# Dépêch'A3

*Bulletin de liaison de l'A3 Alençon* n° 2005 / 16

***FÊTE DU SPORT***
***ALENÇON***
***samedi 24 septembre 2005***

**Parc des Promenades**
**14 h - 18 h**

**L'A3 tiendra un atelier vitesse**

**ATHLE RUNNING** **5 rue de Falaise**
**Hervé Quettier** **14000 CAEN**
**SOLDES**
**sur un grand choix de chaussures**

***COURSES COUP DE CŒUR***
***POUR L'ETE***

*23 juillet 2005*

***LA TRANSLUTINE***
*à Luc-sur-Mer (14)*
*1,6 - 3,5 - 10,2 km sur la plage à 20 h, à marée basse*

*24 juillet 2005*

***MARJEVOLS-MENDES***
*à Marjevols (48)*
*22,4 km et la fête jusque tard la nuit !!!*
*(y compris un tour de ville, le soir, en petite tenue)*

*10 août 2005*

***LA TRAVERSEE DE TATIHOU***
*à Saint-Vaast-La-Hougue (50)*
*7km, course à marée basse*

*14 août 2005*

***SIERRE-ZINAL, LA COURSE DES CINQ 4000***
*à Sierre ( Suisse)*
*31 km et 2000 m de dénivellé +*
*Sierre-Zinal est à la course de montagne*
*ce que New York est au marathon.*

*20 août 2005*

***L'ENDURO PEDESTRE DES SABLES***
*à Agon-Coutainville (50)*
*5 km (F) et 10 km (H) sur la plage, à marée basse*

**TARIFS**
**POUR LA NOUVELLE SAISON**
**au 1er septembre 2005**

JEUNES jusqu'à MINIMES.....: 48 €

CADETS à VETERANS.....: 68 €

SAMEDI 8 OCTOBRE 2005

À l'occasion de
**L'INAUGURATION de l'A28**

GRANDE MANIFESTATION SPORTIVE

à pied, en roller, à vélo
en relais

Tous les détails pages 9 et 10

**A3 ALENÇON**
**BP162**
**61005 ALENÇON CEDEX**

# RÉSULTATS

## DUATHLON de LIGNIERES La CARELLE / dimanche 22 mai 2005

| *place* | *coureur à pied 7,5 km* | catégorie | performance | cycliste 31 km | performance | temps total |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 7e | Serge DESIERREY | SH | 24'50 '' | *Laurent DELAMARE* | 50'55 '' | 1 h 15' 45 '' |
| 8e | Michel BLIN | VH | 24'52'' | *Henri BARADU* | 50'58'' | 1 h 15' 50'' |
| 15e | Jean-Pierre CHAPELIERE | SH | 26'09'' | *Alexandre LECOEUR* | 53'01'' | 1 h 19' 10'' |
| 17e | Ludovic AMION | SH | 29'14'' | *Didier OLIVIER* | 51'47'' | 1 h 21' 01'' |
| 23e | Pierre SOLE | VH | 31'33'' | *Jean-Pascal NUGUES* | 52'37'' | 1 h 24' 10'' |
| 29e | Françoise ACCIARI | mixte 1ère | 35'12'' | *Philippe ACCIARI* | 52'08'' | 1 h 27' 20'' |

## TRIATHLON de L'AIGLE / samedi 28 mai 2005

| Catégorie | Nom | longueur | méd/ball | course | Points | Place |
|---|---|---|---|---|---|---|
| *Ecole Athlétisme Garçons* | Aymerik DROUILLET | 2 m 76 | 3 m 76 | 1000m ☞3'59'' 6 | 39 | 2e |
| | Vivien VASEUX | 2 m 40 | 3 m 11 | 50m ☞ 9'' 9 | 20 | 8e |
| *Poussins* | | longueur | méd/ball | 50 m | | |
| | Simon FOULON | 3 m 55 | 5 m 82 | 8'' 0 | 60 | 2e |
| | Emmanuel CAMUS | 3 m 23 | 5 m 79 | 8'' 6 | 52 | 5e |
| | Valentin RADET | 3 m 24 | 4 m 36 | 8''3 | 48 | 6e ex |

## CHAMPIONNAT DE L'ORNE - L'AIGLE / samedi 28 mai 2005

| Catégorie | Nom | Epreuve | Performance | Place |
|---|---|---|---|---|
| CF | Virginie FOUILLEUL | longueur | 4 m 25 | 2e |
| | | disque | 19 m 06 | 3e |
| | | 100 m | 13 '' 55 | 🏆1RE |
| | | | | |
| SH | Frédéric DESIERREY | 1 500 m | 4' 16'' 01 | 2e |
| SH | Franck JOUATEL | 1 500 m | 4' 19'' 46 | 3e |
| SH | Mickaël POTTIER | 1 500 m | 4' 32'' 43 | 6e |
| SH | Ludovic AMION | 1 500 m | 5' 17'' 19 | 10e |

## TRIATHLON REGIONAL D'HEROUVILLE St-CLAIR / samedi 4 juin 2005

| Catégorie | Nom | longueur | disque | 50 m | Points | Place |
|---|---|---|---|---|---|---|
| *Benjamines* | Marie-Aude PIROT | 3 m 79 | 10 m 10 | haies ☞9'' 87 | 44 | 18e |
| | Hortense BEDAT | 2 m 62 | 9 m 41 | 8'' 63 | 24 | 31e |
| *Minimes Filles* | | triple-bond | disque | 50 m | | |
| | Laura SCELLIN | 8 m 40 | 15 m 31 | 7'' 6 | 47 | 21e |
| | Ségolène ALVERDI | 8 m 57 | 18 m 82 | 8''34 | 46 | 23e |
| *Benjamins* | | longueur | disque | 1 000 m | | |
| | Quentin ALVERDI | 3 m 42 | 12 m 99 | 3' 38'' 23 | 40 | 21e |
| *Minimes Garçons* | | triple-bond | disque | 50 m | | |
| | Vincent AUPY | 8 m 82 | 16 m 67 | 7'' 49 | 35 | 26e |

# RÉSULTATS

## Les Foulées de MAMERS / samedi 4 juin 2005

### - 8 km -

Classement scratch: 2e **Franck JOUATEL**
2e SH en 27'44''

5e **Gil VERDU**
2e VH1 en 28'14''

7e **Eddy CLOUTIER**
5e SH en 28'50''

8e **Stéphane JOUATEL**
6e SH en 29'02''

11e **Mickaël POTTIER**
7e SH en 29'31''

19e **Jean-Pierre CHAPELLIERE**
13e SH en 30'41''

30e **Denis ALVERDI**
9e VH1 en 32'17''

37e **Ludovic AMION**
21e SH en 32'32

233e **Valérie BELLANGER**
7e SF en 41'39''

☞370 participants

### SEMI-MARATHON

Classement scratch : 8e **Patrick DUGUE**
🏆1er VH2 en 1 h 18'30''

129e **Marie-France JOUATEL**
🏆1er VF2 en 1 h 44' 30

## DEPARTEMENTAUX du CALVADOS - CAEN / dimanche 5 juin 2005

| Catégorie | Nom | Epreuve | Performance | Place |
|---|---|---|---|---|
| CF | **Charlotte LEGARREC** | **100 m série** | 14' 83 | **3e** |
| | | **100 m finale** | **14' 95** | **9e** |
| | | **hauteur** | **1 m 30** | **5e** |
| | | longueur | **3 m 78** | **10e** |
| | | | | |
| **SH** | **Frédéric DESIERREY** | 1 500 m | **4' 14' 44** | **7e** |

# RÉSULTATS

## TRAIL d'ECOUVES et du Pays d'Alençon / RADON - Dimanche 5 juin 2005

### - 61 KM -

Classement scratch: 27e **Philippe PECCATE**
7e VH2 en 6h 33' 23''

38e **Thierry JACQUET**
18e VH1 en 6h 57' 17''

70e **Mario OUTALONG**
18e VH2 en 7h 36' 20''

☞ 92 participants

*Temps du premier: 5 h 15 mn 11 s*
*Temps du dernier: 8 h 58 mn 04 s*

### - 33 km -

Classement scratch: 6e **Michel BLIN**
2e VH1 en 2h 49' 32''

23e **Serge DESIERREY**
9e VH1 en 3h 11' 32''

☞ 172 participants

*Temps du premier: 2 h 29 mn 03 s*
*Temps du dernier: 5 h 06 mn 08 s*

## 10 km / CHAMPIONNAT DE FRANCE - DAX ( 40) / dimanche 12 juin 2005

Course espoirs/seniors: 168e SH **Stéphane JOUATEL**
en 33'53''
4e de Basse-Normandie

☞316 arrivants

Course junior/vétérans 501e **Henry BLAISE-MARTIN**
16e VH3 en 39'43''

☞597 arrivants

## Les FOULEES de BELLEME ( 10 km ) / samedi 11 juin 2005

Classement scratch : 10e **Claude GUILLAUME**
🏆1er VH2 en 37'10''

# RÉSULTATS

## Finale Régionale TRIATHLON benj. / min. + finale des Pointes d'Or CAEN / dimanche 12 juin 2005

| Catégorie | Nom | longueur | poids | 100 m | Points | Place |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ***Minimes Filles*** | **Julie FOULON** | 4 m 11 | 8 m 57 | 13'' 60 | 65 | **21e / 40** |
| | | hauteur | poids | &o0 m | | |
| ***Minimes Garçons*** | **David FONTENEAU** | 1 m 44 | 9 m 34 | 12'' 73 | 61 | **20e / 33** |

## TRIATHLON du GUE de La CHAÎNE / samedi 18 juin 2005

| Catégorie | Nom | 50 m | longueur | med/ball | Points | Place |
|---|---|---|---|---|---|---|
| *Poussines* | **Julie BONVILLAIN** | 9'' 3 | 3 m 27 | 4 m 16 | 38 | **🏆1e** |
| Catégorie | Nom | 50 m | longueur | poids | Points | Place |
| *Benjamines* | **Marie-Aude PIROT** | **8'' 3** | **3 m 45** | **7 m 52** | **51** | **3e** |
| | **Hélène RICOUP** | **8'' 2** | **3 m 18** | **6 m 77** | **45** | **4e** |
| | **Ophélie CHAMBERS** | **8'' 7** | **3 m 36** | **5 m 16** | **36** | **6e** |
| | **Hortense BEDAT** | **8'' 8** | **2 m 35** | **6 m 48** | **29** | **7e** |
| *Minimes Filles* | | **50 m** | **longueur** | **poids** | Points | Place |
| | **Kelly MEDARD** | **7'' 7** | **3 m 40** | **6 m 10** | **40** | **🏆1e** |
| *Ecole Athlétisme garçons* | | **50 m** | **longueur** | **méd/ball** | Points | Place |
| | **Aymeric DROUILLET** | **9'' 8** | **2 m 66** | **3 m 83** | **30** | **5e** |
| | **Vivien VASEUX** | **10'' 2** | **2 m 25** | **3 m 30** | **19** | **12e** |
| | **Corentin BALLY** | **11'' 1** | **2 m 10** | **2 m 57** | **9** | **20e** |
| *Poussins Garçons* | | **50 m** | **longueur** | **méd/ball** | Points | Place |
| | **Simon FOULON** | **8'' 2** | **3 m 36** | **5 m 70** | **56** | **3e** |
| | **François BRUGALIERES** | **9'' 6** | **3 m 37** | **5 m 50** | **45** | **7e** |

## TRAIL des FORGES ( 11 km ) / LA BAZOGE - dimanche 19 juin 2005

Classement scratch: 5e **Michel BLIN**
🏆1e VH1 en 42'15''

122e **Marie-France JOUATEL**
2e VF2 en 58' 44''

☞ 283 participants

## NOGENT-LE-ROTROU / dimanche 19 juin 2005

3 000 m: 🏆1er **Frédéric DESIERREY**
en 9'09''80

6e **Mickaël POTTIER**
en 9' 42''00

# RÉSULTATS

## La RONDE de l'ESCARGOT ( trail de 14,5 km ) / OSENBACH (68) dimanche 19 juin 2005

Classement scratch: 74e **Bruno DELENTE**
en 1h 12' 23''

☞ 244 participants

## TRAIL du PAYS d'AUGE ( 28,5 km ) / MOYAUX - dimanche 19 juin 2005

Classement scratch: 20e **Thierry JACQUET**
7e VH1 en 2h 43' 51''

21e **Philippe PECCATE**
3e VH2 en 2h 44' 59''

27e **Allain LEBOSSE**
5e VH2 en 2h 57' 57''

☞ 55 participants

*Temps du premier: 2 h 00 mn 15 s*
*Temps du dernier: 4 h 12 mn 00 s*

## MARATHON de la BAIE du MONT St-MICHEL - dimanche 19 juin 2005

Classement scratch: 600e **Henri BLAISE-MARTIN**
en 3 h 33 mn 07 s

2045e **Olivier MORICE-MORAND**
en 4 h 15 mn 54 s

☞ 4529 participants

## CHAMPIONNATS REGIONAUX PISTE ( à partir de cadets) COUTANCES / dimanche 26 juin 2005

| Catégorie | Nom | longueur | 100 m |
|---|---|---|---|
| ***Cadettes Filles*** | **Virginie FOUILLEUL** | 4 m 30 | 13'' 84 |
| | **Charlotte LEGARREC** | 4 m 09 | 15'' 28 |

# RÉSULTATS

## Les FOULEES de MONTSORT / vendredi 24 juin 2005

Classement scratch:

| | | |
|---|---|---|
| 4e | 2 eVH1 | **Gil VERDU** en 27'27'' |
| 6e | 4e SH1 | **Franck JOUATEL** en 27'42'' |
| 8e | 6e SH1 | **Eddy CLOUTIER** en 28'19'' |
| 10e | 4e VH1 | **Serge DESEIRREY** en 28'34'' |
| 11e | 7e SH1 | **Frédéric DESEIRREY** en 28'38'' |
| 12e | 8e SH1 | **Mickaël POTTIER** en 29'02'' |
| 16e | 2e VH2 | **Claude GUILLAUME** en 29'51'' |
| 31e | 4e VH2 | **Marc LEFAUX** en 31' 56'' |
| 37e | 24e SH1 | **Bruno DELENTE** en 32'29 |
| 39e | 6e VH2 | **Jean-Claude BRODIN** en 32'38'' |
| 41e | 26e SH | **Ludovic AMION** en 32'43'' |
| 90e | | **Allain LEBOSSE** en 36'34'' |
| 1O3e | 🏆1e VF2 | **Marie-France JOUATEL** en 37' 03'' |
| 112e | 18e VH2 | **Mario OUTALONG** en 38'09'' |
| 126e | 39e VH1 | **Eric FOULON** en 30'05 |
| 132e | 21e VH2 | **Pierre SOLE** en 39'31'' |
| 141e | 4e SF | **Valérie BELLANGER** en 40'18'' |
| 145e | 3e VF2 | **Françoise ACCIARI** en 40'44 |

☞183 arrivants

## CHAMPIONNAT DE FRANCE de SEMI-MARATHON AUXERRE ( 89) / dimanche 3 juillet 2005

Classement scratch hommes:

| | | |
|---|---|---|
| 128e | 6e VH2 | **Patrick DUGUE** en 1h 19 mn 42 s ☞126 arrivants dans sa catégorie |
| 314e | 9e VH3 | **Henri BLAISE-MARTIN** en 1h 31 mn 44 s ☞35 arrivants dans sa catégorie |

# RÉSULTATS

## TRAIL d'ENFER / NEUFCHÂTEL en SAOSNOIS - samedi 2 juillet 2005

### - 32 - km

| | | |
|---|---|---|
| Classement scratch: | 34e | **Philippe PECCATE**<br>en 3 h 02' 54'' |

### - 12,5 - km

| | | |
|---|---|---|
| Classement scratch: | 🏆 1er<br>1er VH1 | **Michel BLIN**<br>en 45' 44'' |
| | 21e | **Bruno DELENTE**<br>en 54' 28'' |
| | 67e | **Pierre SOLE**<br>en 1 h 05' 28'' |
| | 71e<br>5e VF2 | **Marie-France JOUATEL**<br>en 1 h 06' 16'' |

## CLASSEMENT GENERAL DES TRIATHLONS

Saison 2004 / 2005 en salle et en plein air

sur 4 épreuves pour les EAF, EAG, PF et PG
sur 5 épreuves pour les BF, BG, MF et MG

(x) : nombre d'épreuves effectuées par les participants

| Catégorie | Nom | Poinst | Places |
|---|---|---|---|
| *EAF* | **Agnès VRAC** | 39 (2) | 9e |
| | | | |
| *Poussines* | **Pauline DEROUET** | 116 (4) | 3e ex |
| | **Anne-Lise PIROT** | 116 (4) | 3e ex |
| | **Julie BONVILLAIN** | 109 (3) | 7e |
| | **Louise VRAC** | 44 (2) | 9e |
| | | | |
| *Benjamines* | **Marie-Aude PIROT** | 257 (5) | 4e |
| | **Marion RAGOT** | 226 (5) | 5e |
| | **Hélène RICOUP** | 217 (5) | 6e |
| | **Ophélie CHAMBERS** | 169 (5) | 8e |
| | **Hortense BEDAT** | 123 (4) | 9e |
| | **Chloë VINOT** | 53 (3) | 18e |
| | | | |
| *Minimes Filles* | **Julie FOULON** | 298 (5) | 🏆 1ère |
| | **Laura SCELIN** | 225 (5) | 3e |
| | **Ségolène ALVERDI** | 158 (4) | 6e |
| | **Kelly MEDARD** | 155 (4) | 7e |
| | **Marie MORICE-MORAND** | 82 (2) | 9e |
| | **Mathilde BEDAT** | 73 (2) | 10e |
| | **Emilie MONTEL** | 41 (1) | 15e |

| Catégorie | Nom | Poinst | Places |
|---|---|---|---|
| *EAG* | **Aymeric DROUILLET** | 183 (4) | 2e |
| | **Vivien VASEUX** | 123 (4) | 7e |
| | **Maxime BREUX** | 131 (3) | 13e |
| | **Corentin BAILLY** | 27 (3) | 22e |
| | **Romain JARDIN** | 25 (1) | 25e |
| | | | |
| *Poussins* | **Simon FOULON** | 229 (4) | 2e |
| | **Emmanuel CAMUS** | 228 (4) | 5e |
| | **Valentin RADET** | 147 (3) | 11e |
| | **Nathanaël GUESDON** | 120 (3) | 13e |
| | **Antoine BLOT** | 67 (1) | 19e |
| | | | |
| *Benjamins* | **Quentin ALVERDI** | 156 (5) | 5e |
| | **Hugo OLIVIER** | 102 (4) | 10e |
| | **Valentin VASEUX** | 60 (3) | 11e |
| | | | |
| *Minimes Garçons* | **David FONTENEAU** | 290 (5) | 🏆 1er |
| | **Antoine AILLARD** | 189 (5) | 4e |
| | **Vincent AUPY** | 159 (5) | 6e |
| | **Bastien THUAULT** | 88 (3) | 13e |

# INFORMATIONS

## AUTOROUTE A 28 - MANIFESTATION SPORTIVE

## SAMEDI 8 OCTOBRE 2005

## *RELAIS COURSE A PIED*

☞ Voie 4: voir le schéma des flux de circulation page 10

Ce relais est organisé par le COMITE de l'ORNE d'ATHLETISME
et il est inscrit au calendrier départemental.

**RELAIS DE 5 km, 5 km, 10 km, 5 km, 5 km, 10 km**

Départ d'Alençon à 9 h 30

Equipes de 6 relayeurs ( 40 équipes prévues)

Des bus, qui circuleront sur la voie d'autoroute n°3, réservée à cet effet, permettront d'acheminer les participants aux différents points de transmission de relais.

Arrivée à Gacé: 13 h

*Conditions pratiques*:

- ◊ L'épreuve est ouverte aux licenciés et non licenciés. Tout participant non licencié doit fournir un certificat médical original ou une copie de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition de moins d'un an à la date de la course. Les licenciés devront fournir une copie de leur licence.
- ◊ Tout accompagnateur, à vélo, roller ou à pied est interdit.
- ◊ Des postes de ravitaillement seront mis en place sur le parcours; des postes d'eau seront placés réglementairement dans ces intervalles de distances.

*Sécurité*:

Une assistance médicale sera assurée sur le parcours et à l'arrivée. Les services médicaux d'urgence seront habilités à mettre hors course tout concurrent paraissant inapte à poursuivre l'épreuve.

*Inscriptions*:

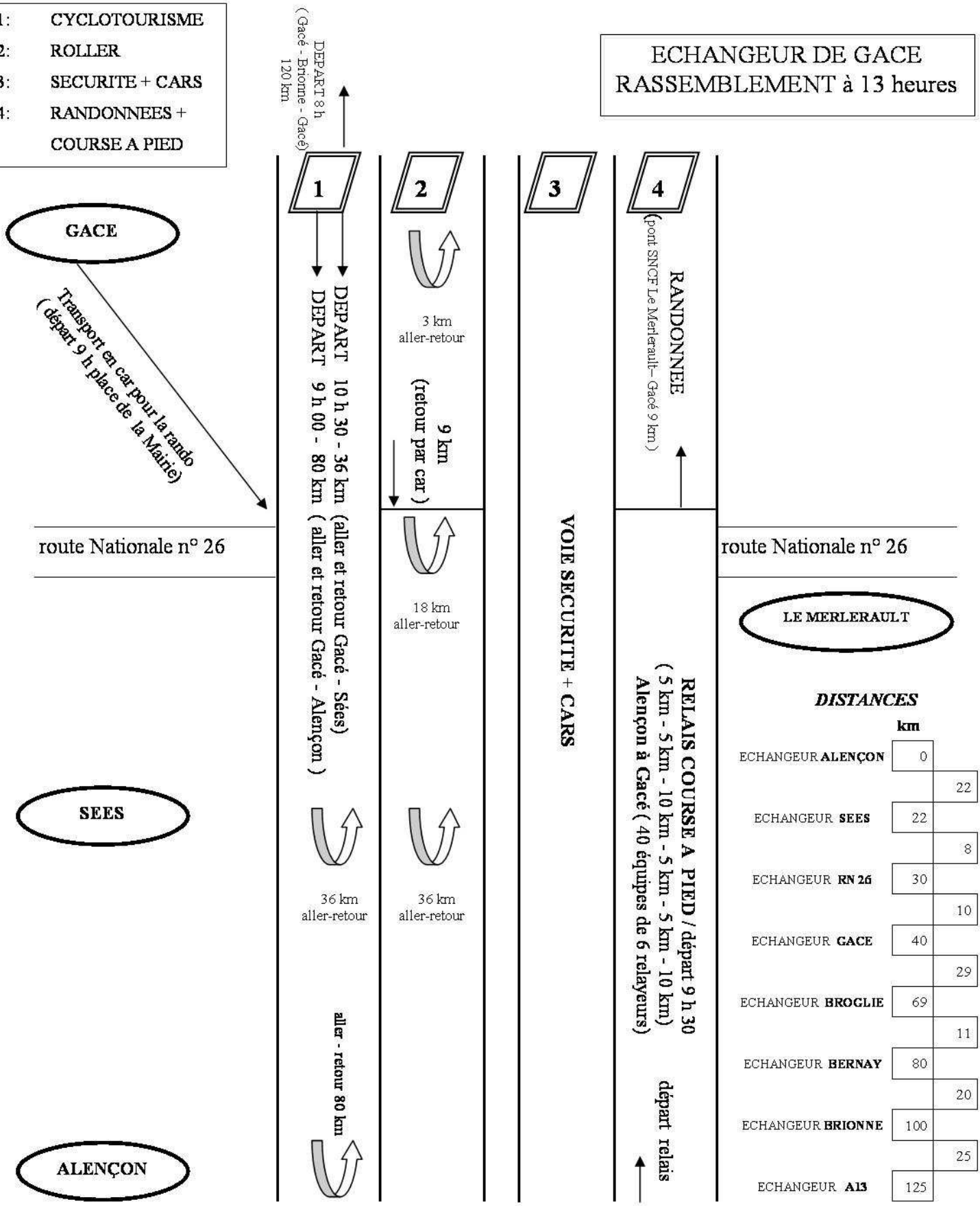
Les coureurs intéressés sont priés de s'inscrire auprès de FRANCK ( 02 33 27 11 02 ou 06 70 42 75 96 ) avant le 15 août 2005, mais le plus tôt possible, de préférence. Le bureau de l'A3 souhaite pouvoir engager une équipe de seniors, une équipe de vétérans et une équipe de féminines.

# INFORMATIONS

## AUTOROUTE A 28 - MANIFESTATION SPORTIVE du SAMEDI 8 OCTOBRE 2005

| | |
|---|---|
| VOIE 1: | CYCLOTOURISME |
| VOIE 2: | ROLLER |
| VOIE 3: | SECURITE + CARS |
| VOIE 4: | RANDONNEES + COURSE A PIED |

ECHANGEUR DE GACE
RASSEMBLEMENT à 13 heures




***DISTANCES***

| | km | |
|---|---|---|
| ECHANGEUR **ALENÇON** | 0 | |
| | | 22 |
| ECHANGEUR **SEES** | 22 | |
| | | 8 |
| ECHANGEUR **RN 26** | 30 | |
| | | 10 |
| ECHANGEUR **GACE** | 40 | |
| | | 29 |
| ECHANGEUR **BROGLIE** | 69 | |
| | | 11 |
| ECHANGEUR **BERNAY** | 80 | |
| | | 20 |
| ECHANGEUR **BRIONNE** | 100 | |
| | | 25 |
| ECHANGEUR **A13** | 125 | |

Coordonnées du rédacteur:Philippe PECCATE 24 rue du Chant des Oiseaux 61250 DAMIGNY philpeccate@aol.com
06 08 03 70 04