



Dépêche A3

Bulletin de liaison de l'A3 Alençon

n° 2005 / 14



Dessin: O et P Peccate

Mais qui va porter mon sac aux Foulées de Montsort ?

Votre rédacteur ne reculant devant aucun effort, celui-ci vous propose

un GRAND JEU GRATUIT, intitulé

LES RECONNAISSEZ-VOUS?

Rendez-vous page 4

Vous y trouverez la photo de 12 athlètes de l'A3 en plein effort dans la côte de Médavy.

A vous de les reconnaître.

Vous pouvez vous aider du tableau de résultats de la page 2.

☞ Solution dans le numéro 15.

Ce jeu est richement doté d'une paire de Mizuno taille 43 d'occasion et d'une paire de Northface Trail taille 43 encore plus d'occasion à réclamer auprès du rédacteur.

CHAMPIONNATS DE FRANCE

- 5 juin 100 km à NOUVION en PONTHEIU (80)
- 12 juin 10 km de DAX (40)
- 3 juillet semi-marathon à AUXERRE (89)

☞ Les coureurs désirant participer aux **départementaux de la Sarthe qui auront lieu les 14 et 15 mai** doivent contacter rapidement Franck, la date limite d'inscription auprès du Comité de la Sarthe étant fixée au 10 mai 2005.

Faute de quoi, l'engagement sur place leur coûtera 3 €.

☎ 06 70 42 75 96 ou 02 33 27 11 02

Chers amis sportifs,

Nos amis de la **Bayard Argentanaise**, comme vous le savez peut-être, organisent depuis plusieurs années un 10 km hors stade, dans les rues de la ville.

Cette année il se déroulera le **vendredi 27 mai**, départ prévu à 20 h 30

Dans le cas d'un engagement collectif, le cinquième est gratuit, il en va de même pour le dixième qui est offert....

L'engagement individuel étant fixé à 7 € (5x7 € = 35 €); dans le cas d'un engagement collectif de 5 coureurs, le cinquième étant gratuit, le coût réel est de 5.60 € par athlète { (4 x 7 = 28) : 5 = 5,60 € }.

À vous de voir, si vous êtes intéressés, mettez-vous en contact avec le secrétaire Franck au 06 70 42 75 96 ou 02 33 27 11 02 ou Maurice au 06 73 57 47 21

D'autre part, ce journal si formidablement élaboré par Philippe est pour vous, mais c'est aussi le vôtre, si vous avez un message à faire passer, une annonce, pourquoi pas un poème, un conseil sur du vécu, sur les entraînements, sur la nutrition, votre avis sur une ou des blessures et comment y remédier....., faites en part à Philippe ou à un membre du bureau qui se fera un plaisir de lui transmettre, je suis sûr que vous avez des idées ou des suggestions, alors n'hésitez pas, à vos stylos.....

Maurice

RÉSULTATS

Le Bessin libre / 10 km - Bayeux - 20 mars 2005

Classement scratch: 105^e
2^e VH3

Blaise HENRI-MARTIN
en 41'37

sur 450 participants

Trail de la vallée de Chevreuse / 50 km- Auffargis (78) 3 avril 2005

Classement scratch: 137^e
24^e VH2

Mario OUTALONG
en 8 h 28'12 ''

sur 223 participants

☛ le 1^{er} en 6 h 11 mn 58 s et le 223^e en 1 h 08 mn 03 s

ALENÇON - MEDAVY (15,640 m) - dimanche 10 avril 2005

Classement scratch:



Une affaire de famille / photo:alensport

20 ^e	Stéphane JOUATEL	en 58' 14''
21 ^e	Gil VERDU	en 58' 21''
23 ^e	Eddy CLOUTIER	en 58' 27''
34 ^e	Serge DESIERREY	en 59' 06''
46 ^e	Patrick DUGUE	en 1h 00' 16''
49 ^e	Michel BLIN	en 1h 00' 23''
50 ^e	Frédéric DESIERREY	en 1h 00' 37''
64 ^e	Mickaël POTTIER	en 1h 00' 25''
75 ^e	Olivier BRUNEAU	en 1h 02' 22''
80 ^e	Ludovic ARTUS	en 1h 02' 35''
129 ^e	Claude GUILLAUME	en 1h 04' 16''
351 ^e	Marc LEFAUX	en 1h 08' 50''
474 ^e	Thierry JACQUET	en 2h 10' 16''
554 ^e	Henri BLAISE-MARTIN	en 1h 11' 09''
584 ^e	Eric OLIVIER	en 1h 11' 33''
649 ^e	Jean-Claude BRODIN	en 1h 12' 12''
1287 ^e	Pierre SOLE	en 1h 18' 15''
1289 ^e	Allain LEBOSSE	en 1h 18' 17''
1396 ^e	Claude CROISE	en 1h 19' 11''
1416 ^e	Olivier MORICE-MORAND	en 1h 19' 19''
2075 ^e	Valérie BELLANGER	en 1h 24' 45''
2204 ^e	Eric FOULON	en 1h 25' 55''
3009 ^e	Mario OUTALONG	en 1h 34' 32''



RÉSULTATS

Semi-marathon de BRETTEVILLE l'Orgueilleuse - 16 avril 2005

Classement scratch: 12 ^e	Patrick DUGUE	en 1h 18' 26''	qualifié pour le championnat de France à Auxerre
🏆 1 ^{er} VH2			
23 ^e	Jean-Pierre CHAPELLIÈRE	en 1h 21' 15''4	

LE MANS / meeting sur piste - samedi 16 avril 2005

800m:	3 ^e	Franck JOUATEL	en 2' 13'' 21
-------	----------------	-----------------------	---------------

LES FOULÉES DE SARCEAUX (9,800 km) - dimanche 24 avril 2005

Classement scratch: 8 ^e	Michel BLIN	en 32'40
2 ^e VH1		
15 ^e	Patrick DUGUE	en 33'49
2 ^e VH2		
19 ^e	Jean-Pierre CHAPELLIÈRE	en 34'56
14 ^e SH		
26 ^e	Claude GUILLAUME	en 36'02
4 ^e VH2		
92 ^e	Valérie BELLANGER	en 45'45
4 ^e SF		
97 ^e	Marie-France JOUATEL	en 46'06
🏆 1 ^{ère} VF2		
110 ^e	Françoise ACCIARI	en 47'49
2 ^e VF2		

LE MANS / Les Sablons- samedi 23 avril 2005

1 500 m:	4 ^e	Frédéric DESIERREY	en 4'18''4
	5 ^e	Franck JOUATEL	en 4'18'9
	7 ^e	Mickaël POTTIER	en 4'29''4

GRAND JEU DE MEDAVY

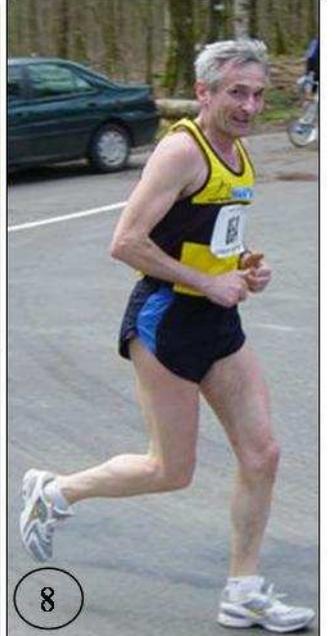


Photo: F. Joauret!

CALENDRIER PISTE

CALENDRIER ESTIVAL	SAISON 2004 / 2005 ⇨ cadets à vétérans
S 16 AVRIL 2005	Epreuves ouvertes au MANS (Petit Vaurouzé)
S 23 AVRIL 2005	Epreuves ouvertes au MANS (Les Sablons)
S 14 ET D 15 MAI 2005	Championnats de la SARTHE + 5000m H et F à ALLONNES
S 30 AVRIL 2005	Triathlon jeunes + Epreuves ouvertes à ALENCON
S 30 ET D 1 ^{er} MAI 2005	Départementaux Epreuves Combinées + Epreuves ouvertes à MONDEVILLE
J 5 MAI 2005	Championnat Régionaux Interclubs 1 ^{er} Tour (Rég et N3) à CAEN
D 22 MAI 2005	Championnat Régionaux Interclubs 2 ^{ème} Tour (Rég et N3) à CAEN
S 28 MAI 2005	Championnats de L'ORNE toutes Catégories + Triathlon jeunes à L'AIGLE
S 28 MAI 2005	5000m H et F à la FLECHE
S 28 ET D 29 MAI 2005	Champ. Région. d'Epreuves Combinées + Région. Relais (le dimanche) à HEROUVILLE
V 3 JUIN 2005	Régionaux 10000m et 3000m steeple + Epreuves ouvertes à Flers
S 4 JUIN 2005	Epreuves ouvertes à COULAINES
V 10 JUIN 2005	Meeting d'ARGENTAN + 5000m Hommes et Femmes
S 11 JUIN 2005	Epreuves ouvertes à GORON
V 17 JUIN 2005	Meeting de ST LO
S 18 ET D 19 JUIN 2005	Championnats Interrégionaux d'épreuves combinées
S 25 JUIN 2005	Meeting d'HEROUVILLE
D 26 JUIN 2005	Championnats Régionaux Ca-Ju-Es-Se à COUTANCES
S 2 ET D 3 JUILLET 2005	Championnats Interrégionaux Jeunes à RENNES
S 2 ET D 3 JUILLET 2005	Championnats de France d'épreuves combinées jeunes à ST CYR SUR LOIRE (centre)
S 2 ET D 3 JUILLET 2005	Challenge National de Relais (800-200-200-600) à EVREUX
S 9 JUILLET 2005	Match Interligues à TOULOUSE
S 9 ET D 10 JUILLET 2005	Championnats de France de Nationaux à ST ETIENNE
J 14 AU S 16 JUILLET 2005	Championnats de France Elite et d'épreuves combinées à ANGERS
J 28 AU S 30 JUILLET 2005	Championnats de France Jeunes à PARIS CHARLETY

***IMPORTANT :** Le club se charge des déplacements pour les divers championnats FFA. Pour les autres épreuves, prenez contact avec le secrétariat auprès de Franck JOUATEL au 02.33.27.11.02 ou 06.70.42.75.96

CALENDRIER ESTIVAL	SAISON 2004 / 2005 ⇨ école d'athlétisme à minimes
S 30 AVRIL 2005	Triathlon jeunes + Epreuves ouvertes à ALENCON
S 21 MAI 2005	1 ^{er} Triathlon Régional (Benj-Minimes) (14-61) à FLERS
S 28 MAI 2005	Départementaux FFA + Triathlon jeunes à L'AIGLE
S 4 JUIN 2005	2 ^{ème} Triathlon Régional (Benj-Minimes) (14-61) à HEROUVILLE
D 12 JUIN 2005	Triathlon (Benj-Minimes) + Finale Régionale des pointes d'Or à CAEN
S 18 JUIN 2005	Triathlon jeunes au GUE DE LA CHAINE
S 2 et D 3 JUILLET 2005	Finale Nationale des pointes d'or à EVREUX

***IMPORTANT :** Le challenge orne triathlon est ouvert des écoles d'athlétisme aux minimes. De plus, nous ne gérons pas les épreuves scolaires.

POUR LA SAISON 2005-2006

S 24 SEPTEMBRE 2005	Triathlon du Perche à MORTAGNE
---------------------	--------------------------------

TRAIL

TRAIL

Le Trail d'Ecouvres

15, 33 et 61 km

et du Pays d'Alençon

Bulletin d'Engagement Individuel

A envoyer à : Claude Rouillé – 4, allée Claude Debussy – 61250 VALFRAMBERT
(avant le 28 Mai 2005, majoration de 2 euros le jour de l'épreuve)

NOM : Prénom :
Année de naissance : Catégorie :
Adresse :
Code Postal : Ville :
Club ou Association : N° ☎ :

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

Responsabilité Civile : les organisateurs sont couverts par une police souscrite auprès de la **Mutuelle des Sportifs** – 2-4, rue Louis David – 75782 Paris cedex 16.

Individuelle Accident : les licenciés bénéficient des garanties accordées par l'assurance liée à leur licence ; les autres participants doivent 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 :

- | | |
|---|----------|
| <input type="checkbox"/> TRAIL 61 km : | x 20 € = |
| <input type="checkbox"/> TRAIL 33 km : | x 12 € = |
| <input type="checkbox"/> TRAIL découverte : | x 9 € = |
| <input type="checkbox"/> PASTA-PARTY (Adultes) : | x 8 € = |
| <input type="checkbox"/> PASTA-PARTY (- 12 ans) : | x 5 € = |
| <input type="checkbox"/> REPAS CHAMPETRE (Adultes) : | x 10 € = |
| <input type="checkbox"/> REPAS CHAMPETRE (- 12 ans) : | x 6 € = |

TOTAL =

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



Note du rédacteur: sympa le cerf, mais peut-être faudrait-il changer de logo pour figurer le trail d'Ecouvres?

TRAIL DES BALLONS

120 km en 4 étapes, 3 étapes en montagne (4000m D+) et une sur route, le tout dans le Parc Naturel des Ballons des Vosges, c'est ce que vous propose l'association "En Grandeur Nature" du 13 au 16 juillet 2005. Pour les accompagnants, une randonnée est organisée. Les 3 étapes de montagne se font en étoile autour du lac de Kruth (camping de base). Un hébergement et une restauration de qualité, une course toute nature, un prix étudié, un nombre de participants réduit, de quoi passer 4 jours de bonheur à partager entre "nature pattes".

Pour tout renseignement, contacter l'association:

En Grandeur Nature

11, rue la Chaillée
70290 Plancher-Bas
03.84.23.22.42

grandeur.nature1@tiscali.fr
www.engrandeurnature.com

Un regrettable erreur dans les temps donnés, page 2, pour les athlètes à Médavy a crédité le coureur JACQUET Thierry de 2h 10mn 16s. Ses afficionados auront rectifié d'eux-mêmes: il a bien parcouru les 15,640 km en 1h 10mn 16s.

Pareille mésaventure est arrivée à Franck Jouatel, dans l'Orne Hebdo du 19 avril 2005 où le chroniqueur lui donnait 2h 13mn 21s pour parcourir 800m, soit à la vitesse de 0,36 km/h, tout juste suffisant pour battre un escargot cacochyme.

Coordonnées du rédacteur:

Philippe PECCATE
24 rue du Chant des Oiseaux
61250 DAMIGNY

✉ philpeccate@aol.com

☎ 06 08 03 70 04

A3 ALENÇON

BP162

61005 ALENÇON CEDEX