

# INGENIEUR EN EFFICACITE ENERGETIQUE LE JOUR, ATHLETE SUB ELITE LE SOIR.



**Maël LAURENT** 

Ma devise :

"No human is limited"

## CONTACT

Adresse : SAINT BREVIN LES PINS

Tel : 06.33.06.04.32

Mail : mael.laurent@laposte.net

Age : 5 mai 1996 (30 ans)

Fiche FFA :

<https://www.athle.fr/athletes/1181548/bilans>



## ENTRAINEURS

### DEMI-FOND :

Alain SUBRA

Club : ACNM

### TECHNIQUE DE COURSE :

Alan HURUGUEN

Club : ESCO44

### KINESITHERAPEUTE :

Maxime HARDUIN



## RECORDS

**42k**

2h16min21s

**21k**

1h05min56s

**10k**

30min09s



## AMBASSADEUR

RRunning Guérande

&

AFFYSPO

(-20% avec le CP : LAURENTM20)

**ATHLÉ**  
FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME

**CHANTIERS  
DE L'ATLANTIQUE**



## PRINCIPALES COMPETITIONS ET PRINCIPAUX RESULTATS

- Semi-marathon de Nantes : **4<sup>ème</sup> en 1 h 08 min 07 s (N4)**
- 10 km de Lille : **30 min 09 s (N3)**
- Saison 2026 ↑  
● Semi-marathon Duo de la Brière : **1<sup>er</sup> duo\* en 1 h 07 min 48 s**  
\*Avec mon frère Yohann LAURENT
- Saison 2025 ↑  
● Marathon de Valencia : **2 h 16 min 21 s (N2)**
- Semi-marathon de La Baule : **2<sup>ème</sup> en 1 h 06 min 54 s (N3)**
- Marseille-Cassis : **20<sup>ème</sup> en 1 h 05 min 51 s**
- Championnats de France de semi-marathon (Auray-Vannes) : **44<sup>ème</sup> en 1 h 08 min 13 s (N4)**
- Semi-marathon des Sables-d'Olonne : **20<sup>ème</sup> en 1 h 08 min 43 s**
- 10 km d'Abbeville : **15<sup>ème</sup> en 30 min 16 s (N3)**
- Saison 2025 ↑  
● Championnats de France de Cross à Challans : **260<sup>ème</sup>**
- 10 km de la Tour Eiffel : **10<sup>ème</sup> en 30 min 14 s (N3)**
- Saison 2024 ↑  
● Semi-marathon de Boulogne-Billancourt : **12<sup>ème</sup> en 1 h 05 min 56 s (N3)**
- 10 km de Narbonne : **3<sup>ème</sup> en 30 min 43 s (N4)**
- 10 km de Rouen : **3<sup>ème</sup> en 30 min 31 s (N4)**
- Saison 2024 ↑  
● Championnats de France de 10 km à Roanne : **38<sup>ème</sup> en 31 min 21 s**
- Saison 2023 ↑  
● Championnats de France de Cross à Le Garric : **141<sup>ème</sup>**
- 10 km d'Aubergenville : **6<sup>ème</sup> en 30 min 18 s (N3)**



## PARCOURS ET EVOLUTION ATHLETIQUE

Depuis  
Janvier 2026

**CLUB ESCO44 à Saint-Nazaire** : Athlète Sub Elite, spécialisé dans les courses sur route, évoluant au niveau National 2.

De 2021 à  
Janvier 2026

**CLUB ACNM à Narbonne** : Reprise progressive de l'athlétisme me faisant évoluer en 5 ans de :

42k : 2h45 → 2h16  
21k : 1h11 → 1h06  
10k : 34min → 30min

De 2015 à  
2021

**ÉTUDES SUPERIEURES** : Pratique de la course à pied en loisir pour me consacrer à mes études d'ingénieur en chimie nucléaire.

De 2010 à  
2015

**CLUB LPA à Plérin** : 1<sup>ère</sup> licence d'athlétisme. Déjà orienté vers le 1/2fond, du 800 m au cross-country, avec notamment une participation aux Championnats de France de cross-country et un temps 2 min 02 s sur 800 m