



JANVIER 2026

Chères athlètes, chers athlètes,

Bonne année à vous, héroïnes et héros des foulées du dimanche, des fractionnés qui piquent et des chaussures qui n'ont jamais vraiment le temps de sécher.

Que 2026 vous apporte des chronos qui dégringolent, des mollets qui ne ralentissent pas trop et des ravitos où il reste encore du chocolat quand vous arrivez.

Que cette nouvelle année soit pleine de courses réussies, d'entraînements partagés et de cette joie étrange qu'on ressent à se lever tôt pour aller souffrir... pardon, progresser. Très belle année sportive à toutes et à tous.

Bonne lecture !

Le bureau 😊

DECEMBRE EN IMAGES



Assemblée générale



Championnat 77 en salle



Course de Noël de Samoisi

LE MOT DE... Tom Toussaint, un retour aux affaires avec son club de coeur...



" Moi, c'est Tom, 26 ans, Savonnais depuis 2019. Ma discipline principale est le trail, mais j'aime à penser que je suis un coureur polyvalent, aussi présent sur route et piste.

Si on aime courir, pourquoi se priver ?

Je cours depuis aussi loin que je m'en souviens, inspiré par mes parents et leur carrière respective.

Aujourd'hui, ce qui m'attire, ce sont à la fois les expériences uniques dans des paysages incroyables, d'où ma passion pour la montagne, et la sensation de vitesse, l'attrait à la performance et l'envie de toujours faire baisser les chronos.

J'ai eu la chance de courir sous différentes couleurs, différents clubs.

Et c'est en 2019, en rentrant dans le 77 après 2 ans d'études à Clermont Ferrand que je retrouve une bonne amie, Magalie, qui me parle de ce petit projet de club qui est en train de se monter. Je rencontre le coach, partage quelques séances avec le groupe et trouve facilement ma place au sein de l'équipe déjà montée.

Le club est récent, rempli de coureurs passionnés et une belle ambiance règne durant les entraînements. J'y trouve ma place, les entraînements du coach, son investissement et ses projets me conviennent et me rendent ambitieux, je retrouve du plaisir à courir et encore plus en groupe. J'ai la chance de vivre des expériences sportives uniques, comme notre victoire sur le Zembrocal trail, relais de la Diagonale des Fous en 2023, avec Antoine, Léo et Flo.

En août 2023, une grosse opportunité de travail et d'étude m'emmène à Toulouse, où je vis depuis un peu plus de 2 ans et demi. Mais malgré la distance et la charge de travail qui m'ont d'abord beaucoup impacté sur le plan sportif, j'ai souhaité rester licencié au club Seine et Marne et coaché par Flo. J'apprécie beaucoup le 2AC et j'ai à cœur de porter haut les couleurs du club.

Cette année, j'ai eu plusieurs déclics qui ont conduit à un projet personnel sur du long terme (7 ans). J'en ai parlé au coach et on est reparti de plus belle malgré la distance. Ainsi, en ce début de saison, nous avons accentué sur la vitesse avec l'ambition de rapidement abaisser les chronos. Les premiers objectifs sont tombés et se sont montrés concluants avec des records de club sur 5km, semi et très récemment 10km. Le premier palier dans ce projet ? Descendre le record du club du 10km sous les 30' avant 2027. D'ailleurs, Guillaume, si tu lis ces lignes, je te mets au défi de le faire avant moi ;)

Mais mes ambitions ne s'arrêtent pas là. À moyen terme, j'ai à cœur de retourner sur trail pour performer à haut niveau, et au niveau personnel, j'ai découvert une passion pour l'alpinisme. J'aimerais, en 2026, gravir mon premier sommet à 6000m et poursuivre sur cette lancée dans les prochaines années.

J'aimerais aussi un jour retourner dans ma première discipline sportive, la course d'orientation, qui m'a appris à aimer courir en nature et qui m'a fait voyager plus jeune.

Voilà, vous en savez un petit peu plus sur moi et sur ce qui me lie au club. J'ai hâte de vous croiser ou de vous retrouver sur les prochaines compétitions et de poursuivre l'aventure avec cette belle famille qui grandit chaque année.

Big up à Mag et Gaby, mes principales fans qui me suivent à distance.

Big up à JM qui est le premier aux aguets pour suivre les résultats sportifs et qui connaît mes résultats avant moi.

Big up au coach, et à Léo et Guigui, mes partenaires d'entraînement qui me manquent un peu sur les séances et les spé-trails.

Et enfin, Big up à Tata Julie, Charlotte et ma maman, qui m'ont suivi dans la famille 2AC.

En vous souhaitant à tous une belle année et une belle saison sportive 2026."

QUI ES-TU Vanessa Rose ?

" Salut,

Je m'appelle Vanessa. J'ai 42 ans. Je suis enseignante en élémentaire. Je viens de la Réunion et j'habite en métropole depuis dix ans.

J'ai débuté la course à pied il y a quelques années et j'avais du mal à y trouver de la satisfaction. La première course à laquelle j'ai participé est celle de l'Avonnaise.

Désireuse de progresser avec un entraînement plus rigoureux, je me suis inscrite au 2AC en 2023. J'y pratique le demi-fond.

L'état d'esprit du club est en parfait adéquation avec mes attentes :

- convivialité
- entraide
- rigueur
- bienveillance

État d'esprit que j'ai retrouvé l'année dernière en étant bénévole lors de la préparation de l'Avonnaise.

Dans ma recherche de progrès, je me suis découverte une envie d'améliorer mes performances et un réel engouement pour cette pratique sportive.

J'ai ainsi pu réaliser cette année 2025 ma première grande course. J'ai participé aux 16 km du Paris-Versailles.

Cette même année, j'ai pu réaliser mon meilleur temps sur un 5 km lors de la course de Samoisi en décembre.

Et enfin pour cette année 2026, je me donne pour objectif la réalisation de mon premier semi-marathon.

Un grand merci au 2AC."

ET TOI Manny Blasco ?

" Salut !!

Je m'appelle Manny, j'ai 14 ans et je suis en catégorie minimes masculin.

Depuis septembre 2025, je pratique l'athlétisme, avec une préférence pour le saut en longueur et le sprint.

Très compétitif, j'aime me dépasser à chaque entraînement et en compétition.

Mon record en saut en longueur est de 4,81 m et mon objectif est clair : atteindre les 5 mètres !

Pour continuer à progresser, je souhaite m'entraîner davantage, notamment en intérieur pendant l'hiver.

Les meilleurs souvenirs restent à venir, mais la motivation et l'envie de performer sont déjà bien présentes ! "



-> CROSS - PISTE - ROUTE - TRAIL :

Résultats du mois de Décembre

Pour retrouver l'ensemble des résultats (et ils sont très nombreux !) de tous les licenciés, nous vous invitons à [cliquer sur ce lien !](#)

-> RECORDS :

Et pour consulter les records du club, mis à jour au fil des belles performances de nos coureurs, vous pouvez vous rendre sur [la page dédiée du site internet du club.](#)

🏆 La perf^r du mois de Décembre 2025 :

Yannis Dombelé 🏆
2m10 au championnat académique UNSS
(record du club et meilleure performance Française de l'année.)

MEMENTO

➡ AVONNAISE 2026 : Nous comptons sur vous pour vous inscrire au tableau des bénévoles en [cliquant ici](#)

➡ COMMANDE BOUTIQUE : La prochaine commande sera passée le **jeudi 19 février**, vous avez donc jusqu'au soir du mercredi 18 février pour faire vos achats sur la boutique du club (dans votre espace membre, sur notre site internet)

➡ NEWSLETTER : Pour mettre toutes les chances de votre côté pour recevoir sans problème la newsletter, vous pouvez renseigner votre adresse mail dans le lien suivant : [Inscription newsletter](#)



Et bien sûr, on remercie nos partenaires de nous suivre dans toutes nos aventures :

Département 77 - CAFÉ - Ville d'Avon - FFA - LIFA - CDA77 - Immo Prêt - Avon Trophées Diffusion - Barbat Barillot - Carrefour - Century 21 - Confluence Ingénierie - Crédit Mutuel - Garage Ford - Goulard TP - GT Représentation - Immo Prêt - INSEAD - Isolation Tous Genres - Metabolik - MMA - Mutuelle de Bagneaux - SNIE Société Nouvelle Installations Electriques