



**Depuis deux saisons, Mathieu Rocaboy a le costume de prétendant mais ne parvient pas à décrocher le titre. Le sociétaire de l'AS 22 espère enfin la consécration, dimanche, à Plumaugat. :**

Championnats départementaux à Plumaugat, dimanche. Toujours placé mais jamais gagnant, Mathieu Rocaboy mérite enfin le titre en seniors. Chez les féminines, Sandra Latimier aura les faveurs du pronostic. L'AS 22 ou la culture de la gagne. Depuis quatre ans, le club du Mené cumule les titres et empile les coupes dans la vitrine. Sur tous les terrains de cross, ses coureurs sont catalogués comme des coriaces, des durs à cuire. Pour rappel, l'an dernier aux départementaux de Ploufragan, les hommes au maillot bleu et noir avaient écrasé la concurrence en signant un authentique triplé. Yves Piederrière s'était offert le luxe d'un second sacre d'affilée, Mathieu Rocaboy avait raflé la deuxième place et Nicolas Piederrière la troisième, avec en prime le titre par équipes. Le quatrième en quatre ans. « Cette année encore, l'objectif est de faire gagner l'équipe ! » martèle Mathieu Rocaboy qui entend à son tour prendre sa part du gâteau. Toujours placé, jamais gagnant (2<sup>e</sup> des trois dernières éditions), le citoyen de Langast n'a pas envie cette fois de rater le coche. Le début de saison lui est pour le moment favorable. « Pas de pépin physique, pas de souci de santé, se réjouit le vainqueur du cross de Plouguenast 2008. Les plans d'entraînement ont été bien suivis, je n'ai pas eu de contretemps dans les séances. La forme est là, j'aimerais enfin gagner. » Mais pour espérer monter sur la plus haute marche, Mathieu Rocaboy devra se défaire de son copain d'entraînement, Yves Piederrière qui, malgré des douleurs persistantes aux mollets, défendra chèrement sa peau. Autre « gros client » à surveiller : Christopher Yris (AC Rance) de retour à la compétition après deux ans d'absence. L'élève de Loïc Rapinel vient de terminer deuxième du 1 500 mètres indoor de Mondeville sur les talons de l'ex-international Sébastien Cosson. « Il a un énorme potentiel mais il est un peu trop fougueux, estime son entraîneur. Il part vite et perd ensuite tout le bénéfice de ses efforts. En 2009, Christopher m'a promis qu'il allait se corriger et mieux gérer sa course. » Derrière le trio de favoris, on suivra avintêrê Johann Le Corguillé (AS Pommeret) en pleine progression, Stéphane Guéguen (UACA), Nicolas Piederrière (AS 22) et Yann Stohellou (Lannion A.), candidats aux places d'honneur. Chez les féminines, Béatrice Céveno, tenante du titre, manquera à l'appel. Stoppée par une blessure au talon d'Achille, la Paimpolaise a dû renoncer, la mort dans l'âme. « A part une vie de sédentaire, je ne peux rien faire d'autre. » Deuxième l'an dernier à Ploufragan, Sandra Latimier devrait logiquement lui succéder. Tout comme son homologue masculin, la sociétaire du LPA, souvent placée mais jamais gagnante, pourrait, elle aussi, toucher les dividendes de sa persévérance.



Championnats départementaux à Plumaugat. Habitué aux places d'honneur, le sociétaire de l'AS22a cette fois survolé l'épreuve. Yves Piedrière, double tenant du titre, prend la seconde place. Tel un albatros, il file vers la ligne d'arrivée les bras grands ouverts après un vol au long cours d'une demi-heure. Porté par les vents favorables, l'athlète de l'AS22 a littéralement survolé les championnats départementaux, hier, sur les terres de Plumaugat. Toujours placé, jamais gagnant, Mathieu Rocaboy a pris le relais de son grand copain et double tenant du titre, Yves Piedrière lequel reconnaissait sportivement : « Mathieu était au-dessus du lot aujourd'hui (*hier*), il n'y a pas eu photo. » D'entrée, les deux compères de l'AS22 unissaient leurs efforts pour durcir la course et surtout pour tester leur principal adversaire, Christopher Yris. Accroché à leurs basques, l'ancien champion de France espoirs des 10 km sur route constatait rapidement qu'il aurait des difficultés à suivre le rythme. « D'habitude, Christopher part très fort devant, il avait cette fois décidé de faire une course plus sage, mais on l'a surpris en prenant les choses en mains. » Derrière la cadence imprimée par le duo de l'AS22, Yris allait avant même la mi-course donner les premiers signes d'un surrégime qui n'échappait à personne. Au fil des kilomètres, le coureur de l'AC Rance cédait du terrain aux hommes de tête mais également à ses poursuivants qui n'attendaient que cela pour contre-attaquer. Stéphane Guéguen (UACA) était le premier à revenir sur Yris, tandis que l'inattendu espoir Olivier Le Gall (Paimpol Athlé.) revenait au train pour s'octroyer une prometteuse quatrième place à l'occasion de son premier cross FFA. Définitivement à l'abri d'un retour de leurs poursuivants, Mathieu et Yves allaient s'expliquer à la loyale. Et on comprit très vite que c'était le jour de Rocaboy qui, avec puissance et sérénité, s'installait comme le patron de la course. « Sur un parcours à relances qui ne m'était pas forcément favorable, je n'ai jamais souffert », se félicitait le vainqueur qui terminait dans un grand état de fraîcheur avec près d'une minute d'avance sur son camarade de club nullement déçu de céder son titre. « Il a été vraiment costaud. Il mérite à son tour son heure de gloire. » Pour son sixième cross départemental en seniors où il a toujours terminé placé (2<sup>e</sup> lors des trois dernières éditions), mais jamais sur la plus haute marche, Mathieu Rocaboy pouvait laisser éclater sa joie sous les ovations d'un public costarmoricaïn charmé par la simplicité du nouveau champion et l'état d'esprit de son équipe une nouvelle fois dominatrice. « L'important pour nous, c'était que le titre reste la propriété de l'AS22 ! » Dans deux semaines aux championnats de Bretagne (le 1<sup>er</sup> février à Brec'h) puis dans un mois aux interrégionaux (le 22 février à Merdrignac), les hommes drivés par Gilles Bionaz pourraient en surprendre d'un.



Mineur : Jonathan Renault  
(SA Langueux)



Vétérans : Bernard Hozouar (PFA)



Poussins : Lila Compion  
(AS Égards)



Seniors femmes : Géraldine Heuz  
(AC Rance)



Épaves femmes : Anne Briand  
(AS ZI)



Cadets : Mael Lambert (PFA)



Calottes : Marie Bouchard (PFA)



Jeunes garçons : Mathias Gant  
(IACA)



Seniors hommes : Mathias Bricaboy  
(AS ZI)



Jeunes filles : Nolwéa Clayson  
(PFA)



Épaves hommes : Olivier La Gaf  
(PFA)



Poussins : Samuel Desol (ACK Saint  
Ouge)



Jeunes femmes : Stéphanie Monfort  
(IACA)



Jeunes hommes : Tristan Couvrin (SA  
Langueux)



Mineurs filles : Cécile Bouchard  
(PFA)



Vétérans femmes : Nadine Le  
Vallee (IACA)

## 15 athlètes qualifiés au championnat de Bretagne - Plouguenast 27 janvier 2009



Après les honneurs des podiums, Matthieu Rocaboy et tous les athlètes de la JSP ont repris les entraînements de cross-country. Quinze athlètes qualifiés au championnat de Bretagne de cross-country. Les prochaines grandes compétitions sont le championnat de Bretagne, à Brec'h, à côté d'Auray, le dimanche 1<sup>er</sup> février, et les interrégionaux, à Merdrignac, le 22 février. Fort de son premier titre départemental senior, Mathieu affiche une bonne forme en ce moment. Son nouvel entraîneur, Gilles Bionaz de Lamballe lui prépare un cocktail de 9 à 10 entraînements hebdomadaires, soit 120 kilomètres. Le récent travail effectué porte ses fruits puisqu'habitué des 2<sup>e</sup> ou 3<sup>e</sup> marches, Matthieu a survolé le récent championnat départemental. Pour le Bretagne, « **ça va être dur, j'espère un podium** », nous dit Matthieu. Avec Nicolas et Yves Piederrière, Mickaël Hercouet, Nicolas Josse et Laurent Garnier, ils joueront aussi la course d'équipe et obtenir le ticket pour les interrégionaux qui auront lieu à Merdrignac, club associé avec l'AS 22, le 22 février

Mais avec lui, il y aura aussi Erwan Sagory « **un gars motivé, sérieux et qui a des envies** », nous dit Matthieu. Erwan est cadet 2<sup>e</sup> année, il a 16 ans et a été 2<sup>e</sup> au départemental. Avec 4 entraînements par semaine, Erwan espère être dans le TOP 10 et gagner sa place pour Merdrignac. « **Il en a les moyens** », nous dit Guy Rault, le président de la JSP.

Quentin Radenac était blessé pour le championnat départemental, il ira au régional se mesurer aux autres juniors et voir si le travail avec Gilles le fait progresser.

## Cross : Mathieu Rocaboy champion



Mathieu Rocaboy (AS 22) a décroché son premier titre de champion de Bretagne de cross-country, dimanche, à Brec'h (Morbihan). Le Costarmoricain a devancé Charles Delys (EA Pays de Brocéliande), Vincent Siou (Haute-Bretagne Athlétisme) et Benoît Nicolas (Stade brestois). Chez les féminines, Sandra Levenez (AL Carhaix-Plouguer) a remporté son cinquième titre en dominant Elsa Delaunay (Haute-Bretagne Athlétisme) et Karine Pasquier (Quimper Athlétisme).

## Cross-country : Quatre prétendants à la succession de Jaoue 31 janvier 2009



En l'absence du champion sortant, Vincent Siou (n° 13), Mathieu Rocaboy (326), Charles Delys et Benoît Nicolas (au second plan à droite) partiront favoris, dimanche, à Brec'h, près d'Auray. : Vincent Roussel Championnats de Bretagne, dimanche, à Brec'h (56). Nicolas, Rocaboy, Delys et Siou figurent parmi les candidats les plus sérieux pour succéder à Fabrice Jaouen. Fraîchement débarqué d'un stage de dix jours avec l'équipe de France de marathon au Portugal, Fabrice Jaouen fait l'impasse sur le rendez-vous régional. Le triple champion de Bretagne laisse son trône vacant. Qui peut lui succéder ? Benoît Nicolas, Mathieu Rocaboy, Charles Delys ou Vincent Siou ? Les paris sont ouverts. Au petit jeu des pronostics, le nom de Benoît Nicolas est le plus souvent cité. Passé au travers l'an dernier à Carhaix (8<sup>e</sup>), l'octuple champion du Finistère a soif de revanche. « **J'ai repris les bonnes habitudes en effectuant un gros travail foncier à l'automne. La régularité de mes chronos à l'entraînement me donne confiance.** » Le guerrier du Stade brestois

estime avoir retrouvé « **un niveau proche, voire identique** » à celui de 2004, année de son second titre régional et de sa médaille d'argent aux championnats de France de cross court.

Rocaboy en pleine bourre

Rien ne semble pouvoir ternir le bon début de saison du Costarmoricain, branché sur pilote automatique. Pas même une grippe ou un pépin physique comme ce fut le cas les années passées. « **La santé est bonne** », rassure le champion des Côtes-d'Armor, impressionnant de facilité aux départementaux de Plumaugat. Troisième en 2008, Mathieu Rocaboy espère gagner une place, et pourquoi pas le titre ? « **Sur la course d'un jour, tout est possible** », glisse le leader du Team Gilles Bionaz qui n'oublie pas son compère de l'AS 22, Yves Piederrière, en net regain de forme et candidat au podium.

Delys revanchard

Frustré de sa sixième place l'an dernier, le champion de Bretagne de cross court est impatient d'en découdre. « **Ça fait un an que ça rumine dans ma tête, vivement dimanche !** » Fin prêt et gonflé à bloc pour « **l'objectif de l'année** », le kiné de Rennes s'attend à une course très tactique. « **Si personne ne prend l'initiative d'attaquer, ça va mitrailler de partout dans les derniers kilomètres. Et qui sait ? On peut finir à quatre au sprint !** »

Siou, le rusé

Souvent placé, jamais gagnant (deuxième en 2006 et 2008), le fidèle du HBA Rennes devrait se montrer à son avantage dans le borborygme de Brec'h. « **C'est un parcours pour lui**, affirme Charles Delys. **La boue, il aime ça. Avec sa puissance, il va bien passer.** » Rusé comme un renard, Vincent Siou peut en surprendre plus d'un. En forme ascendante, il pourra compter sur l'aide de son camarade de club, Mickaël Thomas, pour toucher enfin au Graal breton.

Loïc TACHON.

**Vendredi 30 janvier 2009**



« **Ils ne partiront pas favoris dimanche mais plusieurs sont à même de brouiller les cartes** ». Tel est l'avis autorisé de Gilles Bionaz. Bon nombre d'athlètes costarmoricains ont choisi de préparer la saison de cross à ses côtés. Depuis qu'il a accepté de s'occuper d'un groupe d'athlètes de différents clubs costarmoricains (LPA, AS 22, AS Pommeret, UACA et des invités), Gilles Bionaz fait donc figure de référent en matière de demi-fond. Il connaît donc bien l'état de forme des meilleurs crossmen départementaux.

**Chez les hommes.** « Mathieu Rocaboy sera avantagé par le terrain lourd. Sa démonstration à Plumaugat laisse présager une place sur le podium, mais pour lui, comme pour Yves Piederrière (AS 22), l'objectif reste le championnat de France. »

**Chez les espoirs.** « Olivier Le Gall (Paimpol athlé) est la révélation des départementaux. A Brec'h, il continuera son apprentissage du haut niveau, avec une bonne marge de progression. »

**Chez les vétérans.** « La place de Bernard Honneur (LPA), vainqueur à Plumaugat, sera cette fois conditionnée par son départ. Quant à Pierre Toudret (UA Languieux), grippé aux départementaux, il sera motivé. »

**En juniors.** « La tripléte Matthieu Garel (UACA), Antoine Gallais (AC Penvenan), Jordan Pincemin (UA Languieux), lequel sera revanchard après les départementaux, peut viser le podium. L'état du terrain sera prépondérant. »

**En cadets.** « Dans une course ouverte sur un terrain de cross à l'ancienne, la question est de savoir comment Maël Lambert (Paimpol athlétisme) aura récupéré du championnat de France UNSS disputé dimanche dernier. »

**En minimes.** « Aussi bien chez les garçons que chez les filles, établir un pronostic relève de la « divination » surtout une semaine après des nationaux scolaires éprouvants. »

Clayssens chez les dames

**En seniors dames.** « Géraldine Heuzé (UA Rance), la championne départementale, spécialiste du duathlon va-t-elle continuer en cross ? Si oui, elle peut finir dans les six premières. »



## **Mathieu champion de Bretagne 2009**

**Cross-country : Mathieu Rocaboy au nom de tous les siens 3 février 2009**

**Il m'a donné la force d'aller chercher la victoire**



**Mathieu, vous avez perdu votre ancien entraîneur, Henri Rault, durant la semaine. Dans quelle mesure cela a-t-il influencé votre approche de la course ?**

J'ai eu envie de me battre, de m'imposer pour lui. D'ailleurs, si je suis parti si fort, c'est sûrement en partie à cause de ça. Dans le pire des cas, j'aurais fait au moins un tour devant, en sa mémoire. Là, ça n'a pas seulement été un tour mais toute la course. C'est d'autant plus beau, cela rend ce jour particulier. Je lui dois beaucoup, il m'a énormément appris. Avant la course, je voulais absolument un podium. J'aurais été embêté de finir quatrième, cinquième ou plus loin. Henri m'a donné la force d'aller chercher la victoire.

**Justement, racontez-nous votre course...**

J'ai fait une course de cinglé. Je suis parti fort alors que d'habitude, j'attaque doucement, avant de connaître un creux au milieu et de finir mieux. Comme la boue m'aide bien en général, j'étais confiant pendant la course car je voyais que je faisais des écarts dès que j'accélérais. J'avais seulement peur de la ligne droite d'arrivée, qui était assez longue. J'étais mieux que mes adversaires, notamment dans la montée. Et puis, quand j'étais avec Charles Delys à la bagarre, on m'a dit : « *Pense à Henri* ». Cela m'a donné un coup de fouet. D'un point de vue physique, nous étions tous au même niveau. Mais sur le plan mental, j'étais plus fort.

**Qu'avez-vous ressenti en franchissant la ligne d'arrivée ?**

C'est difficile à dire car j'ai eu un flot d'émotions. De la joie, de la fierté, une énorme pensée pour Henri, tout ça était mélangé. Et à l'arrivée, il y a une belle fin avec cette victoire.

**Quels sont vos prochains objectifs ? Vous pouvez légitimement viser un bon résultat lors des interrégionaux à Merdrignac le 22 février...**

J'ai terminé septième des interrégionaux en 2008. Alors l'idée est de rentrer dans les dix premiers. Une place dans les cinq serait vraiment sympa. On dit que cette compétition est un passage obligé pour les championnats de France. Et ça, c'est vraiment mon objectif numéro un. Je veux briller lors du championnat



Mathieu Rocaboy, ici à droite, chaudement félicité par son compère de l'AS 22, Yves Piederrière, est devenu pour la première fois champion de Bretagne de cross, dimanche, à Brec'h (56). : Jean-Claude Le Boulicaut

Championnats de Bretagne. A Brec'h, Mathieu Rocaboy a touché le graal. Une victoire de l'émotion en mémoire de son premier entraîneur. Ses amis de l'AS 22 témoignent d'une journée inoubliable.

**Guy Hervé**, son oncle et ancien entraîneur : « Il y a dix ans, je n'aurai jamais imaginé qu'il puisse un jour remporter le titre senior. Chez les juniors, Mathieu avait terminé 6<sup>e</sup> en 1999 à Yffiniac puis 2<sup>e</sup> l'année suivante à Porspoder. Il s'était imposé en espoirs en 2002 à Montauban-de-Bretagne. Il avait du potentiel, mais n'était pas hyper doué. Pour atteindre son niveau actuel, il a bossé dur et s'est toujours battu avec les tripes. A l'AS 22, chacun y a mis du sien. Henri (Rault) a fait des fondations solides, moi j'ai essayé de monter les murs, Lucien (Rault) l'architecte a regardé si la maison se montait bien et Gilles (Bionaz) a fait les finitions. Aujourd'hui, nous sommes tous fiers de lui. »

**Yves Piederrière**, son copain d'entraînement, 5<sup>e</sup> de la course : « La semaine dernière, j'ai senti qu'il était en super forme. Il était déjà très costaud. L'impression s'est vérifiée dès les premiers kilomètres de course : il relançait fort dans les lacets et à chaque fois, il plaçait une accélération qui faisait très mal. Il a fait une course énorme en menant de bout en bout. C'était lui le patron ! »

**Guy Rault**, président de l'AS 22 Plouguenast : « Mathieu entretenait des liens étroits avec Henri Rault (NDLR : le frère de Lucien Rault décédé mercredi dernier). Il a été très affecté par la disparition de son ancien entraîneur. On pouvait se demander comment il allait réagir en compétition. Il a montré qu'il avait un sacré mental. Dès le départ, il a su imposer le rythme et il a tenu bon jusqu'au bout. Sa victoire, c'est du bonheur pour tout le monde ! Dans trois semaines (le 22 février), les gens du Mené devraient se déplacer en masse pour les championnats interrégionaux à Merdrignac. »

**Alain Rocaboy** (sans parenté), son ancien partenaire d'entraînement : « Mathieu a changé de métier. Il est désormais employé au service espaces verts de la mairie de Plouguenast. Son emploi du temps lui permet de s'entraîner davantage et ça paie. Dimanche, Mathieu a fait un sacré numéro. Il avait une énergie folle pour honorer la mémoire d'Henri, mais il a surtout montré qu'il avait franchi un palier. »

Championnats de Bretagne à Brec'h (56)

## Rocaboy de « boue en boue »



Mathieu Rocaboy, qui réalise ici son ultime dans le Stade de Brec'h devant Vincent Sio (au centre) et Charles Delys, s'abaisse sur son premier titre de champion de Bretagne seniors. Sur dans le Stade de l'Espérance de Lorient. Record à 24'22", son meilleur de son dernier printemps. Charles Delys, à 409 mètres de la ligne d'arrivée. (Photo: Yannick Talbot)

## L'hommage à Henri Rault

Quelle course et quelle émotion hier à Brec'h ! Mathieu Rocaboy, vainqueur dans la boue, a dédié sa victoire à Henri Rault, son premier entraîneur, décédé la semaine dernière.



Après avoir battu Vincent Sio (au centre) puis Charles Delys, (à droite), le Costarmoricain Mathieu Rocaboy a dédié son titre de champion de Bretagne à son premier entraîneur.

Il fallait aborder la boue pour s'en sortir à Brec'h. Plus d'un est resté englué dans la gadoue. A commencer par Benoît Nicolas, que la nature disait très fort.

« Je mettais des mines » et je revenais sur les parties roulatées mais je ne passais pas dans la

boue », avouait le Stadoïste brestois, seulement à...

Le plus fort hier, c'était Mathieu Rocaboy (28 ans). Sans dominer outrageusement la course, il en a été le grand patron. D'entrée, il plaçait une mise. Seuls Charles Delys et Vincent Sio y répondaient. Le trou était fait et la suite de l'épreu-

ve allait se résumer aux quelques centaines portées par le nouveau champion de Bretagne. « De temps en temps, je mettais des mines pour voir comment ça réagissait. Je savais avec qui je courais et je savais que partir tout de suite, ça ne l'aurait pas fait. »

Au jeu de chat et de la souris, Vin-

cent Sio était le premier à céder à 1,5 km de l'arrivée. « J'ai "coulé" là où il ne fallait pas. C'est mon niveau », reconnaissait le Landivisien du HBA. Charles Delys traquait dans la dernière partie bossue à 400 m du but. Déçu mais fair-play, le champion de Bretagne de cross court saluait la supériorité de son adversaire. « Il n'y a rien à dire. Mathieu mérite sa victoire. »

### L'accroche d'Yves Pledornière

Et c'est vrai qu'il le mérite ce titre qui compte bien dans la carrière d'un crossman breton. En début de semaine dernière, Mathieu apprenait le décès de Henri Rault, le frère de Lucien, et l'entraîneur de ses débuts. « Aujourd'hui, j'ai couru pour lui et cette victoire, je lui la dois », lâchait-il en sanglots.

Mathieu a encore versé une larme lorsqu'avec son capitaine de club Yves Pledornière, 57 ans, l'a pris dans ses bras pour le féliciter. Encore un grand moment d'émotion pour le Costarmoricain de Laogast qui associe à son succès tout l'AS 22, son entraîneur actuel Gilles Bizon, son ancien entraîneur et oncle Guy Herwé, et tout son groupe d'entraînement. « Faire les séances à plusieurs, c'est plus facile que seul. L'autre « secret » de Mathieu réside dans sa nouvelle situation professionnelle. Ancien maçon, il travaille depuis deux ans aux espaces verts à Plouzanet. « C'est plus facile pour s'entraîner. » Et ça porte ses fruits.

Y. M. T.



Mathieu, vous avez perdu votre ancien entraîneur, Henri Rault, durant la semaine. Dans quelle mesure cela a-t-il influencé votre approche de la course ?

J'ai eu envie de me battre, de m'imposer pour lui. D'ailleurs, si je suis parti si fort, c'est sûrement en partie à cause de ça. Dans le pire des cas, j'aurais fait au moins un tour devant, en sa mémoire. Là, ça n'a pas seulement été un tour mais toute la course. C'est d'autant plus beau, cela rend ce jour particulier. Je lui dois beaucoup, il m'a énormément appris. Avant la course, je voulais absolument un podium. J'aurais été embêté de finir quatrième, cinquième ou plus loin. Henri m'a donné la force d'aller chercher la victoire.

Justement, racontez-nous votre course...

J'ai fait une course de cinglé. Je suis parti fort alors que d'habitude, j'attaque doucement, avant de connaître un creux au milieu et de finir mieux. Comme la boue m'aide bien en général, j'étais confiant pendant la course car je voyais que je faisais des écarts dès que j'accélérais. J'avais seulement peur de la ligne droite d'arrivée, qui était assez longue. J'étais mieux que mes adversaires, notamment dans la montée. Et puis, quand j'étais avec Charles Delys à la bagarre, on m'a dit : « *Pense à Henri* ». Cela m'a donné un coup de fouet. D'un point de vue physique, nous étions tous au même niveau. Mais sur le plan mental, j'étais plus fort.

Qu'avez-vous ressenti en franchissant la ligne d'arrivée ?

C'est difficile à dire car j'ai eu un flot d'émotions. De la joie, de la fierté, une énorme pensée pour Henri, tout ça était mélangé. Et à l'arrivée, il y a une belle fin avec cette victoire.

Quels sont vos prochains objectifs ? Vous pouvez légitimement viser un bon résultat lors des interrégionaux à Merdrignac le 22 février...

J'ai terminé septième des interrégionaux en 2008. Alors l'idée est de rentrer dans les dix premiers. Une place dans les cinq serait vraiment sympa. On dit que cette compétition est un passage obligé pour les championnats de France. Et ça, c'est vraiment mon objectif numéro un. Je veux briller lors des championna

Cross-country

# Rocaboy, un premier sacre et une pensée émue pour Henri

Championnats de Bretagne à Brec'h. Elite hommes. Rien ne pouvait arrêter Mathieu Rocaboy, hier, dans le bourbier du Pipark. Le Costarmorcaïn remporte son premier titre senior. Une victoire qu'il dédie à son ancien entraîneur de l'AS 22.

Genève à l'été, sous la pluie et le vent, il pénétra les deux doigts dans le ciel en pensant être fort. Il son ancien entraîneur, décidé dans la semaine. Les yeux remplis d'émotion, au bord des larmes, Mathieu Rocaboy veut gagner, à tout prix, son premier titre de champion de Bretagne senior avec un ancien club. « C'est un jour un peu particulier. Je me souviens bien de la course pour Henri (Rault), surtout à la fois terrible et à l'aise de leur vie personnelle impressionnante. Cette victoire, c'est pour lui ! »

Puis comme une flèche qui a coupé l'air, Mathieu Rocaboy s'est décidé à mettre à pression sur ses pédales. Adversaires, Nicolas, Denis et Sébastien, les autres de l'équipe de Costarmorcaïn. Le rythme de la course, dit-on, a été soutenu par tout le monde. Mais grand dans dans le brouillard de Brec'h. Thierry, Nicolas, Michel (fils), Vincent, graviers... Mais cette époque, dans le brouillard, le brouillard pendant que le vent a volé la tête d'un brouillard.

« Pense à Henri, gagne pour lui ! »



Mathieu Rocaboy a gagné tout le monde et devançant le peloton de ses premiers mètres de course.

« Avant, Mathieu Rocaboy ne connaissait que ça, ça a été un succès. Je me souviens bien. Alors, de temps en temps, je mets des idées, histoire de rester mes adversaires. » Charles Denis en regardant les autres, mais son regard est

regardé de cross pour 2000 mètres dans un grand jour. « J'ai bien senti de la surprise dans la partie courante mais il n'y avait rien à faire. »

Rocaboy était surpris et après être descendu de bleu à l'annonce du premier sacre. Rocaboy fut dit. Mathieu portait le cross de vitesse dans l'ancien village, à 400 mètres du lac. « Il m'a été

dit, comment ça va. Il n'y a rien à dire. Mathieu est le plus fort. Il a mené de bout en bout et a pris toutes les initiatives. Il mérite amplement son titre. » Dans son regard de la course,

Mathieu Rocaboy reconnaît que les encouragements des supporters et de tous ses amis de l'AS 22 lui avaient donné la force de se battre. « C'est pour ça que j'ai gagné. » Sur le bord du circuit, l'entraîneur : « Pense à Henri, gagne pour lui ! » Ce n'est pas un coup de force, ça m'a rendu encore plus fort. »

Une très bonne décision qui lui a permis de finir sa performance. Il est un autre qui a remporté le titre senior à Montbazon-Bretagne en 2000. Cette année, l'AS 22 se souvient d'avoir franchi un cap. Je m'entraîne avec des amis dans le groupe de Gilles Bonnet. On est une équipe à cœur vaillant et le travail d'équipe commence à porter ses fruits. Le phénomène de groupe, ça aide, ça booste. »

Tout son après avoir accompagné son ancien compagnon de route. Yves Pédronne (2011), le champion de Bretagne senior, est un homme qui a gagné. Il était fort et il dans son regard, partage avec la force d'un homme qui a gagné. Il est un homme qui a gagné et la tête d'un homme qui a gagné dans le jardin de l'AS 22 à Merdrignac.

PHOTOS : Jean-Claude Le BOULCHAUX.

TEXTES : Stéphane BACHO, Romain GRUFFAZ et Loïc TACHON.

**Atout sport.** Zoom sur... L'Athlétisme sud 22 qui peaufine le rendez-vous du 22 février à Merdrignac, avec l'élite bretonne et normande.

Ils étaient quatre, chacun de son côté, à proposer la pratique de l'athlétisme dans le sud du département. Un beau jour au milieu des années 80, ils ont décidé de se regrouper afin de ne faire qu'un seul club, l'Athlétisme sud 22 (AS 22). Par étapes. Loudéac et Rostrenen qui connaissaient des difficultés donnaient le signal.

Didier Vareaque alors entraîneur à Loudéac et Bernard Graignic à Rostrenen et quelques mordus tombaient d'accord pour mettre leurs compétences et leurs clubs en commun. Puis c'était au tour de Plouguenast, haut lieu du cross-country, et enfin de Merdrignac, d'entrer dans l'union, chacun gardant sa propre identité et sa spécificité, cross ici, lancers, sauts ou courses là.

### Un moyen d'être plus fort

C'était en 1980 et les pionniers qui avaient été à l'origine de ce regroupement n'oublient pas que c'était une première dans le département. Depuis, les ententes se sont multipliées tant en athlétisme qu'en football, basket ou cyclisme. « **Un bon moyen d'être plus fort** » commente Guy Rault, président de la JS Plouguenast depuis vingt-deux ans.

Sur le terrain les athlètes font bloc pour défendre le maillot bleu. En dehors, les dirigeants font de même lorsqu'il s'agit de retrousser les manches pour assurer le succès d'une organisation. Comme c'est le cas depuis longtemps pour faire de ce rendez-vous du 22 février au Val-de-Landrouët à Merdrignac un succès total. L'AS 22 Merdrignac a été choisie pour y faire disputer les championnats interrégionaux de cross.

Le temps le plus fort d'une saison de courses à pied sera pour Jean-Pierre Garnier le président local et ses amis. Les meilleurs athlètes de Bretagne et son tout nouveau champion Mathieu Rocaboy et ceux de Normandie seront présents afin de décrocher des places à l'occasion de l'ultime étape conduisant au championnat de France. Rien n'a été laissé au hasard. L'équipe en place multiplie les réunions et démarches depuis de nombreuses semaines. « **Nous avons déjà organisé le cross de la ligue en 2001 et les championnats de Bretagne en 2007. Cela nous permet d'appréhender ce nouveau rendez-vous en étant bien rôdés** » note Jean-Pierre Garnier le président merdrignacien.

**Le circuit du Val-de-Landrouët s'apprête à accueillir 2 000 coureurs - Merdrignac**

**mardi 17 février 2009**



Samedi, les bénévoles du club d'athlétisme ont planté 2 000 piquets et ont posé 2,5 km de grillage, 3 km de rubalise et 500 mètres de barrières pour préparer le circuit qui accueillera la demi-finale du championnat de France de cross-country, dimanche 22 février. « **Le site du Val-de-Landrouët est bien connu des adeptes de la course à travers champs. Chaque année depuis 1991, s'y déroule le cross de la section locale. Plusieurs championnats scolaires y ont été organisés de même que les championnats des Côtes-d'Armor en 1997, marqués par deux grandes références de l'athlétisme breton, Marie-Pierre Duros et Vincent Le Dauphin** », explique Jean-Pierre Garnier le président du club.

La capacité du site à accueillir une grande épreuve de masse fut testée en 2001, à l'occasion de la 4<sup>e</sup> édition du cross des championnats de Bretagne. Forts de cette expérience, les dirigeants locaux avaient tenu à peaufiner le parcours afin d'offrir aux athlètes et aux dirigeants les meilleures conditions possibles de compétition lors de l'édition 2007. Les différentes boucles avaient été redessinées sur des sols variés (sous-bois, passages sablés et prairies) et jalonnés de petits escarpements (talus, butte, côtes).

« **Ce circuit avait été jugé technique par les meilleurs spécialistes, la distribution des boucles en lacets permettant aux athlètes de bien se situer dans la course** », ajoute Jean-Pierre Garnier. C'est ce même circuit qui a été retenu pour la demi-finale des championnats de France. Le parcours est constitué de trois boucles de 1 500 à 2 400 mètres. « **Cet événement est important pour le club et la commune car il réunit une centaine de partenaires, un budget supérieur à 30 000 €, 250 bénévoles et plus de 2 000 athlètes. A une semaine de l'événement le circuit est prêt, les coureurs Sandra Le Névez, Charles Delisle et Mathieu Rocaboy sont déjà en train de prendre leurs marques sur le circuit** », souligne Jean-Pierre.

Mathieu Rocaboy avait fait de ce rendez-vous de Merdrignac un de ses objectifs. Mais affaibli toute la semaine par une grippe intestinale, le leader de l'AS 22 était bien pâle lors de la reconnaissance du circuit.



Mais Mathieu n'a pas hésité entre sa couette et ses crampons. Dès le début de course pourtant, il montrait des signes de fatigue, mais semblait gérer sa course, courant à son rythme, autour de la 20e place. Loin du championnat de Bretagne, Mathieu a poursuivi son effort tout au bout des 11.730 mètres du circuit élite. Il avait remonté quelques concurrents, et s'est battu au sprint pour la 13e place, mais cédait sur la ligne, chutant même de fatigue à l'arrivée.

"Jamais je n'aurais pensé faire 14 en melevant ce matin", expliquait-il. "Courir devant son public, ça aide forcément". Chapeau Monsieur Rocaboy, et bon courage pour les France, à Aix les Bains.

