

Rappel: Dates et lieux des Championnats de France 2004

20 mai: 24 heures à **Brives** (24)

6 juin: montagne à **Annemasse** (74) La montée du Salève - 12,3 km, 800 m de dénivelé +

20 juin: 100 km de **St-Augustin des Bois** à Loire Beconnais (49)

27 juin: 10 km de **Tours** (37)

26 septembre ...: marathon de **Dunkerke** (59)

24 octobre.....: Ekiden à **Armentières** (59)

► Temps qualificatifs aux Championnats de France

		junior	espoir	senior	V1	V2	V3
MARATHON	Masculin			2 h 45	3 h 05	3 h 20	3 h 45
	Féminin			3 h 30	3 h 45	3 h 52	4 h 00
SEMI-MARATHON	Masculin	1 h 21	1 h 17	1 h 15	1 h 21	1 h 30	1 h 40
	Féminin	1 h 55	1 h 50	1 h 45	1 h 50	1 h 55	2 h 00
10 kilomètres	Masculin	37'	35'	34'	37'	40'	46'
	Féminin	46'	44'	43'	48'	51'	55'

Le 23 juillet 2004

MEETING DE LA GOLDEN LEAGUE

à partir de 19 h 30

STADE DE FRANCE - PARIS

Avec El Guerroy, Baala, Diagana, Galfione, Mesnil

Offre spéciale jusqu'au 31 mai :

prix de la place **15 €**

☛ minimum 10 places, possibilité de se regrouper

Prendre contact avec Franck JOUATEL

Coordonnées du rédacteur

Philippe Peccate
24 rue du Chant des Oiseaux
61250 DAMIGNY

☎ 06 08 03 70 04

✉ philpeccate@aol.com

📣 N'hésitez à communiquer au rédacteur une chronique, des infos diverses, vos commentaires ou vos impressions, des photos.

✉ A3 ALENÇON

BP 162

61005 ALENÇON CEDEX

RESULTATS

ALENÇON – MÉDAVY (15,640 km) – 24 avril 2004



Fred – Médavy 2003



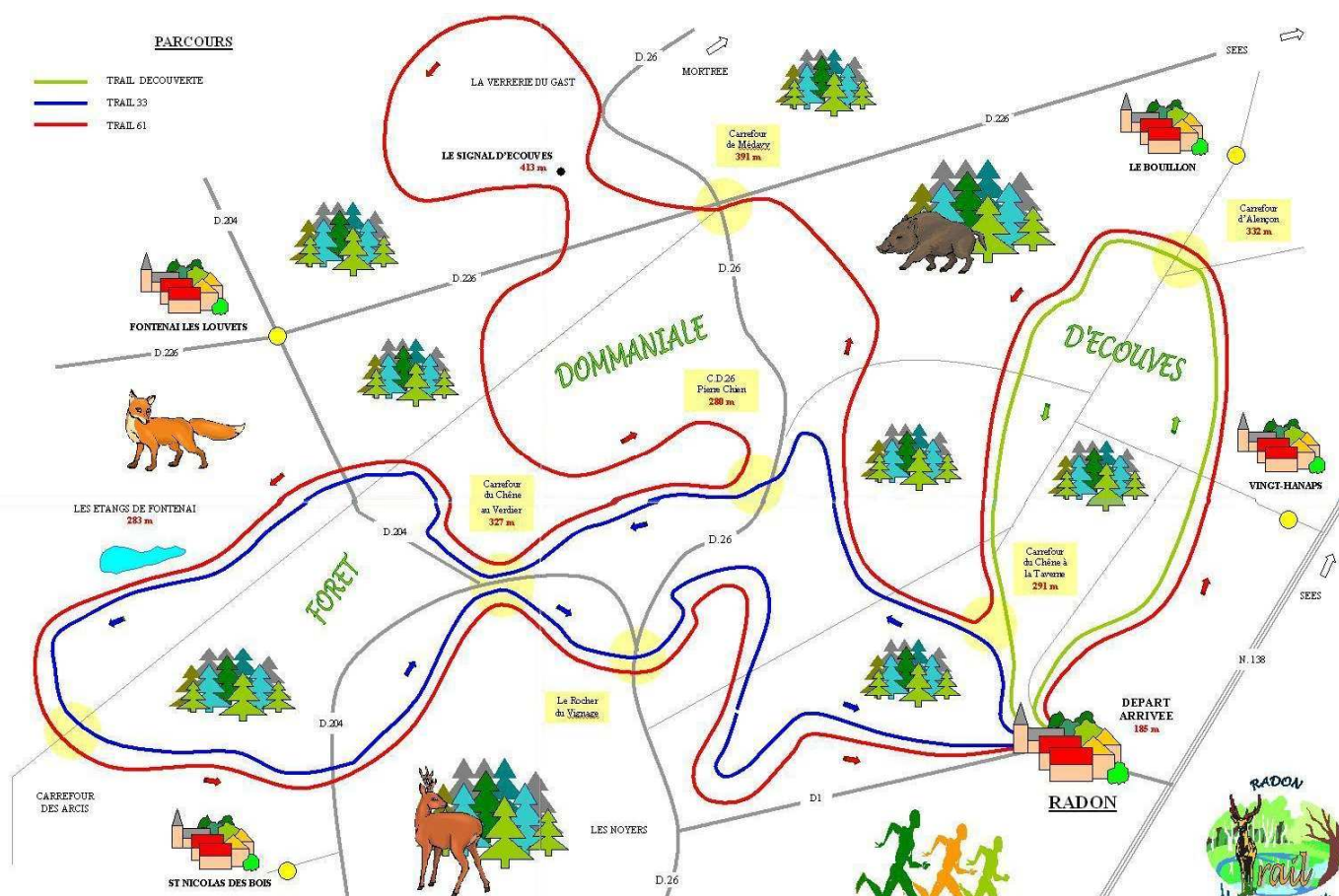
19°	Michel BLIN	3° V1H	en 57'12''
30°	Frédéric DESIERREY	20° SH	en 59'14''
38°	Olivier BRUNEAU		en 1h 00' 22''
40°	Eddy CLOUTIER		en 1h 00' 27''
47°	Nicolas MOISSERON		en 1h 01' 01''
110°	Jean-Piere CORMIER		en 1h 03' 45''
116°	Patrick DUGUE		en 1h 04' 00''
139°	Claude GUILLAUME	10° V2H	en 1h 04' 43''
213°	Reynald CORMIER		en 1h 06' 25''
508°	Eric OLIVIER		en 1h 11' 18''
546°	Philippe PECCATE		en 1h 11' 48''
681°	Allain LEBOSSÉ		en 1h 13' 25''
805°	Thierry JACQUET		en 1h 14' 33''
810°	Isabelle LESELLIER		en 1h 14' 36''
993°	Jean-Claude BRODIN		en 1h 16' 10''
1165°	Xavier BELLAIS		en 1h 17' 38''
1300°	Claude CROISE		en 1h 18' 48''
1305°	Patrice MENARD		en 1h 18' 50''
1524°	Pierre SOLE		en 1h 20' 37''
1885°	Jackie BRULIN		en 1h 23' 17''
2202°	Valérie BELLANGER		en 1h 25'36''
2232°	Tony LAPRUNE		en 1h 25' 50''
3396°	Gilles ANDREU		en 1h 36' 43''
4029°	Mario OUTALONG		en 1h 46' 45''

TRAIL DE LA VALLÉE DE LA VÈRE (30 km) - ATHIS - 2 mai 2004

classement scratch :	9°	Michel BLIN
	3° V1H	en 2 h 18' 23''
	87°	Philippe PECCATE
	36° V1H	en 2 h 51' 59''
	247°	Michel QUESNE
	3° V3H	en 3 h 46'



TRAIL DU MASSIF D'ÉCOUVES



Bulletin d'Engagement Individuel : Trail du Massif d'Écouves Dimanche 06 Juin 2004

A envoyer à : **Claude Rouillé – 4, allée Claude Debussy – 61250 VALFRAMBERT**

(si possible avant le **28 Mai 2004**, majoration de 2 euros le jour de l'épreuve)

Chèques libellés à l'ordre de : **Trail F.S.G.T. Orne**

NOM : Prénom : Homme Femme

Année de naissance :

Adresse :

Code Postal : Ville :

Club ou Association : N° ☎ :

Joindre obligatoirement une photocopie du certificat médical ou de la licence.

TRAIL 61 km : 20 € TRAIL 33 km : 12 € TRAIL découverte : 9 €

Pasta-party - Adultes : X 8 € - Enfants de moins de 12 ans : x 5 €

Repas champêtre - Adultes : X 10 € - Enfants de moins de 12 ans : x 6 €

Responsabilité Civile : les organisateurs sont couverts par une police souscrite auprès de Assurance Sport et Tourisme BARTOLI S.A.

Individuelle Accident : les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence ; il incombe aux autres participants de s'assurer personnellement

Je déclare avoir pris connaissance du règlement et je m'engage à participer sportivement avec le plus grand respect de la nature et de l'environnement.

Signature obligatoire :

CALENDRIER ROUTE ET TRAILS 2004

ATTENTION : ce calendrier n'a rien d'un calendrier officiel pour notre club. Il s'agit d'un simple outil d'information.

Si vous souhaitez d'autres dates de courses, prenez contact avec le secrétaire. Merci et bonne saison estivale.

- Samedi 8 mai Les 10 km de Champfrémont
Les Foulées de Sarceaux (10 km)
- Samedi 15 mai Relais de St-Pierre-des-Nids (3 x 5 km)
- Dimanche 16 mai 10 km du Havre
Duathlon de Lignéres-la-Carelle
- Jeudi 20 mai 10 et 20 km du Mans
- Vendredi 28 mai 10 km d'Argentan
- Samedi 5 juin 8 km et semi de Mamers
- Dimanche 6 juin championnat de course en montagne à Annemasse – *Haute-Savoie*
Trail du Massif d'Ecouves à Radon* (18 km – 33,5 km – 61 km)
- Samedi 12 juin Foulées bellemoises à Bellême
- Dimanche 13 juin Marathon de la Liberté à Caen (championnat régional)
- Dimanche 20 juin..... Championnat de France des 100 km à St-Augustin des Bois – *Maine-et-Loire*
Marathon de la Baie du Mont St-Michel
Trail de La Bazoge (10 et 32 km)
Trail du Pays d'Auge à Moyaux* (14 et 28 km)
- Vendredi 25 juin..... Foulées de Monsort (5,6 et 8,5 km) 🏃 portage des sacs 🏃** - Orne (France)**
- Samedi 26 juin Foulées du Gois (8 km) – *Charente Maritime*
- Dimanche 27 juin..... Championnat de France des 10 km à Tours
- Vendredi 2 juillet Corrida de Caen (10 km)
- Samedi 3 juillet Trail de la Forêt de Perseigne (10,4 km)
Les 6 heures de Briouze
- Vendredi 9 juillet 10 km de Falaise
- Samedi 10 juillet La Ronde des Alpes Mancelles à St-Léonard-des-Bois (11,6 km)
- Samedi 24 juillet La Translutine à Luc-sur-Mer (10,2 km sur la plage)
- Dimanche 25 juillet..... 10 km de Briosnes-lès-Sablés - *Sarthe*
- Vendredi 20 août..... Les Foulées du Caramel à Isigny-sur-Mer (10,6 km)
- Samedi 21 août..... L'enduro pédestre des sables à Agon-Coutainville – 10 km (F) et 14 km (H)
- Dimanche 5 septembre..... 10 km d'Hesloup
- Dimanche 12 septembre..... Relais de Condé-sur-Sarthe (3 x 6 km)
Trail des Trois Châteaux à Lassay-les-Châteaux (10 et 22 km)
- Samedi 18 septembre 10 km de Sargé-lès-Le Mans
- Dimanche 19 septembre..... 10 km d'Ecouché
- Samedi 25 septembre Foulées du Port à Caen (10 km)
L'odyssée du Tue Vaques à Fermanville* (14 et 25 km) - *Manche*
- Dimanche 26 septembre..... Championnat de France de Marathon à Dunkerque
A travers l'estran à Plouguiel (32 km) – *Côte d'Armor*
- Samedi 2 octobre Semi-marathon d'Argentan
- Dimanche 3 octobre Marathon de Normandie à Honfleur
Les courses des Ecluses à Laval (10 et 42,195 km)
Trail des sables mouvants au Mont-Saint-Michel (31 et 42 km)
- Samedi 9 octobre 7 km d'Aube
- Dimanche 10 octobre Foulées lexoviennes à Lisieux (10 km)
Relais de Pacy-sur-Eure (86 km par équipe de 5)
5 et 10 km de La Flèche
- Dimanche 24 octobre Flers-Cerisy (13,5 km)
Championnat de France d'Ekiden à Armentières - *Nord*
La grande course des Templiers à Nant (66 km) - *Aveyron*
- Dimanche 31 octobre 10 km de Taulé Morlaix – *Côte d'Armor*
Trail de Grimbosq* (30 km) - *Calvados*
- Dimanche 21 novembre Les Foulées briouzaines à Briouze (10 km)
Trail de Nostang (15 et 30 km) - *Morbihan*
- Samedi 11 décembre 10 km de Sées

**Lors de vos courses,
n'oubliez pas de porter
les couleurs du club !**



* comptant pour le challenge des trails bas-normands / ** voir page suivante

REGLEMENT

FRAIS DE DEPLACEMENT

D'HEBERGEMENT

D'ENGAGEMENT

COURSES HORS-STADE

Uniquement pour les compétitions inscrites aux calendriers et les épreuves qualificatives dans les conditions ci-dessous :

MODE DE CALCUL DES FRAIS DE DEPLACEMENT POUR TOUTES COMPETITIONS:

Tarif au km fixé annuellement lors d'une réunion du bureau

- X** par le **nombre de km** du point de départ au point de destination
- X** par le **nombre d'athlètes** participant à la compétition (sauf déplacement individuel et ou familial)
- :** par le **nombre des véhicules**

FRAIS D'ENGAGEMENT

Les frais d'engagement sont initialement à la charge de chaque athlète qui a le choix de s'inscrire aux différentes compétitions hors-stade ou de solliciter son inscription auprès du secrétariat dans les conditions précisées dans notre **DEPECH'A3** du mois d'avril 2004 à l'exception des championnats gérés par le club.

Ces épreuves devront se dérouler dans un rayon n'excédant pas **150 km** d'ALENCON.

Une prise en charge pour une seule des distances ci-dessous selon le tarif indiqué :

8,00 € pour un 10 km	10,00 € pour un semi-marathon
10,00 € pour un Trail court (jusqu'à 45 km)	18,00 € pour un Trail long
18,00 € pour un marathon	18,00 € pour un Ekiden (3 € par Athlète)
20,00 € pour un 100 km	

Lors d'une épreuve figurant au calendrier et ou qualificative, les engagements sur place restent à la charge de l'athlète.

FRAIS D'HEBERGEMENT

Pour une 1/2 finale des Championnats de France ou un Championnat de France, si la distance kilométrique nécessite un départ la veille de l'épreuve, dans les conditions ci-dessous :

Réservation par le secrétariat.

Frais d'hôtel après étude et accord du bureau et seule la part des athlètes et des accompagnateurs désignés sont pris en charge.

FRAIS DE RESTAURATION

Dans les mêmes conditions que pour les frais d'hébergement.

Seuls les frais concernant les athlètes et les accompagnateurs nécessaires sont pris en charge dans les conditions ci-dessous :

10,00 € pour un déjeuner et ou un dîner.

Le petit déjeuner reste à la charge de l'athlète ou de l'accompagnateur.

** lu dans la rubrique les plus du calendrier de Jogging International