE RENNAIS 2024-25 ?

POSER LA QUESTION, C'EST UN PEU Y RÉPONDRE. SI NOUS NE SOMMES AUCUNEMENT PLUS HABILITÉS QUE JULIEN STÉPHAN À METTRE IDÉALEMENT UNE TACTIQUE EN PLACE, LA RÉFLEXION RESTE POSSIBLE DE TOUS QUANT À SAVOIR QUEL SYSTÈME, AVEC QUELS JOUEURS, A LE PLUS CONVAINCU JUSQUE-LÀ. LE DÉBAT EST OUVERT...

LE 3-4-1-2 (OU 5-3-2 SELON LES PHASES OFFENSIVES OU DÉFENSIVES)

Utilisé contre Montpellier et Lens, puis à Paris, le système à trois axiaux dont Alidu Seidu repositionné plein axe aux côtés de Christopher Wooh et Hans Hateboer, puis Leo Ostigard au Parc des Princes, a été plutôt intéressant défensivement, offrant une stabilité notamment à domicile et une couverture des couloirs bien gérée par l'ancien Clermontois et l'international hollandais. A Paris, les exploits individuels de Bradley Barcola ont mis à mal cette organisation, bien moins à l'aise que sur les deux sorties précédentes avec notamment des latéraux peinant à se positionner. Dans les couloirs, Lorenz Assignon et Adrien Truffert semblent indiscutables mais



du sens de la passe de l'ancien chouchou du Roazhon Park. Le 4-3-1-2 disposé à Strasbourg fut moins convaincant, avec une défense trop bousculée.

Au milieu de terrain, les options sont multiples avec des joueurs au profil box to box assurant tous le repli et une couverture défensive, ainsi que du « grattage » de ballons mais côté création, l'équipe semble être amenée à dépendre de son néo-international danois pour surprendre et faire mal à l'adversaire. De ses performances dépendra aussi l'alimentation d'une attaque où l'on aimerait bien voir Henrik Meister associé à Arnaud Kalimuendo ou Amine Gouiri, afin d'allier puissance, vitesse, hau-



-  PROTECTION
-  TECHNOLOGIE
-  SÉCURITÉ
-  HUMANITÉ
-  DIGITAL



doivent désormais passer un cap offensivement, notamment côté gauche. Au milieu de terrain, la doublette Azor Matusiwa - Baptiste Santamaria s'est montrée convaincante face à Lens, ratissant et redistribuant plutôt bien le ballon mais peinant en revanche à amener le ballon et le danger dans la surface adverse. Projection et danger que parvient à apporter Albert Gronbeak, plus influent dans l'axe que placé sur un côté, juste derrière un attaquant de pointe. Celui-ci semble être Arnaud Kalimuendo, associé à Ludovic Blas, les deux garçons ayant pour le moment la préférence du coach au détriment des attaquants de côtés ou d'Amine Gouiri et Henrik Meister. Cette tactique, muable en 5-3-2 sur les phases défensives, donne une assise, un contrôle du ballon mais manque pour le moment de percussivité et d'imprévisibilité.

teur et jeu dans les petits espaces. Autant de perspectives que Julien Stéphan a forcément déjà envisagées avant que d'autres n'arrivent, notamment quand Jota sera opérationnel avec la perspective de pouvoir prendre le côté gauche à sa charge, ainsi qu'une bonne partie de la création. De là à basculer avec Gronbeak en n°10 et Andrés Gomez ou Ludovic Blas à droite, et une seule pointe devant ?

DU TEMPS, OUI, MAIS COMBIEN ?

Fort d'un effectif où tous les postes sont doublés et les profils nombreux, même si les complémentarités restent à trouver et à démontrer, le coach a les outils en sa possession pour faire et bien faire, même si connaître parfaitement chacun des nouveaux joueurs et de ses possibilités et de ses adaptabilités demande du temps. Ce fameux temps si rare dans le monde du foot, pourtant indispensable, sera probablement la clé pour trouver la solution idéale et a fortiori, les résultats allant de pair. Ce fameux temps déjà compté qui dira si le Stade Rennais est engagé sur le bon chemin ou s'il fait fausse route. Avec Monaco et Brest, deux équipes engagées en Ligue des Champions au programme, la quête continue mais devra être payante, tactiquement comme comptablement, sous peine de voir le tacticien lui-même en zone de turbulences. ■

LE 4-4-2 (LOSANGE OU AVEC EXCENTRÉS)

A Reims, Julien Stéphan avait opté pour une défense à plat, avec le duo Ostigard-Wooh dans l'axe, et deux milieux de terrain offensifs excentrés, Albert Gronbeak et Ludovic Blas et le tandem Gouiri-Kalimuendo en attaque. Un ensemble qui avait d'abord permis d'ouvrir le score mais qui, sur la durée, n'avait pas empêché Reims de renverser la vapeur et de prendre les trois points. Le 4-4-2 en losange mis en place contre Lyon, avec Benjamin Bourigeaud à l'époque, avait fière allure mais bénéficiait de l'activité et



NOS PRODUITS

- Alarmes intrusion filaires, radio et générateur de brouillard
-
- Télesurveillance et autosurveillance
-
- Vidéoprotection avancée

PARTENAIRE DES CLUBS RENNAIS







18, rue de la Rigourdière Cesson-Sévigné
www.fivetechn.fr 09 50 83 45 20

Carrefour
market



avec

LA REVUE DU
vin
DE FRANCE

DU JEUDI 3 AU
DIMANCHE 20
OCTOBRE 2024

AUX FOIRES
AUX VINS
LE GUIDE
DES BONS
PLANS



2022



15/20

~~12[€]~~
9[€]
99

9[€]
99

La bouteille

HAUT-MÉDOC SECOND VIN
D'UN CRU CLASSE DE 1855
La Closerie de Camensac

L'ABUS D'ALCOOL EST DANGEREUX POUR LA SANTÉ. À CONSOMMER AVEC MODÉRATION.

Carrefour market



Rennes Bourg L'Évêque - Rennes 3 Soleils
Rennes Poterie - Bréal-Sous-Montfort

5^E TOUR DE LA COUPE DE FRANCE : LA TA RENNES ET L'OC CESSON QUALIFIÉS !

Tous les deux en déplacement pour disputer le quatrième tour de la coupe de France, la TA Rennes, du côté des Côtes-d'Armor pour affronter Quintin Saint-Brandan (R2), et Cesson, dans le Morbihan pour défier La Gacilly (R3), les formations breilliennes de National 3 ont fait respecter la hiérarchie et poursuivent l'aventure. Rejoints au score juste avant la mi-temps, les Têtaïstes ont repris l'avantage dès l'entame de seconde période avant de sceller définitivement leur qualification en toute fin de match (1-3).

À LA PEINE EN CHAMPIONNAT

De son côté, Cesson s'est rapidement mis à l'abri en menant d'abord trois



CRÉDIT PHOTO PHILIPPE CABEL

buts à zéro, puis en mettant un dernier coup de collier à un quart d'heure du terme de la rencontre (1-4).

Le tirage au sort du cinquième tour n'était pas encore connu à l'heure de boucler le journal verra l'entrée en lice des clubs de National (US Concarneau).

Le démarrage en championnat est en revanche plus contrasté pour les deux pensionnaires de National 3. Après deux revers à Chauray puis à domicile contre Vitré, la TA Rennes a débloqué son compteur lors de la troisième journée à Laval, avant de rechuter contre Sablé. Les Têtaïstes sont 13^e de la poule B.

Cesson, 11^e de la poule C, s'est incliné à deux reprises, contre Virois et à Guingamp, mais a réussi à glaner entre temps un point contre Flérien, avant de décrocher son premier succès de la saison lors de la quatrième journée face à Milizac. Une mise en route qui devra désormais être suivie d'une bonne série, dans une saison annoncée très serrée en haut comme en bas de tableau. ■

ADRIEN MAUDET

gulli Parc

HAPPY HALLOWEEN

LE JEUDI 31 OCTOBRE

RENNES CAP MALO

RENNES CESSON

WWW.GULLI-PARC.COM



Partenaire
de tout ce qui nous
RÉUNIT!

**Le Crédit Mutuel
de Bretagne est fier
d'être partenaire de
Tout RENNES court.**

**TOU
RENNES
COURT**

**Vous serez 8 000
au départ de la 10 kms CMB
le dimanche 13 octobre !**



au plus près de chacun

L'HEURE EST À LA REMOBILISATION

AVEC QUATRE DÉFAITES LORS DE LEUR CINQ PREMIÈRES SORTIES OFFICIELLES, AVANT DE RECEVOIR TOULOUSE POUR DÉMARRER OCTOBRE, LES IRRÉDUCTIBLES SONT EN RETARD À L'ALLUMAGE. IL FAUT RÉAGIR ET VITE ET CHASSER DE GROS DOUTES. UN SACRÉ CHALLENGE, DÉJÀ...



Lété et ses belles promesses, c'est bel et bien fini. Place à l'automne et ses incertitudes.

Au buzzer sanctionnant Romaric Guillo et ses coéquipiers d'un nouveau revers face à Istres, les mines étaient déjà graves, sur le terrain comme sur le banc. Le cœur n'y est pas lors du traditionnel tour d'honneur et déjà, chacun le sait, il y a urgence. Non pas de points, huit seulement sur les 60 de la saison ayant été distribués mais de retrouver la confiance, la stabilité et les sourires, dans un début de saison où celui-ci se fait aussi rare que le soleil cette année sur notre belle région ! Comme à Saran en coupe de France, à Chambéry puis face à Aix, à la maison, Cesson a mordu la poussière, manqué de régularité et de précision, pour finir loin de son adversaire, presque sans le moindre regret. Pire, à l'évidence, que de perdre un match d'un but, ou sur une erreur d'arbitrage. Non, cette fois-ci, le constat est implacable, Cesson n'y est pas, malgré son beau succès à Chartres.

ASSURER LE PRÉSENT SUR LE PARQUET POUR ENVISAGER L'AVENIR...

« Nous n'avons pour le moment pas de continuité, que ce soit l'entraînement ou en match. Nous ne parvenons pas à valider ce que nous mettons en place et le payons au prix cher. Je n'identifie pas pour le moment la cause de cette inconstance », détaillait après Istres Sébastien Leriche en conférence de presse. « C'est simple, je ne reconnais pas en match l'équipe que je vois à l'entraînement pourtant, croyez-moi, nous sommes capables de belles choses. Mais pour le moment, la réalité de notre quotidien, de nos résultats et de notre classement. Désolé, nous vous avons un peu habitués au foie gras depuis trois ans et là, il va peut-être falloir repasser au pâté de foie. » La même apparence donc, pour un goût nettement moins savoureux, voilà le menu actuel à la Glaz Arena même si cela n'a évidemment rien de définitif.

Au moment où le club souhaite passer un cap dans sa structuration (lire en page 18) et construire, sur le terrain, les bases d'un nouveau projet qui démarrera pleinement à partir de 2025, avec beaucoup de départs probables, le CRMHB doit déjà assurer son présent via le parquet. Et pour le moment, tant dans les résultats que par les contenus, le compte n'y est pas : trop de pertes de balles, souvent sur des moments clés comme marqueur d'une maîtrise émotionnelle inégale d'un joueur à l'autre, un déficit à la finition et des difficultés à trouver les ailes et une défense en deçà de ses performances de l'an passé pour

le moment, trop souvent transpercée et voilà autant de paramètres expliquant un début de saison où les Irréductibles ont trop rarement fait la course en tête, excepté à Chartres. « Nous devons être capables d'être plus constants, illustre le coach cessonais. L'envie, le caractère ? Non, les joueurs ont envie. Avoir envie, c'est bien mais nous ne gagnerons pas juste avec ça. Il faut aussi bien jouer au handball. Et ce qui m'inquiète, c'est que nous n'avons pas encore joué les gros... » Le coach s'interroge, et on le comprend.

Privé de Théophile Caussé jusqu'à décembre au moins, il accuse forcément un manque de leaders à gros caractère, après les départs l'été dernier de Sylvain Hochet et Arnaud Tabarand et donc sans son ailier droit, nommé vice-capitaine cet été. La jeunesse est prometteuse mais demeure irrégulière avec les limites logiques, et le collectif manque encore de vécu commun. Et se profile à l'horizon à la Glaz Arena en ce mois d'octobre trois matchs capitaux : Toulouse, considéré comme nouveau « gros » du championnat avec Limoges puis Tremblay, l'ambitieux promu dans trois semaines, suivi de Créteil. Six points en jeu que les Irréductibles ne peuvent pas se permettre le laisser en route, avec entre-temps un déplacement à Saint-Raphaël et un autre à Ivry : « Il va falloir de toute façon prendre des points aller en chercher ici et là et vite » prévient Sébastien Leriche, désireux d'assumer et de trouver les solutions : « Je suis le premier responsable de ce qui arrive, et nous cherchons d'arrache-pied comment remédier à cela. »

CINQ MATCHS POUR UN BON REBOND POSITIF ?

Là-dessus, aucune crainte à avoir avec un groupe investi, sain, où les nouveaux se sont parfaitement intégrés humainement. Moins, sans doute pour le moment, sur le terrain, où les niveaux de forme et de performance de chacun, totalement hétérogènes, interdisent pour le moment une cohésion d'ensemble et une montée en puissance qui va rapidement devoir se mettre en place sous peine de vivre une saison compliquée, loin de l'ambition top 10. Une lecture plus positive du calendrier peut néanmoins laisser espérer des sourires, trois succès ou plus ce mois-ci, pour un bilan après neuf matchs qui serait alors tout autre. Octobre est déjà un premier croisement sur la route des ambitions à bien négocier pour le CRMHB, sous peine de changer de voie et de retrouver celle, bien moins attrayante, de la lutte pour le maintien. De ces routes que l'on connaît par cœur mais que l'on se plaît à oublier, le plus longtemps possible. Aux Irréductibles de tout faire pour ne pas avoir à y revenir... ■

JULIEN BOUGUERRA

Block'Out
RENNES

ouvert 7j/7
02.30.96.40.20
1 RUE DE BRAY, 35510 CESSON SÉVIGNÉ



NOUVELLE BMW SÉRIE 1. 390 €/MOIS SANS APPORT*.



LLD 39 MOIS.

**ENEZ L'ESSAYER DÈS MAINTENANT DANS VOS
CONCESSIONS HUCHET BMW :**

Huchet Rennes
Route du Meuble
35 760 Saint-Grégoire

Huchet Saint-Malo
3 rue de la Grassinais
35 400 Saint-Malo

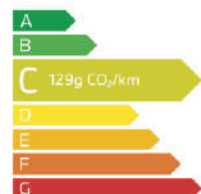
Huchet Laval
Route de Fougères
53 000 Laval



Réservez votre essai

*Exemple pour une BMW 116 M Sport Design. 39 loyers linéaires : 390 €/mois. Location Longue Durée sur 39 mois et pour 30000 km incluant l'entretien** et l'extension de garantie. Assurance perte financière à souscrire par l'intermédiaire de BMW Finance ou auprès de l'assureur de votre choix, sous réserve d'en justifier auprès de BMW Finance. Offre réservée aux particuliers pour toute commande d'une BMW 116 M Sport Design dans vos concessions Huchet avant le 31/12/2024, dans la limite des stocks disponibles et sous réserve d'acceptation par BMW Finance, SNC au capital de 87 000 000 € - RCS Versailles 343 606 448, inscrit à l'ORIAS sous le n°07 008 883. Depuis le 01/09/2018, les véhicules légers neufs sont réceptionnés en Europe sur la base de la procédure d'essai harmonisée pour les véhicules légers (WLTP), procédure d'essai permettant de mesurer la consommation de carburant et les émissions de CO₂, plus réaliste que la procédure NEDC précédemment utilisée. **Hors pièces d'usure.

Modèle Présenté : BMW 120 M Sport avec options à 710 €/mois sans apport. LLD 39 mois. 30 000 km.



Pour les trajets courts, privilégiez la marche ou le vélo. #SeDéplacerMoinsPolluer

MATE SUNJIC : « J'AI SENTI QUE C'ÉTAIT LE MOMENT POUR MOI D'ALLER VOIR AILLEURS »

APRÈS DIX ANS PASSÉS EN RÉGION PARISIENNE, À CRÉTEIL PUIS À IVRY, L'EXPÉRIMENTÉ MATE SUNJIC A DÉCIDÉ DE RALLIER LA BRETAGNE POUR LES DEUX PROCHAINES SAISONS. À 37 ANS, LE GARDIEN DES IRRÉDUCTIBLES GARDE UNE MOTIVATION INTACTE ET N'A QU'UN SEUL OBJECTIF, CONTINUER À PERFORMER AFIN D'EMMENER SON NOUVEAU CLUB LE PLUS HAUT POSSIBLE.

Comment se déroulent tes premières semaines au club ?

Tout se passe très bien et je n'en doutais pas car j'ai aussi de l'expérience à ce niveau-là. Je connaissais un peu le club, le monde du handball reste petit, et j'avais déjà évolué avec certains joueurs comme Théophile Caussé, Youenn Cardinale ou encore Thibault Minel, notre préparateur physique. Il y a aussi la grande majorité des joueurs que j'ai affrontés sur les terrains de Starligue. J'ai découvert des gars avec des bonnes valeurs humaines et un bon état d'esprit. Même au-delà du terrain, au sein du club de façon générale. Le staff nous a également bien accueillis et a été bienveillant avec les nouveaux. Je suis très content de ces deux premiers mois !

À quand remontent les premiers échanges avec Cesson ?

Vers octobre-novembre, l'idée était déjà mûre dans ma tête et je voulais chercher un nouveau défi. Dès Noël, nous nous sommes mis d'accord avec Cesson. De leur côté, il fallait aussi remplacer les départs de deux gardiens expérimentés (ndlr : Arnaud Tabarand et Alejandro Romero). Plus tôt ça se fait dans une saison, mieux c'est pour tout le monde.

Arnaud Tabarand a marqué le club lors de ses deux saisons en Bretagne, est-ce une pression supplémentaire de lui succéder ?

Je ne crois pas qu'il soit utile de comparer. Nous ne pouvons pas changer ce qui a été fait et bien fait.



Je suis le premier à me mettre la pression sur mes performances et je suis déjà très exigeant envers moi-même. Je n'ai donc pas besoin de me rajouter une pression supplémentaire. C'est une situation que j'ai déjà connue dans ma carrière quand j'ai remplacé François-Xavier Chapon à Ivry. Il était capitaine de l'équipe et a joué toute sa carrière là-bas. Je fais mon job et je sais pourquoi je suis là.

Rejoindre Cesson, c'est aussi quitter la région parisienne après dix ans dans la capitale. Pourquoi ce choix ?

Effectivement, j'ai passé une décennie dans la région parisienne. J'adore toujours autant et j'ai beaucoup aimé mes années là-bas. Cependant, j'ai senti que c'était le moment pour moi d'aller voir ailleurs. Il y a eu beaucoup de départs à Ivry et même s'il me res-

tait un an de contrat, j'ai aussi exprimé le souhait de partir. Comme j'ai été fidèle au club, j'ai pu rejoindre le CRMHB. Le projet cessonnais était le plus intéressant pour moi. Que ce soit dans l'état d'esprit affiché par l'équipe depuis plusieurs années, les ambitions, mais aussi le développement que je suis depuis que je suis en France. Je sais que c'est un bon club et j'ai vite pris ma décision. La Glaz a

BATISOL

EXPERT RÉNOVATEUR DEPUIS 1973



MENUISERIES

STORES

PORTES DE GARAGES

VOLETS

PORTAILS

DEPANNAGE DE VOLET ROULANT

SHOWROOM

265, rue de Nantes - 35200 RENNES.

02.99.65.05.76.

contact@batisol35.fr

DEVIS GRATUIT

aussi permis au club de se développer. Il y a encore quelques années, ils jouaient au Palais des sports et pour suivre l'évolution du championnat, il fallait changer. Ici, il y a tout ce qu'il faut pour performer et viser plus haut. Le sportif prime bien sûr, mais quand nous pouvons rajouter la qualité de vie, ça joue également. J'ai vu beaucoup de coins en France et ici, il y a la chance de vivre dans l'une des plus belles régions du pays.

« POUR L'INSTANT, JE SUIS FOCALISÉ SUR MES PERFORMANCES COMME SI J'AVAIS 18 ANS ! »

Avec autant d'années d'expérience, comment un gardien progresse-t-il sur son poste ?

Il y a la fameuse expression qui dit qu'un bon vin s'améliore avec le temps. Je pense que ce n'est pas une question d'âge, celui-ci n'est qu'un chiffre et que le plus important reste d'être toujours motivé. Cependant, avec les années, nous voyons malgré tout mieux les choses. Nous lisons mieux le jeu, les tirs. Tu appréhendes différemment la pression des matchs et tu apprends aussi de toi-même. L'expérience ne s'achète pas et en plus, j'ai eu la chance d'être très peu blessé. Nous pouvons prendre du recul sur notre façon de faire certaines choses et nous avons ensuite la possibilité de modifier certaines tech-

niques pour être plus efficace. C'est également le cas pendant la préparation, tu sais à quel moment il faut appuyer pour être, au moment venu, au meilleur de ta forme.

Comment se passe la collaboration avec Milos Mocevic et Yann Pichon ?

Yann s'est blessé au genou en fin d'année dernière et ça l'a un petit peu poursuivi durant la préparation. Il commence à s'entraîner de nouveau avec nous et il y a tout un travail d'accompagnement aussi avec le staff. J'étais aussi en binôme avec des jeunes gardiens à Ivry et à Créteil, et j'aime transmettre. Milos revient lui d'une grave blessure. Je suis content qu'il soit bien revenu et qu'il soit en bonne santé. J'ai découvert un super mec et nous passons aussi beaucoup de temps ensemble en dehors du terrain. Je suis convaincu que notre paire va bien fonctionner. Même si Milos est plus âgé que Yann, si je peux lui apporter quelque chose, je le ferai. Je ne vois vraiment pas ça comme de la concurrence. Nous sommes une équipe et mes adversaires ne sont pas Milos et Yann. Dans ma carrière, j'ai évolué avec des gardiens plus anciens qui m'ont accompagné et si désormais je peux accompagner avec mon bagage, et qu'ils acceptent, ça sera avec plaisir. Ça avait déjà été le cas avec Dylan Soyez qui est mainte-

nant à Nîmes. Je suis très heureux d'avoir pu lui apporter dans sa progression. C'est toujours l'équipe qui prime devant les individualités. Bien sûr, pour que l'équipe performe, il faut aussi que les individualités performant, et je fais simplement en sorte de toujours vouloir réaliser le plus grand nombre d'arrêts à chaque match.

As-tu déjà pensé à l'après-handball ?

Même si j'ai 37 ans, je n'ai pas encore vraiment pensé à ma retraite sportive. J'ai toujours envie de jouer et de performer. Je ne vais pas me priver de mon plaisir et de la chose que j'aime le plus faire au monde. Certes, je sais que je suis plus proche de la fin que du début, mais j'ai encore envie. Si je devais me poser et me demander, un jour qu'est-ce que je pourrais faire ? J'aime la transmission du handball et je suis diplômé dans l'ingénierie informatique. Dans un monde idéal, ça serait de faire les deux (*rites*). Dans les mathématiques, pourquoi pas être professeur, et à côté, aider dans un club de handball en étant, pourquoi pas, entraîneur des gardiens. Mais j'y réfléchirai plus tard, pour le moment, je suis focalisé sur mes performances comme si j'avais 18 ans ! ■

RECUEILLI PAR ADRIEN MAUDET

LIQUI MOLY STARLIGUE

J01- CHAMBÉRY - CESSON	29-25
J02- CESSON - AIX	28-32
J03- CHARTRES - CESSON	28-33
J04- CESSON - ISTRES	28-33
J05- Saint-Raphaël - Cesson	04/10
J06- Cesson - Toulouse	11/10
J07- Ivry - Cesson	18/10
J08- Cesson - Tremblay	24/10
J09- Cesson - Créteil	31/10
J10- Montpellier - Cesson	15/11
J11- Cesson - Limoges	22/11
J12- PSG - Cesson	29/11
J13- Cesson - Dunkerque	08/12
J14- Nîmes - Cesson	13/12
J15- Cesson - Nantes	19/12
J16- Tremblay - Cesson	14/02
J17- Cesson - Saint-Raphaël	21/02
J18- Cesson - Ivry	28/02
J19- Aix - Cesson	07/03
J20- Cesson - Montpellier	21/03
J21- Toulouse - Cesson	28/03
J22- Cesson - Nîmes	04/04
J23- Dunkerque - Cesson	11/04
J24- Cesson - PSG	18/04
J25- Limoges - Cesson	25/04
J26- Cesson - Chambéry	02/05
J27- Créteil - Cesson	23/05
J28- Nantes - Cesson	30/05
J29- Cesson - Chartres	04/06
J30- Istres - Cesson	07/06

Classement (après 4 journées)

1- PSG, Toulouse, 8 ; 3- Nantes, Aix, Montpellier, Istres, 6 ; 7- Chartres, Nîmes, St-Raphaël, 4 ; 10- Créteil, Limoges, Chambéry, Tremblay, Dunkerque, Cesson, 2 ; 16- Ivry.

Vente de terrains à bâtir en ILLE-ET-VILAINE

DOMAGNÉ • LOUVIGNÉ-DE-BAIS • SAINT-AUBIN-DES-LANDES • TORCÉ
 ANDOILLÉ-NEUVILLE • CHÂTEAUGIRON • SAINT-ARMEL • LE PETIT-FOUGERAY • CREVIN • BRUZ • LAILLÉ
 POLIGNÉ • CINTRÉ • BOURG-DES-COMPTES • BRÉAL-SOUS-MONTFORT • CARDROC • LASSY
 LA CHAPPELLE-CHAUSSÉE • LA FRESNAIS • PLERGUER... ET D'AUTRES PROGRAMMES À PROXIMITÉ.



RETROUVEZ TOUS NOS PROGRAMMES SUR : www.viabilis.fr

RENSEIGNEMENTS & VENTE : 02 23 25 09 93 / commercial@viabilis.fr





ARAOK, UN PAS EN AVANT

DÉSIREUX DE SOLIDIFIER SA BASE ET SES FONDS PROPRES, STÉPHANE CLÉMENCEAU A OFFICIAISÉ LORS DE LA SOIRÉE DE PRÉSENTATION DU CRMHB IL Y A UN MOIS L'ENTRÉE AU CAPITAL DE LA SOCIÉTÉ ARAOK SPORTS INVEST DESTINÉE DANS UN PREMIER TEMPS À RENFORCER LE CLUB FINANCIÈREMENT PUIS DANS SA STRUCTURATION ET SON DÉVELOPPEMENT. CETTE ENTRÉE AU CAPITAL DE A.S.I. (CONSTITUÉE EXCLUSIVEMENT D'ENTREPRENEURS LOCAUX DÉJÀ PARTENAIRES DU CLUB) ÉTAIT DEVENUE ABSOLUMENT NÉCESSAIRE. EXPLICATION.

On le sait, le président historique des Irréductibles, Stéphane Clémenceau, n'est pas du genre à s'endormir sur les acquis. Après le passage du club en SAS en 2018, détenue à 100 % jusque-là par l'association, c'est une nouvelle étape qui est franchie en ce début d'année sportive 2024-25 avec la création d'Araok, « en avant » en breton dans le texte. Mais qu'est-ce que cette nouvelle structure ? « Je n'ai rien inventé et je crois savoir qu'un projet similaire se développe au rugby, à Vannes. L'idée était avant tout de faire face à nos obligations en renforçant nos fonds propres », explique Stéphane Clémenceau. De plus je pense que le modèle existant depuis quinze ans arrive à son plafond de verre. Il fallait une solution pour « défragiliser » notre organisation qui repose sur quelques personnes. Il fallait minimiser les risques et je voulais mettre quelques personnes autour de la table. Et forcément, pour voir plus grand et plus haut, nous devons trouver de nouveaux leviers pour relancer notre développement économique. » Ainsi est née la société Araok Sports Invest.

13 ACTIONNAIRES À L'ISSUE DE LA PREMIÈRE LEVÉE

Le principe est simple : une prise de participation dans la SAS LES IRREDUCTIBLES et en parallèle un apport en primes d'émission pour remettre à

niveau les fonds propres largement dégradés dans la période « post COVID » l'entrée d'actionnaires privés pouvant participer et prendre part aux différentes stratégies et choix de développement du club. Aucun accès cependant, à la zone sportive et aux choix imputés à celle-ci, mais la possibilité et même le « devoir » de devenir un ambassadeur du club, chacun dans son réseau : « C'est aussi l'idée, bien sûr. Pour devenir actionnaire, il faut déjà être partenaire du club et les douze premiers qui m'ont rejoint au sein d'Araok sont tous des acteurs du territoire amoureux de la région, du club, pour qui les relations humaines sont au cœur du projet. Nous ne venons pas ici pour faire une plus-value, puisque que l'on est plutôt sur une forme de capital « risques ». C'est un pari fait autour de la passion, le plaisir de partager le haut niveau ensemble, peut-être de le vivre un peu par procuration. Cela doit aussi permettre au club de basculer, à terme, vers d'autres ambitions. »

A ce jour, avec des tickets d'entrée à 10.000, 20.000 et 40.000 euros, ils sont douze à constituer le premier cercle pour six ans minimum. Un président, Renan Begueret, à la tête du restaurant Les Halles Saint-Grégoire et un directeur général, Arnaud Goureau, président du groupe Viabilis, sont ainsi là pour impulser les actions et la dynamique, dans un groupe destiné à s'ouvrir dans les mois et années à venir. Les deux hommes siégeront

ainsi au comité stratégique du CRMHB et apporteront leur regard et leurs idées.

L'EUROPE À L'HORIZON 2030

Un fonctionnement qui pour autant, n'annonce pas de folies financières du côté terrain : « Que l'on ne s'y trompe pas, les apports réalisés depuis septembre 2023 et la mise en route du projet jusqu'à son avènement au 30 juin 2024 ont eu vocation à faire en sorte que les comptes soient équilibrés au 30 juin dernier. Le budget opérationnel de fonctionnement du club, constitué des salaires et loyers et charges diverses et les fonds propres sont deux choses très différentes mais il est cependant rassurant d'avoir pu redonner une bouffée d'oxygène avec cette première initiative. C'est un peu comme un compte courant et une épargne, qui ne sont pas utilisés de la même manière et pour la même chose. Le souhait est de renforcer la base du club, de passer les commissions annuelles de contrôle financier de la Ligue sans sueur froides et de pouvoir se projeter, sans l'épée de Damoclès au-dessus de la tête, dans la construction de nos saisons à venir. On le voit, le sport de haut niveau souffre financièrement et il faut trouver des solutions. »

S'appuyer sur les acteurs locaux en est une, intelligente et inspirante, et permettra aussi, grâce aux réseaux de chacun, d'amener de nouveaux

partenaires et des moyens amplifiés à terme. Une deuxième levée est ainsi prévue d'ici à juin 2025, en s'appuyant toujours sur les entrepreneurs du territoire : « Nous ne sommes pas dans l'idée de dépendre d'une seule personne mais d'avoir un noyau fort, collectif tout en élargissant le cercle de ceux qui porteront les responsabilités. A terme, en collaboration avec les commerciaux du club, nous espérons augmenter notre réseau partenaires avec l'ambition d'atteindre rapidement les 300 entreprises et ainsi continuer à développer l'image, la convivialité mais aussi l'attractivité du CRMHB. Cela passera aussi par le terrain, où nous avons fixé comme feuille de route de parler d'Europe à partir de 2029. »

Essayer de vivre quelque chose de différent ensemble, donner de la confiance et montrer le cap à un groupe et un staff voyant son club avancer, bouger, et enclencher un cercle vertueux, c'est un peu tout cela qu'Araok va impulser à des Irréductibles qui, après la Glaz Arena, voient un nouvel outil de premier plan se mettre en place pour performer et continuer de grandir dans l'élite du handball français. « Pour réussir ou du moins ne pas s'essouffler, je suis convaincu que nous nous devons d'être acteur de la progression du club », conclut Stéphane Clémenceau. Place à l'action, en avant ! ■

JULIEN BOUGUERRA



**ARTISANS, COMMERCE, SYNDICS DE COPROPRIÉTÉS,
COLLECTIVITÉS, TERTIAIRE...**

contact@ctoutprop.fr 02.99.42.34.30
11, rue de la Plaine - 35890 LAILLE

**PARTENAIRES DES
IRRÉDUCTIBLES**



FITNESS PARK

SE DÉPASSER - SE SURPASSER



19€ PENDANT
4 SEMAINES

PUIS 30€ / 4 SEMAINES*

*Offre valable pour la souscription à un abonnement classic avec engagement d'un an (hors frais d'adhésion et de renouvellement du matériel), non cumulable avec toute autre offre promotionnelle en cours. Voir conditions sur fitnesspark.fr. SAS FITNESS PARK DEVELOPMENT - 1 avenue du Général de Gaulle, 92800 Puteaux - RCS de Nanterre n° 379 818 032 - Crédit photo : Rémi Issaly.

4 CLUBS À RENNES

LIBERTÉ / MONTGERMONT / LONGSCHAMPS / LA POMMERAIE

FP MONTGERMONT : 1 RUE NEWTON 35760 MONTGERMONT
FP LIBERTÉ : 36 BOULEVARD DE LA LIBERTÉ 35000 RENNES

FP LONGSCHAMPS : ALLÉE MORVAN LEBESQUE 35700 RENNES
FP POMMERAIE : 1 RUE DU NOYER 35000 RENNES

FAUX DÉPART MAIS VRAIS ESPOIRS

AVEC TROIS DÉFAITES EN AUTANT DE MATCHS OFFICIELS POUR DÉMARRER LA SAISON, LES FILLES DU SGRMH N'ONT PAS FORCÉMENT ENTAMÉ IDÉALEMENT L'EXERCICE 2024-25. POUR AUTANT, IL CONVIENT DE RELATIVISER LES CHIFFRES ET D'ALLER PLUS LOIN DANS L'ANALYSE, QUI INDIQUE DE VRAIS SIGNAUX ENCOURAGEANTS.

Forcément, quand une saison démarre par trois confrontations avec des statuts VAP sur les quatre premiers matchs, avec, en plus, un match de coupe de France face à un pensionnaire de Ligue Butagaz Energie, on se doute que le bilan comptable risque gros, au contraire de celui côté finance positif et sain, contrairement à bien des clubs de la division. Niveau calendrier, si longtemps attendu et sorti seulement tout début septembre (!), les Bretonnes auraient pu être mieux servies mais il faut faire avec. Battues d'un petit but par Le Havre (31-32) et un peu plus nettement à Lomme (33-28), les joueuses d'Olivier Mantès après avoir défié Vaulx pour débiter octobre auront le plaisir d'aller défier Celles-sur-Belle, candidat solide à la

montée, puis d'aller à Pessac. Du solide, des défis et des enseignements en perspective.

« LE HAVRE. UN RÉSULTAT NÉGATIF MAIS UN CONTENU PLUTÔT BON »

Avec un effectif en bonne partie renouvelé, les automatismes sont à créer et à installer dans un sept de départ qui se dessine peu à peu. Autour de l'expérimentée Guillemette Cauly et de l'« ancienne » de la maison Anaëlle Fontaine, se sont installées Lila Pákel et Milica Trifunovic, deux joueuses connaissant le niveau du dessus et la D2, avec l'envie de s'y installer pour de bon à Saint-Grégoire. Si la première nommée a déjà parfaitement pris ses repères et su se rendre indispensable chez les Noir et Rose,



forte de son expérience du niveau, la seconde doit encore s'adapter à son nouveau poste d'arrière droite, elle qui évoluait à l'aile. Au poste de pivot, le retour de Marie Guillevic offre une doublette complémentaire avec Zaina Raymond-Harek. Sur les ailes, la jeunesse doit encore gagner en expérience derrière Eden Dumoulin et Agathe Hennion, déjà présentes la saison passée, pour permettre des rotations et des percussions efficaces susceptibles de changer le cours des matchs.

Un groupe alliant jeunesse et expérience, passé tout près de faire chuter l'épouvantail havrais lors de l'ouverture du championnat : « Je suis satisfait de ce que nous avons produit. Le résultat est négatif, mais le contenu est plutôt bon. Nous avons des filles qui ont pour la plupart tenu 50 minutes sur le terrain, c'est déjà positif, et en étant accrochées à cette équipe du Havre. À voir maintenant comment on va récupérer et comment nous allons réitérer ce genre de performance, confiait Olivier Mantès sur le site Internet rennesport.fr, dans la foulée de la rencontre. Dans le jeu, nous avons vu des choses que nous avons travaillées et des choses que nous n'avons pas du tout travaillées et qui ont fonctionné. Ça prouve l'intelligence tactique de certaines joueuses et une capacité d'adaptation qui fait que nous pouvons peut-être espérer un peu plus. » Un revers au cours duquel fut constatée la qualité offensive des Bretonnes mais aussi, la résistance physique face à une équipe jouant très vite : « Ce n'est pas parce que le score est élevé que nous n'étions pas là défensivement », ajustait ainsi Olivier Mantès. A Lille en revanche, moins de satisfactions avec un écart de +5 acquis à la pose pour les ambitieuses Nordistes, maintenu jusqu'au bout. Les différences entre les deux formations, pas insurmontables mais suffisamment claires pour une seconde journée de championnat, montrent aussi le che-

min à parcourir. Le match de coupe, lui, face à Chambray, permit d'offrir une belle résistance de 20 minutes avant de céder, logiquement.

Trois revers donc, mais des satisfactions avec la bonne incorporation des nouvelles, des associations plutôt intéressantes et performantes, une expérience accrue sur la base arrière et un visage positif montré, au-delà des résultats. Place désormais à Vaulx, équipe censée être du « même championnat » que le SGRMH et résolument tournée vers le maintien. Un match coché, à gagner, que les Noir et Rose voudront aussi maîtriser dans une Ricoquais qui découvrira un nouvel horaire, le dimanche à 14 heures. L'occasion aussi, peut-être, de retrouver Marijana Markota-Karic, jeune maman de retour à l'entraînement depuis la mi-septembre et postulante au groupe. La perspective, pour le coach Mantès, d'une paire de gardiennes de haut-vol avec Sarah Vukovac dont l'entente et l'efficacité aura un poids certain dans la réussite de la saison. La victoire serait en tous cas une excellente idée, au vu du copieux menu des Bretonnes attendant ensuite les Bretonnes loin de la Ricoquais.

On ne choisit pas son calendrier et celui-ci, très relevé, ne promet rien de facile aux filles du SGRMH mais celles-ci ont déjà prouvé leur capacité à tenir tête à n'importe qui et à s'élever dans l'adversité. Alors que la saison n'en est qu'à ses débuts, au-delà des points, c'est une histoire qui commence à s'écrire et des liens qui doivent se tisser, semaine après semaine, match après match. Si construire demande du temps, le sport n'en offre que peu alors pas de questions à se poser pour les « Noir et Rose », sans le moindre complexe à nourrir

Et pour cela, aucun doute, les filles d'Olivier Mantès sont déjà prêtes à partir au combat ! ■

JULIEN BOUGUERRA

SORTONS LES CROCS!

DIM. 06 OCT. 14H

VAULX-EN-VELIN (LYON)

LA RICOQUAIS - ST GRÉGOIRE

SAINT-GRÉGOIRE RMH RENNESMETROPOLEHANDBALL.FR

D2F SELECT handball

REGION BRETAGNE Ile & Vilaine Rennes Métropole Saint-Grégoire SODICO KVA VIVALTO SPORT HUMMEL GRAND QUARTIER

LA LIGUE CONTRE LE CANCER : 2^E RENTRÉE POUR LES ANTENNES OUVERTES À SAINT-MALO ET REDON

POUR SA RENTRÉE, LE COMITÉ D'ILLE-ET-VILAINE DE LA LIGUE CONTRE LE CANCER POURSUIT SON ENGAGEMENT AUPRÈS DES PERSONNES MALADES AVEC DE NOMBREUSES ACTIVITÉS ADAPTÉES ET PERSONNALISÉES. UN SERVICE QUI S'ÉTEND SUR TOUT LE DÉPARTEMENT POUR LA DEUXIÈME ANNÉE CONSÉCUTIVE AVEC LE DÉVELOPPEMENT DE DEUX ANTENNES À REDON ET SAINT-MALO, NOTAMMENT AVEC DES ACCOMPAGNEMENTS COLLECTIFS. UN LIEN SOCIAL IMPORTANT DONT NOUS PARLE CLAIRE MOUBÈCHE, RESPONSABLE DE LA MISSION ACCOMPAGNEMENT DES PERSONNES MALADES ET DES PROCHES.



Les services sont-ils les mêmes sur les deux nouvelles antennes de Redon et de Saint-Malo ?

La particularité de ces deux nouvelles antennes, c'est que nous proposons des accompagnements collectifs. C'est très intéressant car il y a de nombreux bénéficiaires. Cela permet de rompre l'isolement dû à la maladie, mais aussi de créer des échanges entre les gens afin qu'ils ne sentent pas seuls dans cette épreuve. Il y a deux ans, nous avons mis en place Proxiligie, un dispositif d'accompagnement individuel à domicile ou en cabinet de proximité, mais sans forcément de liens sociaux. Il y avait ce besoin et de ce constat sont nées les deux nouvelles antennes à Redon et à Saint-Malo.

Comment les personnes intéressées peuvent-elles vous contacter ?

Nous avons un numéro de téléphone unique car nous n'avons pas nos propres locaux à Redon et à Saint-Malo. Ces sont des partenaires qui nous mettent des salles à disposition et ce sont des intervenants professionnels qui gèrent les cours. Les personnes nous appellent et nous nous

LE RETOUR D'OCTOBRE ROSE

Le mois d'octobre, c'est aussi bien évidemment « Octobre Rose » et la sensibilisation aux cancers féminins, notamment celui du sein, dont le dépistage suffisamment précoce peut sauver de nombreuses vies.

Pour continuer de lutter mais aussi vous informer sur cette lutte de tous les instants, n'hésitez pas à faire un don mais aussi à visiter le site du Comité :

<https://liguecancer35.fr/>

occupons du reste. Nous faisons le lien avec les différentes antennes et nous nous occupons des inscriptions. Nous donnons également toutes les informations pratiques pour se rendre sur place ainsi que le nom du professionnel et nous nous tenons à disposition pour toute question tout au long du parcours. ■

RECUEILLI PAR ADRIEN MAUDET

Contact par tel : 02.99.63.67.67

Quels sont les accompagnements proposés par le Comité d'Ille-et-Vilaine ?

L'accompagnement peut se décliner sous différentes formes et l'objectif du service est de mettre en place les soins oncologiques de support. Ce sont eux qui nous guident. L'objectif est d'apporter du mieux-être et de la qualité de vie, que ce soit sur les plans psychique, physique ou social. Nous proposons des accompagnements directement au comité à Rennes et pour la 2^e année à Redon et à Saint-Malo afin de nous adresser au plus grand nombre. Il y a des accompagnements individuels autour du mieux-être et du prendre soin de soi que nous complétons avec des accompagnements collectifs, plutôt orientés sur la mise en mouvement du corps... Dans ce sens, nous proposons le Postural Ball® depuis février dernier à Rennes. Les recommandations autour de l'activité physique adaptée permettent de réduire les effets des traitements, limiter les désagréments de la maladie et diminuer le risque de récurrence de cancer. Cela

peut se décliner de différentes manières afin que chacun y trouve les réponses à ses propres besoins, tout en y prenant plaisir. D'un côté, il peut y avoir du yoga ou du Pilates, et de l'autre, du renforcement musculaire ou des exercices de cardio. C'est un accompagnement vaste et adapté à chacun.

À qui s'adressent ces différents services ?

Ils sont destinés à toutes les personnes malades, quel que soit le type de cancer et quel que soit le moment de la maladie, pendant le traitement et même après. Nous sommes une association qui s'adresse à toutes les personnes concernées par le cancer mais aussi aux proches, en Ille-et-Vilaine et nous travaillons avec des enseignants professionnels en activités physiques adaptées et également avec des éducateurs sportifs Sport-Santé. Ils ont la capacité de proposer des exercices adaptés et personnalisés, et prennent du temps pour connaître chaque personne et chaque pathologie.

LE POSTURAL BALL®, QU'EST-CE QUE C'EST ?

Lancée en début d'année civile par le Comité d'Ille-et-Vilaine de la Ligue contre le cancer, le Postural Ball® propose des solutions pour renforcer son corps de façon ludique. Delphine Guilleux, éducatrice en activité physique adaptée Sport-Santé et également sophrologue, présente ce nouveau concept.

« Le Postural Ball®, c'est du renforcement postural sur un Swiss Ball (gros ballon notamment utilisé en kinésithérapie et également appelé ballon de Klein) sur lequel nous pouvons nous asseoir. C'est une alternance de postures statiques pour favoriser le renforcement musculaire et qui répond à trois principes. Le premier, c'est de se positionner en fonctions d'axes (oblique, verticale et horizontale), ensuite de se

reposer au niveau du ventre et enfin, le dernier principe est axé sur la respiration, l'expiration principalement. Nous alternons les phases statiques et la détente. Ce sont des séances 45 minutes avec entre 8 et 10 postures en fonction du public. Toutes les postures sont adaptables en fonction de la forme du jour. Je souhaite que les personnes ressentent des sensations corporelles de travail, mais sans douleurs. J'alterne des petits groupes de six ou sept, ce qui me permet d'être avec chaque personne pour travailler correctement. En fin de séance, sur le côté sophrologie, nous faisons un retour à son corps et les sensations ressenties. Ça vient valider ce que l'on a fait durant la séance. C'est un concept qui permet de travailler le renforcement musculaire en douceur et de façon ludique avec le ballon ». ■

LILA PÄKEL : « J'AI ACCEPTÉ DE NE PAS ME CANTONNER QU'À UN SEUL POSTE »

SAINT-GRÉGOIRE ACCUEILLE DANS SES RANGS UNE NOUVELLE GLADIATRICE. APRÈS GUILLEMETTE CAULY ET ZEINA RAYMOND-HAREK LA SAISON DERNIÈRE, C'EST AU TOUR DE LILA PÄKEL DE REJOINDRE LA BRETAGNE EN PROVENANCE DE NÎMES. POLYVALENTE ET ÂGÉE DE 26 ANS, ELLE SERA L'UNE DES NOIR ET ROSE LES PLUS EXPÉRIMENTÉES AU SEIN D'UN GROUPE RAJEUNI.

Avec son numéro 92 dans le dos, Lila Päckel affiche tout de suite la couleur : « C'est mon côté Parisienne, c'est pour représenter mon département », plaisante-t-elle. Un numéro qui lui colle à la peau depuis son passage à Octeville et qu'elle traîne depuis sur tous les parquets de D2F. Originaire des Hauts-de-Seine, elle hésite d'abord avec le football et la boxe : « Je jouais souvent au foot avec mon père et ma mère faisait un petit peu de boxe ». Mais, comme souvent à ces âges-là, l'appel des copines est plus fort et elle s'inscrit finalement au handball.

Formée au Paris 92, mais sans passer par la case centre de formation, oscillant entre les équipes jeunes et la Nationale 1, elle finit tout de même par se confronter au très haut niveau : « À Issy Paris, j'ai fait pas mal d'entraînements avec les professionnelles et j'ai eu la chance de côtoyer des grandes joueuses comme Stine Bredal Oftedal ou les sœurs Lassource. »

DÉBUTS PROFESSIONNELS AU HAVRE

Le jour de ses 18 ans, elle a même l'opportunité de disputer quelques minutes en coupe de la Ligue contre Nice : « Il y avait eu pas mal de blessures et je suis rentrée à la fin du match, le jour de mon anniversaire. Je suis même allée tirer, mais je n'ai pas marqué (rires). Ça reste une belle expérience, mais ça m'a aussi montré



que je n'avais pas le niveau. Il y a aussi beaucoup de sacrifices à faire dans la vie d'une joueuse de D1. Peut-être un jour, car il ne faut jamais dire jamais, mais je n'ai pas de regrets et je kiffe maintenant ma vie avec le handball et sans le handball ».

La marche devenue trop haute, elle rejoint Noisy-le-Grand où elle passe deux saisons entre la D2F et la Nationale 1. Après sa licence STAPS obtenue à Paris, elle prend la direction de la Normandie pour s'engager avec Octeville où elle suit en parallèle un master STAPS entraînement et optimisation de la performance. C'est à ce moment-là qu'elle décide d'accrocher le numéro 92 dans son dos. Trois an-

nées durant lesquelles elle arpente les salles de D2F et s'installe définitivement à ce niveau.

Alors que son double projet se termine avec l'obtention de son Master, une fenêtre s'ouvre pour rejoindre le voisin havrais. Une aubaine que ne laisse pas passer la principale intéressée : « Je suis arrivé à ma troisième année à Octeville et Le Havre m'a contactée. C'était l'opportunité de rejoindre un club bien structuré et j'ai signé mon premier contrat professionnel. » Dans la cité Océane, elle côtoie notamment « Mili », alias Milica Trifunovic, également arrivée cette année du côté de la Ricoquais. Une saison pleine et puis s'en va. Après les

copines au collège, c'est cette fois-ci l'appel du sud (et du soleil) qui convainc Lila Päckel de rejoindre Bouillargues-Nîmes à l'été 2023. Une aventure dans le Gard qui va également tourner court : « J'ai toujours eu envie de jouer dans le sud et j'ai eu cette opportunité. Malheureusement, tout le staff a changé et ça ne l'a pas forcément fait. J'avais rapidement pris la décision de ne pas rester. Néanmoins, je suis contente d'avoir pu jouer là-bas où j'ai pu rencontrer de superbes personnes. »

Une saison forcément particulière puisque cette année-là, le club nîmois venait de perdre le financement de la métropole : « Deux semaines avant la reprise, nous n'étions même pas sûres de reprendre en D2 », conclut-elle. Une saison qu'elle termine tout de même avec 54 buts inscrits en 24 matchs, le tout à 78%. Un taux plus qu'honnête, qui ne laissa pas indifférent du côté de la Bretagne.

SAINT-GRÉGOIRE, UN PROJET DANS LA CONTINUITÉ

Une joueuse polyvalente capable d'évoluer sur toute la base arrière, désireuse de se relancer en D2, Saint-Grégoire flaire le bon coup et se positionne. Olivier Mantès, qui connaît bien Lila Päckel, lui propose alors le projet grégorien : « Avec Olivier, ça fait longtemps que nous nous connaissons de vue. Il m'avait déjà appelée quand j'étais plus jeune et nous

SOLUTION D'HABITATION COMPLÈTE

NATIBOX

Le Studio de Jardin Environnemental

- Accueil d'un parent
- Bureau (télétravail)
- Investissement locatif



Installé en 1 jour
100% fini



Pionnier de l'habitat
industrialisé



Valorisation de
votre patrimoine

- 15m² TINY
 - 20m² COSY
 - 22m² SMARTY
 - 28m² MAXI
 - 43m² TWIN L (Maxi+Tiny)
 - 48m² TWIN XL (Maxi+Cosy)
- Fabrication
100%
française

Contact / RDV : 101, rue de Rennes 35470 Pléchâtel / 07 49 29 63 30 - 06 23 11 01 16



sommes toujours restés en contact. Chaque année, quand je savais que j'allais changer de club, je l'appelais pour savoir s'il cherchait quelqu'un. Cette fois-ci, c'est lui qui m'a appelé et le jour de mon anniversaire », décidément jour porte-bonheur pour la joueuse de 26 ans. « Olivier avait déjà ses demie-centres, mais il cherchait quelqu'un sur la base arrière. J'ai ac-

cepté de ne pas me cantonner qu'à un seul poste, que ça soit à gauche, à droite ou au milieu. C'est un projet que je suivais depuis déjà longtemps. Je connaissais la vitrine, car on m'en avait toujours dit du bien, et ça c'est confirmé. J'ai trouvé un club très bien structuré et mêmes les personnes qui sont proches du club ont été très accueillantes », poursuit-elle, déjà

conquise.

Alors qu'elle a passé son premier titre de validation d'entraîneur (certification type 4) l'année dernière, Lila Pâkel complète ses semaines en Bretagne en étant vacataire dans une école élémentaire à St-Grégoire : « Je suis animatrice sur les temps du midi et du goûter sur tout ce qui est périscolaire. C'est bien car c'est adapté à mes entraînements et à mes absences et ça complète mon contrat semi-professionnel. Et puis, ce n'est pas trop contraignant physiquement. »

Lila aura aussi un rôle important auprès de la jeunesse du SGRMH, mais elle ne compte pas pour autant lâcher sa place : « Je sais que sur le papier j'ai fait quelques clubs de D2, mais ce n'est pas quelque chose que je regarde particulièrement. Après, s'il y a un rôle à prendre, je le prendrai, mais ça se fera naturellement. Au contraire, je dirais même que ça me pousse d'avoir des plus jeunes à côté de moi, mais je ne laisserai pas ma place facilement (rires) ». Et si tout le monde se tire vers le haut, c'est bien Saint-Grégoire qui en profitera au final. ■

ADRIEN MAUDET

CALENDRIER DIVISION 2

J01- St-Grégoire - Le Havre	31-32
J02- Lille - St-Grégoire	33-28
J03- SGRMH - Vaulx-en-Velin	06/10
J04- Celles-sur-Belle - SGRMH	19/10
J05- Pessac - SGRMH	02/11
J06- SGRMH - Le Pouzin	09/11
J07- SGRMH - Nantes	13/11
J08- Bègles - SGRMH	04/01
J09- SGRMH - Bouillargues	11/01
J10- Bergerac - SGRMH	18/01
J11- SGRMH - Clermont	25/01
J12- SGRMH - Palente Besançon	15/02
J13- Le Pouzin - SGRMH	22/02
J14- SGRMH - Lille	01/03
J15- Vaulx-en-Velin - SGRMH	15/03
J16- SGRMH - Pessac	22/03
J17- Palente Besançon - SGRMH	30/03
J18- SGRMH - Bègles	05/04
J19- Le Havre - SGRMH	19/04
J20- SGRH - Celles-sur-Belle	26/04
J21- Bouillargues - SGRMH	03/05
J22- SGRMH - Bergerac	10/05
J23- Nantes - SGRMH	14/05
J24- Clermont - SGRMH	31/05

SODICO

Chauffage bois pour les professionnels depuis 1983

CONDUITS & ACCESSOIRES

FUMISTERIE

APPAREILS BOIS & GRANULÉS

PARTENAIRE OFFICIEL
DU HANDBALL BRÉTILLIEN



6 500 produits référencés

10 000 m² de stock

+ de 40 ans d'expérience

3 agences en France : RENNES
NANTES
BORDEAUX



DEPUIS
Au service des
professionnels
1983

Agence de Rennes - 3 rue des Frères Sizaïre, 35230, Noyal-Chatillon-sur-Seiche - 02.99.54.96.10

Agence de Nantes - 10 rue de la Garde, 44300, Nantes - 02.40.52.18.79

Agence de Bordeaux - 4 avenue de Guitayne, 33610, Canéjan - 05.64.12.35.76

MARINE BOUDAUD-FUSEAU DU ROSE AU VERT DANS LA CONTINUITÉ

DE LA RICOQUAIS À CHARLES GÉNIAUX, UNE DIZAINE DE KILOMÈTRES. ARRIVÉ IL Y A QUATRE ANS AU CENTRE DE FORMATION DU SGRMH, AVEC UNE DERNIÈRE ANNÉE EN D2F, MARINE BOUDAUD-FUSEAU ENDOSSE DÉSDORMAIS LES COULEURS CERCLISTES. UN CHOIX SPORTIF ET PERSONNEL POUR LA JEUNE FEMME DE 22 ANS AU MOMENT D'ABORDER SA DERNIÈRE ANNÉE D'ÉTUDES EN MASSO-KINÉSITHÉRAPIE.

Marine Boudaud-Fuseau n'aura pas dû attendre longtemps avant de refouler le parquet de la Ricoquais. Passée cet été chez le voisin du CPB, la gardienne est revenue fin août à Saint-Grégoire pour affronter ses anciennes coéquipières en match amical. Une rencontre sans enjeu mais un moyen de se rappeler au bon souvenir de son désormais ex-club : « J'avais peut-être un peu envie de prouver et je me sentais bien. J'ai aussi eu une bonne défense et une équipe qui m'a portée ». L'issue du match voit le CPB Hand s'imposer et Marine boucler la boucle avec une dernière grosse prestation mais aussi le plein de confiance. Anecdote bien sûr et surtout l'occasion de se remémorer les grands moments passés avec les « Noir et Rose » : « Ça été une expérience très



CRÉDIT PHOTO PR PHOTOGRAPHIE 35

enrichissante et je suis très contente d'avoir eu l'opportunité d'évoluer en

D2. Malgré la défaite, j'ai pu jouer à la Glaz Arena devant des personnes de ma famille et en étant élue meilleure joueuse. Il y a aussi ce match à Nîmes où nous gagnons dans les dernières secondes et où je fais un arrêt important en toute fin de match. Mais avec mes études de kiné à côté, j'avais un emploi du temps très chargé ». Comprenez par là cinq entraînements par semaine (à Acigné où le SGRMH s'entraîne) plus deux séances de musculation, de nombreux week-ends dans l'année et donc les études

à gérer en parallèle. Trop pour la jeune gardienne : « C'était très intense et je n'avais pas d'aménagements. Il m'arrivait d'aller à la salle à 7h pour ensuite commencer les cours à 8h. Je mangeais aussi parfois pendant le cours pour ensuite pouvoir faire mon entraînement le mercredi midi. Mon emploi du temps était calculé à la minute près et le peu de temps que j'avais me servait à réviser ou à préparer mes cours ». Oubliés les JO de Paris 2024, la vie de handballeuse féminine en D2 française, aujourd'hui, c'est aussi cela !

« ÇA ME PERMET D'ÊTRE PLUS PERFORMANTE CAR JE SUIS UN PEU MOINS SURMENÉE »

Alors que sa dernière année d'études se profile et le Mémoire allant avec, le choix de rejoindre le CPB se présente rapidement comme une alternative logique. Dans un championnat de Nationale 1 qui reste pourtant exigeant, pas question pour Marine Boudaud-Fuseau de faire une pause handball : « J'adore ça et j'en fais depuis quinze ans. Je ne me voyais pas arrêter le handball car c'est aussi un

Les loisirs en famille ou entre amis c'est à Cap Malo !

Cap Malo
LOISIRS

Rendez-vous à Cap Malo pour profiter d'un large choix d'activités le temps d'une journée. Sensations, détente, fun... vous trouverez forcément votre bonheur ainsi qu'un large choix de restaurants sur place !

Retrouvez toutes les informations sur nos loisirs sur cap-malo.com



NATIONALE 1 FÉMININE

J01- ROUEN - CPB RENNES	31-28
J02- CPB - NOISY-LE-GRAND	26-33
J03- FLEURY - CPB	30-22
J04- CPB - Saint-Maure-Troyes	05/10
J05- Saint-Amand - CPB	12/10
J06- Colombelles - CPB	19/10
J07- CPB - Brest	09/11
J08- Octeville - CPB	16/11
J09- CPB - Issy	23/11
J10- Harnes - CPB	11/01
J11- CPB - Roz Hand'Du 29	18/01
J12- CPB - Rouen	25/01
J13- Noisy-le-Grand - CPB	15/02
J14- CPB - Fleury	22/02
J15- Sainte-Maure-Troyes - CPB	15/03
J16- CPB - Saint-Amand	22/03
J17- CPB - Colombelles	29/03
J18- Brest - CPB	05/04
J19- CPB - Octeville	19/04
J20- Issy - CPB	26/04
J21- CPB - Harnes	10/05
J22- Roz Hand'Du 29 - CPB	24/05

NATIONALE 1 M. POULE 2

J01- CPB RENNES - HENNEBONT	33-28
J02- SAINT-CYR - CPB RENNES	28-26
J03- CPB RENNES - TORCY	35-25
J04- CESSON - CPB RENNES	36-30
J05- CPB Rennes - Nantes	05/10
J06- Rezé - CPB Rennes	13/10
J07- CPB Rennes - L'Huisserie	19/10
J08- Libourne - CPB Rennes	26/10
J09- CPB Rennes - Ivry	16/11
J10- Chartres - CPB Rennes	23/11
J11- CPB Rennes - Poitiers	30/11
J12- CPB Rennes - Bruges	07/12
J13- Exempt	
J14- Hennebont - CPB Rennes	21/12
J15- CPB Rennes -Saint-Cyr	08/02
J16- Torcy - CPB Rennes	15/02
J17- CPB Rennes - Cesson	22/02
J18- Nantes - CPB Rennes	01/03
J19- CPB Rennes - Rezé	22/03
J20- L'Huisserie - CPB Rennes	29/03
J21- CPB Rennes - Libourne	05/04
J22- Ivry - CPB Rennes	12/04
J23- CPB Rennes - Chartres	19/04
J24- Poitiers - CPB Rennes	26/04
J25- Bruges - CPB Rennes	03/05

équilibre et une échappatoire pour relâcher la pression des études. Je voulais avoir davantage de temps de jeu et je voulais aussi rester à un certain niveau ». Incontournable du handball breton, le Cercle Paul Bert garde sa réputation de club compétitif et familial, où il fait bon de mener ses projets étudiants comme professionnels : « C'est un club que je connais depuis je suis à Rennes et sur lequel j'ai toujours eu des bons retours. Je peux confirmer qu'il est resté familial avec beaucoup de bénévoles investis ». Une passerelle entre les deux clubs qui tourne d'ailleurs à plein régime avec quatre joueuses de Saint-Grégoire ayant rallié Céniaux cette année (Émeline Pennaneac'h, Adèle Blanchard, Jeanne Carnot et donc Marine Boudaud-Fuseau), Soukaina Benachour faisant le chemin inverse. Évoluer avec ses copines grégoriennes, une autre bonne raison de rejoindre les Verts : « Adèle est une très bonne amie et nous en avons aussi parlé avant de venir car ce n'est pas une décision à prendre comme ça. Il y a aussi Jeanne et Emeline, et forcément, c'est un plus d'avoir des gens que tu connais pour profiter du match et de l'après-match ». Avec l'objectif premier d'obtenir son diplôme à la fin de l'année, les pre-

GWENDAL THOUMINOT : « UN TRÈS BON DÉBUT DE SAISON »

Cinquième l'année passée grâce à une grosse deuxième partie de saison, le CPB Handball est de retour sur les parquets de Nationale 1. Le capitaine cercliste Gwendal Thouminot revient sur les premiers matchs de la saison sous la houlette du nouvel entraîneur Lucas Vax.



étions toujours en contact avec Gautier et il était toujours là pour les grands événements du club. Gautier c'est comme mon petit frère. Il est arrivé tout jeune alors que j'étais déjà bien intégré dans l'équipe et il y a eu une vraie alchimie dès le début.

genda du CPB, du hand breton et bien sûr du handball français (rires). Nous avons également un nouveau kiné, Envel Bernard, qui remplace Clémence Lepinay, partie au Stade Rennais.

Le début de saison est réussi...

C'est un très bon début de saison. Même à Saint-Cyr, où nous perdons, nous faisons un très bon match, qui s'est joué sur des détails. Contre Torcy, nous faisons un début de seconde période parfait. C'est un bon début de saison niveau handball, mais aussi dans l'ambiance de groupe, et Lucas a des choix difficiles à faire chaque semaine. Au-delà de cette bonne ambiance, nous sommes des compétiteurs et nous jouons tous les week-ends pour gagner. On découvre aussi plusieurs équipes cette saison, dont le Grand Libournais. Pour plusieurs d'entre nous, nous jouons les mêmes équipes depuis 10 ans et ça fait du bien d'avoir un peu de nouveauté, même si ça aurait été bien que ça ne soit pas à côté de Bordeaux (rires). ■

Comment s'est passée la préparation ?

La préparation a été bien respectée et nous avons tous été très contents de nous retrouver après les vacances. Nous avons enregistré le retour de Marin Legendre en toute fin de préparation. Avec ce que nous avons produit en fin de saison dernière, nous repartons sur une base assez solide. Il y a aussi les retours au club de Stan (Zmuda), qui devrait reprendre en février à cause de sa blessure, et de Gautier (Morvan). Nous

Si l'effectif a très peu bougé, il y a quand-même eu du changement dans le staff, avec l'arrivée de Lucas Vax à la place de Manu Marty...

Lucas s'appuie toujours sur les points forts de la défense autour d'Alexandre Vu, tout en essayant d'apporter sa touche personnelle avec un sens du détail très poussé sur les combinaisons. Il y a moins de place pour l'improvisation et il n'hésite pas à arrêter des phases de jeu pour rectifier certains points. C'est là-dessus que c'est un peu différent. Olivier Laz intervient aussi de temps en temps sur les gardiens. C'est une lé-

miers pas en terres cerclistes la conforte dans son choix : « C'est déjà beaucoup plus simple de concilier les études et les entraînements. Je suis à dix minutes à vélo de la salle et j'ai plus de temps pour moi. Ça représente moins de charges et j'ai été

trée. Je pense que ça me permet aussi d'être plus performante car je suis un peu moins surmenée ».

Une doublette prometteuse avec Fanny Simon - « elle aussi dans l'échange » - et une réputation à faire perdurer sur les parquets de N1 pour le CPB Hand. Celle d'une défense dif-

ficile à contourner où l'on prend des coups et où l'on marque difficilement, où attendra désormais, derrière une défense agressive et efficace, Marine Boudaud-Fuseau, nouveau dernier rempart de la « Team CPB ». ■

ADRIEN MAUDET



PORTES OUVERTES

DU 5 AU 12 OCTOBRE



CHAUSSON SLIM

À partir de 59 900 €

PROLONGATION
OFFRES SALON VDL

ADS LOISIRS • ZA BEAUSÉJOUR • LA MÉZIÈRE (35)

LE CALENDRIER DES MATCHS D'

FOOTBALL

STADE RENNAIS FC

Roazhon Park
111, Rue de Lorient 35000 Rennes
Site : www.staderennais.com

LIGUE 1 UBER EATS

J7 : Rennes - Monaco
le 05/10 à 21h sur DAZN
J8 : Brest - Rennes
le 19/10 à 17h sur beIN Sports 1
J9 : Rennes - Le Havre
le 25/10 à 20h45 sur DAZN

HANDBALL

CESSON RENNES METROPOLE HANDBALL

Glaz Arena- Chemin du Bois de la Justice
35510 Cesson-Sévigné
Site : www.cesson-handball.com
Matches diffusés sur BeinSport ou le site de la LNH via Handball TV.

LIQUI MOLY STARLIGUE

J5 : Saint-Raphaël - Cesson RMH
le 04/10 à 20h sur beIN Sports 9
J6 : Cesson RMH - Toulouse
le 12/10 à 20h sur beIN Sports 1
J7 : Ivry - Cesson RMH
le 18/10 à 20h30 sur Handball TV
J8 : Cesson RMH - Tremblay
le 25/10 à 20h30 sur Handball TV
J9 : Cesson RMH - Créteil
le 31/10 à 20h30 sur Handball TV

SAINT GRÉGOIRE RENNES METROPOLE HANDBALL

La Ricoquais- Complexe sportif de la Ricoquais, 35763 Saint Grégoire
www.rennesmetropolehandball.fr
Matches diffusés sur le Facebook du club.

DIVISION 2

J3 : SGRMH - Vaulx-en-Velin
le 06/10 à 14h sur Handball TV
J4 : Celles-sur-Belle - SGRMH
le 19/10 à 20h45 sur Handball TV

CPB HANDBALL

Salle Charles Geniaux
30 Rue Charles Géniaux
35000 Rennes
Site : <http://www.cpbhand.com>
Matches diffusés sur CPB TV,
accessibles par le Twitch du CPB

NATIONALE 1 MASCULINE

J5 : CPB Hand - Nantes (B)
le 05/10 à 20h45 sur CPB TV
J6 : Rezé - CPB Hand
le 13/10 à 16h
J7 : CPB Hand - Union Sud Mayenne
le 19/10 à 20h45 sur CPB TV
J8 : Libourne - CPB Hand
le 26/10 à 19h

NATIONALE 1 FÉMININE

J4 : CPB Hand - Saint-Maure-Troyes
le 05/10 à 18h30 sur CPB TV
J5 : Saint-Amand - CPB Hand
le 12/10 à 20h30
J6 : Colombelles - CPB Hand
le 19/10 à 20h

BASKET

UNION RENNES BASKET 35

Salle Colette Besson- 12, Boulevard Albert 1er - 35200 Rennes
Internet : www.planete-urb.com

NATIONALE 1 - MASCULIN

J4 : URB - Tours le 04/10 à 20h
J5 : Poissy - URB le 08/10 à 20h
J6 : URB - Lorient le 11/10 à 20h
J7 : Toulouse - URB le 18/10 à 20h
J8 : URB - Fougères le 25/10 à 20h
J9 : URB - Quimper le 29/10 à 20h

RUGBY

REC RUGBY

Stade du commandant Bougouin- Vélodrome, Rue du Professeur Maurice Audin 35000 Rennes
www.rennes-rugby.com

NATIONAL 2

J5 : Aubenas - REC Rugby
le 06/10 à 15h15

LES VALEURS DU SPORT AU SERVICE DE VOTRE COMMUNICATION !

VOTRE PUB DANS RENNES SPORT

contact.rennessport@gmail.com

06 63 00 08 71

JOURNAL RENNES SPORT

JRS

rennessport.fr



MENSUEL DISTRIBUÉ
À 25 000 EXEMPLAIRES

OCTOBRE

J6 : REC Rugby - Vienne
le 13/10 à 14h

J7 : Bédarrides - REC Rugby
le 19/10 à 18h

SC LE RHEU

Stade Beuffru
Rue de Cintré, 35650 Le Rheu
Site internet : www.lerheu-rugby.fr

FÉDÉRALE 2

J4 : Le Rheu - Versailles
le 13/10 à 15h15

J5 : Tours - Le Rheu
le 20/10 à 15h15

J6 : Le Rheu - Saint-Malo
le 27/10 à 15h15

STADE RENNAIS RUGBY

Stade du commandant Bougouin-Vélodrome. Championnat Elite.
Siège : 10, Rue Alphonse Guérin,
35000 Rennes- Site internet :
<http://www.staderennaisrugby.fr/>

ÉLITE

J2 : Stade Rennais Rugby - Romagnat
le 06/10 à 15h



J3 : Bordeaux - Stade Rennais Rugby
le 27/10 à 15h

VOLLEY-BALL

REC VOLLEY

Salle Colette Besson, 12 Bd Albert
1er, 35200 Rennes

PRO B MASCULINE

J2 : Vincennes - REC le 05/10 à 20h

J3 : REC - Beauvais le 19/10 à 20h

J4 : Amiens - REC le 26/10 à 19h

ÉLITE FÉMININE

J3 : REC - Orléans le 05/10 à 19h

J4 : Amiens - REC le 19/10 à 20h

J5 : REC - Valenciennes le 26/10 à 19h

TENNIS DE TABLE

THORIGNÉ-FOUILLARD TENNIS DE TABLE

Complexe de la Vigne -
Thorigné Fouillard

PRO A

J3 : Roanne - TFFT
le 29/10 à 19h30

ECO CUISINE

OFFRE LIMITÉE!

LA POSE OFFERTE*

*Offre non cumulable valable sur les 40 premières cuisines dans les magasins participant à l'opération. Voir conditions en magasin.

ecocuisine.fr



Horaires d'ouverture

Lundi - Samedi : 10:00-12:00,
14:00-19:00
Dimanche : Fermé



Adresse

RUE DE LA BESNERAYE
35520 MELESSE



Coordonnées

Téléphone : 02 23 46 00 58

LE REC RUGBY EST DANS SES TEMPS DE PASSAGE

2^E DE NATIONALE 2 APRÈS QUATRE JOURNÉES, LE REC RUGBY RÉALISE UN DÉBUT DE CHAMPIONNAT EN PHASE AVEC SES OBJECTIFS. DANS UNE POULE PLUS DENSE OÙ LES BONUS ET LES SCORES FLEUVES NE SONT PAS LÉ-GION, LES « NOIR ET BLANC » SE SONT ADAPTÉS ET DOIVENT CONFIRMER DANS UN MOIS D'OCTOBRE PIÉGEUX.

Au sortir du derby contre Nantes, entre sourires et accolades après un succès bonifié au vélodrome (31-7), Vincent Bréhonnet se montrait satisfait, tout en ayant conscience du chemin qu'il reste à parcourir : « Il faut encore que nous progressions sur notre rugby. Que les gars fournissent de meilleurs ballons, que derrière nous puissions les exploiter de la meilleure des manières et à ce moment-là, nous rentrerons dans quelque chose de plus intéressant. Nous nous acclimatons tranquillement à cette poule et maintenant il va falloir quand même hausser le niveau de jeu si nous voulons atteindre nos objectifs qui sont élevés ». Avec trois victoires, dont le point de bonus offensif glané contre Nantes, et une défaite à Orléans, avec le point de bonus défensif, le REC Rugby est dans les clous, bien installé à la deuxième place de Nationale 2, juste derrière Or-



léans, mais devra faire mieux dans le jeu s'il ne souhaite pas connaître de mauvaises surprises durant la saison.

Vainqueurs sans éclat lors de ses deux premiers matchs contre Dijon puis contre Rumilly, les Bretons ont pu s'apercevoir que la marge restait fine avec ses concurrents, constat appuyé par le revers concédé dans le Loiret.

et le déplacement à Orléans lors des quatre premières journées, l'entame de championnat était aussi plutôt clémente niveau récupération, mais le mois d'octobre va durcir la donne avec une réception dans la capitale bretonne et deux rencontres à l'extérieur, et pas les plus accessibles, c'est le moins que l'on puisse dire : lors de la cinquième journée, les Noir et Blanc se rendront à Aubenas, puis enchaîneront à Châteauneuf-du-Pape lors de la septième journée, deux villes en pays d'Avignon. Deux « road trip » en perspective et des rendez-vous à bien négocier, tant sur le terrain qu'en dehors, avec des organismes à protéger. Mais pas de quoi effrayer des Rennais qui connaissent déjà la chanson. Les débuts de saison sont aussi faits pour ça, affiner certains réglages, tout en solidifiant un édifice déjà bien structuré avec peu de changements pendant l'intersaison. Les voyages forment aussi la jeunesse et cela tombe bien, le REC n'en manque pas ! ■

ADRIEN MAUDET

« JE NE TROUVE PAS QUE LE RUGBY SOIT FATALEMENT BIEN DIFFÉRENT DE CE QUE NOUS AVONS PU VIVRE L'ANNÉE DERNIÈRE »

Placés dans la poule 1 avec plusieurs clubs de l'Est de la France, les « Noir et Blanc » se confrontent aussi à un autre rugby, même si l'entraîneur adjoint du REC y voit davantage la découverte de nouvelles équipes plutôt qu'un style de jeu vraiment différent : « Je ne trouve pas que le rugby soit fatalement bien différent de ce que nous avons pu vivre l'année dernière, peut-être à l'exception des équipes basques qui étaient très portées sur le jeu ».

À Rennes de travailler, de progresser et de trouver des solutions pour en (re)produire... Mais la poule l'a déjà montré, rien ne sera donné et chaque match sera disputé : « Comme l'a fait remonter Kévin sur les quinze derniers jours, il n'y avait quasiment pas de victoires à l'extérieur et les matchs sont relativement serrés. Il n'y a pas énormément de points marqués à l'exception de quelques matchs. Jusque-là, je crois qu'il n'y a eu qu'un point de bonus offensif, Nîmes contre Aubenas, donc c'est une poule qui est dense ».

Si la quatrième journée a largement fait augmenter ce total avec quatre nouvelles victoires bonifiées, le constat n'en reste pas moins le même et les Récistes savent à quoi s'attendre. Avec trois matchs au vélodrome

CALENDRIER NATIONALE 2

J01- REC - DIJON	20-14
J02- REC - RUMILLY	21-19
J03- ORLÉANS - REC	20-13
J04- REC - NANTES	31-07
J05- Aubenas - REC	06/10
J06- REC - Vienne	13/10
J07- Châteauneuf-du-Pape - REC	20/10
J08- REC - Stade Métropolitain	03/11
J09- Mâcon - REC	10/11
J10- REC - Nîmes	16/11
J11- Genève - REC	01/12
J12- Dijon - REC	08/12
J13- Rumilly - REC	15/12
J14- REC - Orléans	12/01
J15- Nantes - REC	18/01
J16- REC - Aubenas	26/01
J17- Vienne - REC	02/02
J18- REC - Châteauneuf-du-Pape	16/02
J19- Stade Métropolitain - REC	22/02
J20- REC - Mâcon	02/03
J21- Nîmes - REC	22/03
J22- REC - Genève	30/03

Classement (après 4 journées)

1- Orléans, 15 ; 2- REC, 14 ; 3- Bédarides, Serv.Genève, 13 ; 5- Nîmes, Vienne, 11 ; 7- Dijon, 10 ; 8- Nantes, 9 ; 9- Aubenas, 8 ; 10- Stade Métropolitain, Rumilly, 5 ; Mâcon, 1.

Pour vous faire dépister, pas besoin de vous faire un dessin

Je le fais
J'en parle
J'AGIS!



LE DÉPISTAGE N'EST PLUS UN TABOU ET ÇA PEUT VOUS SAUVER LA VIE.



Détecté à un stade précoce, le cancer du sein peut être guéri dans 9 cas sur 10. Dès 25 ans, une palpation par un professionnel de santé est recommandée une fois par an et en complément, dès 50 ans, le dépistage organisé inclut une mammographie. Le cancer du sein chez l'homme reste peu fréquent, mais il existe réellement. Parlez-en avec votre médecin.





Dernières semaines pour transformer vos impôts en patrimoine immobilier :

- 1 / Réservez votre appartement
- 2 / Mettez-le en location pendant 6, 9 ou 12 ans et percevez des loyers
- 3 / Défisalez pendant la durée de location et réduisez vos impôts jusqu'à 42 000 €⁽¹⁾
- 4 / À l'issue de la défiscalisation, vous pouvez revendre votre bien ou l'occuper et développer votre patrimoine

**PROFITEZ DE NOTRE OFFRE EXCLUSIVE
3 000 € DE REMISE PAR PIÈCE⁽²⁾**



RENNES



PONT-PÉAN



CHANTEPIE



Découvrez nos résidences éligibles au dispositif PINEL

LAMOTTE

02 99 67 71 41

lamotte.fr

AGENCE : 14 rue Alek Plunian - RENNES / SAINT-JACQUES-DE-LA-LANDE

JEAN-MARC TRIHAN : « ON NE PEUT PAS CONSTRUIRE SANS CONTINUITÉ »

INFRASTRUCTURES, ÉCOLE DE RUGBY, AMBITIONS SPORTIVES ET DÉVELOPPEMENT DU RUGBY BRETON : LES SUJETS NE MANQUAIENT PAS AU MOMENT DE RETROUVER JEAN-MARC TRIHAN PRÉSIDENT DU REC, À QUELQUES JOURS DU RETOUR DU DERBY FACE À NANTES AU VÉLODROME, POUR UN ENTRETIEN SANS LANGUE DE BOIS.

Quatre mois après le dénouement malheureux à Langon en demi-finale des phases d'accession, la déception domine-t-elle la satisfaction de la saison réalisée ?

Sincèrement, on ne peut pas résumer notre saison dernière à cette rencontre perdue et ratée à Langon. Ils ont mis ce jour-là des ingrédients que nous n'avions pas et cela s'est payé cash. La vérité, c'est que nous avons réalisé une très belle saison 2023-24.

On ne peut pas juger la saison sur un seul match et celle-ci a offert de nombreuses satisfactions. On finit dans le Top 4 de National 2, cela doit être apprécié à sa juste valeur. Il y avait quelques lacunes déjà entrevues en cours de saison qui sont ressorties en demi-finale mais c'est ainsi. Après la descente, il fallait retrouver une dynamique, le goût de la victoire, une cohésion et cela a été le cas.

De plus, la réussite d'un club ne se



résume pas à son équipe première et vos jeunes ont donné satisfaction...

Exactement. Nos espoirs ont réussi une formidable saison, vraiment, répondant dans l'adversité avec tout le travail de nos éducateurs, des bénévoles autour d'eux pour les accompagner. Notre école de rugby continue également d'évoluer, de performer et nous allons cette saison franchir le cap historique des 250 licenciés, avec sans doute aussi, l'effet coupe du monde et J.O. Ce sera à nous de profiter de cette dynamique pour assurer le présent mais aussi l'avenir du club sur la décennie qui arrive. On l'a vu avec tous les jeunes qui ont intégré l'équipe de National 2, la formation est une place centrale de notre projet de club.

**« FAIRE AVANCER
CE SPORT, C'EST UN COMBAT
PERMANENT À MENER »**

Le défi du REC est aussi de continuer d'avancer sur sa structuration, qu'elle soit dans les bureaux comme dans les infrastructures...

Nous travaillons d'arrache-pied sur

tout cela, au quotidien, avec l'investissement de tous. La force du club, ce sont aussi toutes ces volontés qui vont dans le même sens. Notre réalité, c'est de continuer à travailler notre structuration, d'étendre toujours le plus possible notre surface financière. Aujourd'hui, dans le contexte économique que l'on sait pour le sport, il est très compliqué de joindre les deux bouts. Tous les clubs à Rennes le vivent...

Selon vous, quelles solutions pourraient être mises en place ?

Le souci dépasse Rennes ou la Bretagne. La crise économique est bien là et les pouvoirs publics dans leur globalité ne mettent pas le sport à sa juste valeur en tête des priorités. Il n'en est pas une au point d'y mettre plus d'argent.

Et sur le plan local ?

Les collectivités nous aident et les infrastructures avancent, mais lentement. Nous devrions pouvoir inaugurer nos bureaux modulaires de Crubillé cet hiver, si tout se passe bien et la collectivité travaille sur la réhabilitation des locaux de Robert-Launay.

NATIONALE 2
CHAMPIONNAT FÉDÉRAL

RENNES
REÇOIT
VIENNE

DIMANCHE
13 OCTOBRE
14H

ABONNEMENT
24-25
DISPONIBLE !

STADE
DU COMMANDANT BOUGOUIN
LE VÉLODROME
10, RUE ALPHONSE GUÉRIN
RENNES

FFR
REC RUGBY
RENNES

LAMOTTE **RENAULT RENNES** **blue.** **LODIGROUP** **Crédit Mutuel ARKEA** **GERINTER** **Ville de RENNES**

itga **EDOUARD ZEULIN** **Tourmy Meyer** **ANGEVIN GROUPE** **VIVALTO SPORT** **STAR** **RENNES MÉTROPC** **Ille & Vilaine** **CLUB BRETAGNE**

© Studio PGP - Rennes (35) - www.studiopgp.fr - Photo : Dominique Deblaise - 09/2024

Mais il est vrai que pour faire avancer le sport, rugby ou autre, c'est un combat permanent à mener.

L'objectif du REC est-il d'atteindre à terme la PRO D2 ?

Nous ne parlons pas de Pro D2 aujourd'hui. Pour le moment, il y a déjà un cap fixé vers la National. Cela suffit déjà amplement et nous avons du travail pour continuer à construire le club sur tous les plans et en faire un club solide de National, capable à terme d'atteindre les phases finales. Le cap à cinq ans, pour le moment, ce serait celui-ci, et c'est déjà un sacré challenge.

« DÉSORMAIS, GRÂCE À VANNES, LA BRETAGNE APPARAÎT DÉFINITIVEMENT SUR LA CARTE (...) LES RETOMBÉES NE POURRONT ÊTRE QUE POSITIVES POUR TOUS. »

Pour le rugby breton, vous avez forcément dû apprécier la montée puis les débuts du RC Vannes dans l'élite ?

Bien sûr, c'est une excellente nouvelle, avec une vraie résonance pour le rugby breton. Désormais, grâce à Vannes, la Bretagne apparaît définitivement sur la carte et y est mis en valeur. Les retombées ne pourront être que positives pour tous et le ruissellement naturel, d'autant que notre staff

et celui du RCV se connaissent et s'apprécient. L'attractivité en sort renforcée et c'est tant mieux.

Dans cette idée de rayonnement, la réussite de Gaël Dréan à Toulon est-elle une fierté pour le REC ?

Bien sûr, nous sommes très heureux et fiers de voir l'évolution de Gaël, qui est parmi les ailiers ayant le plus joué l'an passé en Top 14, ce n'est pas rien ! Sa progression est impressionnante et nous avons, de plus, gardé d'excellentes relations avec lui. Dès qu'il le peut, il vient nous voir, a gardé le lien avec tout le monde ici. On savait qu'il était pétri de talent et c'est un garçon intelligent, bosseur. Il en récolte les fruits et on va continuer de le suivre attentivement, en lui souhaitant le meilleur.

La Coupe du Monde en France puis les Jeux Olympiques et l'Or pour le 7 ont été des vitrines incroyables. Comment les avez-vous vécus ?

Sur le côté « vitrine », c'est probable, on ressent déjà les premiers frémissements, comme en témoigne la hausse des inscriptions au sein de notre école de rugby. C'est un vrai indicateur et j'espère que cela durera. Pour les compétitions, ce fut évidemment très positif. A titre personnel, j'ai vécu la demi-finale à Saint-Denis avec une sacrée ambiance mais au-delà de

cela, l'engouement populaire a été impressionnant et la France a prouvé qu'elle pouvait organiser avec réussite une compétition internationale, comme ce fut aussi le cas pour les Jeux. Pour ce qui est du Seven, le spectacle proposé fut à la hauteur du talent de cette équipe, superbe et ne peut qu'être positif pour notre sport.

« NOUS N'AVONS PAS EU D'ÉCOUTE... »

Vous allez voir du pays cette saison avec des déplacements jusqu'à... Genève. La Fédération ne semble pas vraiment situer Rennes sur la carte du rugby...

La Fédération, en effet, n'a clairement pas pris en compte notre éloignement mais à ce point... Nous n'avons pas eu d'écoute à nos impératifs logistiques et forcément, nos finances vont s'en ressentir, sans parler des autres aspects impactant directement le sportif. De plus, la Fédé se désengage cette année un peu plus sur les frais de déplacements, revus à la baisse. La bonne nouvelle, c'est que nous allons découvrir de nouveaux adversaires, de nouveaux clubs et cela sera très intéressant à vivre.

Parmi ces adversaires, une vieille connaissance, le Stade Nantais, que vous retrouvez !

Sincèrement, c'est un vrai plaisir de les retrouver et de revivre de nouveau deux derbies dans la saison. Pour l'attractivité de la région, la visibilité, le remplissage de nos stades, leur retour est une très bonne nouvelle.

Vous les avez affrontés fin septembre, pour le quatrième match de la saison. Au-delà de ce match, comment jugez-vous l'entame de votre championnat ?

L'équipe montre plutôt de belles choses même si nous manquons encore d'un peu de continuité. Nantes était un bon test pour révéler nos ambitions qui doivent être validées par nos prestations et résultats sur le terrain.

Vous vous distinguez de beaucoup d'autres présidents en affichant une grande confiance en votre staff et en œuvrant sur le long terme. Est-ce pour vous une évidence ?

Je crois au travail et surtout, à la continuité. On ne peut pas construire sans continuité. Cela ne veut pas dire que tout est linéaire, il y a des hauts et des bas, des réussites et des échecs mais nous avons une confiance réciproque et l'envie d'avancer ensemble, de construire le chemin du club ensemble. ■

RECUEILLI PAR JULIEN BOUGUERRA

DU 1^{ER} AU 31 OCTOBRE

-30%

pour tous les nouveaux abonnés



C'EST LE MOMENT D'EN PROFITER !

Plus d'informations sur bluegreen.fr & jouer.golf

INITIATIONS GRATUITES POUR TOUS TOUTE L'ANNÉE

RENSEIGNEMENT À L'ACCUEIL



Tel : 02 99 30 18 18

Mail : rennes@bluegreen.fr

Temple du Cerisier - RENNES-ST-JACQUES-DE-LA-LANDE



ROMAIN GUESDON, LA BONNE PIOCHE DU SC LE RHEU

À PEINE ARRIVÉ CHEZ LES FRELONS, LE NOUVEAU PILIER ROMAIN GUESDON SEMBLE DÉJÀ METTRE TOUT LE MONDE D'ACCORD. UNE ENVIE DÉBORDANTE SUR LE TERRAIN QU'IL TRANSMET ÉGALEMENT EN DEHORS, LUI LE COACH SPORTIF. PORTRAIT D'UN HYPERACTIF TOUCHE-À-TOUT ET PROBABLE HOMME FORT DE LA SAISON RHEUSOISE.

« Ça se voyait qu'il était bien au-dessus du lot ! » Voici comment Max Buson, qui l'a côtoyé à Vitré, présente Romain Guesdon. Débarqué au Rheu cet été après avoir fait toutes ses années rugby chez le voisin vitréen, le nouveau venu à Beuffru faisait déjà l'unanimité dans son ancien club. Une préparation plus tard avec les « Jaune et Noir », c'est son nouvel entraîneur Martin Lagarde qui ne manque pas d'encenser son pilier : « Je suis agréablement surpris par Romain Guesdon ». Mais alors, comment se fait-il que le principal intéressé n'ait pas tapé dans

l'œil d'une plus grosse écurie auparavant ? Serait-il passé sous les radars ? Oui et non.

Arrivé sur le tard dans le monde de l'ovalie, l'originaire de la région parisienne a d'abord pratiqué... le judo : « Je suis arrivé en Bretagne à 4 ans et j'ai pratiqué le judo jusqu'à mes 16 ans. J'étais même en sport-études judo ! » Une discipline pour laquelle il passe même proche de disputer les Jeux Olympiques de la Jeunesse ! Mais ne prenant plus de plaisir sur les tatamis, il décide alors de se réorienter vers le rugby et défend les couleurs de l'Aurore de Vitré pendant huit

CRÉDIT PHOTO STANISLAS CORPEL



saisons. Une nouvelle passion qu'il fait découvrir à son jumeau et à son grand frère. Loin d'être un coup de foudre pour ce dernier : « La première et seule fois où il a fait du rugby, il s'est fait un arrachement osseux à la main

« ÇA FAISAIT LONGTEMPS QUE JE N'AVAIS PAS RESENTI CETTE ENVIE DU CHALLENGE ET ÇA REDONNE LE GOÛT DU JEU »

Tant pis, Romain Guesdon continuera en solo. En parallèle du rugby, le jeune homme change donc de voie et s'oriente vers un bac agricole (STAV). Comme la plupart des jeunes de son âge, le choix de sa carrière professionnelle n'est alors pas encore totalement défini et Romain s'essaie à de nombreux domaines : « J'ai travaillé

dans les jardins, dans les transports animaliers et j'ai aussi fait de l'usine. J'ai beaucoup de respect pour les gens qui travaillent longtemps là-dedans, mais après deux mois, j'ai compris que ce n'était pas fait pour moi. J'ai ensuite repris mes études pour devenir coach sportif et j'ai également passé mon diplôme pour devenir entraîneur de rugby (Brevet Fédéral Développement, ndr). Ça reste une bonne expérience d'avoir touché un petit à tout et je suis maintenant coach sportif depuis deux ans. J'ai ma propre entreprise et je suis partenaire Sainbiose qui aide les auto-entrepreneurs à se lancer. Je suis en plus au Basic Fit Route de Lorient ».

Un train de vie chargé : « Hier, par exemple, j'ai fait 6h-19h », rajoute-t-il,

NOUVEAU AU RHEU !


ROAZHONBOX
LOCATION DE BOX DE STOCKAGE

PLUS DE PLACE
POUR STOCKER ?



Roazhon Box est la solution idéale et personnalisée pour vos stockages en toute sécurité (Particuliers et professionnels, archives d'entreprise, matériel, association, déménagements)

Roazhon BOX
ZAC Cormiers Ouest
35650-Le Rheu



Partenaire du SC Le Rheu et du CPB Handball

Mail : contact@roazhonbox.fr // Tel : 09 67 12 84 98



mais lui a toujours aimé ça et se nourrit de choses simples comme le jardinage et la cuisine, les pâtisseries notamment. Avec Vitré, il connaît plusieurs promotions et emmène le club jusqu'en Fédérale 3. C'est en décembre dernier qu'il décide finalement de quitter l'Aurore en fin de saison : « Cela faisait plusieurs années que je le disais, mais j'avais les copains ». Voilà donc une deuxième raison qui peut

expliquer cette arrivée sur le tard. Également contacté par Saint-Malo, c'est finalement au Rheu que Romain décide de poursuivre sa carrière. S'il a dû ranger son caleçon fétiche, véritable porte-bonheur lorsqu'il évoluait à Vitré, ses premiers pas chez les Frelons sont remarqués et lui ne demande qu'à apprendre : « Tout va plus vite, ça tape plus fort et il y a aussi une autre densité physique. Je sais

que j'ai encore beaucoup de choses à apprendre, mais j'ai déjà pu faire une grosse préparation. Je côtoie des mecs qui sont habitués à la Fédérale et qui ont même connu plus haut, c'est vraiment chouette. Tout le monde est bosseur et ça me motive. Ça faisait longtemps que je n'avais pas ressenti cette notion de challenge et ça redonne le goût du jeu ». S'il admet « une petite appréhension et quelques petites erreurs » lors de son premier match disputé à Beuffru contre La Roche-sur-Yon, cela n'a pas empêché Martin Lagarde de le faire re-renter en cours de match : « Je suis sorti à la mi-temps et je suis revenu pour les 20 dernières minutes. C'est la première fois que ça m'arrivait ». Une chose est sûre, le compétiteur devrait être servi cette saison. En attendant de voir jusqu'où peut aller Romain Guesdon, lui ne se prend pas la tête et savoure simplement : « Je pense que nous pouvons faire de belles choses, il suffit de croire en nous et en nos qualités en y mettant de la rigueur et du plaisir ». Aux Rheusois de foncer, la tête dans le « Guesdon », sans crainte de se faire mal ! ■

ADRIEN MAUDET

CALENDRIER FÉDÉRALE 2

J01- LE RHEU - LA ROCHE	23-16
J02- LE RHEU - EVREUX	22-11
J03- PLAISIR - LE RHEU	32-27
J04- Le Rheu - Versailles	13/10
J05- Tours - Le Rheu	20/10
J06- Le Rheu - Saint-Malo	27/10
J07- Maisons-Laffitte - Le Rheu	10/11
J08- Le Rheu - Auray	17/11
J09- Surgères - Le Rheu	24/11
J10- Le Rheu - Rochefort	08/12
J11- Gennevilliers - Le Rheu	15/12
J12- La Roche-sur-Yon - Le Rheu	22/12
J13- Evreux - Le Rheu	12/01
J14- Le Rheu - Plaisir	19/01
J15- Versailles - Le Rheu	26/01
J16- Le Rheu - Tours	09/02
J17- Saint-Malo - Le Rheu	16/02
J18- Le Rheu - Maisons-Laffitte	02/03
J19- Auray - Le Rheu	09/03
J20- Le Rheu - Surgères	23/03
J21- Rochefort - Le Rheu	06/04
J22- Le Rheu - Gennevilliers	20/04

Classement (3 journées)

1- Gennevilliers, 13 ; 2- Plaisir, 12 ; 3- Tours, St-Malo, 10 ; 5- Surgerien, Le Rheu, 9 ; 7- Auray, St-Germain, Versailles, Rochefort, 5 ; 11- La Roche s/Yon, 2 ; 12- Evreux, 1.

envia CUISINES

ANNIVERSAIRE EXCEPTIONNEL

Votre magasin de Rennes fête ses 10 ans !

5000,00 €

À GAGNER

SUR VOTRE FUTURE CUISINE ! *

* Pour l'achat d'une cuisine dans notre magasin Envia Cuisines Rennes entre le 1^{er} septembre et le 31 décembre 2024, tentez de gagner l'un ou plusieurs des 10 bons d'achat d'une valeur de 500 € mis en jeu. Voir modalités en magasin.

167 ROUTE DE LORIENT, 35000 RENNES

Prenez RDV : **02 23 40 62 90**

BOB+

Litiges de transport Destockages

 **Electroménager...**

 **Bricolage... Peinture...**

 **Mobilier... Canapés... Literie...**

5, rue Jean-Le-Hô
ZI. route de Lorient
Rennes

Tél : 02 99 59 13 48

Voir aussi notre boutique sur Le Bon coin

URB, LE COUP DE JEUNE

DEUX VICTOIRES, DONT UNE QUALIFICATION EN 32^E DE FINALE DE LA COUPE DE FRANCE, ET UNE DÉFAITE, POUR LANCER LA SAISON. ON PRESSENT DÉJÀ UNE ÉQUIPE JOUEUSE PORTÉE VERS L'AVANT QU'IL FAUDRA AUSSI CANALISER, JEUNESSE OBLIGE.

La régularité. Voilà le mot d'ordre qui devrait accompagner les sorties des « Noir et Blanc » tout au long de la saison. Si, comme l'an passé, l'effectif a été assez largement remanié, la jeunesse reste, elle, au centre du projet avec seulement quatre joueurs nés avant 2000 : Joffrey Sclear, Lucas Fontaine, Cheick Sekou Condé et le pigiste médical Ismaël Cadiou. Une position assumée de la part du club, devenu spécialiste en la matière, et permettant à de nombreux jeunes de lancer définitivement leur carrière en Bretagne. Fabien Damase, parti cet été à Blois et que Rennes retrouvera en 32^e de finale de la coupe de France, en est le parfait exemple. Un tremplin idéal valable également pour des joueurs plus aguerris, comme ce fut le cas pour Sébastien Cape, il y a deux ans, et aujourd'hui en Pro B. Un savoir-faire dont comptent bien profiter les nouvelles recrues rennaises, Julian Ngufor, Paul Billong, Moustafa Haidara, Rudy Ekwakwe Priso ou encore Louis Gibey. Ce dernier devra encore patienter un petit peu avant de prendre des minutes sur les parquets de NMI, suite à une blessure contractée pendant la préparation. Pour le remplacer, l'URB a donc enrôlé Ismaël Cadiou en tant que pigiste médical. « Il s'est très bien intégré », relate Bastien Demeuré, soulignant aussi « la réactivité du club sur ce dossier ».

SEPT MATCHS EN OCTOBRE, DONT UN CONTRE BLOIS, PENSIONNAIRE DE PRO B

De l'expérience supplémentaire qui ne fera, dans tous les cas, pas de mal à cet effectif juvénile. L'entraîneur rennais qui aura aussi besoin de temps pour trouver les bonnes complémentarités, avec un groupe arrivé sur le tard au complet : « Ça ne fait que quelques jours que j'ai mon effectif au complet. Il y a eu la blessure de Louis Gibey et nous avons Paul Billong qui est parti deux semaines (ndlr : sélectionné en équipe de France 3x3 U23 pour disputer la coupe du monde en Mongolie, ndlr) », détaille Bastien Demeuré, ajoutant également que le capitaine Lucas Fontaine a « loupé toute la préparation et qu'il n'a fait qu'une semaine



d'entraînements ». Sans compter deux autres petites blessures pour Cheick Sekou Condé et Kameronn Selebangué et les automatismes prendront encore un peu de temps à être peaufinés. Les deux premiers matchs ont pourtant déjà offert de

belles promesses avec du jeu rapide, de l'agressivité défensive et deux victoires nettes et (presque) sans bavures face à Angers, tout juste relégué de Pro B (84-76) et en coupe de France face aux Sables après avoir mené de 21 points à la pause (89-79). Mais comme pour toute jeune équipe, nous y revenons, la constance sera un facteur clé pour savoir à quoi peut réellement prétendre ce groupe. Le premier revers de la saison à Challans a notamment mis en exergue les difficultés à gérer certaines fins de possession. Une équipe joueuse, rapidement portée vers l'avant, mais qui devra aussi apprendre à être patiente « une fois que nous aurons pris plus d'expérience », souligne le technicien breton. En termes d'expérience, le mois d'octobre va en offrir à la pelle avec pas moins de sept matchs, dont le 32^e de finale contre Blois à Colette-Besson : « C'est bien pour le club, les joueurs et pour le public. Eliot Thillier retrouvera son club formateur et pour nous, ça sera une expérience supplémentaire pour continuer de progresser ». L'occasion aussi de recroiser Fabien Damase, parti cet été. Si la date reste encore à confirmer, la rencontre devrait se disputer courant du mois. En championnat, l'URB et son public seront tout autant servi avec trois derbies à la maison, dont les retrouvailles avec Pascal Thibaud, désormais coach de Lorient, ainsi qu'avec Adrien Sclear. Fougères et Quimper suivront en toute fin de mois. Tours à la maison et deux déplacements à Poissy et à Toulouse compléteront ce mois plus que chargé. Avec un tiers du championnat disputé à la fin de ce premier marathon, Rennes en saura déjà davantage sur ses capacités à bien figurer ou non dans ce championnat. Les choses sérieuses commencent. ■

ADRIEN MAUDET

Lancement commercial

Les Gayeulles – Saint-Laurent



21
logements

2
maisons T5

1
bâtiment

29
parkings

La ville s' imagine avec vous.

Agence Rennes

25 rue de la Monnaie – 35000 Rennes

02 99 31 58 44

reventerennes@pigeaultimmobilier.fr

 **Pigeault
immobilier®**
Groupes Pigeault

BASTIEN DEMEURÉ : « À 17 ANS, J'ENTRAÎNAIS DÉJÀ DES SÉNIORS »

APRÈS HUIT ANS PASSÉS EN TANT QU'ASSISTANT COACH DE PASCAL THIBAUD, PARTI DEPUIS À L'ORIENT, BASTIEN DEMEURÉ EST DEVENU, À 29 ANS, LE PLUS JEUNE ENTRAÎNEUR DE NATIONALE 1. IL REVIENT AVEC NOUS SUR SA NOMINATION À LA TÊTE DE L'URB ET SUR UN NOUVEAU STATUT QU'IL NE DÉCOUVRE PAS VRAIMENT, LUI QUI EST HABITUÉ AU BANC DE TOUCHE DEPUIS LE PLUS JEUNE ÂGE.



Comment abordes-tu ce nouveau rôle d'entraîneur principal de l'URB ?

Quand j'étais assistant de Pascal, il n'y a qu'une seule année où je n'ai pas entraîné à côté et c'était la saison der-

nière. Ça m'a terriblement manqué car c'est quelque chose d'assez naturel chez moi. J'ai beaucoup appris en tant qu'assistant, mais j'ai toujours voulu entraîner, et en soi, je l'ai toujours fait.

Quelles sont les différences principales entre le rôle d'assistant et celui d'entraîneur principal ?

Tu as plus de temps pour préparer les séances et tu fais moins de vidéos. Le plus difficile, c'est de « switcher » entre un rôle de couteau-suisse, un peu homme à tout faire, à celui où tu délègues certaines tâches et où tu supervises. J'ai quand même repris le sport récemment pour être prêt physiquement et mentalement car je suis sorti rincé des 2-3 premiers matchs amicaux. Coach et assistant, ce n'est pas le même métier. Tu es devant et tu reçois toute l'énergie du match. Tu dois sans cesse trouver les bons mots et les bonnes stratégies à adopter. Tu réfléchis constamment et il y a aussi toutes les obligations derrière.

Tu es le plus jeune entraîneur de la division. L'âge peut-il être un problème selon toi ?

Non, ça ne change rien. Ça te permet d'avoir une certaine proximité avec les joueurs et il faut simplement poser un cadre. Une fois qu'il est posé, il faut être intransigeant. La crédibilité, tu la gagnes sur le terrain, et ce, peu importe l'âge. Il faut être juste avec les joueurs, car ils détestent l'injustice, et

ne pas vendre de rêve en étant franc et honnête. Si ce que tu mets en place sur le terrain peut aussi les aider, ça ne peut pas poser de problème. J'ai commencé à coacher à seulement 13 ans et à 17 ans, je coachais les séniors 3 de Mordelles avec une moyenne d'âge de 35 ans. C'est le coaching qui m'a le plus marqué dans le fait de s'affirmer et de faire passer des messages. Ça été une expérience ultra intéressante. À ce moment-là, je coachais aussi les U15. Parfois, quand il y avait des absents, je pouvais coacher jusqu'à trois matchs pendant le week-end. C'est vraiment une passion et je passais tous mes week-ends à la salle.

« PASCAL EST LE PREMIER À M'AVOIR FAIT CONFIANCE ET IL M'A ÉNORMÉMENT APPORTÉ »

À quel moment as-tu émis le souhait de reprendre les rênes de l'URB ?

C'était en septembre de l'année dernière. J'ai dit à Pascal que je souhaitais évoluer et que c'était ma dernière année en tant qu'adjoint. Je voulais évoluer, que ça soit à Rennes ou ailleurs. L'idée n'était pas de prendre sa place. Évidemment, c'était l'idéal pour moi de prendre la suite, mais je n'aurais pas eu de rancœur si ça n'avait pas pu se faire. C'est l'URB qui m'a donné ma chance à l'époque et Pascal m'a pris avec lui quand j'avais 20 ans. J'ai trop de respect envers lui. J'ai également averti les dirigeants à ce moment-là pour qu'ils puissent avoir

COLETTE BESSON   **SAISON 2024-25**

Rennes BASKETBALL

VOS MATCHS DE OCTOBRE
LE MOIS DES DERBIES

04.10 vs TOURS	11.10 vs LORIENT	25.10 vs FOUGÈRES	29.10 vs QUIMPER
--------------------------	----------------------------	-----------------------------	----------------------------

CALENDRIER NATIONALE 1

J01- Vitré - URB	29/11
J02- URB - ANGERS	84-76
J03- CHALLANS - URB	78-65
J04- URB - Tours	04/10
J05- Poissy - URB	08/10
J06- URB - CEP Lorient	11/10
J07- Toulouse - URB	18/10
J08- URB - Fougères	25/10
J09- URB - Quimper	29/10
J10- Les Sables - URB	01/11
J11- URB - Pôle France	05/11
J12- Levallois - URB	08/11
J13- URB - Tarbes	15/11
J14- URB - Vitré	29/11
J15- Angers - URB	06/12
J16- URB - Challans	13/12
J17- Tours - URB	20/12
J18- URB - Poissy	07/01
J19- CEP Lorient - URB	10/01
J20- URB - Toulouse	17/01
J21- Fougères - URB	24/01
J22- Quimper - URB	28/01
J23- URB - Les Sables	31/01
J24- Pôle France - URB	04/02
J25- URB - Levallois	07/02
J26- Tarbes - URB	14/02

le temps de se retourner s'ils ne pouvaient pas me proposer quelque chose.

Quelle est ta relation avec Pascal ?

Tout d'abord, c'est grâce à lui que le club s'est stabilisé en Nationale 1. Il y a une relation un peu paternelle. Il m'a donné de plus en plus de responsabilités, que ce soit sur la formation ou sur la détection des U15 et des U18. C'est le premier à m'avoir fait confiance et il m'a énormément apporté en termes d'exigence sur les détails. Il a toujours gardé cette volonté de se renouveler et de progresser. J'ai énormément appris à ses côtés pendant ces huit années. La relation est très bonne et j'ai même aidé lors de son déménagement. Petite anecdote marrante, je l'ai encore eu au téléphone et récemment, il m'a demandé un outil de stats qu'il voulait aussi avoir de la part de son nouvel assistant à Lorient.

« IL Y AURA TOUJOURS BEAUCOUP DE JEU RAPIDE »

À partir de quel moment as-tu vraiment pris la main sur l'effectif ?

J'ai commencé à travailler sur le mercato au mois de juin. Je savais déjà les joueurs que je voulais et j'attendais

juste de connaître la masse salariale. Je voulais garder Cheick Sekou Condé, Lucas Fontaine et Joffrey Sclar pour avoir un peu d'expérience. C'était aussi une évidence de garder Eliot Thillier avec ce qu'il a montré l'année dernière, ainsi que Kameronn Selebangué qui a une marge de progression très importante. Nous avons aussi les retours de Julian Ngufor et Maxime Pointel. Avec Pascal, nous avions l'habitude de faire un point sur les jeunes passés au club pour voir où est-ce qu'ils en sont. Nous gardons un lien avec eux et parfois, si ça correspond à nos besoins, nous leur proposons quelque chose. La formation, c'est vraiment l'ADN du club. J'aimais bien le profil de Louis Gibey qui a lui aussi une bonne marge de progression. D'ailleurs, mon deuxième choix à ce poste était Ismaël Cadiau. Donc quand Louis s'est blessé, je savais déjà qui je voulais (*rires*) et le club a été très réactif. Paul Billong est un créateur en poste 2-1, un vrai combo. Je voulais également un shooteur avec une densité athlétique que j'ai trouvée avec Rudy Ekwakwe-Priso. Enfin, sur le poste de pivot, je ne voulais qu'un seul joueur dans ma rotation, c'était Moustafa Haidara. Il est ultra complémentaire avec Cheick. Le mercato est allé très vite car je savais qui je voulais.

Quelle est ta philosophie basket ?

Nous avons gardé un peu le même ADN. J'ai changé certaines choses sur quelques systèmes, car j'ai aussi be-

soin aussi de mettre ma patte, mais il y aura toujours beaucoup de jeu rapide et de la liberté pour les joueurs sur le jeu de transition.

« ON A UN EFFECTIF JEUNE À FORT POTENTIEL »

Que peut viser l'URB cette saison ?

La poule est très homogène. Je place quand même Lorient, Quimper et Tarbes en tant que favoris, mais derrière ça va se jouer sur des détails. Les blessures par exemple, comme ce fut le cas pour nous l'année dernière avec celle de Fabien Damase. Il faudra bien cadencer les volumes de travail pour pouvoir économiser les joueurs. Nous avons un effectif jeune à fort potentiel et il faudra se maintenir rapidement pour ensuite prétendre à la poule haute. Nous l'avions fait il y a deux ans et c'est vraiment un truc cool à vivre. Il y a quatre matchs de plus sur la saison régulière, mais les play-offs se jouent à huit équipes au lieu de 16. Autre élément important, nous avons neuf équipes à moins de 2h30 de route. Nous sommes un peu au milieu de tout ça et en termes de déplacement et de récupération, c'est l'idéal. ■

RECUEILLI PAR ADRIEN MAUDET

VOLVO

EX40

100% électrique

DÈS **515€/MOIS**(1)
AVEC APPORT*

A 0g CO₂/km

B
C
D
E
F
G

***1ER LOYER DE 6 000€**

(1) EX40 Single Start, LDD 37 mois, 30 000 km, 1er loyer 6 000 € (bonus écologique déduit). Réservé aux particuliers dans le réseau participant du 01/09 au 31/12/24, si accord Volvo Car Finance, dénomination sous laquelle Volvo Car France distribue les produits de COFICA BAIL.
Modèle présenté : EX40 Single Start avec options, 1er loyer de 6 000 € puis 36 loyers de **545 €**
Cycle mixte WLTP : Consommation électrique (kWh/100 km) : 16.6 - 18.1.
CO₂ en phase de roulage (g/km) : 0 - Autonomie électrique (km) : 466 - 575.
Détails sur volvocars.fr

ÉLIGIBLE AU BONUS ÉCOLOGIQUE (1)

VOLVOCARS.FR

Au quotidien, prenez les transports en commun. #SeDéplacerMoinsPolluer

VOLVO

Volvo Rennes
1 allée de Bray
35510 Cesson-Sevigné
02 78 81 00 49
www.volvo-rennes.com



ANNE-CLAIRE GUÉGUEN,
LINDAHL'S PRO +



YANNICK MARÉCHAL
HARMONIE MUTUELLE



MICHEL DEMOLDER
EAU DU BASSIN RENNAIS



JOHANNE COM
CRÉDIT MUTUEL DE BRETAGNE



FRANCIS CHARRIEAU
OUEST-FRANCE

LA SOLIDARITÉ ET L'INCLUSION AU CŒUR DE LA 43^E ÉDITION DE TOUT RENNES COURT

AVEC 24.500 PARTICIPANTS L'ANNÉE PASSÉE, *TOUT RENNES COURT* AVAIT DÉJÀ BATTU SON PRÉCÉDENT RECORD. AU MOMENT D'ABORDER CETTE 43^E ÉDITION, IL EST D'ORES ET DÉJÀ ACTÉ QUE CE RECORD SERA DE NOUVEAU DÉPASSÉ. UN ENGOUEMENT CROISSANT POUR UN ÉVÈNEMENT SPORTIF CONVIVAL AVEC DES PARTENAIRES TOUJOURS FIDÈLES AU RENDEZ-VOUS HAUT EN COULEURS !

TOUT RENNES COURT!
Courses gratuites
Restauration & Animations
Inscriptions : toutrennescourt.fr

BOUGE!
CHACUN CHAQUE JOUR

12 ET 13 OCTOBRE 2024

DIMANCHE À RENNES

Partenaires : Ouest France, Crédit Mutuel de Bretagne, COLOMBIA, LINDAHL'S PRO+, hell Work, Soohi Sport, Harmonie Mutuelle, ATH-LÉ, Ville de Rennes, hit, TVR, Eau du Bassin Rennais, McDonald's, PetitsFils, TOUTES LES ÉQUIPES, CLARO, Sécurité Routière, AMOS, ENGIE, rbi, ifdec, Intex Marché.

CRÉDIT PHOTO : @ MARIE RAINAUD (ÉTUDIANTE ÉCOLE IFFDEC)

C'est un incontournable de la course à pied à Rennes. Créé en 1982, organisé par la Ville de Rennes puis l'Association *Tout Rennes Court*, et repris en mars 2022 par le COURSSS (Comité d'Organisation d'Union Rennaise : Sport, Santé, Solidarité, composé par deux associatives locales, le Cercle Paul Bert et l'ASPTT Athlétisme Rennes), *Tout Rennes Court* revient les 12 et 13 octobre pour une 43^e édition encore plus riche.

HUIT COURSES AU PROGRAMME, DONT UNE MARCHÉ SOLIDAIRE

Huit courses au programme, dont une marche solidaire, et un seul leitmotiv : mettre en avant le sport et ses valeurs inclusives. Un événement gratuit qui ne serait pas possible sans ses nombreux bénévoles présents (plus de 500) et sans ses partenaires fidèles. Le week-end démarrera par la marche solidaire « LA COLOMBIA » le samedi à 15 h 30 sur l'Esplanade du Général Charles de Gaulle. Une marche organisée par le Centre Colombia au profit de la prévention et du dépistage du cancer du sein. Un événement qui fêtera sa 15^e édition cette année avec comme marraine l'ancienne miss France et mannequin Linda Hardy : « Nous sommes ravis de célébrer la 15^e édition de LA COLOMBIA ce 12 octobre. Les équipes ont travaillé d'arrache-pied pour organiser un moment de mobilisation inoubliable pour nos visiteurs, leurs

proches, tous les Rennais, et sensibiliser à l'importance de la prévention et du dépistage du cancer du sein, se félicite Charles Esteve, directeur du centre commercial Colombia. Nous avons à cœur de créer un esprit de fête, tout en soutenant cette cause importante aux côtés de Linda Hardy, marraine de cette édition. Depuis sa création, LA COLOMBIA a récolté plus de 100.000 euros en faveur d'associations, dont 15.000 euros lors de l'édition 2023 ».

La journée de dimanche débutera à 9h avec le « S'MI Ouest-France », une course où la jauge est déjà atteinte avec 7.000 participants : « Ouest-France est heureux et fier de s'engager aux côtés de *Tout Rennes Court*. Cet événement incarne les valeurs de partage, d'inclusion et de dépassement de soi, qui sont au cœur de notre engagement envers la communauté. En soutenant cette grande fête populaire de la course à pied, nous encourageons la pratique du sport pour tous, quel que soit le niveau. Nous sommes ravis de nous associer à *Tout Rennes Court* pour inspirer et mobiliser notre communauté », explique Francis Charrieau, Responsable Marketing Promotion / Grands Événements Ouest-France.

DES PARTENAIRES FIDÈLES ET DES BÉNÉVOLES TOUJOURS AU RENDEZ-VOUS

À 11h30, place au 10km CMB qui, comme pour le semi-marathon, a atteint son palier maximum. Un parte-

CRÉDIT PHOTO : @ LAURENT HERBETTE



nariat durable cher à Johanne Com, Directrice Départementale Adjointe du Crédit Mutuel de Bretagne en charge des partenariats : « Le Crédit Mutuel de Bretagne est heureux d'être un partenaire de longue date de Tout Rennes court, en particulier avec la course emblématique du 10 km CMB qui accueillera cette année 8.000 coureurs. Cet événement est en accord avec nos valeurs, car il met en avant la force du collectif à travers le sport et permet à tous d'y participer grâce à la gratuité des inscriptions. De forts liens de solidarité nous unissent sur notre territoire. »

Après le repas bien mérité du midi et les nombreux stands de restauration prêts à accueillir les visiteurs ainsi que les participants, c'est le 5km Harmonie Mutuelle qui prendra le relais à 13h. Le premier sas de cette course est dédié au handisport et accessible aux personnes mal-voyantes (et leur guide), aux handicaps moteurs et mentaux. Yannick Maréchal, directeur d'Harmonie Mutuelle pour la région Bretagne, donne rendez-vous : « Harmonie Mutuelle est fière de soutenir pour la deuxième année Tout Rennes Court, un événement majeur du territoire, accessible et gratuit pour des milliers de coureurs. À cette occasion Harmonie Mutuelle, partenaire de la Grande Cause Nationale, « Bouge 30

minutes par jour », va mettre en avant son engagement sur la promotion de l'activité physique et de la santé. Nous allons embarquer notre collectif d'élus et de collaborateurs et encourager le handisport sur le 5 km Harmonie Mutuelle. Rendez-vous le 13 octobre sur la ligne de départ ! » Autre moment fort de ce week-end, le Réseau Petits-Fils (et ses 3 agences rennaises) honoreront les doyens et les doyennes des trois courses « S'MI Ouest-France », 10 Km CMB et 5 km Harmonie Mutuelle. Place ensuite à la jeunesse, de 14h à 14h30, avec trois départs pour les coureurs en herbe. À 14 h, une première course d'1 km pour les jeunes garçons et jeunes filles né(e)s entre 2014 et 2015. Les jeunes coureurs né(e)s

entre 2012 et 2013 prendront ensuite part aux 2 km à 14h15. Enfin, ce sont ceux né(e)s entre 2010 et 2011 qui clôtureront la série à 14h30 avec un 4 km. Là aussi l'engouement est sans précédent avec un nombre de jeunes inscrits multiplié par deux. Trois courses soutenues par l'Eau du Bassin Rennais et Terres de Sources, représentées par le président de la Collectivité Eau du Bassin Rennais, Michel Demolder : « Eau du Bassin Rennais et Terres de Sources soutiennent Tout Rennes Court car cet événement promeut des valeurs qui nous sont chères : Le sport gratuit pour tous, une eau et une alimentation locales de qualité, accessibles à tous, font société et contribuent au bien vivre sur notre territoire ! »

Pour finir la journée et le week-end en beauté, un peu de compétition avec le Match Inter-Clubs Sobhi Sport. Deux courses réservées aux clubs du grand-Ouest sur invitation : le 10 km féminin à 15h30 et le 10 km masculin à 16h30. Autre partenaire majeur de l'évènement, et qui lui attendra les participants sur la ligne d'arrivée, Lindahls Pro+ du Groupe Lactalis : « Lindahls Pro+ est fier d'être partenaire de Tout Rennes Court ! Cet événement incontournable du paysage rennais est l'occasion idéale de faire découvrir les bienfaits des produits Lindahls Pro+ a un large public de passionnés de course à pied. Lindahls Pro+, ce sont des boissons lactées, fromages blancs, snacks, fromages riches en protéines et allégés en matières grasses, à retrouver à l'arrivée de chaque course. Pendant ta préparation ou après la course pour la récupération : Lindahls Pro+, ton plaisir protéiné pour te surpasser ! », détaille Anne-Claire Gueguen, chef de produit innovation Lactalis.

« CETTE GRATUITÉ, C'EST AUSSI NOTRE FIERTÉ, EN OFFRANT LA POSSIBILITÉ À CHACUN DE PARTICIPER À UNE MANIFESTATION SPORTIVE ET FESTIVE, DE CONTRIBUER À L'AMÉLIORATION DE LA SANTÉ DES CITOYENS ET AU BIEN-VIVRE À RENNES. »

Pour accompagner cet évènement XXL, la concession Opel Claro Automobiles Rennes met à disposition de l'organisation une flotte de véhicules électriques tout au long du week-end. Une fibre locale valorisée par des partenaires majeurs bien connus des Bretonnais et dont Hellowork fait également partie et qui animera une fanzone pour le dernier km à parcourir. Le mot de la fin revient au président de Tout Rennes Court, François Almande : « Nous avons des partenaires fidèles qui partagent nos valeurs de solidarité et d'accessibilité, ainsi que le soutien des collectivités et notamment de la Ville de Rennes. Nous nous efforçons sans cesse d'améliorer notre organisation, dans le cadre d'un budget contraint par notre choix de proposer un événement gratuit. Cette gratuité est notre spécificité et notre force. C'est aussi notre fierté, en offrant la possibilité à chacun de participer à une manifestation sportive et festive, de contribuer à l'amélioration de la santé des citoyens et au bien-vivre à Rennes. Merci aux 28.000 participants de nous conforter dans notre engagement et bon week-end ».

Et comme l'évènement n'oublie définitivement personne, les 17 et 18 octobre, auront lieu les courses scolaires. À vos marques, prêts, partez, soyez-en sûrs, tout Rennes court ! ■

ADRIEN MAUDET





© CRÉDIT PHOTO LE TIROIR DE JOSÉPHINE



© CRÉDIT PHOTO FRANCK_HAMON



© CRÉDIT PHOTO LE TIROIR DE JOSÉPHINE

LE MARATHON VERT, RENDEZ-VOUS INCONTOURNABLE DU SPORT... ET DE LA CULTURE RENNAISE

C'EST UN RENDEZ-VOUS PHARE DE LA VIE RENNAISE : LA TREIZIÈME ÉDITION DU MARATHON VERT SE TIENDRA LES 26 ET 27 OCTOBRE PROCHAIN, AVEC LA PERFORMANCE SPORTIVE AU CŒUR DE L'ÉVÉNEMENT MAIS AUSSI LA POSSIBILITÉ DE DÉCOUVRIR RENNES ET SES MERVEILLES. POUR LES COUREURS COMME POUR LES MÉTROPOLITAINS SPECTATEURS, C'EST L'OCCASION DE DÉCOUVRIR LES LIEUX CULTURELS ET EXPOSITIONS SE TROUVANT SUR LE CIRCUIT OU TOUT PROCHE DU PARCOURS, AVEC QUELQUES CHECKPOINTS À NE PAS MANQUER !

N°1 LE MAIL FRANÇOIS MITTERRAND ET LE QUAÏ DE LA PRÉVALAYE

Devenus « The place to be » pour de nombreux rennais depuis leur réaménagement, le Mail François Mitterrand et le quai de la Prévalaye permettent de découvrir de nombreux bars et restaurants locaux, avec au programme la dégustation de bières artisanales, à consommer avec modération. Le palet breton est aussi à l'honneur, alors que les quais accueilleront volontiers vos pique-niques en bord de Vilaine mais aussi vos petites pauses au gré des bancs pour goûter un moment de quiétude et de sérénité. Pour les amateurs de running, c'est aussi une belle occasion de sortir les chaussures et de filer jusqu'aux Plaines St-Martin, pour une balade idéale.

N°2 LA CRIÉE - LE MARCHÉ À MANGER (MAM)

Tous les premiers dimanches du mois, le rendez-vous est donné aux rennais, habitués de l'étape, pour découvrir tous types de cuisines, au cœur de la ville, à petit prix. Sur le passage de la course, une halte s'impose du côté des halles et de la Criée, un lieu incontournable et historique de la vie rennaise où vous trouverez votre bonheur pour une pause gourmande, avec l'envie de venir découvrir dès le premier dimanche de novembre le marché à manger pour savourer des cuisines faites sur place.

N°3 L'ART DU STREET-ART

À Rennes, l'art n'appartient pas uniquement aux musées et aux galeries, il s'affiche aussi dans les rues et encore plus au gré d'un événement comme le Marathon Vert. Laissez-vous guider dans un tour de la scène street art rennaise (WAR!, Mioshe, Dino Voodoo...). Commandes privées ou publiques, les graffitis jouent sur le contraste ou l'harmonie avec l'environnement urbain. De toutes les tailles, ils ornent fenêtres, murets, palissades pour des installations éphémères ou durables. Ces fresques témoignent de la liberté d'expression artistique de la ville. Il ne tient alors plus qu'à vous d'apprécier le foisonnement créatif qui donne de nouvelles couleurs aux murs de la ville ! Pour réserver votre visite guidée, rendez-vous sur le site de Destination Rennes, mentionné en fin d'article.

N°4 LE MUSÉE DES BEAUX-ARTS

S'il n'est plus à présenter, le site reste incontournable. Là aussi, de nombreuses expositions sont à explorer, avec ce « plus » original, la visite en slam à l'écoute d'Elvi. Poète des temps modernes, qui raconte Rennes à sa manière, dans un rythme dynamique, au gré d'une douce mélodie mêlant mots et rimes. Un style expliqué par l'artiste : « Dans le slam, le jeu est plus important que l'enjeu, c'est avant tout de l'art. Le slam c'est un peu comme la cuisine, tu cherches

un équilibre entre le fond et la forme. Écrire un texte c'est comme faire une recette, les mots sont les ingrédients et les figures de style, la technique, le tour de main. » À vous d'y goûter, sans modération.

N°5 ET 7 LA PLACE DE LA RÉPUBLIQUE / L'OPÉRA / L'HÔTEL DE VILLE / LA PLACE DU CHAMP JACQUET

Au gré de visites guidées du centre historique et bien plus encore, sur des thématiques différentes et pour petits et grands, profitez de la course pour découvrir ou redécouvrir des lieux aussi culte que symboliques du plein centre-ville de la capitale bretonne. Pour réserver votre visite, rendez-vous sur le site de Destination Rennes, indiqué en fin d'article.

N°6 ET 8 LE PARLEMENT DE BRETAGNE, LA PLACE SAINTE-ANNE LE COUVENT DES JACOBINS

Incontournable, le Parlement de Bretagne est un emblème phare de la ville de Rennes. Des visites guidées sont ainsi proposées par Destination Rennes pour tout savoir sur ce lieu chargé d'Histoire et d'histoires et mieux connaître encore la cité rennaise. Pour aller plus loin et pousser votre découverte jusqu'à la place Sainte-Anne, découvrez le Couvent des Jacobins, imprégnez-vous de son histoire au travers d'une promenade au cœur de son cloître et prenez date

pour y revenir, profitez de nombreux spectacles tout au long de l'année.

N°9 DE LA RUE DU CHAPITRE AU MARCHÉ DES LICES

Grand privilège du Marathon Vert, son passage au cœur de la ville et la redécouverte de son architecture si singulière. De la rue du Chapitre au marché des Lices du samedi matin, en passant par la place Saint-Michel, les adresses pour s'offrir un café ou une pause restauration s'empilent comme autant de bons plans à partager en famille ou entre amis. Retrouvez les conseils restaurants avisés sur le site Destination Rennes pour faire votre choix.

N°10 LES CHAMPS LIBRES

Lieu prépondérant de la culture rennaise, les Champs Libres offrent toute l'année des expositions, des conférences et des moments de partage autour de la culture, de l'art et des sciences. Le sport est aussi à l'honneur cette année avec l'exposition « Vivre le sport ». Une centaine de photographies sont présentées, parmi lesquelles des images issues d'une étude menée par le Service de l'Inventaire du Patrimoine Culturel à la Région Bretagne. L'exposition est structurée en six séquences, précédées d'une introduction dédiée aux lieux du sport. Les différentes thématiques abordées témoignent du lien entre la photographie et le sport. N'oubliez pas, une fois sur site, de passer par le Planétarium et le musée de Bretagne pour ensuite savourer un moment entre amis au Café des Champs Libres, lieu propice à une pause détente !

LA GARE DE RENNES

Enfin, en gare de Rennes, sur l'espace Destination Rennes, plusieurs expositions à découvrir dès le 17 octobre.

a) Erlangen (du 17 octobre au 7 novembre)

Rennes fête les soixante ans du jumelage avec la ville allemande d'Erlan-



@ CRÉDIT PHOTO LE TIROIR DE JOSÉPHINE



@ CRÉDIT PHOTO JF_MOLLIERE



@ CRÉDIT PHOTO LE TIROIR DE JOSÉPHINE

gen en 2024 et, dans ce cadre, offre une superbe exposition avec le concours photo organisé par les deux villes nommé « Zeig Mir Deine Stadt-Montre-moi ta ville ». Le projet consiste à exposer des photographies de la ville d'Erlangen à Rennes, et inversement. Une trentaine de photos seront ainsi sélectionnées par un jury et imprimées en format A1. Dans la ville d'Erlangen, l'exposition a démarré le 29 avril dernier. Venez découvrir l'Allemagne, sans quitter la gare... Rendez-vous au niveau 1 de l'entrée nord. La production de l'événement est assurée par Destination Rennes, le Centre Franco-Allemand de Rennes et la Ville de Rennes.

b) Raymond Depardon (du 15 octobre au 2 décembre)

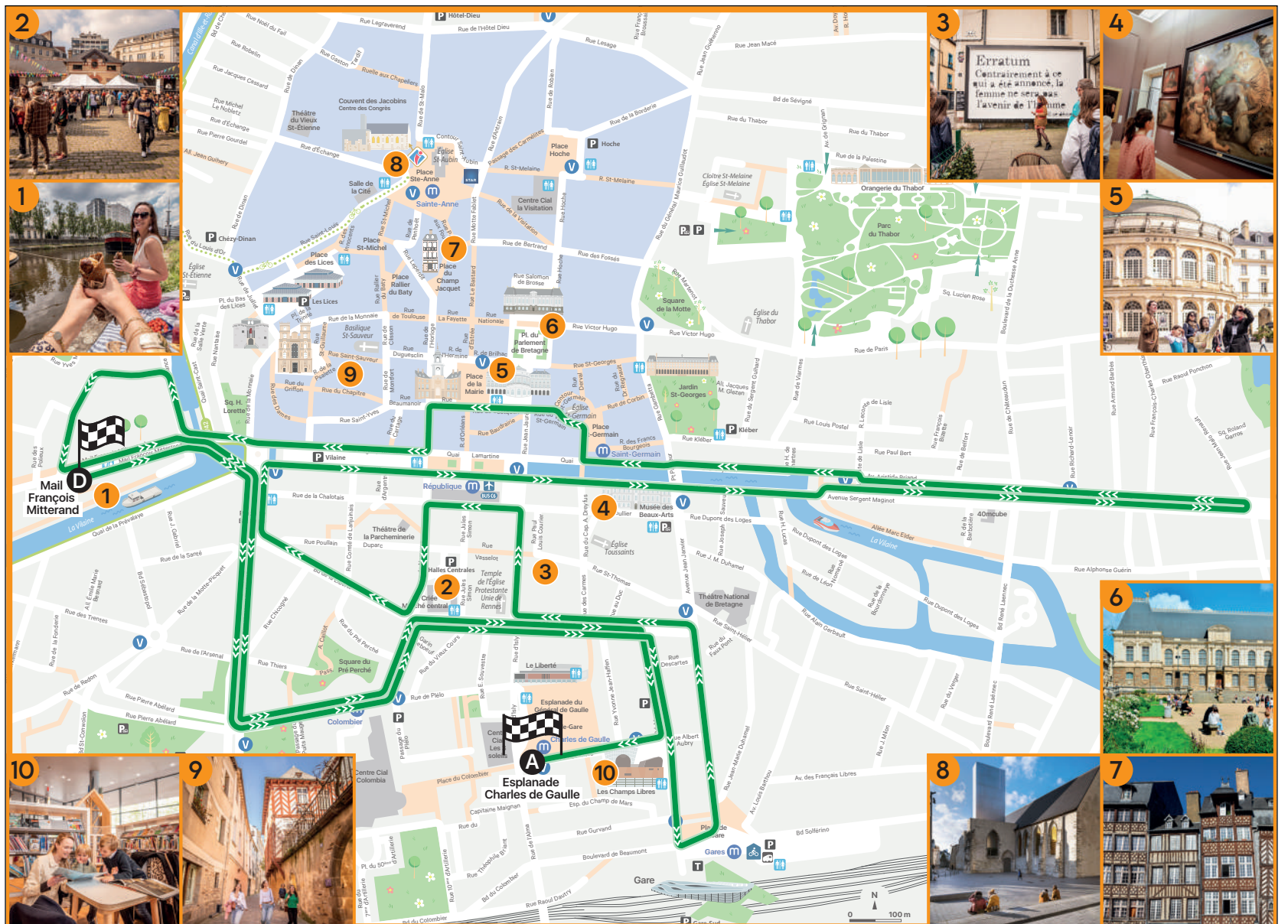
En tant que photographe reporter, Raymond Depardon a suivi six olympiades durant la Guerre Froide. Depuis les jeux de Tokyo en 1964, jusqu'à ceux de Moscou en 1980, en passant par les jeux d'hiver de Grenoble en 1968, il a capturé des instants sportifs mémorables, mais aussi des moments éminemment symboliques et politiques. 165 photos, dont certaines ont marqué l'histoire (comme celles des athlètes noirs américains poings levés lors des JO de Mexico, ou encore la prise d'otages tragique des athlètes israéliens aux JO de Munich en 1972), sont à voir au Frac Bretagne. Le Frac

et les Champs Libres accueillent chacun une exposition de Depardon sur des thèmes différents du 14 Juin 2024 au 5 Janvier 2025.

Destination Rennes s'associe à ces deux partenaires pour proposer une exposition en gare de Rennes (hors espace Destination Rennes) pour vous proposer un regard sur l'Histoire et le sport qui mérite de s'y arrêter.

sous aucun prétexte les 26 et 27 octobre prochain. ■

Retrouvez l'ensemble des informations pratiques et horaires pour vos visites sur le site : <https://www.tourisme-rennes.com/>





LA TA RENNES FUTSAL REMPLI POUR UNE 2^E SAISON EN D2 !

MAINTENUE IN EXTREMIS LA SAISON PASSÉE GRÂCE À UN SUCCÈS RENVERSANT À ORLÉANS LORS DE L'ULTIME JOURNÉE, LA TA RENNES FUTSAL ATTAQUE CE NOUVEL EXERCICE AVEC PRAGMATISME. AFIN DE S'ÉVITER DE NOUVELLES SUEURS FROIDES, LE COACH TÉAÏSTE NOWFEL BENSHIR COMPTE BIEN METTRE À PROFIT L'EXPÉRIENCE ACQUISE L'ANNÉE DERNIÈRE.

Un bon début de saison, plusieurs séries, positives puis négatives, et enfin un dénouement épique, voilà comment pourrait se résumer la saison 2023-24 de la TA Rennes Futsal. Un exercice qui n'a pas épargné les nerfs des joueurs et du staff rennais, entre blessures et pression du résultat, mais qui a finalement connu un épilogue heureux. Un dernier duel dans le Loiret forcément marquant et venant récompenser tout le travail du groupe : « Le dernier match reflète bien notre saison car nous n'avons jamais lâché mentalement. C'était loin d'être facile car Orléans jouait dans une salle devant 2.000 personnes et ils ne nous ont pas fait de cadeaux. Ils voulaient bien finir à la maison. Nous avons dû démarrer ce match avec trois joueurs

CRÉDIT PHOTO JULIE THEODIN



depuis début septembre et que le championnat débute le 12 octobre avec la réception de Marcouville, Nowfel Benshir peut compter sur des nouveaux venus cette saison : « Pour l'instant, tout roule. Le groupe était prêt pour la reprise et ça facilite les choses, notamment pour l'intégration des nouveaux joueurs. J'ai cinq joueurs qui arrivent, des ailiers et un pivot offensif, et nous avons gardé le reste de l'effectif. Ça reste très compliqué d'attirer des joueurs de ce niveau-là avec de l'expérience. Certains viennent du futsal et d'autres du football à onze. Il y a un peu de travail à faire avec eux, mais il y a eu des bons matchs de préparation. Et puis, j'ai également un deuxième adjoint qui nous rejoint dans le staff ».

Si la passerelle évoquée l'année dernière dans nos colonnes avec le football à onze n'est pas encore totalement effective, un premier pas a été effectué avec un entraînement de Futsal par semaine pour les jeunes catégories du club. À l'aube d'entamer l'exercice 2024-25, Nowfel Benshir a déjà identifié les points d'amélioration : « Comme l'année dernière, nous essaierons d'avoir des bons résultats en début de saison et de surfer sur cette vague. L'expérience peut nous aider, il faut apprendre de nos erreurs. Sur au moins 4 matchs, nous avons laissé filer des points dans les dernières minutes en étant trop joueurs. Et puis, nous avons été performants à l'extérieur, mais moins à l'aise à domicile ».

Ce dernier point qui soulève un autre axe de développement, cette fois-ci plus structurel, avec l'utilisation du gymnase Rapatel uniquement pour les matchs officiels : « Forcément, ça a joué dans nos résultats à domicile car nous ne nous entraînons pas là-bas pendant la semaine », explique le coach rennais. Une salle qui, de plus, a souvent été limitée en termes de capacité : « On joue dans une salle quasi-pleine à chaque match et nous aimerions avoir beaucoup plus de monde. La salle n'est plus trop adaptée. La ville est à l'écoute et on discute régulièrement pour déménager dans une salle plus adaptée. 1000 places, ce ne serait pas mal ! » Un engouement certain qui demande maintenant confirmation sur le terrain, car cette année encore, il y aura trois descentes pour dix équipes et la marge de manœuvre restera étroite quoiqu'il arrive. Jusqu'à la dernière journée ? ■

ADRIEN MAUDET

blessés et même deux supplémentaires pendant la rencontre. Sportivement, le maintien est mérité. C'est une saison avec des cycles, mais nous savions que nous allions avoir des coups de moins bien. »

« UNE SALLE DE 1.000 PLACES, CE NE SERAIT PAS MAL ! »


Menés 2-0 à Orléans et dans les conditions évoquées, les Téaïstes ont finalement tout renversé (2-3) et disputeront donc une deuxième saison en D2. Une année d'apprentissage énergivore, tant sur le plan sportif que logistique : « En D2, il faut un effectif plus conséquent pour pallier les absences et économiser les joueurs, c'est surtout ça la grande différence. Au niveau logistique, même si ça s'est relativement bien passé, ça demande beaucoup d'énergie. C'est moi qui gérais tout ça et forcément, ça influe un peu. Nous avons eu beaucoup de longs déplacements, mais nous serons un peu plus tranquilles cette année avec davantage de matchs en région parisienne. Un soulagement sans aucun doute et rien de plus logique quand on sait les Rennais ont notamment dû se déplacer jusqu'en Corse la saison dernière... L'entraîneur n'oublie pas de mentionner et remercier son employeur, Keolys Rennes, qui « a adapté mon planning pour que je puisse être disponible pour le club », car être passionné dans un sport en développement, c'est aussi souvent avoir une double casquette et des semaines bien remplies.


Alors que la préparation se déroule



EOS Expansion
L'Immobilier Professionnel



Une équipe à votre écoute pour votre développement en immobilier professionnel.

 02 30 96 01 48

 contact@eos-expansion.com

 2 rue Victor Hugo, 35000 Rennes

Le pouvoir de vos sens !

Testez des produits
et gagnez une indemnité



Sur site ou à domicile, inscrivez-vous vite !

**DEVENEZ
TESTEUR**
By **AQUALEHA**



ZAC des Longs Champs - 1 rue Ferdinand Pelloutier - Rennes
12 bis Bd Irène Joliot Curie - Vitré



MARTINE GARDELLE : « TOUT FAIRE POUR QUE LE CLIENT SE SENTE À L'AISE »

RESPONSABLE DU SITE DE STOCKAGE ROAZHON BOX AU RHEU, MARTINE GARDELLE NOUS A OUVERT LES PORTES DE SON SITE MAIS AUSSI D'UNE ACTIVITÉ MÉCONNUE OÙ SE PASSENT BEAUCOUP PLUS DE CHOSES QU'ON NE POURRAIT LE PENSER. RENCONTRE AVEC UNE VRAIE PASSIONNÉE DE LA RELATION CLIENT, AU-DELÀ D'UN SIMPLE STOCKAGE...



Roazhon Box, situé au Rheu, c'est quoi ?

Il s'agit d'un site de 6000 m² destiné à la location de containers appelés box, au nombre de 170. Nous avons trois tailles à disposition pour nos clients : des 10 m³ d'une surface de 5 m² au sol, des 16 m³ d'une surface de 7 m² au sol et enfin des 33 m³ d'une surface de 14 m² au sol, soit la taille d'un petit garage. Nous sommes ouverts toute l'année et ouverts aux particuliers comme aux professionnels et associations ayant besoin de stockage. Et cela est de plus en plus le cas, les habitats d'aujourd'hui ainsi

que les bureaux ayant de moins en moins d'extérieurs pour stocker.

Que stockez-vous majoritairement sur votre site ?

Pour l'anecdote, notre premier box fut occupé par une Ferrari bleue décapotable ! C'était il y a douze ans et ce fut la seule d'ailleurs, mais c'était parti fort ! Mais plus généralement, nous avons des sociétés qui les utilisent pour faire de l'archivage de société, car nous offrons la possibilité de faire du rayonnage, les artisans stockent du matériel quand ils n'ont pas le bureau pour et les représentants leur matériel et produits à vendre, histoire de ne pas envahir leur domicile. Notre site est sécurisé avec des caméras fonctionnant 24 heures sur 24 avec des passages d'agents de sécurité. Pour les particuliers, il y a de tout mais aussi, de plus en plus souvent, des personnes victimes d'accidents de la vie, qui n'ont plus que leurs affaires matérielles avec eux mais nulle part ailleurs d'autre pour les préserver. Certaines situations sont parfois difficiles, dures à entendre...

« PARFOIS, ON PEUT ENTENDRE DES CHOSES TRÈS DURES »

Il y a alors un vrai rapport social avec votre client ?

Bien sûr et c'est aussi ce que j'aime

dans ce métier. J'ai travaillé à une période de ma vie dans l'hôtellerie de luxe, avec une exigence et un point d'orgue mis sur la satisfaction et l'écoute du client. Cela me sert encore aujourd'hui et je fais tout pour que le client se sente parfaitement bien et à l'aise. S'il éprouve le besoin de me parler, de me raconter comment il est arrivé là ou doit stocker telle ou telle chose, je l'écoute avec plaisir, empathie, en essayant de répondre au mieux à son besoin. Il y a une vraie dimension sociale, c'est vrai, et parfois, on peut entendre des histoires très dures... Même s'il y a du commerce, c'est avant tout, comme beaucoup de moments de la vie, de l'humain. Et c'est ce que j'aime.

D'où est issu Roazhon Box ?

Cette société est une filiale de diversification d'une foncière immobilière basée à Rennes, Page Entreprises SAS, une entreprise âgée de plus de 40 ans à Rennes spécialisée dans la promotion et la construction de bâtiments professionnels. J'y suis assistante de direction, chargée du développement et donc, responsable également de Roazhon Box.

Quels sont les tarifs et conditions de location ?

Nous avons choisi de faire les choses simplement et il n'y a pas d'état des lieux d'entrée et de sortie des box. Les

clients ont un code unique qui leur permet d'accéder 7 jours sur 7, 24h sur 24. Pour les tarifs, nous sommes à 75 € par mois pour les 10 m³, 105 € pour les 16 m³ et 149 € par mois pour 33 m³ avec l'assurance offerte à hauteur d'une valeur stockée de 2500 €. Il peut aussi y avoir des tarifs étudiants ou sous certaines conditions pour certaines situations.

Quel est votre rapport au sport et plus précisément au sport rennais ? Stockez-vous certains clubs ?

Oui. De par mon parcours personnel, j'ai toujours adoré le sport et pratiqué, comme fréquenté le milieu sportif. C'est un vrai bout de ma vie, j'ai fait du volley au REC notamment, j'adore le rugby et le hand. Roazhon Box est d'ailleurs partenaire du SC Le Rheu et du CPB Rennes Handball, deux clubs qui stockent chez nous. Nous avons aussi comme clients la Ligue de Bretagne de Taekwondo et la Ligue de Tennis de table. Tous ceux qui voudraient nous rejoindre sont d'ailleurs les bienvenus ! ■

RECUEILLI PAR JULIEN BOUGUERRA

Infos pratiques :

Tel : 09 67 12 84 98

Mail : contact@roazhonbox.fr

Site : www.roazhonbox.com

SUPER  **MORDELLES**

Une nouvelle appli
**POUR GARDER
LA MAIN SUR TOUS
VOS AVANTAGES**

Des offres exclusives
à activer, des défis,
les catalogues...



Flashez pour télécharger
l'appli Mon magasin U



Mois de lutte contre le cancer du sein.

Octobre Rose



1 DON à l'accueil
=
1 NOEUD ROSE
OFFERT

Dons à destination du Centre Eugène Marquis de Rennes.



CRÉDIT PHOTO DR OXANAPHOTOGRAPHY



POUR UNE JOURNÉE ENTREPRISE PAS COMME LES AUTRES, C'EST AU SOCCER RENNAIS QUE ÇA SE PASSE !

IMPLANTÉ DEPUIS 2016 DANS LE PARC D'ACTIVITÉS DE LA ROUTE DE LORIENT, LE SOCCER RENNAIS EST BIEN PLUS QU'UN « SIMPLE SOCCER ». AVEC SON COMPLEXE MULTISPORTS DE 6000M², L'ÉTABLISSEMENT PROPOSE DE NOMBREUSES ACTIVITÉS ET UN SERVICE DÉDIÉ AUX ENTREPRISES DÉSIREUSES D'OFFRIR UN MOMENT UNIQUE À LEURS COLLABORATEURS. DU SÉMINAIRE AU TEAM-BUILDING EN PASSANT PAR LES OLYMPIADES, LE SOCCER RENNAIS A TOUT PRÉVU !

Avec ses huit ans d'existence, le Soccer Rennais a acquis un vrai savoir-faire dans l'organisation d'événements pour les entreprises. Plusieurs salles adaptées à disposition, allant de 20 à 400 personnes, et une flexibilité à toute épreuve en fonction des différentes demandes : « Nous avons la capacité d'accueillir des grands groupes et nous sommes très bien équipés. Nous disposons notamment de la fibre. Il nous arrive régulièrement de recevoir plusieurs entreprises en même temps et personne ne se marche dessus », se félicite Guillaume Lamour, associé-gérant du Soccer Rennais. En même temps, avec plus de 6.000m² de surface, le complexe est vaste et offre le luxe de pouvoir se déplacer comme bon vous semble et de choisir où s'installer. En salle de réunion pour « brainstormer » avec les

collègues, en terrasse pour profiter de l'air frais et du soleil, ou encore dans la grande salle attenante au soccer pour observer quelques passements de jambes bien sentis, tout le monde peut trouver « son » coin de prédilection. L'opportunité parfaite pour les entreprises souhaitant investir les lieux de profiter d'une atmosphère différente : « Il y a tout sur le même site et ça change de ce que nous pouvons voir habituellement », renchérit Guillaume Lamour. Preuve de ce panel très large, c'est la FACE Rennes (Fondation Agir Contre l'Exclusion) qui prendra ses quartiers au Soccer Rennais avec un Forum Emploi utilisant le sport comme outil d'inclusion professionnelle le 17 octobre prochain. Une offre individualisée qui ne s'arrête à la seule mise à disposition des salles. Pour se restaurer, là-aussi, tout

est possible. Petit-déjeuner, traiteur, food-truck, planche apéro, bar ou encore soirée d'entreprise, à vous de choisir la bonne formule : « Nous proposons un service complet et nous nous adaptons au budget de chacun », poursuit Guillaume Lamour.

« NOUS PROPOSONS UN SERVICE COMPLET ET NOUS NOUS ADAPTONS AU BUDGET DE CHACUN »

Côté team-building, le Soccer Rennais n'est pas en reste avec une multitude d'activités au sein du complexe (Padel, Bubble Soccer, Blindtest, Escape Game, Tournoi de Soccer ou encore Squash). Parmi elles, les Olympiades offrent un parfait mélange. Pouvant accueillir jusqu'à 100 personnes et en équipes, cette épreuve - ou plutôt ces épreuves - se distinguent par leur accessibilité où

tout le monde peut participer et s'éclater sans complexe ! Molky, palets bretons, baby-foot, beer-pong, billard, fléchettes, gabaky, palato et tant d'autres activités feront rejaillir les émotions vécues pendant l'été : « Les Olympiades durent environ deux heures et c'est un grand moment de convivialité où tout le monde se rencontre et se mélange. Tout se passe en intérieur, donc il n'y pas d'imprévu dus à la météo, et nous avons un animateur pour guider les différents groupes. »

VOTRE ÉVÉNEMENT CLÉS EN MAIN

Idéal pour renforcer les liens après une journée de travail constructive et au sein d'un lieu atypique qui, comme si cela ne suffisait pas, est facilement accessible avec la rocade à seulement quelques centaines de mètres de la sortie du Roazhon Park. Et comme personne n'est oublié, il est également possible de venir en petit groupe, et ce, quel que soit le motif : « Nous accueillons tout aussi bien les groupes d'une dizaine de personnes. Nous avons déjà organisé des départs à la retraite, des anniversaires et des EVG/EVF, et il y a même des soirées salsa tous les premiers vendredis du mois. »

Ouvert 7 jours sur 7 et jusqu'à 1h du matin, les créneaux sont nombreux et il y aura de la place pour tout le monde : « Il suffit de faire une pré-demande de devis sur le site internet et ensuite nous tâcherons d'apporter la solution la plus adaptée aux envies et aux budgets », conclut Guillaume Lamour. En quête de nouveauté et d'un endroit pouvant allier travail et divertissement, tout en s'adaptant à vos besoins ? Ne cherchez plus, le Soccer Rennais vous accueille pour faire de vos journées entreprises, ou autres, un moment forcément à part. ■

ADRIEN MAUDET

**35, rue du Manoir de Servigné
Z.I Ouest 35000 - Rennes
Contacts :
commercial@soccer-rennais.com
Tel : 02.99.12.17.40
Site : www.soccer-rennais.com**

PRÉJUGÉ N°5

”

**ARRÊTE
DE RÊVER,
T'AS PAS LES
MOYENS D'ACHETER
DANS LE NEUF.**

— Juliette, votre voisine qui sait tout.

Stop aux préjugés !

On vous donne le coup de pouce
pour booster votre pouvoir d'achat !

Jusqu'à

20 000€ OFFERT*

sur votre **achat immobilier neuf !**

REALITES

 immo.realites.com

* Voir conditions en agence. REALITES - RCS 451 251 623 - SA au capital social de 31 278 654,29 € - 1 impasse Claude Nougaro - CS 10333 - 44803 Saint-Herblain Cedex. Faire un investissement immobilier comporte des risques. Plus d'informations auprès de nos conseillers.



PIERRE GUILLOUX : « UNE SOIRÉE LE 24 OCTOBRE POUR FÊTER LES 10 ANS DU SPADIUM »

QUE LE TEMPS PASSE VITE. DEPUIS DIX ANS DÉJÀ, LE SPADIUM DE SAINT-GRÉGOIRE ACCUEILLE TOUS LES PUBLICS POUR Y PRATIQUER LA NATATION AVEC UN OBJECTIF LUDIQUE COMME SPORTIF, DANS UN CADRE VERDOYANT. UN SUCCÈS POUR L'ÉTABLISSEMENT PEU ÉPARGNÉ PAR LES ÉVÉNEMENTS, SUR LEQUEL REVIENT PIERRE GUILLOUX, SON DIRECTEUR.

Le Covid puis la crise sanitaire, des restrictions ultra contraignantes puis une crise énergétique. Vous n'avez pas été épargné depuis votre prise de fonction de la direction du Spadium...

C'est vrai, depuis trois ans et demi désormais, tout n'a pas toujours été simple, notamment du fait des éléments extérieurs mais cela permet aussi d'apprendre, de souder les équipes et de répondre à de vrais défis pour continuer, dans des conditions hors-normes, d'accueillir nos clients. Néanmoins, nous sommes très heureux d'être revenus à la normale et d'avoir retrouvé à ce jour notre fréquentation d'avant 2020.

Vous êtes au Spadium depuis son ouverture. Quelle a été votre évolution au sein de l'enseigne ?

Il existe dix établissements en France et je suis rentré ici en qualité de

maître-nageur. Je suis ensuite passé chef de bassin en 2016 et au départ de Nicolas Baylé, mon prédécesseur, la solution interne a été privilégiée et j'ai pris la suite. Cela permet de gagner du temps, de déjà connaître les rouages du métier, que l'on aborde de près en étant chef de bassin et de connaître aussi les équipes comme la clientèle.

A l'heure où le recrutement et la gestion humaine sont souvent des sujets complexes dans le monde de l'entreprise, comment se porte l'équipe Spadium ?

J'ai la chance d'avoir un effectif relativement stable, avec notamment deux membres présents depuis l'ouverture ou presque ainsi qu'une chef de bassin qui est là depuis 2017. Nous sommes 20 à œuvrer et la cohésion est importante, avec une implication et un sens du collectif permanent.

Nous comptons 7 maîtres-nageurs, à l'heure où la France accuse un manque d'environ 4000 personnes dans la profession. Il y a aussi 4 agents d'accueil, 3 agents nettoyeurs, 2 renforts étudiants pour les week-ends et 3 contrats d'apprentissage maître-nageur en formation avec IRSS.

Vous formez donc les maîtres-nageurs de demain ?

Il y a un début de pénurie en la matière en France et le métier est rendu plus accessible depuis que le diplôme est devenu un brevet et non un brevet d'état. Nous prenons le parti d'accueillir en alternance ceux qui souhaitent s'y former, avec la possibilité de toucher non seulement à l'apprentissage de la nage mais aussi à la mise en place de cours de remise en forme, de la surveillance, l'entretien des zones de travail. C'est un métier complet.

Lors du Covid, vous avez dû appliquer des règles que vous n'aviez pas fixées vous-même. Comment avez-vous passé la crise énergétique quand l'on sait les besoins d'une piscine ?

Beaucoup de choses, depuis le début de l'aventure Spadium, ont été conçues en prêtant beaucoup d'attention aux économies d'énergie et à l'écologie. Nous avons des panneaux solaires qui permettent de chauffer l'eau des sanitaires et qui préchauffent les bassins sportifs. L'été, nous avons ainsi 2.000 m³ de consommation de gaz contre 8.000 l'hiver. Cela permet de faire baisser la consommation dont les prix ont augmenté. Rien que pour cette année, nous avons eu une hausse de 100.000 € alors que nous consommons moins. Nous nous adaptons du mieux que nous le pouvons.

« DEPUIS CET ÉTÉ, IL Y A EU UN EFFET LÉON MARCHAND »

Le Spadium est ouvert à tous. Pouvez-vous nous rappeler tout ce qu'il propose ?

Rappeler déjà que depuis l'ouverture, nous avons eu 1.450.000 visiteurs dont 100.000 scolaires, cela commence à faire ! Il y a 42 cours de natation par semaine pour environ 370 enfants au total, à qui nous apprenons à nager. Côté adultes, 15 cours par semaine sont planifiés. Ajoutez à cela 25 cours de remise en forme en aquagym et aquabike, 20 heures d'accueil de scolaires, 7 heures pour les associations dont principalement le club de triathlon de Saint-Grégoire et 35 heures d'ouverture au public. Avec tout cela, il y a clairement de quoi faire, de 7h45 à 21h45 du lundi au vendredi, ainsi que les week-ends.

Qu'avez-vous prévu pour fêter vos dix ans et que peut-on vous souhaiter ?

Un cadeau pour ces dix ans ? : déjà pérenniser tout ce que l'on fait, continuer de satisfaire nos clients. Pour le fêter, nous avons dédié une soirée le 24 octobre à nos abonnés, avec aquagym, aquabike et un relais par équipe sur une heure, avec celui qui aura la plus longue distance. Le tout dans la musique et la bonne humeur.

Pour conclure, avez-vous observé depuis cet été un effet Léon Marchand ?

Franchement, oui ! Pas dans la fréquentation, puisque nous affichons déjà complet sur les cours mais on voit bien que les petits s'identifient. Quand la télé est allumée dans le hall avec des rediffusions de courses, les enfants rient : « c'est Léon Marchand ! » même si ce n'est pas lui, ou se prennent pour lui dans les bassins. C'est assez marrant mais cela montre aussi qu'il a marqué très fortement les esprits ! ■

MERCI DOMINIQUE THOMAS, TOUT SIMPLEMENT...

UN WEEK-END DE DEUX JOURS, PARFOIS DE TROIS, DES VOYAGES, DES MOMENTS EN FAMILLE, LOIN DU TUMULTE DES SOLDES. TOUT CELA, DOMINIQUE THOMAS VA LE REDÉCOUVRIR, LE VIVRE PLEINEMENT, AU MOMENT DE PARTIR À LA RETRAITE APRÈS AVOIR OUVERT LES SPORT 2000 DE GUICHEN ET BAIN-DE-BRETAGNE PUIS SAINT-GRÉGOIRE. L'HEURE DE LA RETRAITE A SONNÉ ET DOMINIQUE MÉRITAIT BIEN UN PETIT HOMMAGE !

« Je suis un privilégié. D'habitude, de tels mots, autant d'amour ou de gratitude, vous les entendez depuis six pieds sous terre, pendant les obsèques. Je suis un privilégié d'entendre tout cela... » Avec son humour et son humilité habituelle, deux traits de caractère illustrant parfaitement l'homme qu'il est, Dominique Thomas a préféré en rire plutôt que de se laisser prendre par une émotion réelle au moment de quitter la scène professionnelle. 40 ans d'une vie, d'une carrière démarrée en 1984 et dédiée aux autres, dont beaucoup étaient là (près de 200 personnes) pour le saluer à Guichen, dans la salle des Halles située Rue du 11 novembre. Pas très loin de là où tout avait démarré il y a 40 ans...

UN DÉMÉNAGEMENT D'UN TROTTOIR À L'AUTRE, EN FAMILLE

Après s'être essayé comme moniteur d'auto-école ou chauffeur, il installe son premier commerce à Guichen. Passionné de sport, son commerce mêle sport, maroquinerie, jeans et bien d'autres choses, le tout sur 50 m². Guichen Sports, tranquillement, se développe et gagne en renommée, avec la priorité du conseil et de l'accompagnement du client. L'affaire tourne et la surface augmente au gré d'un changement de trottoir, en 1997, du 6 au 7, avec un déménagement fait en famille pour traverser la rue les bras chargés de boîtes de chaussures. Place désormais à 120 m² et l'arrivée des marques en vogue de l'époque : Line 7, Noël, Diadora, Adidas et Lotto. Pour les nostalgiques dans années 90, le sportswear est déjà avec Waikiki, Poivre Blanc DDP ou Voodoo. Parallèlement, l'activité auprès des clubs, devenue la force des Sport 2000 du groupe prend de l'épaisseur et Anthony, toujours présent dans l'entreprise, devient le référent en la matière. Père de trois enfants, Florent, Camille et Clarisse, Dominique s'appuie sur Annie, son épouse depuis quarante ans, premier soutien et enseignante, qui veille à l'équilibre de chacun quand son passionné de mari travaille les week-ends ou accompagne les clubs, qu'il récompense aussi de nombreux trophées. Dans l'ombre, Camille attrape le virus du commerce et vient régulièrement au magasin dans les pas de papa. En 2005, Dominique choisit de rejoindre la coopérative Sport 2000. Gui-



chen Sport, composé de 9 personnes, ouvre un nouveau chapitre de son histoire ainsi qu'un magasin de 600 m² à Guichen. Cinq ans plus tard, après avoir transmis sa lettre de motivation et passé un entretien au goût forcément particulier, Camille rejoint son père au sein de l'aventure. Vendra l'ouverture de Bain-de-Bretagne en 2011 puis Saint-Grégoire en 2018 dans une aventure familiale forte, basée sur la valeur travail, la fidélité, la confiance et l'humilité. La crise du Covid n'entame pas la passion du père et du fils et dans un contexte compliqué, le groupe prend le virage digital et crée Clickand-sport.fr pour proposer les produits en ligne avec un service click&collect ou de livraison à domicile, avec des valeurs fortes sur la proximité et la fidélisation de ses clients. En 2021, Camille rachète l'intégralité du groupement avec la volonté d'écrire la suite de l'histoire de la même encre, en gardant les valeurs transmises comme premier outil de travail. We Are Select arrive au centre commercial Grand Quartier de Saint-Grégoire permettant de diversifier tandis que le magasin de Bretagne déménage pour passer à une surface de 1500 m². Pour la suite de l'histoire, Camille a désormais pris la barre mais sait qu'il

pourra toujours compter sur son modèle et conseiller de papa, désireux de le laisser faire son chemin : « On ne choisit pas pour ses enfants, je pense qu'on essaie surtout de les accompagner au mieux », dit-il d'ailleurs au sujet de l'éducation. Passionné de sport, pratiquant le volley encore aujourd'hui après avoir joué au foot jusqu'à ses 30 ans, Dominique est aussi un sacré marcheur et cycliste, revenant en cette rentrée d'un long périple à vélo de plus de 1.000 km avec Clarisse, la petite dernière, entre Mulhouse et Guichen ! Une aventure forte qui en appelle d'autres, délesté désormais de ses obligations professionnelles avec tout le temps de profiter de la vie. Un bonheur pour Camille, son fils : « Cette retraite, il l'a bien méritée. Je sais qu'il ne sera jamais loin et toujours disponible pour un conseil car avant d'être un commerçant, c'est un papa formidable, avec qui j'ai la chance d'avoir une relation exceptionnelle. Il m'a transmis le travail comme une véritable valeur et a su insuffler à cette entreprise une culture où l'effort et la volonté de bien faire ont toujours été au cœur de tout. Je me souviens de tous ces moments passés à ses côtés, enfant, dans le petit magasin. J'ai appris que ce qui compte, ce n'est pas



seulement de vendre un produit, mais de créer des liens, d'apporter des solutions, et surtout de rester fidèle à ceux qui vous font confiance. Ce ne sont pas seulement les murs ou les chiffres qui font la réussite d'une entreprise, ce sont les personnes. Mon père a su créer bien plus qu'une entreprise. Il a bâti des liens solides, avec des clients, des partenaires, des collaborateurs, et tous ceux qui sont venus en témoignent. Ils ne sont pas juste spectateur de son succès, ce sont des acteurs, des amis, des soutiens qui ont, à leur manière, contribué à cette belle histoire. C'est un honneur de continuer à écrire l'histoire. » Avant de conclure, avec un joli message personnel : « Papa, je te remercie pour tout ce que tu m'as transmis. Je mesure la responsabilité qui est la mienne et je continuerai à porter ce flambeau tant que cette passion m'habitera. Une nouvelle vie s'offre à toi. Cette retraite tu l'a bien méritée. Je souhaite que tu en profite pleinement pour pouvoir faire tout ce que tu n'as pas pris le temps de faire dans ta vie de commerçant. Merci papa. » Nous remercions aussi Dominique et Camille, qui ont cru dès le départ à l'aventure Rennes Sport, en nous accompagnant et en intégrant nos colonnes dès les premiers numéros, le tout dans une relation de confiance réciproque et riche de beaux moments autour du sport rennais, en toute simplicité. Une relation devenue amicale, y compris et surtout quand le contexte sanitaire ou économique était pourtant pour le moins compliqué. Entre nous, ça matche et merci messieurs pour cela ! ■



OÙ VOUS PROCURER "JRS" CHAQUE MOIS

SORTIE CHAQUE DÉBUT DE MOIS

Rennes Sport présente les jours de match (à l'occasion du premier match du mois) au Roazhon Park, à la Glaz Arena, à Colette-Besson et à la Ricoquais !

RENNES SUD

CENTRE ALMA
Carrefour Alma
CPB RAPATEL POTERIE
3, Rue Rapatel
CPB BLOSNE SAVARY
4, Rue de l'Andorre
CPB BREQUIGNY
10, Boulevard Albert 1er
CPB BLOSNE LANDREL
10, Chemin du Landrel
PISCINE BREQUIGNY
10, Boulevard Albert 1er
SALLE COLETTE BESSON
12, Boulevard Albert 1er
SUPER U SARAH BERNHARDT
Boulevard de l'Yser
INTERMARCHÉ EXPRESS RENNES
3 Avenue Janvier
U EXPRESS LA COURROUZE
32 Rue des Munitionnettes
CARREFOUR MARKET POTERIE
Centre Commercial la Poterie

RENNES NORD

CPB LONGCHAMPS
60 Rue des Doyens Albert et

Pierre Bouzat
CPB NORD OUEST
28, Rue Charles Géniaux
CPB GINGUENE
13 bis Rue Ginguéné
CPB GAYEULLES
12, Rue les Longs prés
FITNESS PARK
Cc des longchamps
INTERMARCHÉ LONGS CHAMPS
Allée Morvan Lebesque
INTERMARCHÉ GAYEULLES
18, Place Lucie et
Raymond Aubrac
PISCINE DES GAYEULLES
16 Avenue des Gayeulles
SUPER U
Rue de Fougères

RENNES CENTRE

RESTAURANT RENATA DEL ARTE
Esplandae Charles de Gaulle
LES CHAMPS LIBRES
10, Cours des alliés
PIGEAULT IMMOBILIER
25, rue de la monnaie
FITNESS PARK

36, Bld de la Liberté
CREDIT MUTUEL ARKEA
Bd de la tour d'Auvergne
U EXPRESS RUE DE BREST
21, Rue de Brest
LES COMPTOIRS DE LA BIO
53 Boulevard de Verdun
CARREFOUR MARKET BOURG L'EVEQUE
Rue de Brest
LE COQ SPORTIF
4, Rue Jean Jaurès
CPB SIÈGE
30 bis rue de Paris
GARE SNCF
Boulangerie, Kiosque
LE CAFE DE RENNES
12, Place de la gare
AVENUE VICTOR HUGO
2, Rue Victor Hugo
BDS
1 Quai Lamennais

RENNES OUEST

AU COMPTOIR VENITIEN
3 Rue Maurice Fabre
BOB+
5, Rue Jean Le Ho
CARREFOUR MARKET

95 Rue de Lorient
CPB CLEUNAY
2, Bd de la Guérinais
CPB VILLEJEAN
4 bis Square du Berry
CARREFOUR CITY
2 Av. Winston Churchill
ROAZHON PUB
148 Bis Route de Lorient
CITRON CLUB
8 Rue Nicolas Joseph Cugnot
CARREFOUR CITY CLEUNAY
38 Rue Jules Lallemand
RESTAURANT FLUNCH
Centre Commercial Cleunay
SOCCER RENNAIS
35, Manoir de Servigné
TAVERNE MAITRE KANTER
Route de Lorient
PROMOCASH
19 Rue des Maréchaux, Vezin

RENNES EST

FITNESS PARK
1, Rue du Noyer, La Pommeraie
CARREFOUR MARKET
3 SOLEILS
18, Rue d'Isly

2, Rue de Brocéliande

SAINT-AUBIN D'AUBIGNE SUPER U
2, allée de la Pilonais

SAINT-GRÉGOIRE

BMW HUCHET
ZA Activité de la Brosse
CC GRAND QUARTIER
Route de Saint-Malo
SUPER U GRAND QUARTIER
Centre commercial GQ
GREG CAFE
CC Leclerc Saint-Grégoire
FELICITA RESTAURANT
CC Leclerc Saint-Grégoire
LES HALLES SAINT GREGOIRE
Rd Point La Robiquette
LA COMPAGNI DE LA LITERIE
Rd Point, La Robiquette
SALLE DU SGRMH
La Ricoquais
SPADIUM
La Ricoquais
SPORT 2000
Galerie Grand Quartier
VIVALTO SPORT
9, bd de la Boutière
LA TAVERNE
Rue des Îles Kerguelen

ST-JACQUES DE LA LANDE

GOLF DE RENNES
Le temple du cerisier
SUPER U
256, Rue de Nantes
GROUPE LAMOTTE
14 Rue Alek Plunian

THORIGNE FOUILLARD

CARREFOUR MARKET
6, Allée des platanes

TINTÉNIAC

SUPER U
Rue du Papegault

VERN-SUR-SEICHE

LEVEL 3
ZAC Val D'Orson
URBAN SOCCER
Le Bois des œuvres
BDS
ZAC du Val d'Orson
9 Rue Charles Vanel

VEZIN-LE COQUET

AQUA ELNESS
2B, Rue du Bourg Nouveau
U EXPRESS
26, Rue de Rennes

ACIGNE
CARREFOUR CITY
Ccial les Clouères

BAIN DE BRETAGNE
CENTRE LECLERC
27, Rue des Estuaires,
P. Activités Château Gail-
lard
SPORT 2000
Zone CAP KOAD
1 Rue de Lanserva

BETTON
DECATHLON BETTON
Village Sport
LA BUVETTE DUPONT
17 Avenue d'Armorique

BREAL-SOUS-MONTFORT
CARREFOUR MARKET
53, Rue de Montfort

BRUZ
INTERMARCHÉ
Ccial Cap-Vert
2, Place du Vert-Buisson

CESSON SEVIGNÉ
CARREFOUR CESSON
Route de Domloup
AU BUREAU
Zone com. Carrefour
BLOCK OUT
Eco-pôle Sud-Est

1 rue de Bray
G20
Ccial Beau- soleil
38 Rue du Muguet
GLAZ ARENA
Parc de la Monniais
LE COSY
9B Rue de Paris
VISUAL OPTIC
8, Place de l'église
VOLVO
1, Allée de Bray
GULLI PARC
13, rue du Rocher

CHANTEPIE
DECATHLON CHANTEPIE
3, Rue du Moulin

CHARTRES DE BRETAGNE
CARREFOUR MARKET
Rue de la Croix
aux Pottiers

CHATEAUGIRON
HYPER U
Le Petit Launay
HOMKIA
Ccial UNIVER

CHATEAUBOURG
SUPER U
Avenue de la Bretonnière

COMBOURG

HYPER U
7, Avenue des Erables

GEVEZE
CARREFOUR MARKET
31, Rue de Rennes Centre
Com. La Flume

GUICHEN
SPORT 2000
ZA Les Grès Madame
SUPER U
ZA Les Grès Madame

JANZE
INTERMARCHÉ
Route de Bain

LAILLÉ
CARREFOUR MARKET
Rue du Point du jour

LE RHEU
U EXPRESS LE RHEU
Rue de Cintré
SUPER U
Avenue des Acquêts

LA CHAPELLE DES FOUGERETS
UTILE
1, rue de la Mairie

LA MEZIERE
CAP MULTISPORTS

ZA de la Montgervalaise
GOLF CAP MALO
CC Cap Malo
NEW JUMP
ZAC de Cap Malo
Av. du Phare de la Balue
GULLI PARC
CC Cap Malo

LIFFRÉ
SUPER U
98, Rue de Rennes

L'HERMITAGE
SUPER U
Rue de Rennes, La Musse

MELLESSE
KARTING CAP MALO
Avenue du Phare
du Grand Lejeon
SUPER U MELLESSE
ZA de la Métairie
Quartier Libre
URBAN SOCCER
CAP MALO
Avenue du Phare
du Grand Lejeon
CC Cap Malo

MONTGERMONT
Zone Décoparc
1 Rue de Newton

MONTFORT SUR MEU

SUPER U
ZC Launay Quéro

MORDELLES
SUPER U
Avenue des platanes

NOYAL-CHATILLON
SUPER U
Avenue des Platanes

NOYAL-SUR-VILAINE
CENTRE LECLERC
ZAC Le Chêne Joli

ORGERES
INTERMARCHÉ SUPER
Av. de l'Alliance

PACÉ
BDS
9 avenue des touches
CHEZ EDDY
Centre Commercial CORA

PLÉLAN-LE-GRAND
SUPER U
Rue de la Vallée du Cast

PONT-PEAN
U EXPRESS
31, Av. du chemin Vert

ROMILLE
SUPER U

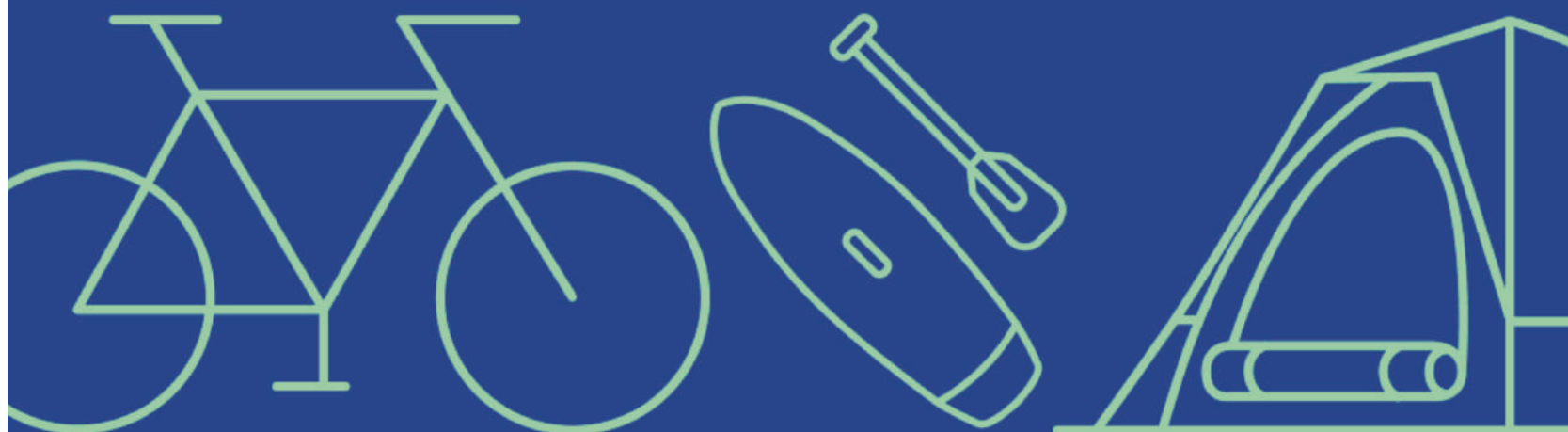


Reprise

Estimez
votre matériel



On rachète votre matériel de sport



*en bon état et propre

 **DECATHLON**

Voir la liste des produits éligibles et conditions du service sur [decathlon.fr](https://www.decathlon.fr)

SPORTS BAR
& RESTAURANT

12 PLACE DE LA GARE
35000 RENNES

LE CAFÉ DE RENNES

TOUS LES JOURS
08:00 / 23:00

INSTAGRAM
@CAFEDERENNES



**CHEZ NOUS,
LA STREET FOOD
A DU GOÛT !**



RÉSERVEZ
UNE
TABLE




rennes
connect