

# RamboSport

Le journal des sportifs de Rambouillet • Mars 2022

## SOMMAIRE



P.2

NAUTIC CLUB DE  
RAMBOUILLET



P.3

34ÈME SEMI-MARATHON  
DE RAMBOUILLET



P.4

PORTRAIT DE SYLVAIN  
MOUQUET



## ÉDITO

### Une année sportive 2022 qui démarre sous les meilleurs auspices !

En ce début mars, tous les signaux sont presque au vert. Les mesures sanitaires dictées par le gouvernement s'assouplissent. C'est peut-être (enfin) le retour d'une pratique sportive libre.

Durant toute la crise sanitaire, vous avez tenu, malgré toutes les difficultés qui s'imposaient à vous. Je tiens à saluer votre patience, votre détermination et votre passion pour vos disciplines. Elles vous ont guidés dans les moments les plus compliqués.

En novembre 2021, nous avons vécu un moment historique en baptisant le gymnase du Racinay C : « Gymnase Jean-Claude FOULON ». Cette inauguration nous a permis de retrouver un moment de convivialité, tout en rendant hommage à l'une des personnalités sportives les plus importantes de l'histoire de notre ville.

Le dimanche 13 mars 2022, c'est une épreuve mythique de notre année sportive qui fera son retour : le semi-marathon de Rambouillet, organisé par l'association Rambouillet Olympique et ses bénévoles, les forces de sécurité et les services de la ville. Ce sera un moment fort de la vie sportive de Rambouillet, qu'il faudra faire perdurer. Venez nombreux courir et participer comme bénévole ou comme spectateur !

Du printemps à l'été 2022, nous verrons deux terrains de football extérieurs transformés : le terrain stabilisé du Racinay en terrain de pelouse synthétique et le terrain en gazon de La Clairière, complètement refait grâce au budget participatif. Nous poursuivrons la réalisation de nos engagements en la matière.

Pour cette nouvelle édition, je tiens à remercier les associations qui ont bien voulu nous proposer des articles : Nautic Club de Rambouillet, Rambouillet Sports Athlétisme, Rambouillet Olympique.

Je vous souhaite une belle année sportive 2022 à toutes et à tous !

Augustin REY,  
Conseiller municipal délégué aux associations sportives  
et aux affaires militaires et patriotiques



# Nautic Club de Rambouillet

Retour sur un été bien rempli !

Durant la période estivale, toute l'équipe du NCR est restée mobilisée et nos nageurs se sont illustrés du nord au sud de la France.

## L'été de nos compétiteurs :

Du côté du NCR, le mois de juillet a été riche pour nos compétiteurs et en tout premier lieu pour Auréliane. Qualifiée pour les Championnats de France Juniors elle y a particulièrement brillé : 7ème de la Finale B du 100 Dos et, performance exceptionnelle, 7ème également mais de la Finale A sur 200 Dos.



A l'autre bout de la chaîne, les futurs compétiteurs ont pu goûter au frisson de la compétition lors du Meeting de Chevreuse où ils ont eu un avant-goût de ce qui les attend l'année prochaine.

Entre ces deux extrémités, nos Jeunes et Avenir ont brillé lors du Meeting de Versailles à la mi-juillet et Louise a, quant à elle, performé lors de la Traversée du Valinco en Corse (1500 m en mer) où elle finit 3ème en toutes catégories et 2ème Junior.



## Le NCR récompensé

L'été n'a pas été positif que pour les compétiteurs. Le NCR est en effet fier de s'être vu décerné par la Fédération Française de Natation deux labels importants : le Label Développement mention École de Natation Française et le Label Développement mention Compétition niveau régional en Natation Course. Bravo en particulier à nos entraîneurs Sylvain et Julien.



## Retour à l'eau

Pas besoin de vous dire qu'après ces deux saisons compliquées, nous sommes particulièrement impatients de retrouver nos nageurs dans les bassins. Nous avons retrouvé nos adhérents à Auneau et aux Essarts le Roi dès le mois de septembre et depuis janvier, au centre aquatique des fontaines

## Pour les plus jeunes : les aides à l'inscription !

Nous voulons que tous les jeunes puissent s'inscrire au club et pratiquer la natation. C'est pourquoi, le NCR a souhaité adhérer aux dispositifs d'aides mis en place par le département et l'Etat. Ainsi depuis l'an passé, tous les adhérents de 11 à 18 ans domiciliés ou scolarisés dans les Yvelines peuvent prétendre au Pass +. Autre bon plan, autre Pass, le Pass Sport qui est soumis à conditions de revenus.



Merci à la Mairie de Rambouillet pour son soutien au NCR !

Nous souhaitons à toutes les Présidentes et Présidents de club une belle saison sportive qui sera marquée pour le NCR par le retour dans notre Piscine des Fontaines.

Toute l'équipe du NCR

# 34ème SEMI-MARATHON DE RAMBOUILLET

Le dimanche 13 mars prochain, Rambouillet Olympique organisera la 34ème édition du semi-marathon de Rambouillet. Après l'annulation de l'édition 2021, en raison de la pandémie, ce rendez-vous très attendu par les amateurs de course à pied permettra à Rambouillet de retrouver son semi-marathon.

À quelques jours du printemps, cet événement sportif porteur d'espoirs après des mois difficiles sera l'occasion de nous retrouver nombreux pour venir partager un moment de convivialité, autour de la course à pied.

Le semi-marathon de Rambouillet, c'est d'abord courir en forêt (les 2/3 du parcours) sur un tracé mesuré officiellement qui servira de cadre au championnat départemental et sera qualificatif pour les Championnats de France.

Pour vous accueillir dans les meilleures conditions possibles (malgré les contraintes sanitaires) de nombreuses associations rambolitaines ont répondu à notre appel afin de réunir les 300 bénévoles nécessaires à l'organisation de notre épreuve. Un grand merci à toutes ces associations !

Si vous souhaitez partager une matinée sportive dans la joie et la bonne humeur, rendez-vous le dimanche 13 mars au stade du Vieux-Moulin (départ à 9h30).

Inscriptions et renseignements : <https://www.rambouillet-olympique.com>

Rambouillet Olympique



## Portrait de Sylvain Mouquet

Athlète de la section d'Athlétisme de Rambouillet Sports et entraîneur des jeunes au sein du club, champion de France de semi-marathon dans la catégorie master 3 (50 ans et +) le 19 septembre 2021 aux Sables-d'Olonne.



Sylvain Mouquet, Athlète de Rambouillet Sports Athlétisme, entraîneur des jeunes et professeur d'EPS au lycée Bascan, champion de France de semi-marathon chez les master 3.

### Retour sur une nouvelle très belle victoire

Avec dix-sept podiums nationaux à son actif, de la catégorie sénior à master, Sylvain Mouquet s'est imposé dimanche 19 septembre 2021 en bouclant les 21,1 kilomètres de la compétition nationale en 1 heure 14 minutes 21 secondes sur un parcours vendéen vallonné et venteux.

En tête avec 40 secondes d'avance à mi-course, il a vu son principal concurrent revenir sur lui, mais a pu garder sept secondes d'avance sur la ligne d'arrivée !

« Un titre national se joue très souvent sur un détail. Le fait d'être parti vite en prenant des risques (34 minutes au dixième kilomètre) fut la bonne tactique. » (Révélation de Sylvain Mouquet).

### Le secret du succès

« Un entraînement sérieux et régulier, une bonne hygiène de vie, un entourage serein, la passion de l'athlétisme, fidélité à son club de Rambouillet, sont les garants de la réussite !

Sans oublier les collègues professeurs d'EPS qui partagent des entraînements et l'amour du sport !» (Révélation de Sylvain Mouquet).

### Son conseil aux jeunes

« Si vous avez une passion, alors vivez là au maximum ! Quel que soit le domaine, elle vous procurera des émotions et de la réussite pour prendre confiance en vous ! On a tous une petite étoile qui ne demande qu'à briller à l'intérieur de soi !»

### Le palmarès de Sylvain Mouquet

Principaux titres nationaux et internationaux.  
En sénior (20/40 ans)

- Vice-champion de France de marathon.
- Deux fois champion de France par équipe sur marathon.
- Vice-champion de France par équipes sur semi-marathon.

En master (+ de 40 ans)

- Vice-champion du monde de marathon.
- Vice-champion d'Europe sur semi-marathon
- Champion du monde par équipe du marathon avec l'équipe de France.
- Champion d'Europe par équipe sur semi-marathon avec l'équipe de France.
- Champion de France de marathon.
- Champion de France de semi-marathon.
- Champion de France par équipe sur 10 km, semi-marathon, marathon et ekiden (course originale venue du Japon que l'on pourrait traduire par marathon relais).

**Toutes nos félicitations Sylvain !**

**LE SERVICE DES SPORTS  
VOUS ACCUEILLE**

Locaux du service des sports : Centre municipal de la Vénerie - 49 rue de Groussay  
de lundi au vendredi de 8h45 à 12h15 et de 13h30 à 17h30 et sur rendez-vous  
Téléphone : 01 75 03 42 70 - Courriel : poleconvivialite.sports@rambouillet.fr