

MENU

Abonnez-vous
**ouest
france**

Se connecter

Compétition de CrossFit au parc des expositions à Lanester

Une compétition de CrossFit, de niveau national, « Les Manfuls of Héméra », aura lieu au Parc des expositions de Lanester (Morbihan) samedi 16 et dimanche 17 septembre 2023.



William De Jesus, propriétaire et coach à CrossFit Héméra, organise sa première compétition au parc des expositions de Lanester : les Manfuls of Héméra | OUEST-FRANCE

Ouest-France

Modifié le 14/09/2023 à 11h23

Abonnez-vous

Le parc des expositions de [Lanester \(Morbihan\)](#) accueille ce week-end son premier événement de [CrossFit](#). Mais qu'est-ce que ce sport en pleine expansion en France ? « **Le CrossFit, ce sont des mouvements fonctionnels constamment variés à haute intensité** », [explique William De Jesus, propriétaire de la salle de Lanester, coach et organisateur de la compétition.](#) Ce sport, créé dans les années 1970 outre Atlantique, connaît une telle expansion que des salles ouvrent sur tout le territoire. « **La France est le 2^e pays au monde avec le plus de salles, après les États-Unis.** »



Manful Of Hemera - Compétition de Functional Fitness

Les Manful of Héméra, c'est LA compétition à ne pas manquer cette année les 16 et 17 septembre 2023 au

Nous avons prévu un week-end de folie avec pas moins de 420 athlètes prêts à en découdre et plus d matériel, avec notamment un floor de 15 lignes et un espace dédié au public de plus de 500 places en ... [Vc](#)

20

Commenter

43

Une compétition relevée

Pour cette première édition, la compétition s'étalera sur deux jours. « **375 athlètes seront présents dans douze catégories de niveau et de sexe, en équipe de deux ou en individuel.** » Pour se qualifier, chaque postulant a versé 28 €, dont 2 € seront reversés à Rêve de clown, une association lorientaise.

Après cette inscription, les compétiteurs ont transmis une vidéo en ligne présentant un enchaînement d'exercices de douze minutes. C'est l'analyse des vidéos (qualité du geste, répétitions, intensité) qui a permis aux athlètes d'être qualifiés pour l'événement « **afin de garantir un niveau relevé à la compétition** », précise William De Jesus.

Les 375 athlètes qualifiés ont déboursé ensuite 80 €, afin de s'inscrire au week-end et recevoir leur Pack Athlète comprenant un t-shirt, des goodies, une pancarte et une place pour accompagnant.

MENU

Ouest
france

Se connecter

Les épreuves auront lieu samedi, « **de 10 h à 18 h, au parc d'eau vive d'Inzinzac-Lochrist** ». Dimanche, les deux dernières épreuves se dérouleront avant le classement qui définira les qualifiés. Les finales débuteront à 16 h dimanche.

« **Nous attendons plus de 3 000 visiteurs sur l'ensemble du week-end, des gradins ont été montés pour l'occasion. L'objectif est de pérenniser cet événement et d'en faire une compétition importante au niveau national** », espère l'organisateur, lui-même athlète de bon niveau.

Phases finales animées

Le bagad de Lorient animera les phases finales. Il y aura un « **DJ pour l'animation, des photographes et vidéastes professionnels, et le speaker, reconnu dans l'univers CrossFit, Yannick Mercier** ».

Des structures gonflables pour les enfants seront mises en place, tout comme des stands de restauration et des buvettes. Un important stand village avec des vêtements et matériels de CrossFit, avec tatoueur, kiné et torréfacteur sera aussi installé.

Samedi 16 et dimanche 17 septembre, Parc des expositions de Lanester ; 3 €.

Lanester

Lorient

Crossfit

Morbihan

Sur le vif

Inzinzac-Lochrist

En continu >

Une

Lanester

07h03 Les prévisions météorologiques du dimanche 17 septembre 2023 à Lorient et ses environs

16/09 ENTRETIEN. IziLo promet « une flotte décarbonée à l'horizon 2030 » pour Lorient et son agglomération 🗝

16/09 Quel temps est prévu à Lorient et ses environs le samedi 16 septembre 2023 ?

16/09 Lanester. La section judo du Foyer laïque fait sa rentrée

16/09 Lanester. Une nouvelle cheffe de chœur pour Diapas'hom

Météo Lanester



Les tops articles sur : Lanester



Caudan. La 2 x 2 voies sera construite d'avril 2024 à fin 2028 🗝

Ouest-France ⌚ 15/09



Que faire à Lorient ce week-end ? Nos 7 idées de sorties 🗝

Ouest-France ⌚ 15/09

MENU



Se connecter



ENTRETIEN. IziLo promet « une flotte décarbonée à l'horizon 2030 » pour Lorient et son agglomération 🗝️

Ouest-France ⌚ 16/09

Voir +

Nos partenaires

Recette. Gâteau moelleux au chocolat au lait

MENU



Abonnement **ouest france**

Se connecter

Les plus beaux villages de France : Sauveterre-de-Rouergue en Aveyron



Partir ⌚ 10h00

Pa

Avocat : comment le faire pousser à partir d'un noyau ?



Tru Truc Mania ⌚ 10h00

Me

MENU



Se connecter

Chaque matin, recevez toute l'information de Lorient et de ses environs avec **Ouest-France**

Votre e-mail

OK

Votre e-mail, avec votre consentement, est utilisé par Ouest-France pour recevoir notre newsletter. En savoir plus.



L'appli, l'info en temps réel !

Suivez l'actualité qui vous intéresse en ajoutant vos villes et thématiques favorites.

Je télécharge

Suivez-nous



SITES D'ACTUALITÉ



SERVICES



SHOPPING



Les applications mobiles du groupe SIPA **Ouest-France** disponibles en téléchargement

Mentions légales | Données personnelles | Cookies | CGU | Qui sommes-nous ? | Tarifs de références |
Charte utilisateur | Plan du site | Plan des élections | © Ouest-France

