

# ANGERS

## NOUS CONTACTER



**Rédaction d'Angers :**  
4, bd Albert-Blanchoin  
BP 10728 - 49007 Angers cedex 01  
Tél. : 02 41 255 255  
redac.angers@courrier-ouest.com

**Publicité :**  
Précom, Tél. : 02 41 25 34 10

**Petites annonces gratuites sur nos sites internet :**  
ouestfrance-auto.com (rubrique vendre)  
ouestfrance-immo.com (rubrique déposez une annonce)

**Avis d'obsèques :** Tél. : 02 56 26 20 01 (prix d'un appel local. Numéro non surtaxé)

**Abonnements et portage :** 02 41 808 880 (non surtaxé)



## ON EN PARLE

### Violences faites aux femmes : un débat ce soir

Dans la perspective de la journée mondiale contre les violences faites aux femmes, le Parti socialiste du Maine-et-Loire organise aujourd'hui un débat autour de la lutte contre les violences faites aux femmes, en présence de Habiba Fakhri, syndicaliste afghane réfugiée à Angers, et Chloé Ridet, députée européenne. À 18 h 15, dans les locaux du PS, au 37, rue de la Croix Pelette, à Angers.

## À RETENIR

### Conseil de l'Europe

Le Conseil de l'Europe : c'est le thème de la conférence organisée, mercredi 20 novembre, à 18 h 30, Bourse du travail, à Angers. Benoit Pilet, membre du Conseil de l'Europe et adjoint RI et Europe à la Ville d'Angers expliquera ce qu'est cette principale organisation de défense des Droits de l'homme en Europe. Gratuit. Contact : 06 84 59 30 96, maisondeurope49@gmail.com, http://www.maisondeurope49.eu

# Quand les runners défient la nuit

Le Trail de l'Apocalypse réunira 3 400 coureurs avec une lampe frontale samedi soir au départ de l'avenue Jeanne-d'Arc, sur un parcours urbain. Un exercice moins confortable le reste de l'année.

De l'avenue Jeanne-d'Arc au stade du Lac-de-Maine en passant par le plateau piétonnier, la Cité, le secteur Cœur de Maine et le quartier de La Doutre : les runners vont s'en donner à cœur joie, samedi soir, dans le centre d'Angers, en grande partie interdit aux véhicules motorisés de 20 h 30 à 22 h 30.

Une semaine après le succès populaire du 50<sup>e</sup> Cross du Courrier de l'Ouest, la 5<sup>e</sup> édition du Trail de l'Apocalypse confirme l'engouement pour la course à pied, sans doute amplifiée par l'effet post JO, en faisant de nouveau le plein d'engagés : 800 sur le parcours de 6 km et 2 600 sur le 10 km (\*).

Les départs seront donnés par vagues successives à partir de 20 h 45 et 21 heures.

Les concurrents n'auront pas à se soucier de la circulation mais devront porter des tenues à « haut pouvoir réfléchissant » et l'éclairage adéquat, rappelle l'organisation, dont la « lampe frontale obligatoire » pour déjouer les pièges qui ne manquent pas dans le milieu urbain plongé dans l'obscurité.

« Ceux qui ne sont pas très à l'aise dans le noir peuvent se rabattre sur un circuit plus urbain »

**FRANÇOIS FONTAINE**

Gérant d'un magasin de sport à Saint-Serge



Angers, le 18 novembre 2023. Les participants au Trail de l'Apocalypse, samedi, devront porter l'équipement de rigueur pour la course à pied en condition nocturne : une tenue à haut pouvoir réfléchissant et une lampe frontale.

PHOTO : ARCHIVES CO - REGINE LEMARCHAND

Un équipement que la plupart des amateurs de course à pied ont l'habitude de porter en semaine dès qu'intervient le changement d'heure, le dernier week-end d'octobre.

C'est le cas des membres du groupe RunInAngers, une page suivie par 5 200 internautes, dont Jean-Marc Malecot qui l'a créée il y a 9 ans. « On se donne rendez-vous sur un spot. On indique l'allure et la distance de la séance, en recommandant de porter une lampe pour éviter les nids-de-poule. Le fait de courir à plusieurs, ne serait-ce qu'à deux, est plus rassurant, surtout pour le public féminin. On limite le risque de croiser des personnes lourdes ou malveillantes sur le chemin... »

Les organisateurs de ces sorties nocturnes publiées sur Facebook fixent le départ le plus souvent à l'entrée du parc Balzac, parfois près du château, place du Ralliement ou devant la patinoire. Le terrain de jeu est pres-

que sans limite, assure Jean-Marc Malecot : « On peut aller d'un côté jusqu'à Montreuil-Juigné, par l'ancienne voie ferrée de Segré, de l'autre vers Bouchemaine, tant que c'est praticable. On s'adapte finalement plus aux inondations et aux joies de la météo qu'à la nuit ».

Triathlète et gérant d'un magasin de sport à Saint-Serge, François Fontaine refuse lui aussi de faire des journées qui raccourcissent une excuse pour paresser ou ralentir la cadence : « On peut trouver des frontales qui offrent une bonne visibilité à partir de 50 ou 60 €. Il faut juste être plus attentif. C'est plus exigeant mentalement. Ceux qui ne sont pas très à l'aise dans le noir peuvent se rabattre sur un circuit plus urbain, sur les trottoirs. C'est moins fun mais il faut accepter de changer ses habitudes

jusqu'au printemps. Quitte à privilégier aussi le temps du midi ou la course sur tapis pour continuer de s'entraîner. » Coach de plusieurs athlètes, Sylvain Cesbron s'adonne à sa passion de préférence avant l'aube sur une boucle d'environ 7 km qui transite depuis son domicile par la gare, la rive droite de la Maine, le pont Confluences, le Centre de congrès et l'avenue Jeanne-d'Arc.

Des pistes « d'amélioration » à « certains endroits »

L'éclairage est « satisfaisant », constate-t-il, mais il manque à ses yeux une solution « intermédiaire » entre la course hors stade sur bitume, « traumatisante pour le système musculo-tendineux », et les pistes d'athlétisme, réservées aux licenciées.

En s'inspirant d'initiatives prises

dans d'autres grandes villes, dont Paris, Lyon et Nantes, il imagine des pistes « d'amélioration » à « certains endroits », notamment dans le parc Balzac ou sur les quais de la Maine qui pourraient être dotés d'un « éclairage led discret et économe ». Il cite aussi La Baumette et l'anneau du Lac-de-Maine où les athlètes doivent jouer des coudes certains soirs alors qu'il suffirait « d'éclairer les extérieurs » pour développer, agrémente et sécuriser cette pratique sportive de plein air au cœur de l'hiver.

Anthony PASCO

(\* Dossards à retirer à Carrefour Grand-Maine ce vendredi de 17 à 20 heures ou samedi de 10 à 19 heures (sur présentation d'une pièce d'identité).



Karine Engel, adjointe à la citoyenneté, aux anciens combattants et aux sports.

PHOTO : VILLE D'ANGERS

### Karine Engel, une élue dans la course

Karine Engel sera au départ samedi soir du Trail de l'Apocalypse. Pour ses entraînements, l'adjointe en charge des sports privilégie « les grands axes » et du matériel adapté qui lui permet de « voir et être vue », en s'arrêtant « aux limites de la ville ». Ses séances lui donnent ainsi l'occasion de faire le tour « des aménagements et des chantiers », entre le Pont de Segré et le Parc Balzac.

À ceux qui connaissent moins bien le territoire urbain, l'élue conseille de se référer aux applications de running qui répertorient les parcours les plus renseignés par leurs utilisateurs. L'élue se dit toutefois « ouverte à la réflexion s'il existe une demande » pour aménager à terme un circuit mieux adapté aux conditions nocturnes, pourquoi pas à Balzac même s'il s'agit d'une « zone d'expansion de crue », rappelle-t-elle, à condition aussi que ce soit « avec un éclairage raisonné, dans le respect de la faune et de la flore ».

## LE PARCOURS DU TRAIL DE L'APOCALYPSE

Samedi 16 décembre à 20h45 (sprint de 6 km) et 21h00 (10 km)



Source : Angers Terre d'Athlétisme

15.11.2024

## AUJOURD'HUI

• **10 heures à 17 heures.** Exposition « Une Apocalypse de verre », les vitraux de la cathédrale, au château, 2, promenade du Bout-du-Monde, à Angers. 11 €. Contact : 02 41 86 48 77.

• **15 heures.** Parcours urbain « 10 ans de transformation urbaine », rendez-vous place Mendès-France, devant les grilles du jardin des Plantes, à Angers. 7 €. Résa : Office de tourisme, 02 41 23 50 00.

• **20 heures.** « Chansons en scène », aux Petites Folies, 24, avenue Pasteur, à Angers. Entrée libre (sortie au chapeau). Résa : lesfolies.coop

• **23 heures.** Concert du duo Adieu au dancing (DJ Set fall pop festival), au Joker's Pub, 32, rue Saint-Laud, à Angers. Gratuit. Résa : jokerspabangers.com et 02 49 87 11 12.

## LE GUIDE

### VENDREDI 15 NOVEMBRE

**Théâtre.** « Cécile », avec Cécile Laporte, à partir de 16 ans, au théâtre Le Quai, à Angers, à 20 heures. De 9 € à 27 €. Résa : 02 41 22 20 20 et sur place l'après-midi du mardi au samedi.

**Musique.** Concert de Davodka (rap) + Nels (rap), au Chabada, à Angers, à 20 h 30. 23 €. Résa : lechabada.com

**Théâtre.** « Un amour de jeunesse », d'Ivan Calbérac, par la compagnie Trac n'Art, au théâtre de Chanzy, à Angers, à 20 h 30. 12 € et 8 € (au profit de l'association « Pousse Pousse »). Résa : https://tracart.wixsite.com/tracart

## PRATIQUE

### URGENCES

**Pompiers.** 18.  
**Police secours.** 17.  
**SAMU (urgences vitales).** 15.  
**Médecin de garde.** 116 117, de 20 heures à minuit.  
**Urgences CHU.** 02 41 35 37 12.  
**Urgences pédiatriques CHU.** 02 41 35 36 37.  
**Urgences Clinique de l'Anjou.** 02 41 44 70 70.  
**Urgences dentaires.** 02 41 87 22 53.  
**Centre antipoison.** 02 41 48 21 21.  
**Clinique de la main.** 02 41 86 86 41.  
**Pharmacie de garde.** 32 37.

### LOISIRS

**Piscines.** Jean-Bouin : de 12 heures à 14 heures et de 17 h 30 à 20 heures. Belle-Beille : fermée pour rénovation. Monplaisir et La Roseraie : de 12 heures à 13 h 45. Aqua Vita : de 7 h 30 à 20 heures.  
**Patinoire.** De 17 heures à 20 heures et de 20 h 30 à 23 h 30.

### UTILE

**Marchés.** Quartier Belle-Beille, place Marcel-Vigne ; quartier Deux-Croix/Banchais, place Camille-Claudel ; quartier centre-ville, square Jean-Chevillard, marché des producteurs, de 16 heures à 19 heures.  
**Déchetteries.** Ouvertes de 9 heures à 12 heures et de 14 heures à 17 heures.