

PHOTO : N.P



## À table

Un fast-food de pâtes,  
place de l'Éperon

page 10

PHOTO : MATHEU BOURNE



## Le Mans vu...

Studeko poursuit  
son développement

page 14

# le mans.maville.com

GRATUIT

Sorties, loisirs, bons plans au Mans et dans l'agglomération

N°276 - du 24 au 30 août 2022

## Rentrée rythmée !

Vent de fraîcheur sur les sports en Sarthe.

PHOTO : N.P



Discipline à la mode partout en France, le padel compte plus de 100 licenciés au club de La Chapelle-Saint-Aubin. **Pages 8 et 9.**

## Entretien

PHOTO : TERIAKI



Les siestes Teriaki  
à l'Abbaye Royale  
de l'Épau

page 2

## Sport

PHOTO : DOMINIQUE BREUGNOT



Perrine Peugnet  
dédie sa vie au basket

page 13

**6H - 23H & 7J/7**

# OFFRE SPÉCIALE !

DU 18 AOÛT AU 30 SEPTEMBRE 2022

- ✓ STUDIO CARDIO-MUSCULATION
- ✓ PROGRAMME D'ENTRAÎNEMENT
- ✓ COACHING INDIVIDUEL
- ✓ COURS COLLECTIFS LES MILLS
- ✓ STUDIO CYCLE
- ✓ SMALL GROUP TRAINING HBX

**95€\***

OFFERTS SUR VOTRE INSCRIPTION  
\* Voir conditions au club.

**SUNRHEA**  
Fitness Club

QUARTIER  
UNIVERSITAIRE

Situé entre  
**CityGlace**  
Patinoire  
&  
**CRÉDIT AGRICOLE**

Sunrealthuniversite f Sunrhea Le Mans Université ☎ 02 43 42 14 28 📍 4 av, Georges Auric 72 000 Le Mans

## EPHEMERIDE

**Cette semaine nous fêtons les...**

**Mercredi 24**

**Nathan.** Ils sont efficaces.

**Jeudi 25**

**Louis.** Ils sont persévérants et structurés.

**Vendredi 26**

**Zéphirin.** Ils sont bienveillants.

**Samedi 27**

**Monica.** Elles sont audacieuses.

**Dimanche 28**

**Augustin.** Ils sont sympathiques.

**Lundi 29**

**Sabrina.** Elles sont dynamiques.

**Mardi 30**

**Fantine.** Elles sont influentes.

**le mans.maville.com**

6, av. Pierre Mendès France - 72000 LE MANS  
redaction@lemans.maville.com



Raphaël RUFFLÉ-MARJOT  
Journaliste

02 43 51 70 41  
06 77 89 80 53

raphael.rufflemarjot02@lemans.maville.com



Nicolas PRIETO  
Journaliste

02 43 51 70 44  
06 89 99 63 62

nicolas.prieto@lemans.maville.com

Distribution et publicité :

**ADDITI MEDIA**

Jacky COTTENCEAU

06 89 88 44 32

jacky.cottenceau@additi.fr

Site Internet :

**www.lemans.maville.com**

SAS Loire Hebdo

Directeur de la publication :  
Matthieu Fuchs

Dépôt légal : à parution

N°ISSN de «lemans.maville.com» : 2428-1840

Imprimerie du «Courrier de l'Ouest»

Tirage : 30 000 exemplaires

Toute reproduction d'un article (y compris partie de texte, graphique, photo) sur quelque support que ce soit, sans l'autorisation expresse de la Direction de Ma Ville, est strictement interdite (article L122-4 du code de la propriété intellectuelle).

Imprimé sur du papier UPM produit en Allemagne à partir de 63% de fibres recyclées. Eutrophisation : 0.003kg/ tonne.



Préservez notre environnement,  
ne pas jeter sur la voie publique



**Samedi 27 et dimanche 28 août**  
À partir de 14 heures

Abbaye Royale de l'Épau

Route de Changé

A Yvré-l'Évêque

Plus d'infos sur [teriaki.fr](http://teriaki.fr)

**GRATUIT**

PHOTO : SARTHECULTURE

# « Un événement singulier »

Les siestes Teriaki sont de retour ce week-end à l'Abbaye Royale de l'Épau. Manu Chaput, président de l'association, se livre sur l'édition 2022 de l'événement musical.

**Présentez l'association Teriaki ?**

**Manu Chaput :** Nous sommes une association dont le premier concert date de 1996. Nous sommes un groupe d'amis bénévoles qui a pour but d'organiser des événements musicaux en essayant de sortir des sentiers battus, dans des lieux qui ne sont pas forcément des lieux de concerts, en programmant des artistes avec des univers particuliers. On organise à la fois des concerts dans des vieux garages comme dans une vraie salle ou des monuments historiques.

**Qu'est-ce que l'événement Teriaki que l'on va pouvoir retrouver ce week-end à l'Abbaye Royale de l'Épau ?**

Ce sera la douzième édition des siestes, un événement qui a pour but de faire venir les gens écouter de la musique l'après-midi. On s'est rendu compte que l'après-midi était propice pour que le public savoure les concerts d'une manière un peu différente de ceux en soirée. L'idée est de transformer l'Abbaye en immense laboratoire avec différentes propositions : de la musique, des installations d'arts numériques, et puis un certain nombre d'ateliers pour mieux comprendre le fonctionnement du son par exemple.

**C'est toujours un plaisir d'organiser un événement dans un lieu aussi symbolique ?**

C'est un terrain de jeu intéressant car il est très vaste, il permet d'avoir beaucoup d'idées pour l'animer, avec les contraintes que représente un lieu patrimonial comme celui-là.

**Quel est le programme de cette année ?**

On ne cherche pas à faire une programmation en alignant des noms que tout le monde connaît, le but est d'être dans une découverte, le concept est plus important que la notoriété des artistes. On retrouve des artistes nationaux et internationaux, des gens qui tourment énormément comme des projets nouveaux. Certains viennent de Belgique, d'Espagne, de Suisse... On programme à la fois de la musique électronique, du rock, de la chanson plus traditionnelle. On fait en sorte que les frontières entre les genres musicaux soient quelque part liées, qu'il y ait une passerelle entre.

**Comment choisissez-vous la programmation ?**

On essaye de travailler de



PHOTO : TERIAKI

manière collégiale, chaque membre de l'association peut faire une proposition pour les siestes. On écoute tous beaucoup de musique. On essaye de monter une progression dans les artistes que l'on propose, on se met à la place d'un festivalier et on voit comment agencer la succession des artistes, à la fois en termes de son et d'espace, afin d'avoir une expérience complète et non pas un spectacle pour lequel on va choisir tel ou tel groupe. Il y a plusieurs scènes, une principale, une autre annexe... Il faut réussir à trouver la bonne équation avec tous ces paramètres.

**L'événement est organisé par le département de la Sarthe, l'association Teriaki et l'Abbaye Royale de l'Épau. Quel est le rôle de chacun ?**

En tant qu'association on assure la programmation, la gestion, le montage et le démontage de l'événement, ainsi que la communication, comme le département. Nos équipes de bénévoles vont travailler avec le département sur ces missions-là. Le département apporte, en plus, la structure et le budget. La gratuité est un

choix des élus donc il faut prendre ça en compte dans nos dépenses.

**Justement, il est primordial que le festival soit gratuit et ouvert à tous ?**

Je pense que les gens viendraient même si c'était payant, mais l'idée est de proposer un événement avec une programmation singulière dans un cadre particulier, et d'attirer un public qui ne soit pas forcément connaisseur. La gratuité plus le cadre développent naturellement la curiosité des gens.

**Quelles sont vos attentes pour l'édition 2022 ?**

Refaire une édition comme en 2019, sans contrainte sanitaire donc. On espère qu'il y ait des rencontres entre le public et les artistes, entre les artistes eux-mêmes, que nos choix s'avèrent être les plus judicieux. On veut faire un événement indépendant pour le plus grand nombre.

**Vous êtes très dépendants de la météo, cela ne vous rajoute pas trop de pression ?**

Cela fait vingt ans que j'organise des concerts le dernier

week-end d'août, il n'a plu qu'une seule fois. Et c'était l'année du Covid. Le temps est évidemment quelque chose que l'on ne maîtrise pas, mais l'intérieur n'offre pas ce qu'offre l'extérieur. Avec les siestes, les gens sont allongés dans l'herbe, sur des transats, choisissent la distance qu'ils veulent mettre entre eux et la scène. Il y a une forme de liberté impossible à retrouver à l'intérieur.

**Êtes-vous déjà en train de plancher sur l'édition 2023 ?**

On est perpétuellement en train de réfléchir aux éditions suivantes. On fait des choix en 2022, mais avec des pistes grandes ouvertes pour 2023. Si on voulait, on serait déjà en capacité de proposer une programmation pour la prochaine édition.

**Nicolas Prieto**

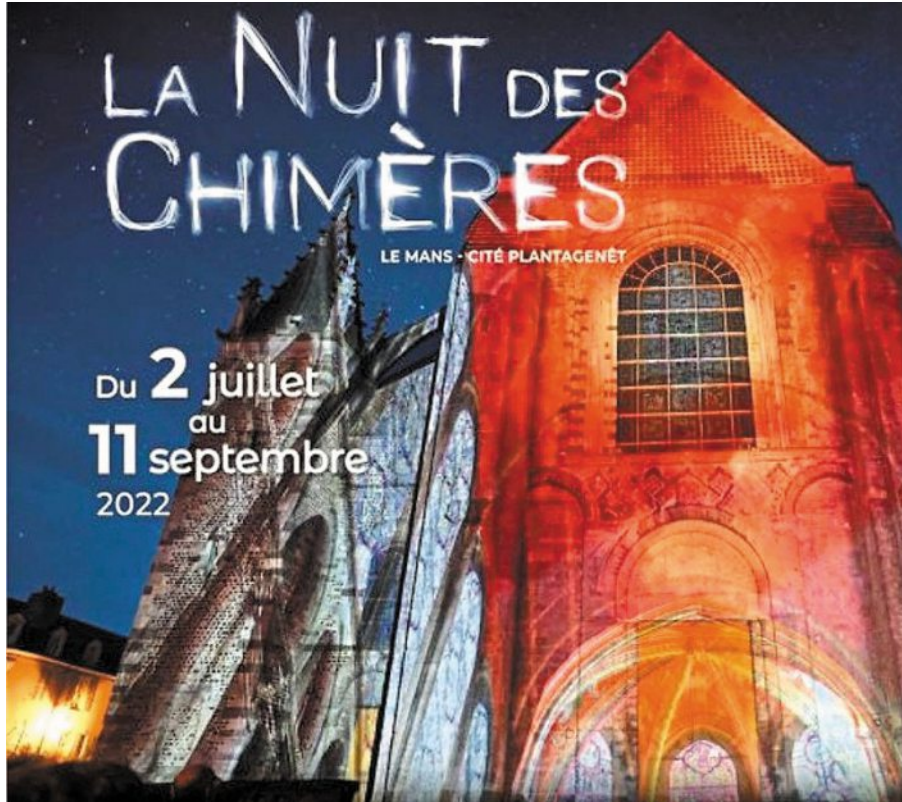
[nicolas.prieto@lemans.maville.com](mailto:nicolas.prieto@lemans.maville.com)

## Dernières semaines pour La Nuit des Chimères

L'un des événements les plus attendus et les plus incontournables de notre ville continue d'animer la fin de l'été!

Le renouvellement de la Nuit des Chimères se poursuit. En plus des projections sur Saint-Exupéry et La Fontaine, un teasing mystérieux du vidéaste Nicolas Boutruche sur la muraille Saint-Hilaire annonce le renouvellement des projections qui seront développées de 2023 à 2026. Une nouvelle projection sur le thème « Notre Histoire » invite les spectateurs à s'approprier les richesses du patrimoine local, les grandes figures et les grandes étapes qui font l'identité du territoire mançais. De nouveaux portraits d'enfants de Philippe Écharoux sont aussi à découvrir dans les arbres et sur les murs de la vieille ville.

**Jusqu'au dimanche 11 septembre**  
Cité Plantagenêt  
Contact : 02 43 28 17 22  
**GRATUIT**



### La Perche Comedy Club



PHOTO : DR

La Perche Comedy Club fait son grand retour au Mans à la salle des Concerts. Pour cette édition, les invités seront Nash, Henry Fexa, Djimo et Hugo Tout Seul, soit quatre grands noms de la scène humoristique parisienne.

**Jeudi 8 septembre à 20h30**  
Salle des concerts  
58 rue du Port  
Contact : 06 25 42 86 99  
Tarifs : de 15 à 20 euros

### Mystères dans la cathédrale

Venez suivre les fantômes de la ville du Mans dans une balade théâtralisée de la cathédrale... Depuis Vindinium et les Aulerques Cénomans jusqu'à nos jours, le Mans a beaucoup changé. Depuis la première cathédrale, de nombreuses fois détruite, à celle d'aujourd'hui, commencée en 1060, cette géante de pierre n'a cessé d'évoluer, de s'embellir. Ce soir, 5 fantômes, revenus spécialement pour vous, vous guideront dans cet édifice. Ils vous feront traverser presque 1500 années en vous racontant leurs histoires mais aussi bien sûr celle de la ville et de la cathédrale.

**Vendredi 26 et samedi 27 août à 21 heures**  
Place Saint-Michel  
Contact : 02 43 28 17 22  
Tarifs : de 7 à 10 euros. Gratuit jusqu'à 5 ans.



PHOTO : DR

### Fête du jardin et de la ferme

L'Arche de la Nature vous donne rendez-vous à la Maison de la Prairie. Le jardin potager mettra en valeur sa diversité d'espèces végétales anciennes, oubliées ou exotiques. Avec la présence de nombreux exposants et associations, il sera possible de glaner des idées écologiques pour jardiner, cuisiner, réaliser ses produits naturels. L'après-midi sera également ludique : atelier de musique verte, chansons avec La balade l'épouvantail, spectacle de marionnettes « Mon potager » avec la Cie Théâtrapatt. Vaches, moutons, oies, chèvres, alpagas sont également les stars de la journée.

**Dimanche 4 septembre**  
De 14 à 18 heures  
Maison de la Prairie - Arche de la Nature  
À Yvré-l'Évêque  
**GRATUIT**



PHOTO : J.M

# NOUVELLE OUVERTURE

le 24.08.2022

13 Rue Roger de la Fresnaye | au Mans

Découvrez l'univers de la mode à petits prix, dans un espace de prêt-à-porter pour toute la famille.

20% de réduction sur tous vos achats\* du 24.08. au 25.08.

\*Offre non cumulable avec d'autres offres promotionnelles en cours, les articles du prospectus et les cartes cadeaux.

# TAKKO

FASHION



takko.com

Takko Fashion SARL, au capital de 50 000 €, L, 6 rue de Vienne, 67300 Schiltigheim

## PLEIN CHAMP

L'expo collective - Carte blanche aux street artistes



PHOTO : DR

Une carte blanche a été donnée à des street-artistes locaux, afin de partager leurs passions avec le public de l'Espace Gambetta : Will Be - Cyril Anguelidis - L'Argo et Marco - Kar Le Gou - Lapin Blanc - David Jaunay. Avec l'aimable concours de l'artiste ADL.

Jusqu'au 28 août  
Sur les horaires d'ouverture  
Espace Gambetta  
2 place Gambetta  
Contact : 02 43 47 36 52  
GRATUIT

Paysages nocturnes et mondes improbables



PHOTO : DR

Les Paysages Nocturnes et Mondes Improbables ont vu le jour en 2008, depuis ils grandissent et évoluent. Tout en clair obscur, sombres et colorés, les tableaux d'Adeline M invitent le spectateur à la rêverie.

Jusqu'au 28 août  
Pavillon du parc Théodore Monod  
Place du 117ème régiment d'infanterie  
Contact : 02 43 47 36 52  
GRATUIT

# 24 Heures vélos Skoda

La nouvelle édition débarque ce week-end sur le circuit Bugatti.



La 13e édition des 24 Heures Vélo Skoda se déroule les 27 et 28 août 2022 sur le circuit du Mans. 580 équipes sont attendues au départ de la cyclosportive sarthoise (dont 80 solos et 40 duos). L'épreuve est ouverte à tous, par équipe de 2, 4, 6 ou 8 coureurs et même en solitaire pour les plus audacieux. Circuit mythique, 100% éclairé, départ type «Le Mans», relais par équipe ou encore expérience de nuit... voici quelques-uns des ingrédients qui composent la recette des 24 Heures Vélo Skoda. Les 24 Heures Vélo et le constructeur automobile Škoda ont conclu un partenariat

pour les deux prochaines éditions, d'où le nom de l'événement. Le constructeur tchèque renforce ainsi son engagement auprès des passionnés de vélo via sa communauté Skoda We Love Cycling. Partenaire titre depuis la création de l'événement en 2009, Shimano France reste engagé auprès des participants !

Samedi 27 et dimanche 28 août  
Programme et horaires complets sur [24heuresvelo.fr](http://24heuresvelo.fr)  
Contact : 02 43 21 13 24  
GRATUIT

## PLEIN CHAMP (SUITE)

Seth - A la découverte de l'artiste

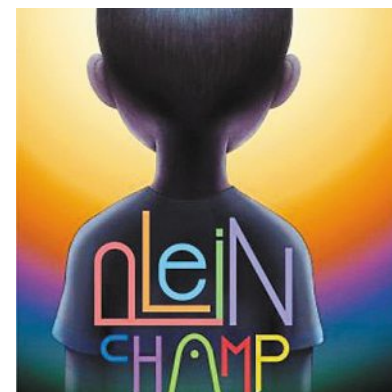


PHOTO : DR

L'artiste international Seth, invité d'honneur de cette édition 2022 de Plein Champ et auteur du visuel du festival, invite à l'occasion de cette exposition à explorer son univers de façon approfondie.

Jusqu'au 11 septembre  
Collégiale Saint-Pierre-La-Cour  
Avenue Rostov-sur-le-don  
Sur les horaires d'ouverture  
Contact : 02 43 47 36 52  
GRATUIT

Déconstruction - Iota et Speer



PHOTO : DR

L'idée de déconstruction a souvent été perçue comme néfaste, bien que ce soit cet événement qui amène à pouvoir refaire mieux avec en tête l'image idéalisée de ce qui fut. C'est ce que Speer et Iota cherchent à montrer à travers leurs œuvres.

Jusqu'au 12 septembre  
Hôtel de ville du Mans  
1 place Saint-Pierre  
Contact : 02 43 47 36 52  
GRATUIT



@NathalieGuyon

La semaine prochaine dans

**le mans.maville.com**

retrouvez l'interview de

**Garou**

qui sera présent au Palais des Congrès le 16 septembre pour son spectacle "Up Scene"

## EXPOSITIONS

### Allure Le Mans



PHOTO : DR

Venez revivre en famille la grande histoire de la marque au Lion aux 24 Heures du Mans ! Avant le retournant attendu de Peugeot en endurance et aux 24 Heures du Mans, revivez l'épopée de la marque française dans la Sarthe. Avec trois victoires (1992, 1993 et 2009 (à égalité avec Matra)), Peugeot reste la dernière marque française à avoir fait résonner la Marseillaise sur le circuit du Mans. 2022 marque aussi les 30 ans de la première victoire de Peugeot avec la mythique Peugeot 905, emmenée par Mark Blundle, Yannick Dalmas et Derek Warwick.

**Jusqu'au 30 septembre**  
Musées des 24 Heures  
9 place Luigi Chinetti  
Contact : 02 43 72 72 24  
Tarif : prix d'entrée du musée

### Au pied du mur

Monument unique en Europe, l'enceinte romaine du Mans apporte au paysage urbain cette singulière tonalité rouge. Elle est aujourd'hui la mieux conservée des nombreuses constructions de défense édifiées sous l'antiquité tardive en Gaule romaine.

Depuis 2017, la fortification fait l'objet d'une étude approfondie menée par des archéologues et historiens.

**Jusqu'au 8 janvier 2023**  
Musée JC-Boulard - Carré Plantagenêt  
2 rue Claude Blondeau  
Contact : 02 43 47 46 45  
GRATUIT

# La Foire du Mans, édition 85 !

L'événement de la rentrée débarque au Centre des Expositions du Mans.



PHOTO : JEAN-MICHEL REGOIN

La Foire du Mans est de retour du 8 au 12 septembre 2022 pour une nouvelle édition encore plus festive et animée !! Le rendez-vous est donné au Centre des Expositions du Mans, pour une 85ème édition. Vous retrouverez comme de coutume, les ingrédients phares de l'événement, qui lui donne ce caractère festif et convivial : commerce, agriculture, et animations. Les Apéros'Zik et ses deux soirées concerts et 4 groupes à l'affiche seront au rendez-vous pour assurer l'ambiance, avec notamment « La Corde Raide », groupe de chansons françaises métissées à l'énergie vagabonde. Cette année, la Chambre de Métiers de la Sar-

the, Pays de la Loire a souhaité mettre en lumière son centre de formation professionnelle, l'URMA, qui forme chaque année en moyenne 650 jeunes en partenariat avec 400 entreprises et propose 16 diplômes.

Différentes animations seront ainsi mises en place au sein de leur stand, afin de vous faire découvrir ces différents métiers.

**Du jeudi 8 au lundi 12 septembre**  
Centre des expositions  
1 avenue du Parc des expositions  
Contact : 02 43 72 51 00  
Programme et horaires sur [foiredumans.com](http://foiredumans.com)  
Tarif : de 3,5 à 5,5 euros

## EN SEPTEMBRE

### Garou



Dans une nouvelle aventure complètement redessinée, Garou vous invite à sortir de votre quotidien en vous transportant dans un monde musical intimiste et spécialement griffonné à son image. Acteur principal de cette scène de rythme, il réinvente son répertoire, revisite celui de ses idoles et présente en primeur son nouvel univers musical sur lequel il a planché, comme jamais, sur les textes et les musiques.

**Vendredi 16 septembre à 20 heures**  
Palais des Congrès  
Rue d'Arcole  
Contact : 02 43 43 59 59  
Tarifs : de 49 à 70 euros

### Vitaa & Slimane



**Mercredi 21 septembre 2022 - 20H**

Versus, ce sont avant tout les confessions musicales de Vitaa et Slimane, deux artistes que le destin a décidé de réunir le temps d'un album duo désormais certifié disque de diamant ! Versus Tour, une tournée des zéniths à deux.

**Mardi 21 septembre à 20 heures**  
Antarès  
2 avenue Antarès  
Contact : 02 43 84 67 00  
Tarifs : de 39 à 59 euros

# L'Empreinte

Courtage Travaux - Décoration d'intérieur

*Particuliers, investisseurs ou professionnels,*  
*toute l'équipe met à votre disposition son expérience et son savoir-faire pour vos travaux.*

*Estimation gratuite*

AGENCE L'EMPREINTE  
55 AVENUE FRANÇOIS MITTERRAND  
72000 LE MANS  
02.43.52.36.63

Retrouvez nos réalisations :  
[www.agence-lempeinte.fr](http://www.agence-lempeinte.fr)

Retrouvez les avis des internautes sur les derniers films



www.lemans.maville.com

La liste des films à l'écran, publiée gratuitement ci-dessous, peut-être incomplète en raison de nos horaires de bouclage (le mardi matin) et de la mise à jour parfois tardive des sites de cinéma. Pour plus d'informations nous vous invitons à vous connecter sur le site:

www.lemans.maville.com

**Du 24 au 30 août 2022**

## CGR LE COLISÉE

### BULLETT TRAIN

Sortie le 03/08/2022, 2h07, **Action**, de David Leitch. Avec Brad Pitt, Joey King, Aaron Taylor-Johnson...

mer. 24, dim. 28: 18h, 20h15 / jeu. 25, mar. 30: 15h30, 18h / ven. 26, lun. 29: 15h30, 18h, 20h15 / sam. 27: 15h30, 20h15. mer. 24, dim. 28: 15h30 / jeu. 25, mar. 30: 20h15 / sam. 27: 18h.(VO)

### BUZZ L'ÉCLAIR

Sortie le 22/06/2022, 1h45, **Aventure, Animation**, de Angus MacLane. mer. 24, dim. 28: 18h / jeu. 25, sam. 27, lun. 29: 13h30.

### DU COBU PRÉSIDENT !

Sortie le 13/07/2022, 1h25, **Comédie**, de Elie Semoun. Avec Elie Semoun...  
tj. 13h30.

### KRYPTO ET LES SUPER-ANIMAUX

Sortie le 27/07/2022, 1h40, **Animation**, de Jared Stern. Avec Muriel Robin, mer. 24, ven. 26, mar. 30: 13h30, 15h45 / jeu. 25, sam. 27, lun. 29: 13h30, 18h / dim. 28: 11h15, 13h30, 15h45.

### LA TRÈS TRÈS GRANDE CLASSE

Sortie le 10/08/2022, 1h40, **Comédie**, de Frédéric Quiring. Avec Melha Bedia... mer. 24, ven. 26, mar. 30: 13h30, 15h45, 20h30 / jeu. 25, sam. 27, lun. 29: 15h45, 18h, 20h30 / dim. 28: 11h15, 13h30, 15h45, 20h30.

### LES DERNIERS JOURS DANS LE DÉSERT

Sortie le 17/08/2022, 1h39, **Dramatique**, de Rodrigo Garcia. Avec Ewan McGregor, Tye Sheridan, Ciarán Hinds...  
tj. 20h30.(VO)

### LES MINIONS 2

Sortie le 06/07/2022, 1h28, **Animation**, de Kyle Balda. Avec Gad Elmaleh... mer. 24, ven. 26, mar. 30: 13h30, 18h / jeu. 25, sam. 27, lun. 29: 13h30, 15h45 / dim. 28: 11h15, 13h30, 18h.

### LES VIEUX FOURNEAUX 2 : BONS POUR L'ASILE

Sortie le 01/01/0017, 1h34, **Comédie**, de Christophe Duthuron. Avec Pierre Richard, Eddy Mitchell, Bernard Le Coq...  
tj. 15h10, 17h20, 19h30.

### ONE PIECE FILM - RED

Sortie le 10/08/2022, 1h58, **Animation**, de Gorō Taniguchi. mer. 24, sam. 27, mar. 30: 18h / jeu. 25, dim. 28: 20h30 / ven. 26, lun. 29: 15h45. mer. 24, sam. 27, mar. 30: 15h45, 20h30 / jeu. 25: 15h45, 18h / ven. 26, lun. 29: 18h, 20h30 / dim. 28: 11h15, 15h45, 18h.(VO)

### RUMBALAVIE

Sortie le 24/08/2022, 1h43, **Comédie**, de Franck Dubosc. Avec Franck Dubosc... mer. 24, jeu. 25, ven. 26, sam. 27, lun. 29, mar. 30: 13h30, 15h45, 18h, 20h30 / dim. 28: 11h15, 13h30, 15h45, 18h, 20h30.

### TAD L'EXPLORATEUR ET LA TABLE D'ÉMERAUDE

Sortie le 24/08/2022, 1h30, **Animation**, de Enrique Gato. mer. 24, jeu. 25, sam. 27, lun. 29, mar. 30: 13h30, 15h45, 18h / ven. 26: 13h30, 15h45, 18h05 / dim. 28: 11h15, 13h30, 15h45, 18h.

### THOR: LOVE AND THUNDER

Sortie le 13/07/2022, 1h59, **Aventure**, de Taika Waititi. Avec Chris Hemsworth...  
tj. 20h30.

### UN JOUR SANS FIN

Sortie le 01/01/0010, 1h41, **Comédie, Fantastique**, de Harold Ramis. mar. 30: 18h.(VO)

## LE ROYAL

### BUZZ L'ÉCLAIR

Sortie le 22/06/2022, 1h45, **Aventure, Animation**, de Angus MacLane. lun. 29, mar. 30: 15h.

### IRRÉDUCTIBLE

Sortie le 30/03/2022, 1h40, **Comédie**, de Jérôme Commandeur. sam. 27, lun. 29: 20h30 / dim. 28: 16h.

### LES GOÛTS ET LES COULEURS

Sortie le 22/06/2022, 1h50, **Comédie**, de Michel Leclerc. Avec Rebecca Marder...  
sam. 27, dim. 28: 18h / mar. 30: 17h.

## LES CINÉASTES

### À DEUX, C'EST MIEUX !

Sortie le 01/02/2017, 0h38, **Animation**,

jeu. 25, mar. 30: 11h / lun. 29: 17h.

### CAPITAINE MORTEN ET LA REINE DES ARAIGNÉES

Sortie le 15/08/2018, 1h16, **Animation**, de Kaspar Jancis. mer. 24: 11h / jeu. 25, ven. 26: 10h30 / sam. 27: 16h30 / lun. 29, mar. 30: 14h. (Dès 6 ans)

### CE PLAISIR QU'ON DIT CHARNEL

Sortie le 28/02/1972, 1h38, **Dramatique**, de Mike Nichols. Avec Jack Nicholson... mer. 24, mar. 30: 18h30 / ven. 26: 16h / dim. 28, lun. 29: 15h.(VO)

### DES OISEAUX PETITS ET GRANDS

Sortie le 13/05/1966, 1h29, **Comédie dramatique**, de Pier Paolo Pasolini. jeu. 25: 14h / ven. 26: 16h30 / sam. 27: 20h45.(VO)

### ENQUÊTE SUR LA SEXUALITÉ

Sortie le 16/03/1977, 1h32, **Documentaire**, de Pier Paolo Pasolini. jeu. 25: 16h15 / lun. 29: 17h / mar. 30: 20h30.(VO)

### GROS POIS ET PETIT POINT

Sortie le 30/11/2011, 0h43, **Famille, Animation**, de Lotta Geffenblad. jeu. 25: 16h / sam. 27: 16h30 / lun. 29: 10h30.

### IN THE MOOD FOR LOVE

Sortie le 08/11/2000, 1h38, **Drame, Romance**, de Wong Kar-Wai. dim. 28: 20h30.(VO)

### L'ÉVANGILE SELON SAINT MATHIEU

Sortie le 03/03/1965, 2h17, **Biopic, Dramatique**, de Pier Paolo Pasolini. Avec Enrique Irazoqui, Margherita Caruso, Susanna Pasolini... mer. 24: 15h30 / jeu. 25: 20h30 / ven. 26: 17h45 / dim. 28: 13h30.(VO)

### LA CABANE AUX OISEAUX

Sortie le 06/02/2019, 0h45, **Animation**, de Célia Rivière. Avec Alexia Chicot, mer. 24, mar. 30: 10h30 / jeu. 25: 17h / ven. 26, lun. 29: 11h.

### LA DÉRIVE DES CONTINENTS (AU SUD)

Sortie le 24/08/2022, 1h29, **Dramatique**, de Lionel Baier. mer. 24: 13h30, 18h30 / jeu. 25: 13h30, 20h30 / ven. 26: 14h, 18h30 / sam. 27: 18h45 / dim. 28: 13h15, 18h50 / lun. 29: 13h15, 18h45 / mar. 30: 13h30, 16h15.

### LE JOUR DU DAUPHIN

Sortie le 15/03/1974, 1h45, **Dramatique, Science-Fiction**, de Mike Nichols. mar. 30: 14h.(VO)

### LE PROCÈS DE VIVIANE AMSALEM

Sortie le 25/06/2014, 1h56, **Drame**, de Shlomi Elkabetz, Ronit Elkabetz... jeu. 25: 18h15 / sam. 27: 16h / lun. 29: 13h45.(VO)

### LEILA ET SES FRÈRES

Sortie le 24/08/2022, 2h39, **Dramatique**, de Saeed Roustaei. mer. 24, mar. 30: 15h15, 20h15 / jeu. 25: 15h15, 20h30 / ven. 26: 13h30, 20h15 / sam. 27: 13h30, 20h30 / dim. 28: 14h30, 17h30 / lun. 29: 15h30, 20h30.(VO)

### LES FABLES DE MONSIEUR RENARD

Sortie le 16/09/2015, 0h40, **Animation**, de Lena von Döhren, Yawen Zheng. mer. 24: 16h / ven. 26: 10h30 / dim. 28: 17h.

### LOUPS TENDRES ET LOUFOQUES

Sortie le 16/10/2019, 0h52, **Animation**, jeu. 25: 10h30 / ven. 26: 16h.

### MEMORIES

Sortie le 15/04/1997, 1h53, **Animation, Science-Fiction**, de Koji Morimoto. mer. 24: 13h45, 18h15 / jeu. 25, sam. 27, lun. 29, mar. 30: 18h15 / ven. 26, dim. 28: 20h30.(VO)

### TOUT LE MONDE AIME JEANNE

Sortie le 07/09/2022, 1h35, **Animation, Comédie**, de Céline Devaux. e fantasque et quelque peu envahissant. AVANT-PREMIERE : sam. 27: 16h45.

### TROIS MILLE ANS À ATTENDRE

Sortie le 24/08/2022, 1h48, **Dramatique, Fantastique**, de George Miller. Avec Idris Elba, Tilda Swinton, Aamito Lagum... mer. 24: 13h30, 18h15, 20h30 / jeu. 25: 16h, 18h15, 20h30 / ven. 26, lun. 29: 13h45, 18h15, 20h30 / sam. 27: 14h, 18h45, 20h45 / dim. 28: 14h, 16h15, 18h30 / mar. 30: 15h45, 18h15, 20h30.(VO)

### VESPER CHRONICLES

Sortie le 17/08/2022, 1h52, **Aventure, Dramatique**, de Kristina Buozyte. Avec Raffiella Chapman, Eddie Marsan, Rosy McEwen... mer. 24: 15h45, 20h30 / jeu. 25: 13h45, 18h15 / ven. 26: 16h, 18h15 / sam. 27: 14h, 18h30 / dim. 28: 18h15, 20h30 / lun. 29: 16h, 20h30 / mar. 30: 13h30, 18h.(VO)

### WILD MEN

Sortie le 24/08/2022, 1h42, **Comédie, Thriller**, de Thomas Daneskov. Avec Rasmus Bjerg, Zaki Yousef, Bjorn Sundquist... mer. 24: 13h30, 20h30 / jeu. 25: 14h / ven. 26: 14h, 20h30 / sam. 27: 13h45, 20h30 /

dim. 28: 16h50, 20h30 / lun. 29: 18h30, 20h30 / mar. 30: 16h30.(VO)

### ZIBILLA OU LA VIE ZÉBRÉE

Sortie le 13/11/2019, 0h49, **Animation**, de Martina Svojková, Marjolaine Perreten, Isabelle Favez. Avec Lily Demuyck-Deydier, Arthur Ponsot, Christian Leonard... mer. 24: 17h / dim. 28, lun. 29: 16h.

## MÉGA CGR

### BEAST

Sortie le 24/08/2022, 1h33, **Dramatique, Thriller**, de Baltasar Kormákur. Avec Idris Elba, Sharlto Copley, Iyana Halley... mer. 24, ven. 26, dim. 28, mar. 30: 13h30, 15h55, 17h40, 20h25, 22h20 / jeu. 25: 13h45, 16h, 20h, 22h20 / sam. 27: 13h45, 15h55, 17h40, 20h, 22h20 / lun. 29: 13h45, 15h55, 17h40, 22h20. jeu. 25: 18h / lun. 29: 20h.(VO)

### BULLETT TRAIN

Sortie le 03/08/2022, 2h07, **Action**, de David Leitch. Avec Brad Pitt, Joey King, Aaron Taylor-Johnson... mer. 24, ven. 26, dim. 28, lun. 29, mar. 30: 16h30, 19h30, 22h20 / jeu. 25: 16h30, 19h30, 22h05.

### BUZZ L'ÉCLAIR

Sortie le 22/06/2022, 1h45, **Aventure, Animation**, de Angus MacLane. tj. 11h.

### DE L'AUTRE CÔTÉ DU CIEL

Sortie le 01/01/0017, 1h40, **Animation**, de Yusuke Hirota. Avec Philippe Katerine, Fanny Bloc, Eric Metayer...  
tj. 11h, 13h45.

### DINO RANCH - LES AVENTURES DES DINO-RANÇEURS AU CINÉMA !

Sortie le 10/08/2022, 0h59, **Animation**, de Bill Speers. jeu. 25: sam. 27, lun. 29: 11h15.

### DU COBU PRÉSIDENT !

Sortie le 13/07/2022, 1h25, **Comédie**, de Elie Semoun. Avec Elie Semoun, Émilie Caen, Gabin Tomasino... mer. 24, ven. 26, dim. 28, mar. 30: 16h / jeu. 25: 13h30 / lun. 29: 13h40.

### ELVIS

Sortie le 22/06/2022, 2h39, **Biopic, Musique**, de Baz Luhrmann. Avec Austin Butler, Tom Hanks, Olivia DeJonge...  
tj. 21h45.

### ESTHER 2 : LES ORIGINES

Sortie le 17/08/2022, 1h39, **Horreur, Thriller**, de William Brent Bell. Avec Isabelle Fuhrman, Julia Stiles, Rossif Sutherland... mer. 24, jeu. 25, dim. 28: 15h30, 17h40, 20h, 22h15 / ven. 26, sam. 27, lun. 29, mar. 30: 15h30, 17h40, 20h05, 22h15.

### EVERYTHING EVERYWHERE ALL AT ONCE

Sortie le 31/08/2022, 2h19, **Comédie, Science-Fiction**, de Daniel Scheinert. Avec Michelle Yeoh, Ke Huy Quan, Jamie Lee Curtis... AVANT-PREMIERE : mar. 30: 19h30.

### JACK MIMOUN ET LES SECRETS DE VAL VERDE

Sortie le 12/10/2022, **Aventure, Comédie**, de Malik Benthalha. Avec Malik Benthalha, Joséphine Japy, Jérôme Commandeur... AVANT-PREMIERE : jeu. 25: 19h45.

### JOYEUSE RETRAITE 2

Sortie le 27/07/2022, 1h32, **Comédie**, de Fabrice Braçq. Avec Michèle Laroque, Thierry Lhemitte, Constance Labbé...  
tj. 11h15.

### JURASSIC WORLD: LE MONDE D'APRÈS

Sortie le 08/06/2022, 2h26, **Action**, de Colin Trevorrow. Avec Mamoudou Athie, Chris Pratt, Bryce Dallas Howard...  
tj. 22h05.

### KRYPTO ET LES SUPER-ANIMAUX

Sortie le 27/07/2022, 1h40, **Animation**, de Jared Stern. Avec Muriel Robin, tj. 11h, 13h30, 17h45.

### LA CABANE AUX OISEAUX

Sortie le 06/02/2019, 0h45, **Animation**, de Célia Rivière. Avec Alexia Chicot, mer. 24: 13h45.

### LA DÉGUSTATION

Sortie le 31/08/2022, 1h32, **Comédie, Romantique**, de Ivan Calbérac. Avec Isabelle Carré... AVANT-PREMIERE : ven. 26: 20h.

### LA OÙ CHANTENT LES ÉCRIVAINS

Sortie le 17/08/2022, 2h05, **Dramatique, Thriller**, de Olivia Newman. Avec Daisy Edgar-Jones, Taylor John Smith, Harris Dickinson... mer. 24, ven. 26, dim. 28: 11h, 16h30 / jeu. 25: 11h, 13h30 / sam. 27, lun. 29: 11h, 13h45 / mar. 30: 11h. mar. 30: 16h30.(VO)

### LA TRÈS TRÈS GRANDE CLASSE

Sortie le 10/08/2022, 1h40, **Comédie**, de Frédéric Quiring. Avec Melha Bedia, Audrey Fleuret, François Berléand... mer. 24: 11h15, 15h45, 20h10 / jeu. 25: 11h15, 13h30, 15h45, 20h10 / ven. 26: 11h15, 15h45 / sam. 27, lun. 29: 11h15,

13h30, 15h45, 20h / dim. 28: 11h15, 13h30, 20h05 / mar. 30: 11h15, 13h30, 15h40.

### LEBAL DEL' ENFER

Sortie le 24/08/2022, 1h46, **Horreur, Thriller**, de Jessica M. Thompson. mer. 24, ven. 26, dim. 28: 13h45, 19h45, 22h10 / jeu. 25: 13h45, 20h, 22h20 / sam. 27, lun. 29: 13h35, 19h45, 22h10 / mar. 30: 13h45, 19h55, 22h10.

### LES FABLES DE MONSIEUR RENARD

Sortie le 16/09/2015, 0h40, **Animation**, de Lena von Döhren, Yawen Zheng. sam. 27: 13h45.

### LES MINIONS 2 : IL ÉTAIT UNE FOIS GRU

Sortie le 06/07/2022, 1h28, **Animation**, de Kyle Balda. mer. 24, jeu. 25, sam. 27, lun. 29: 11h15, 15h45 / ven. 26, dim. 28, mar. 30: 11h15, 15h45, 18h.

### LES VIEUX FOURNEAUX 2 : BONS POUR L'ASILE

Sortie le 01/01/0017, 1h34, **Comédie**, de Christophe Duthuron. tj. 11h, 13h40, 15h40, 17h40, 19h40.

### LES VOILETS VERTS

Sortie le 24/08/2022, 1h37, **Drame**, de Jean Becker. Avec Gérard Depardieu, Fanny Ardant, Benoît Poelvoorde...  
tj. 11h15, 13h30, 15h40, 17h50, 20h.

### LOUPS TENDRES ET LOUFOQUES

Sortie le 16/10/2019, 0h52, **Animation**, dim. 28: 16h.

### MENTEUR

Sortie le 13/07/2022, **Comédie**, de Olivier Baroux. Avec Tarek Boudali, Artus, Pauline Clément... mer. 24, sam. 27, lun. 29: 18h, 22h25 / jeu. 25: 18h, 22h30 / ven. 26: 13h30, 22h25 / dim. 28, mar. 30: 22h25.

### MIA ET MOI, L'HEROÏNE DE CENTOPIA

Sortie le 20/07/2022, 1h22, **Animation, Famille**, de Adam Gunn. Avec Margot Nuccetelli, Dave Willetts, mer. 24, ven. 26, dim. 28, mar. 30: 11h15.

### NOPE

Sortie le 10/08/2022, 2h10, **Horreur**, de Jordan Peele. mer. 24, jeu. 25, ven. 26, sam. 27, dim. 28, lun. 29: 19h30, 22h10 / mar. 30: 19h40, 22h10.

### ONE PIECE FILM - RED

Sortie le 10/08/2022, 1h58, <

## BALADE

## ATELIER

## RENCONTRES

## SPECTACLE

### Le cerf



PHOTO : PIXABAY

En quête de nourriture, de partenaires ou d'habitats, le cerf laisse de nombreuses traces et indices de présence. Au cours d'une balade en forêt de Bercé, l'agent de l'ONF vous aidera à les repérer et à les reconnaître en milieu naturel.

**Mercredi 24 août**  
De 14h30 à 16h30  
Forêt de Bercé  
2 rue du Bourg ancien à Jupilles  
Tarifs : de 5 à 7 euros  
Sur réservation

### Technique Tataki Zomé



PHOTO : PIXABAY

Avec Chloé, venez réaliser votre propre empreinte végétale 100 % sauvage. Cette technique d'origine japonaise a pour principe de frapper des feuilles afin d'en révéler l'empreinte de la plante sur tissu ou papier. Chacun repart avec sa création.

**Vendredi 26 août**  
De 14h30 à 16 heures  
Carnuta  
2 rue du Bourg ancien à Jupilles  
Tarif : 5 euros  
Sur réservation

### Soirées nocturnes



PHOTO : DR

Suivez le guide à la tombée de la nuit et vivez des sensations fortes dans la forêt de Peschery, à la rencontre des animaux nocturnes. Le monde mystérieux de la nuit vous livrera quelques secrets au cours d'une balade sauvage, la tête dans les étoiles.

**Vendredi 26 août à 20h30**  
Domaine zoologique de Peschery  
À Le Breil-sur-Mérize  
Sur réservation au 02 43 89 86 04 ou par mail à [info@peschery.com](mailto:info@peschery.com)  
Tarifs : de 19 à 29 euros

### Vandales !



PHOTO : PIXABAY

Dans le cadre du Festival « L'Île en été », l'Île MoulinSart, découvrez « Vandales ! » ! Derrière leurs peintures de guerre, leurs sorcelleries, leurs grimaces, leurs fumées et leurs peaux de bêtes, découvrez ces trois barbares qui viennent vous faire rire et frissonner ! Après ce spectacle à l'humour décapant vous n'aurez certainement plus la même image de ces effroyables « Vandales » !

**Dimanche 28 août à 16 heures**  
Île MoulinSart  
Rue du canal à Fillé  
Contact : 02 43 57 05 10  
GRATUIT

les  
**comptoirs**  
de la **bio**

Groupement de magasins indépendants



**OUVERTURE**

**DE VOTRE MAGASIN BIO**

**À ARNAGE**

**JEUDI 25 AOÛT DÈS 8H30**

**DU JEUDI 25 AU SAMEDI 27 AOÛT**

**-10%**

**SUR LE RAYON  
FRUITS  
& LÉGUMES**



**UN CABAS EN  
TOILE DE JUTE  
OFFERT**

Hors promotions en cours.

pour la création d'une  
carte de fidélité

**DE NOMBREUSES ANIMATIONS !**



**PETIT DÉJEUNER BIO OFFERT**

aux clients à l'entrée du magasin



**1 SEMAINE DE TOMBOLA !**

Du 25 août au 1<sup>er</sup> septembre



**ANIMATION TENNIS DE TABLE**

Vendredi 26 août après-midi



**DÉGUSTATIONS**

Samedi 27 août toute la journée

Ouvert du lundi au samedi de 8h30 à 19h30  
[www.lescomptoirsdelabio.fr](http://www.lescomptoirsdelabio.fr)

Le Petit Nauguibert  
Rue des Collèges

**ARNAGE**

Pour votre santé, mangez au moins cinq fruits et légumes par jour. [www.mangerbouger.fr](http://www.mangerbouger.fr)

# À vous de jouer !



PHOTO : N.P

## Les tournois

« Il y a plusieurs niveaux, cela commence par le P25 qui est le niveau le plus faible et cela monte jusqu'au P2000 où il faut avoir un classement national pour pouvoir y participer. Le sport se développe très bien en Sarthe, il y a la structure Urban qui va ouvrir encore d'autres terrains au Mans. Après, pour faire de la compétition de manière plus assidue, il faut pouvoir se déplacer. Je vais parfois à Amboise, à Blois, à Vendôme... »

Avec la fin des vacances, la rentrée approche à grands pas. Et qui dit rentrée dit reprise, et qui dit reprise peut également dire changement.

Et si vous vous laissez tenter par l'un des nouveaux sports à la mode ? Similaire en de nombreux points au tennis, le padel séduit chaque année plusieurs milliers de nouveaux pratiquants. Convivial, facile d'accès, il vous est présenté par Christophe Edet (voir photo), joueur assidu et bientôt en charge de la structure à La Chapelle-Saint-Aubin.

Plébiscités par un public de plus en plus féminin, les sports de self-défense ont également le vent en poupe. D'ici quelques jours, c'est le Penchak Silat, art martial originaire d'Indonésie et de Malaisie, qui débarque au Dojo des Phoenix avec Karim Mahaoui (page 9). Rencontres.



PHOTO : N.P

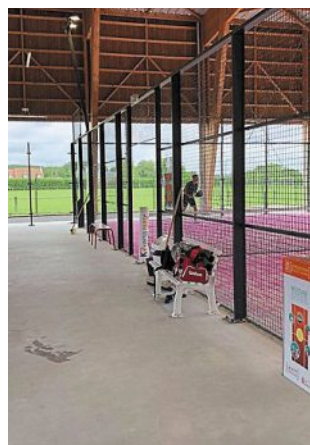


PHOTO : N.P

## L'avenir du padel

« Je pense clairement que le padel deviendra olympique dans quelques années. Cela va continuer à se développer. Pour nous les Français, il faudra attendre quelque temps avant d'être au top, c'est un sport qui est dominé par les Espagnols et les Argentins. »

Dérivé du tennis, le padel est un sport qui a vu le jour dans les années 1970 sous l'impulsion du Mexicain Enrique Corcuera. Très rapidement démocratisé en Espagne et notamment à Marbella, il faut pourtant attendre plus de 15 ans avant que le sport ne débarque en France, dans les années 1990, et plus de 40 ans pour qu'il devienne une vraie tendance dans l'Hexagone. Très facile d'accès, il se démocratise à travers des compétitions dans toute la France, mais aussi à travers la création de nouveaux clubs et de nouveaux terrains, comme à La Chapelle-Saint-Aubin. « Les courts ont été créés il y a deux ans, nous avons beaucoup d'adhérents tennis qui allaient jouer au padel au club des Cèdres, premier club à avoir lancé le padel en Sarthe. On a pris le risque de se lancer et cela s'avère payant. On avait l'idée de refaire un terrain couvert comme pour le tennis, et puis finale-

ment on est parti sur quelque chose de semi-ouvert, avec un toit mais de l'air qui rentre au-dessus des parois » confie Christophe Edet, joueur de padel à l'ASCA, et bientôt en charge de la structure au sein du club.

## Mêmes règles qu'au tennis, ou presque

Parce que oui, le padel se joue dans une « cage » entourée de parois, où la balle peut rebondir. Et à quatre joueurs. Le but, étant, comme au tennis, de marquer des points en forçant l'adversaire à renvoyer la balle avec plus d'un rebond. « Les matchs se jouent en deux sets gagnants. On sert croisé, comme au tennis, chaque joueur a son côté, on change très rarement. En compétition il n'y a pas d'avantage comme au tennis, c'est-à-dire que quand il y a égalité, 40/40, celui qui gagne le point remporte le jeu. »

## Un sport convivial

En France, 150 000 personnes pratiquaient le padel en 2021, contre 80 000 en 2019. À l'échelle de La Chapelle-Saint-Aubin, ce sont plus de cent licenciés qui sont recensés au sein du club, soit une proportion équivalente à la moitié des joueurs de tennis du club. « Le padel est un sport facile à appréhender. On joue à 4, c'est très convivial, il n'y a pas besoin d'avoir une technique extraordinaire, cela ressemble un peu aux raquettes de plage avec lesquelles on joue durant l'été. Au bout de quatre ou cinq matchs on prend vite des repères et on peut progresser très rapidement » reconnaît Christophe, qui se voit bien passer quelques diplômes afin de devenir encadrant à temps plein au sein du club. Avant de surenchérir : « Aucune qualité n'est réellement nécessaire, il faut aimer le jeu et aimer s'amuser, être un peu

compétiteur. C'est un sport où il ne faut pas forcément chercher à gagner le point, l'idée est surtout de ramener la balle. Plus on tape fort plus la balle revient. Les points sont souvent marqués au filet. » Alors que des portes ouvertes pourraient être organisées dans les jours à venir, il est d'ores et déjà possible de s'inscrire pour la saison 2022/2023 au sein de l'ASCA Tennis Padel, soit en choisissant l'option padel, soit en choisissant l'option tennis + padel.

**ASCA Tennis Padel**  
Rue de Coup de Pied  
Contact et inscription au  
02 43 47 66 48

Ou par mail : [ascatenis@orange.fr](mailto:ascatenis@orange.fr)  
Facebook : ASCA Tennis Padel

Nicolas Prieto

[nicolas.prieto@lemans.maville.com](mailto:nicolas.prieto@lemans.maville.com)



PHOTO : N.P



PHOTO : N.P



## ■ Une discipline en vogue

« La self-défense continue à se développer puisque l'insécurité demeure bel et bien malheureusement. L'idée d'avoir des gens qui pratiquent n'est pas de leur faire peur, mais qu'ils aient l'assurance de se dire qu'à tout moment ils sauront prendre la bonne décision. Sachant que la fuite est la meilleure des solutions, et que le contact et les techniques sont le dernier recours. »



PHOTO : N.P



PHOTO : N.P

# L'art de la défense

Enseigné par Karim Mahaoui (5ème dan), le Penchak Silat, sport de défense originaire de l'Asie du sud est, signe son retour au Dojo des Phoenix. Rencontre.

## Franck Ropers, le pionnier

Pratiquant le Penchak Silat depuis plus de 30 ans, Franck Ropers fait découvrir cette discipline au plus grand nombre grâce à sa chaîne YouTube « FRANCK ROPERS ».

Disposant de plus d'un million d'abonnés, il publie régulièrement des petites vidéos afin d'appréhender au mieux certaines situations d'agression que l'on peut retrouver dans la rue, avec les comportements et techniques à adopter, notamment inspirés du Penchak Silat. Parallèlement à ça, le combattant de 60 ans dispose de sa propre académie (regroupant plus de 40 écoles) où il enseigne le Penchak Silat et ses techniques de self-défense dans le monde entier. « Tout ce qui peut favoriser cette pratique est bon à prendre. Moi-même je suis issu de l'école Franck Ropers, qui est déjà venu au Mans d'ailleurs » reconnaît Karim Mahaoui.

## ■ Pour s'inscrire

25 rue des Acacias

Contact : 02 43 57 04 34

Inscriptions sur : [dojodesphoenix.com](http://dojodesphoenix.com) (séance d'essai gratuite)

Les cours de Penchak Silat seront dispensés le lundi de 20h15 à 21h30

## Qu'est-ce que le Penchak Silat ?

**Karim Mahaoui :** C'est un art martial indonésien, originaire de Jakarta. C'est un sport de défense, qui a été développé par les Indonésiens et qui leur a servi lorsqu'ils ont été envahis par les Hollandais. Il est grandement inspiré des animaux et de la jungle, il y a pas mal de gestes et d'enchaînement de mouvements dans cet esprit-là. Le Penchak Silat ressemble pas mal au kung-fu avec un axe davantage self-défense, à mains nues, et avec armes blanches.

À titre personnel, je suis ceinture noire 5ème dan de Penchak Silat et je suis heureux d'ouvrir une nouvelle section à la rentrée.

**C'est un sport qui a déjà été proposé au Dojo des Phoenix par le passé, puis arrêté. Qu'est-ce qui a expliqué son abandon, puis finalement cette reprise à la rentrée ?** Nous avons arrêté le Penchak Silat à cause de l'énorme succès du krav maga où nous avions plus de 200 licenciés. Mais j'avais vraiment cette envie de reprendre et d'enseigner à nouveau le Penchak, cela a été une vraie demande de ma part.

## À quel public cela s'adresse ?

Dans les sports de défense comme ça, il n'y a pas qu'un seul public, c'est très large. On se rend même compte qu'il peut y avoir plus de femmes que d'hommes.

## En effet, la self-défense et notamment le krav maga séduisent de plus en plus un public féminin.

## Vous pensez que ce sera pareil pour le Penchak Silat ?

Cela va être intéressant de voir comment cela va se passer, mais je pense que ce sera quasiment du moitié moitié. Il y a beaucoup de gens qui n'adhèrent pas au krav maga, et le Penchak Silat est un art martial, c'est différent. Il y a une philosophie derrière, il y a des katas par exemple.

## Justement, quelle est la différence principale entre le Penchak Silat et le krav maga ?

Le krav maga est un sport de combat, le Penchak est un art martial. Au Penchak Silat on apprend la courtoisie, le respect, la patience. Dans un art martial il faut toujours être plus posé. En termes d'approche, je dirais qu'il faut venir essayer les deux et se faire sa propre opinion pour savoir lequel on préfère.

## Quel est le plus efficace pour se défendre dans la rue ?

L'avantage des deux activités, c'est que vous pouvez apprendre à vous défendre rapidement, ce qui n'est pas le cas d'autres arts martiaux ou sports de combat. Mais je dirais que le plus efficace dans la rue, cela reste la détermination.

## Ce n'est pas trop dur pour vous de passer d'un enseignement à l'autre ?

Ce sont deux activités différentes, deux mondes et deux univers différents donc cela n'a rien à voir. J'y suis habitué.

## Est-ce que vous vous attendez à voir certains licenciés arrêter le krav maga pour se mettre au Penchak Silat ?

Dans tous les cas il y a forcément des gens du krav maga qui vont vouloir essayer le Penchak Silat. Ils se feront leur propre opinion, mais l'idée est de ne pas les perdre et qu'ils continuent à faire de la self-défense, peu importe laquelle.

## Quelles compétences le Penchak Silat mobilise-t-il ?

La coordination, la latérisation (gauche/droite), ainsi que le travail des réflexes naturels.

## Est-ce que la progression est rapide dans un sport comme celui-ci ? Clairement, c'est tout l'objectif du Penchak Silat.

## L'enseignement sera plutôt axé grand public ou plutôt sur la compétition et le passage de grades ?

Nous avons pour objectif d'intéresser le plus grand public, de toute manière la compétition n'est pas l'idée principale d'un sport comme le Penchak Silat. On cherche à développer les gens mentalement, pour qu'ils soient bien dans leur tête et dans leur corps. L'idée est de se sentir rassurer quand on marche dans la rue.

## C'est un sport où l'on peut se défouler ?

Le Penchak Silat permet surtout de travailler la concentration. Le positionnement du corps, le renforcement du corps, il y a pas mal de répétitions. Le défoulement est davantage présent dans des sports comme la boxe.

Nicolas Prieto

[nicolas.prieto@lemans.maville.com](mailto:nicolas.prieto@lemans.maville.com)

## Un premier pâtes-food

En compagnie de Guillaume Groleau, Julie Ruellet a ouvert au Mans le premier restaurant français de la franchise américaine « Murray's », fin juin. Rencontre.



PHOTO : MURRAY'S

**Que peut-on retrouver chez Murray's ?**

**Julie Ruellet :** Nous proposons des mac and cheese, des pâtes au fromage, un concept américain par excellence. C'est le plat familial américain par excellence. Nous le déclinons sous plusieurs formes, le classique avec des pâtes au fromage et un peu de chapelure par-dessus, le cup à composer avec du fromage et tout ce que l'on veut par-dessus, ou alors sous forme de recettes signatures que l'on a élaborée avec plusieurs tailles.



PHOTO : MURRAY'S

**Comment avez-vous connu le concept ?**

Je travaillais aux États-Unis, et il existait pas mal de petits restaurants à New York, dont Murray's. Je suis un peu difficile et je trouvais ça sympa de pouvoir composer son cup avec ses propres ingrédients.

### L'origine des produits

« Une partie est importée des États-Unis, et nous avons aussi trouvé des fournisseurs ici en France, avec la volonté de se rapprocher du goût américain, mais adapté aux palais français. Nous avons champ libre pour nous organiser comme nous voulons. »

### D'autres recettes ?

« On aimerait modifier toutes les recettes à un certain moment, et surtout mettre en place des recettes éphémères, pour Halloween, pour Noël... En fonction du calendrier. »

### Sur place, à emporter ou en livraison

« Nous disposons de sept places assises et d'une petite terrasse que nous pourrions aménager, mais notre concept est essentiellement axé sur la livraison (Deliveroo/Uber eats) et l'emporter, d'où l'importance de s'être implanté en centre-ville. »

**Vous êtes le premier point de vente européen de la marque. Cela ne vous met pas trop de pression ?**

Il y a pas mal de pression, on n'arrête pas depuis quelques jours, mais on a de bons retours donc c'est encourageant.

### Pourquoi Le Mans ?

C'est une ville que je connais bien, j'y ai vécu, j'ai des amis qui y habitent. Je sais comment la ville fonctionne, ce que les clients aiment manger. Cela aurait, par exemple, été plus compliqué de venir sur Paris qui est plus grand et qui fonctionne davantage par quartier.

**Les recettes proposées ont été travaillées uniquement pour la France, ou elles reprennent ce qui est à la carte aux États-Unis ?**

Elles ont entièrement été pensées pour la France. J'aime beaucoup les États-Unis, mais au niveau de la nourriture et des mélanges ce ne sont pas



PHOTO : N.P

forcément les meilleurs (*tires*). Ils sont très oignons frits, beaucoup beaucoup de fromages... On a revisité un peu tout ça. Nous avons une recette un peu Italienne avec de la câpre et de l'olive noire, une autre au saumon, la Nouvelle Orleans avec de l'effiloché de porc, de la patate douce, du poivron... On s'est dit que pour satisfaire tout le monde il en fallait une au bœuf, une au porc, une au poulet, une au saumon et une veggie.

**Il est donc également possible de composer son propre cup, comment cela se passe ?**

Nous proposons un choix d'ingrédients et les clients sélectionnent ce qu'ils souhaitent. Des protéines : porc effiloché, poulet mariné, cordon-bleu, merguez, jambon cru, saumon... Des fromages, : cheddar, emmental, burrata,

bleu... Des légumes : pickles de chou-fleur, brocoli, tomate, aubergine confite...

### Quelle est votre cible ?

Murray's s'adresse aussi bien aux étudiants qu'aux cadres qui veulent dépenser un peu plus. On a des gens des bureaux d'à côté qui viennent, mais aussi des étudiants de Saint-Charles. Notre communication est assez jeune, mais on touche tout le monde.

**Comment avez-vous vécu les premiers jours d'ouverture ?**

Nous avons eu énormément de monde donc il a fallu assurer le rythme, ce n'était pas évident. Mais avec le fil du temps on s'ajuste bien au niveau des stocks.

**Est-ce que l'on peut dire que vous êtes dans la continuité des chaînes de fast-food américain ?**

Par rapport à nos concurrents américains on fait l'effort d'être un peu plus responsable. Nos cups sont en bagasse par exemple : de la canne à sucre brûlée que l'on va thermoformer pour donner le cup 100 % écologique dans laquelle nous mettons nos pâtes. On ne donne plus de couvert, par contre on en vend qui sont réutilisables. En dessert nous faisons aussi l'effort de proposer des fruits ou des pâtisseries maison, même si ce qui se vend le mieux reste le cookie.

**Du lundi au samedi de 11 à 15 heures et de 19 à 21h45  
12B Place de l'Éperon  
Instagram : murrayfrance**

**Nicolas Prieto**

[nicolas.prieto@lemans.maville.com](mailto:nicolas.prieto@lemans.maville.com)



## Classique & Jazz partout avec vous !

Écoutez-nous sur  
[www.clazz.radio](http://www.clazz.radio)  
ou sur l'application gratuite pour mobiles, tablettes et enceintes connectées.

CLAZZ

Radio



PHOTO : R.R

### La clientèle

« On touche une clientèle aussi jeune qu'âgée. Lors de Le Mans Classic, plutôt destinée à une population un peu chic, on a eu des Suisses notamment. Au Mans il n'y a pas tellement de commerces qui font ce genre d'articles, nous ne sommes pas dans du prêt-à-porter basique mais ça correspond à une vraie demande ».

### Quelles nouveautés pour la rentrée ?

« On fait déjà des retouches sur tous nos articles mais là on va faire de la mesure, c'est-à-dire qu'on va être capable de réaliser un costume en choisissant la matière, le coloris... En plus de la qualité des matières, il y a une prestation intéressante ».



Du mardi au samedi de 10 à 13 et de 14 à 19 heures  
Passage du commerce  
Contact : 02 41 87 46 44 PHOTO : R.R



PHOTO : R.R

## Harold mise sur le prêt-à-porter chic

Ouvert en mai dernier, au cœur du passage du Commerce, Harold propose des marques prestigieuses de prêt-à-porter.

L'institution Bouvet n'est jamais très loin lorsqu'on discute chez Harold. « Ceux qui viennent sont des anciens habitués de la maison Bouvet, ils sont ravis. Ça fait trois ans qu'ils n'arrivent plus à s'habiller » reconnaît Fabienne de La Chapelle, gérante des lieux. Le magasin de prêt-à-porter haut de gamme a été lancé en mai par Harold Capitaine, déjà responsable de « L'arlequin » à Angers et Tanguy Eude.

### Plusieurs grandes marques européennes

L'endroit fait renaître le goût du vêtement chic au Mans.

Celle qui vous y conseillera le plus souvent est pourtant juriste de formation. Fabienne de La Chapelle est le véritable couteau suisse de l'enseigne : « Comme je couds, c'était intéressant pour eux d'avoir quelqu'un de polyvalent pour tenir le magasin ». Chez Harold, plusieurs grandes marques européennes (italiennes, autrichiennes, anglaises et écossaises) sont disponibles. En termes de textiles, il y en a pour tous les usages... à condition de rester sous son jour le plus chic. Outre les chemises italiennes et autres pantalons de la taille 46 à 58, le magasin compte des parkas de chasseurs, des polos et sahariens.

À ça, vous pourrez ajouter une dose d'accessoire qui se marie bien : cravates, foulards, chapeaux...

### Du stock féminin à la rentrée

Depuis l'ouverture, au printemps, les rayons de la boutique connaissent un stock plutôt masculin mais en cette rentrée de septembre, et à l'approche de la collection automne-hiver, de nombreuses pièces féminines sont attendues. Un achalandage de pulls est également à attendre.

Raphaël Rufflé-Marjot

raphael.rufflemarjot02@lemans.maville.com

### ELLE AIME...

#### Le Barracuda

PHOTO : R.R



« C'est un bar à rhum qui s'est ouvert il y a un an et je trouve l'endroit très convivial ».

9 rue Victor Bonhomme

#### Mistigriff

PHOTO : R.R



« J'aime bien m'y balader avec mes filles ».

8 rue Nationale

#### Les Alpes Mancelles

PHOTO : J.M



« Il y a des endroits qui sont très sympatiques comme Sainte-Suzanne, Saint-Léonard des Bois et Saint Ceneri ».



## RENTRÉE GAGNANTE

# 100€

DU 22/08  
AU 08/10

**SUR 1 MONTURE  
+ 2 VERRES  
ANTI-REFLETS**

**DE REMISE  
IMMÉDIATE\***

REF MONTURE : SIR2107 300. Prix de vente TTC conseillé avant remise : 179€. \*Du 22/08/2022 au 08/10/2022, bénéficiez de 100€ de remise pour l'achat d'un équipement optique complet (1 monture optique + 2 verres correcteurs) équipé de deux verres unifocaux ou progressifs, 1.5 durcis et anti-reflets de la gamme Exactis, ou équivalent. Remise immédiate effectuée en caisse sur le prix de vente TTC de l'équipement choisi. Offre non valable sur un équipement équipé, en tout ou partie (monture et/ou verres), d'un produit bénéficiant d'un tarif spécial au titre du forfait 100% santé/Classe A. Non cumulable avec tout autre forfait, promotion, tarif spécifique ou avantage en cours. Offre valable dans ce magasin. Les lunettes correctrices sont des dispositifs médicaux qui constituent des produits de santé réglementés portant à ce titre le marquage CE. Consultez un professionnel de santé spécialisé. 28/06/2022. KGS RCS Versailles 421 390 188.

**Centre commercial Médicis Leclerc  
ALLONNES - 02 43 39 04 60**

**Lynx** OPTIQUE  
+de 100 magasins en France

## Parc Banjan : le calme aux portes de la ville

Véritable espace semi-naturel, le parc de Banjan est un petit coin de calme aux portes de la ville. Il se situe sur la coulée verte qui relie Le Mans à Coullaines. Créé en 1976, le site a pris ses marques sur un ancien coteau de vergers et de vignes qui produisaient alors un vin local bien apprécié. Aujourd'hui, il conserve des allures sauvages avec un aspect de bocage sarthois.

**Parc Banjan**  
Rue de Sargé  
Ouvert en continu



PHOTO : R.R



PHOTO : R.R

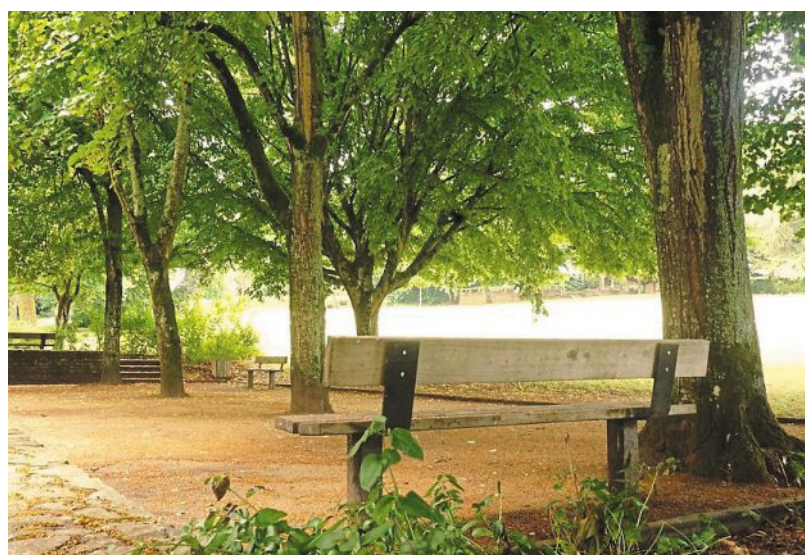


PHOTO : R.R



PHOTO : R.R

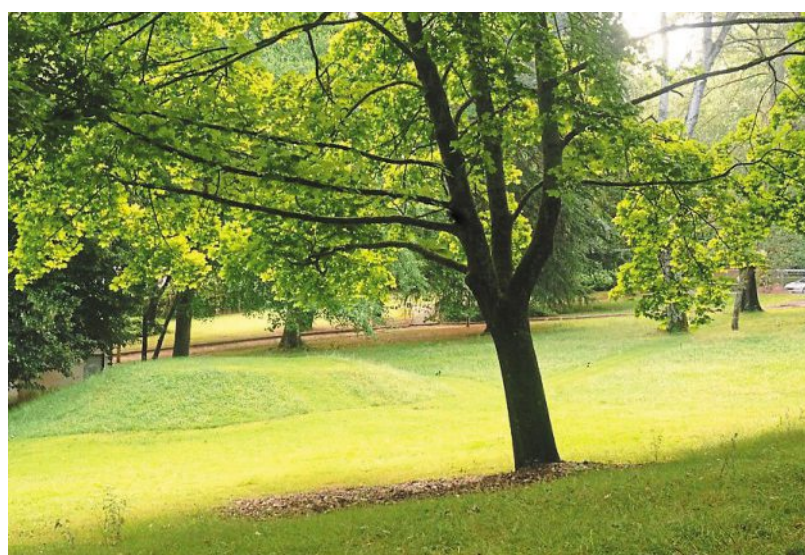


PHOTO : R.R



PHOTO : R.R

**Ses déplacements préférés**

« J'ai beaucoup aimé Strasbourg et Dijon. En termes d'ambiance, ce sont des publics différents. Strasbourg, c'était leur dernier match avant les play-off donc c'était vraiment une salle chauffée. Après, nous, quand on est sur le banc, on est concentrés dans le match et on ne regarde pas ce qui se passe autour. L'exception, c'est Limoges où les supporters sont au premier rang derrière nous, et j'ai presque envie de dire que ça tabasse ».

**Comment a-t-elle concilié basket et Covid ?**

« Mon métier premier qui était d'organiser les espaces réceptifs, je ne pouvais plus le faire puisque c'était interdit. Personnellement, j'ai continué à être assez active dans le sens où je faisais les déplacements. Le sportif continuait à suivre puisque les matchs étaient à huis clos. On travaillait sur des projets à long terme. Maintenant notre mot, c'est : on s'adapte ».

**Sa vie au Mans...**

« En arrivant ici, j'ai dû tout découvrir et me faire un cercle d'amis. Je ne connaissais personne. Le Mans, c'est la ville où j'ai commencé à travailler. C'est une ville à taille humaine dans laquelle je me projette. Je veux continuer à être challengée et à faire ce que j'aime ».

# Perrine Peugnet, un rôle pivot au cœur du MSB

Dans les coulisses du MSB, Perrine Peugnet est chargée de l'événementiel et de l'action sociale. À 24 ans, celle qui dédie sa vie au basket, est également arbitre les week-ends.

**Votre vie tourne autour du ballon orange depuis quelques années. Qui êtes-vous ?**

**Perrine Peugnet :** Je suis originaire de Lille. Il y a trois ans, je suis arrivée en Sarthe pour le MSB. Pour commencer, j'y ai fait deux années en alternance avant de poursuivre l'aventure avec eux.

**Avant cette expérience, quel lien tissiez-vous avec le basket ?**

J'ai été joueuse et aujourd'hui je suis arbitre de basket. J'ai fait tous mes stages scolaires dans le milieu du basket et été bénévole au club de Lille. C'est en partie grâce à ça que j'ai intégré le MSB.

**Au sein du MSB, vous êtes responsable événementiel. Quel rôle avez-vous au quotidien ?**

Je m'occupe de toute la partie réceptive et de l'animation les soirs de matchs. J'ai d'autres casquettes, notamment la gestion des actions sociales. Il n'y a pas de journée type car tout dépend si on est en semaine de match ou de non-match, et également en fonction des demandes des joueurs.

**Quelle est votre relation avec l'encadrement du MSB et avec les joueurs ?**

J'ai l'avantage d'être assez proche des joueurs puisque je m'occupe de leur arrivée en août. Je fais régulièrement les déplacements avec l'équipe. Ça me permet de voir ce qui se passe dans les autres clubs, prendre des bonnes idées. J'ai une relation un peu différente avec les joueurs que les autres salariés administratifs. Forcément lors des déplacements, on part à 15 et on est dans le même bateau.

**Début 2022, avec le département, vous avez organisé plusieurs**



PHOTO : DOMINIQUE BREUGNOT

**entraînements avec des jeunes joueurs du coin...**

Effectivement, on fait des actions sociales pour le département et la ville. C'est pour aller à la rencontre des jeunes basketteurs sarthois. Chaque année, on visite trois clubs choisis par le département. Les jeunes approchent de près leurs idoles, ils reçoivent des conseils techniques d'un basketteur pro.

**Comment se passe l'arbitrage ?**

J'arbitre le week-end en championnat de France, dans un rayon de 250 kilomètres (aller) du Mans. L'avantage c'est que

je côtoie des joueurs professionnels donc je ressens ce qu'ils ressentent par rapport aux décisions arbitrales. Le seul inconvénient, c'est que j'arbitre un peu moins parce que le samedi soir il faut que je sois à Antarès.

**Quelle formation avez-vous suivie pour devenir arbitre ?**

Je me suis lancé lorsque j'avais 15 ans, tout simplement parce que mes parents sont également arbitres. Je suis proactive, j'aime bien prendre des décisions et c'est ce qu'on retrouve sur le terrain. Ça a été naturel pour moi. J'ai com-

mencé par une formation d'arbitre départementale avec les jeunes, ensuite on est évalués pour savoir si on est au niveau. Après j'ai arbitré en régional jeunes, passé mon examen régional seniors. À ce moment-là, j'ai intégré le groupe « potentiel » avec plusieurs jeunes destinés à arbitrer au plus haut niveau. Au vu de mes évaluations, en juin 2019, j'ai été promu pour être arbitre en championnat de France (national 3 hommes et national 1 femmes).

**Raphaël Rufflé-Marjot**

[raphael.rufflemarjot02@lemans.maville.com](mailto:raphael.rufflemarjot02@lemans.maville.com)



PHOTO : DOMINIQUE BREUGNOT

**Papea Parc**

**+ DE 30 ATTRACTIONS**

**+1 NOUVEAU SPECTACLE**

**LE MANS - PAPEAPARC.FR**

Conception et réalisation LCOM - 321 762 031 R.C.S. Le Mans

## Un soutien de poids

Avec Studeko, application qu'il a créée il y a un an, Matthieu Bourné aide plus de 3000 étudiants à faire des petites économies au quotidien. À travers plus de 400 bons de réduction hebdomadaires à utiliser dans une soixantaine de sociétés partenaires (boulangeries, cinémas, boutique, coiffeur...), le jeune manceau de 21 ans voit grand. S'il travaille pour construire un business model autour du concept, il n'en oublie pas l'envie de le développer dans de nombreuses villes en France, à terme. D'ici là, ce passionné de tennis dévoile six endroits qu'il affectionne tout particulièrement dans notre ville.



PHOTO : MATTHIEU BOURNÉ

### ■ L'Arche de la Nature

« Je possède un chien, un labrador, et j'aime beaucoup le promener à l'Arche de la Nature. Je trouve que ce qu'a fait la ville du Mans avec ce coin est vraiment génial. C'est très bien entretenu, c'est apaisant, j'y vais soit le matin très tôt soit le soir assez tard. Le cadre est très naturel, on peut y voir des animaux, des chevreuils, et c'est juste à côté du Mans. Pour les familles et les sorties c'est juste parfait. Je passais beaucoup de temps à l'Arche également quand j'étais petit donc j'ai forcément une image positive. »



PHOTO : N.P

### ■ USM Tennis

« Cela a été un de mes premiers clubs de tennis et plus globalement c'est un endroit où j'organise pas mal de choses, notamment le match d'exhibition qui s'est déroulée mi juin pour Studeko. Le stade Léon Bollée est juste à côté, cela me rappelle notre équipe de foot et la période où l'on était en Ligue 1. Quand on joue sur les terrains extérieurs de l'USM, on aperçoit le lycée Montesquieu, et j'ai beaucoup de souvenirs de quand j'y étais et que je regardais les courts par la fenêtre, quand je m'ennuyais en classe (tires). »



PHOTO : N.P

### ■ Le Venez

« Il est situé place de la République, il y a beaucoup de vie, c'est l'un de mes restaurants favoris. C'est un endroit assez calme où je vais depuis que je suis tout petit, au collège j'y allais même avec des amis à moi. Aujourd'hui c'est l'un des partenaires de Studeko donc je connais bien le gérant. Je recommande cette adresse, c'est très bon et pas cher. »



PHOTO : N.P

### ■ ,Saint-Julien (quartier)

« Je n'habite pas dans le centre-ville donc il faut bien que je me gare quand j'y viens. Du coup c'est dans ce quartier que je trouve toujours de la place, il est juste à côté du centre et des Quinconces. C'est un vrai bon plan. Le quartier est très calme et c'est là où j'étais au collège donc cela me rappelle des souvenirs. »



PHOTO : N.P

### ■ Le Café du jet d'eau

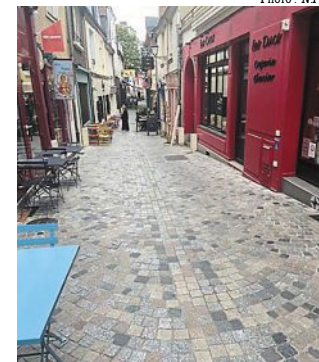
PHOTO : N.P



« C'est un endroit où j'adore aller en fin de journée. Il y fait super bon et on a la cathédrale pas loin. J'y passe pas mal de temps notamment avec des amis, c'est l'un de mes endroits favoris au Mans. »

### ■ Rue des Ponts Neufs

PHOTO : N.P



« L'architecture de la rue est superbe, il y a une vraie belle ambiance, et j'aime beaucoup Pizza Maio. C'est un lieu que j'apprécie et où je passe du temps également. »

### Studeko

PHOTO : DR



Site web : [studeko.fr](http://studeko.fr)

Application mobile : Studeko

Instagram : [studekoapp](https://www.instagram.com/studekoapp)

### Les adresses

**L'Arche de la Nature**  
51 rue de l'Estérel

**USM Tennis**  
65 avenue François Chancel

**Le Venez**  
41 place de la République

**Le Café du jet d'eau**  
Place du jet d'eau

## /MOTS/FLÈCHÉS/

INÉVITABLE	ENDROIT PARADISIAQUE	ÉLÉMENT DE LA FORÊT	ALERTÉE	INFANTE D'ESPAGNE	CORPS CÉLESTES
CHEF DU MILIEU	INDÉCIS	GAINS	ARTICLE ANDALOU	TROUBLE	ELLE FAIT BLOC
		ENJEUX			
AGITATION					
FARCIR OU DÉCORER			LÉGÈREMENT COLORÉE		
			RAIRE		
BORD DE CANAL	ENCHÂSSÉ			MÉTAL BRILLANT	
PARTIE DU DERRIÈRE	ABSENCE DE BRUIT			PRÉFIXE D'ÉGALITÉ	
		DU GENRE PARES-SEUX		DÉESSE GRECQUE	
		GREFFÉE		DONNER DU SOUCI	
HÉROS À URI	PETITS DANS LE NID				IL COMBATTIT LES CONFÉDÉRÉS
	NIVELER				
		NOUVELLE LUNE		ENTIER, POUR UN CHIFFRE	
		PARI SUR UN TRIO			
SURVEILLERA				POINTS OPPOSÉS	
MOT DE CHENAPAN				BOIS BRÛLÉS	
	REFUSER L'ÉVIDENCE			CIRCULENT EN LIGNES	
	PETITE PRIÈRE			POSSESSIF	
ATTACHÉE AU PIED			APRÈS L'HEURE NORMALE		FEMMES DE LÉGENDE
QUART D'AN			PASCAL		
		INERTE			
		C'EST DU CONCENTRÉ			
FORME LE PRONOMINAL		GARDIEN DU PAF		SITUÉE CHEZ LE CLERC	
ÉQUERRE		IL RÉPARE UN OUBLI		RETENU	
	CE N'EST PAS BEAUCOUP			CHEMIN DE CAMPAGNE	
SANS HAUTEUR		COMMISSIONS			

## /MOTS/CROISÉS/

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										

### HORIZONTALEMENT

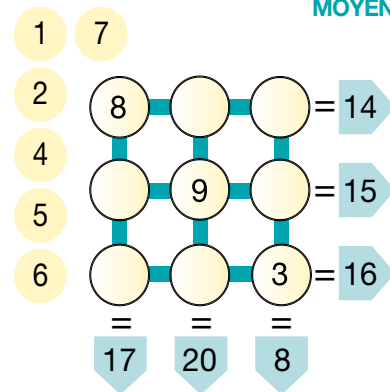
1. Piqure dans le bois. 2. Qui ne porte que sur un côté. 3. Il est chaud et sablonneux. Liquides nourriciers. 4. Affirmatif, sans doute, mais pas très convaincu. Un type assez populaire. 5. Trop mûrs. Piquet à enfoncer dans le sol. 6. Qui appartient à ces hommes. Raccourci pour une entreprise. 7. Il tourne en turbine. Il permet de tout imaginer. 8. Symbole du gallium. Furieux emportements. 9. Demander une certaine presse. C'est la Thaïlande à présent. 10. Edimbourg est sa capitale. Est victime d'un coup de chaleur.

### VERTICALEMENT

A. Est meilleure avec des lentilles. On rigole bien avec elle. B. Engage dans l'armée. Il ne sert pas à grand-chose sans les flèches. C. Grande sévérité. C'est chinois comme jeu. D. Un tout petit volume. Exagérément méchants. E. Point vert du désert. Anormalement courbé. F. Indiens du Colorado. Il avantage les grimpeurs. G. Monnaie de Bulgarie. Qui ne s'arrangent pas. H. Insuffisance rénale. Il se mange en bouchée. I. Rendue toute douce. Il allait au charbon pour le poêle. J. Fait l'article à Rabat. Style de Picasso.

### FUBUKI®

Placez dans la grille les pions jaunes disposés sur la gauche, de façon à obtenir la somme indiquée à l'extrémité de chaque ligne et de chaque colonne.



## /SOLUTIONS/

**SUDOKU FACILE**

7	8	3	1	2	5	6	4	9
5	6	7	9	2	8	3	1	4
2	1	9	4	6	7	8	5	3
4	1	7	2	6	3	5	8	9
6	9	5	8	1	7	4	2	3
8	2	7	6	5	4	1	3	9
9	4	2	5	6	7	8	1	3
1	7	1	4	2	3	6	9	5
3	4	7	6	1	8	9	5	2
5	3	8	9	6	7	2	4	1

**SUDOKU MOYEN**

7	6	1	9	3	2	8	5	4
5	4	9	1	8	7	2	3	6
2	1	7	9	5	4	1	7	9
4	1	7	9	5	4	1	7	9
6	9	5	8	1	7	4	2	3
8	2	7	6	5	4	1	3	9
9	4	2	5	6	7	8	1	3
1	7	1	4	2	3	6	9	5
3	4	7	6	1	8	9	5	2
5	3	8	9	6	7	2	4	1

**MOTS FLÈCHÉS**

E	C	O	S	E	O	C	O	E	
M	V	S	I	S	U	R	G	E	R
S	R	E	S	L	O	C	O	G	A
A	V	O	R	S	I	A	L	E	R
B	E	C	L	E	R	C	L	E	R
U	P	I	E	P	I	E	U	E	
M	E	S	M	E	S	C	O	U	A
S	E	S	E	S	E	S	E	S	E
L	A	T	E	R	A	L	E	R	A
L	E	R	M	O	U	L	E	R	E

**MOTS CROISÉS**

R	A	S	C	O	U	R	S	E			
T	E	P	E	S	E	N	T	E			
H	I	V	E	R	S	A	S	I	S	E	
H	I	L	A	C	E	R	P	A	S	S	E
N	A	G	A	C	A	R	S				
G	U	E	T	T	E	R	A				
T	E	L	L	E	R	A	R	O	N	D	
F	E	S	S	E	A	L	I	O			
G	A	R	N	I	R	O	S	I			
T	R	E	M	B	L	E	M	E	N	T	
C	A	I	D	E	R	E	N	E	N	S	
F	E	A	A	V	A	I	A				

## SUDOKU

### FACILE

2	1							8	
6			2	7	5				
4							9	6	2
				9	1	7	4		
			5	8		3	6		
	8	4	7	2					
8	3	2							9
			1	8	7				6
6								5	4

## SUDOKU

### MOYEN

		7							
	9					2	8		1
	1		7			5	2		
6		1			5			2	
4					8	3	5		
8		9			6				3
	8		9		4	6			
	2				6	4			5
		4							

**DU 8 JUILLET AU 28 AOÛT**  
Du vendredi au dimanche

# LE MANS PLAGE

**ANIMATIONS GRATUITES  
TOUT L'ÉTÉ**

**Allée  
des Prairies de Funay  
(Parking des Atlantides)**

Création graphique : Service communication Ville du Mans - 2022

[www.lemans.fr](http://www.lemans.fr)



**02 43 47 36 52**

**:Of course  
LE MANS**