

Le championnat de Bretagne Piste de 10000m aura lieu à LAMBALLE le 1er Juillet 1994

Vu dans le journal

On n'a pas encore reçu les résultats de DINAN, mais on peut déjà dire que Christine CERESA HERVE a repris la compétition, avec 1h 40'30" elle est qualifiée au France et réalise une performance de R2.

Combien de coureurs du club seront sous les 3h au marathon en 1994 au sein du club ??

8 ou 10 ou 15 ou plus

Cela pourrait faire l'objet d'une question concours au sein du club, le gagnant aura droit à notre estime.

Dans le bilan 1993 Breton sur le marathon on trouve 4 coureurs de la JA dans les 10 premiers:

Patrick HELLEUX, André SICOT, Lionel FRESNEL, Bruno ROULLE.

L'avez vous vu ???

La JA Melesse en vedette dans le dernier numéro de VO2 magazine.

Christian DELERUE cherche un coureur capable d'assurer 14km/h sur deux jours pour participer à un raid orientation dans la région de SUPER DEVOLUY, Le sac à dos est imposé avec 6/8kg, la distance sur 2 jours (si on ne se trompe pas) est d'environ 50km avec un dénivelé de 1500m. Date 21-22-23 mai
Le contacter au plus tôt, inscription avant le 1er mai

Suivant les semaines il n'est pas rare de retrouver sur la piste de Melesse le mercredi de 15 à 20 jeunes qui s'entraînent de 16h à 17h.

Saluons les progrès du Junior François COLIN, 1h 17' dans la 3ème étape de Rennes - St Malo. Il a trouvé là une motivation qui va lui permettre de passer un nouveau palier, il ne va pas tarder à se retrouver dans les points FFA.

C'est Patrick HELLEUX qui pulvérise son record au semi-marathon de Liffré en 1h 09' 34" (ancien record + de 1h 13') une semaine après son marathon.

Record personnel au semi-marathon pour Gérard NONETTE à Liffré avec 1h 24' 38", prochain objectif la qualification au France.

Christian DELERUE sera absent du 17 juin au 7 juillet, il part à Magdebourg (Allemagne) avec ses élèves construire un bâtiment.

Un cross à MELESSE en 95 ?? si le calendrier d'ILLE et VILAINE le permet, on tentera l'aventure, le terrain restera celui que nous avons utilisé pour le cross de la Galette, il y aura seulement quelques modifications, suivant la disponibilité des champs.

Le prochain bulletin fin mai /début juin 94

AVRIL 1994

Ville de MELESSE

André MACE
Maire

Exprime à toute l'équipe de la JA, coureurs et dirigeants, les très vives félicitations de toutes les Melessiennes et Melessiens.

A tous donc Félicitations et tous mes encouragements pour l'avenir

PS : carte reçue suite à la victoire de la JA au relais RENNES-ST MALO

Les Potins

Annoncez la couleur !!!

Des collants courts aux couleurs du club c'est possible. Nous disposons d'une petite taille pour les jeunes à partir de 12 ans, et il reste quelques tailles adultes, son coût 160 Ffrs.

L' école de FOND ça marche Pour la première fois nous avons envoyé des jeunes au championnat de Bretagne de longue durée pour les JEUNES.

C'est Anne Sophie DOUCET qui réalise la meilleure performance avec une 4ème place aux 30mn minimales Filles, elle a couru 6725 mètres.

Grâce à cette performance, elle ramène des points FFA au club 5pts (R2) Il en est de même pour Jérôme LEBRETON, Julien MOREL et Anthony ROCHELET qui marquent 4pts (R3) ils se classent 6ème, 7ème, 8ème du championnat et ils ont parcouru tous les trois 7750 mètres (15,5km /h)
Bravo à TOUS

RENNES - ST MALO c'est parfaitement déroulé, un grand MERCI à tous ceux qui ont oeuvré pour la réussite de l'épreuve.

Pour 95 on verra sans doute arrivé au club Priscilla MAGALHAES et Charlotte SCELLES les deux nouvelles terreurs en mini-poussines. C'est un régal de les voir courir à l'entraînement.

La famille CABARET, c'est agrandie, bienvenue à FLORIAN né le 19 Mars 94.

Pas de chance pour Christine CERENZA HERVE, juste avant le relais, Christine a été mordue par un chien, résultat 2 mois d'arrêt.

Cécile BOYER a repris le chemin de l'entraînement chaque mercredi, la blessure au genou est oubliée.

Yannick BOSSARD, fait de la chaise longue, il est blessé et doit patienter

Tout comme Dominique LANDEL fâché avec son genou (ah le Foot !!) et obligation de repos.

Les épreuves classantes ont commencées, un rappel utile :

Si vous faites une course de plus de 20km, une seule performance suffit.

Si vous faites des 10km et 15km il faudra réaliser 2 performances, cela peut-être un 10km et un 5000m piste par exemple ou encore 2 x 10km.

Tous les coureurs qui ont participé à MORDELLES doivent réaliser une autre performance:

Bruno ROUILLE R1 5pts
 Béatrice LANDEL R2 4pts
 Alain SCELLES R3 3pts
 Gaetan LOUIS D1 2pts
 Daniel MACE D1 2pts
 Gérard NONETTE D1 2pts
 Ils ont raté :
 de 2 secondes Jean Pierre HARDY
 de 3 secondes Stéphane ROBIOU

St MARC le BLANC Régional 30-1

Minimes 173 classés
 54 Anthony ROCHELET
 76 Julien MOREL
 85 Jérôme LEBRETON
 147 Sébastien GRENEUX
 Par équipe : 18ème équipe 362pts /25
Minimes Filles 135 classées
 59 Anne Sophie DOUCET
Cadettes 86 classées
 71 Patricia GRENEUX
Juniors 121 classés
 115 François COLIN
Vétérans 278 classés
 66 Christian DELERUE
 72 René PORTIER
 74 Noel SALAUN
 185 Jacky DENOT
 189 Jean Yves PERRIN
 210 Daniel MACE
 Par équipe : 16ème 586pts/ 23
Seniors 295 classés
 56 André SICOT
 111 Bruno ROUILLE
 114 Didier GAIGNET
 130 Jean Pierre GAILLARD
 131 Patrick HELLEUX
 232 Serge DROUIN
 263 Pierrick LEFEUVRE
 Par équipe : 18ème 542pts / 28

RENNES PTT 20 mars 1994
 Course 1,8km Benjamins, Benjamines
 2 Bruno GREHAL 7' 05"
 8 Marielle DOUCET 2ème Be Fille 7' 44"
 10 Nicolas PERRIGAULT 7' 54"
 11 Anne Sophie DOUCET 1ère Mi F 7' 58"
 13 Timothée SCELLES 8' 08"
 21 classés

Canal ST MARTIN 6-2-94

Il est souvent difficile de se procurer le classement des jeunes, à l'avenir il est important de noter les résultats des jeunes, au panneau d'affichage et de penser à les transmettre pour le bulletin.

Exemple au canal pratiquement tous les jeunes étaient présents, résultats non reçus on notera la victoire de Guillaume PICHOUX, celle de Marielle DOUCET, les places d'honneur de Bruno GREHAL, Alban COLIN, Anthony ROCHELET, Anne Sophie DOUCET, et Patricia GRENEUX

Au canal c'était la première course de Lewis MAGALHAES, ce fut aussi sa première chute dès le départ.

A Mordelles, Victoire pour Marielle DOUCET, places d'honneur pour Guillaume PICHOUX, Bruno GREHAL, Anthony ROCHELET, Julien MOREL, Anne Sophie DOUCET.

Ils se préparent pour les 100km de Vendée: Jean Christophe HAMON, Jacky DENOT (V1).

Ils seront au départ du Marathon de Caen, en juin; Gaetan LOUIS et CABARET Michel, Bruno ROUILLE, Lionel FRESNEL, il y aura même Patrick HELLEUX (il couvrera pour son entreprise)

On attend les résultats du marathon de NANTES il y aura, Alain SCELLES, Jacky DENOT (V1), Daniel MACE (V1) et peut être Loïc QUENOUILLERE.

N'oubliez pas le 1er MAI la course à MANU à MONTFORT sur Meu, par tradition le club y est fortement représenté

Course de 14,9km 769 classés
 2 SICOT André 48' 35
 7 HELLEUX Patrick 49' 20
 10 FRESNEL Lionel 49' 45
 14 ROUILLE Bruno 50' 41
 16 DROUIN Serge 50' 53
 17 GAIGNET Didier 51' 05
 28 DELERUE Christian 5eV1 52' 18
 29 QUENOUILLERE Loïc 52' 35
 35 VETTER Jean Claude 53' 15
 36 GENERALE Yvon 53' 18
 45 LEFEUVRE Pierrick 53' 40
 74 HAMON J Christophe 55' 14
 99 EVEN Francis 22è V1 56' 47
 133 CABARET Michel 57' 57
 138 DUVAL Frank 58' 06
 184 LOUIS Gaetan 59' 41
 191 MACE Daniel 40eV1 60' 00
 210 HARDY J Pierre 60' 38
 248 RUYAULT ch. 58èV1 61' 57
 267 WURTZ Alain 62' 26
 268 COLIN François 6è Ju 62' 27
 271 PERRIN J Yves 62è V1 62' 32
 301 LECHAUX Philippe 63' 27
 414 POULAIN Dominique 67' 03
 463 LANDEL Béa 8è Fém. 68' 28
 530 RAVALEC Jean 7èV3 70' 56
 682 WURTZ Catherine 77' 05
 726 SIREUIL Const 12èV3 83' 18
 731 HARDY Chryst. 4è EF 84' 19
 749 HARDY Jocely 35èFé 87' 28
 Par équipe : Victoire de la JA 49pts
 Classements des jeunes non reçu.

RENNES PTT 20 mars 1994
 course de 3,7km Minimes 8 classés
 3 ROCHELET Anthony 14' 02"
 4 MOREL Julien 14' 05"
 5 LEBRETON Jérôme 14' 14"
 Cadettes 7 classées
 6 PORTIER Myriam 19' 56"
 7 BEGUERET Eugénie 20' 14"

RENNES - ST MALO 94

1ère étape: 21,7km

4 ROULLE Bruno	Melesse	1h16'13"
15 GENERALE Yvon	Melesse2	1h22'00"
35 RUYAULT Christian	V1	1h26'43"
50 DUVAL Franck		1h28'19"

2ème étape: 28,500km

11 GAILLARD JPierre	Me12	1h49'08"
15 SICOT André	Me11	1h50'50"
20 SCELLES Alain		1h52'47"
80 MACE Daniel	V1	2h04'18"

1 EAPB 3h 05' 05"

2 JA Melesse 3h 07' 03"

7 JA Melesse 2 3h 11' 08"

3ème étape : 19,2km

6 SALAUN Noel 1èr	V1	1h 08' 03"
43 COLIN François	Ju	1h 17' 23"
86 LETORT Pierre	V1	1h 23' 22"

1 EAPB 4h 12' 17"

2 JA Melesse 4h 15' 06"

14 JA Melesse 2 4h 28' 31"

4ème étape : 22,7km

3 DROUIN Serge		1h 19' 21"
48 PERRIN J Yves	V1	1h 35' 25"
161 TRIBALLET Serge		2h 03' 40"

1 AL St Marc

5h 35' 51"

2 JA Melesse 5h 37' 14"

53 JA Melesse 2 6h 32' 11"

5ème étape : 31,1km

4 HELLEUX Patrick		1h 53' 30"
23 VETIER J Claude		2h 01' 30"
79 PRUNIER Marcel	V1	2h 14' 05"

1 JA Melesse 7h 30' 33"

2 AL St Marc 7h 33' 55"

46 JA Melesse 2 8h 33' 41"

6 ème étape : 23km

2 GAIGNET Didier		1h 19' 29"
19 HAMON J Christophe		1h 26' 36"
90 LECHAUX Philippe		1h 41' 05"

1 JA Melesse 8h 58' 32"

2 J. Cartier St Malo 9h 04' 26"

37 JA Melesse 2 10h 11' 55"

Les POINTS FFA après AUBIGNY

André SICOT	N3	7pts
Patrick HELLEUX	N3	7pts
Didier GAIGNET	R2	5pts
Serge DROUIN	R2	5pts
Jean Pierre GAILLARD	R2	5pts
Christian DELERUE	R2	5pts
Jean Claude VETIER	R2	5 pts
Bruno ROULLE	R3 ***	4pts
Jean Christophe HAMON	D1	3pts

Bruno ROULLE a réussi R1 à Mordelles , il doit réaliser une 2ème performance de même niveau pour validation.

Les Anniversaires

Patrick GAUTIER	15 avril
Jean Claude VETIER	15 avril
Francis EVEN	20 avril
Anthony ROCHELET	22 avril
Jean RAVALEC	3 mai
Patricia GRENEUX	4 mai
Jean Pierre GAILLARD	9 mai
Valérie GROSSET	10 mai
Chrystèle HARDY	10 mai
Jean Yves PERRIN	10 mai
Yvon GENERALE	14 mai
Jean Pierre HARDY	15 mai
Alexandre DELERUE	19 mai
Pierre LETORT	26 mai

Le samedi 4 JUIN 1994 à MELESSE sur un nouveau circuit un 10 km classant, départ à 19h 30 .

Nous comptons sur vous pour faire le MAXIMUM de PUBLICITE pour la course.

Nous tenons à votre disposition des affichettes pour mettre dans les courses ou vous allez.

Pour que l'épreuve soit une grande réussite, il faudra aussi "des bras" pour aider à l'organisation, il faut que la course soit irréprochable et nous ferons tout pour cela.

Il y aura bien sur les habituelles courses pour les jeunes et la promotion du club. 18h 30 2km Poussins Filles / Garçons 18h 45 3km Benjamin Filles / Garçons

18h 45 4km Minimes Filles / Garçons 19h 30 10km CLASSANT

Le club grandit , pour assurer un continuité dans le club, il est important de posséder quelques officiels au sein du club, il serait bon d'avoir un ou deux **chronométrateurs**(il faut officier 4 fois par année) éventuellement un starter , il y a un mini stage a effectué pris en charge par le club.

Les DEPARTEMENTAUX piste se disputeront les 28 et 29 mai, à partir de minime

Les Championnats de Bretagne Piste, Minimes et Seniors se dérouleront le 19 juin à RENNES

Les REGIONAUX piste , Cadets , Juniors et espoir se dérouleront à LAMBALLE le 12 juin 94

21.1km LIFFRE 3 Avril 94 483 classés

8 HELLEUX Patrick	1h 09' 34"
32 GAILLARD Jean Pierre	1h 13' 56"
179 NONETTE Gérard	V1 1h 24' 38"
191 RUYAULT Christ.	V1 1h 25' 26"
346 LETORT Pierre	V1 1h 35' 39"
347 PRUNIER Marcel	V1 1h 35' 39"
477 SIREUIL Constant	V3 1h 53' 47"

Poussins

1 RICHER Sandrine
2 RICHER Céline

Benjamins

1 GREHAL Bruno
2 RICHER Ludovic
- Erwan MASSON

Benjamines

2 DOUCET Marielle

Minimes

1 MOREL Julien

Minimes Filles

1 DOUCET Anne Sophie
- BEGUERET Eugénie

Patrick HELLEUX et GAILLARD Jean Pierre sont qualifiés au France de semi

Christian RUYAULT entre dans la catégorie D1 et marque 3pts.

Tous les autres coureurs restent dans leur catégorie respective.

On verra moins Yvon GENERALE cette saison, le travail d'abord !!!! Yvon est électricien et il vient de créer sa propre entreprise.

Il y aura un mouton à manger, suite à la victoire de l'équipe au 8ème relais Rennes-St Malo.

CALENDRIER PISTE

La piste va bientôt faire son apparition, les **POUSSINS** doivent participer à 3 épreuves pour être classés.

Piste à CESSON

Mercredi 13 Avril

19h : 1000m poussins / Benjamins
20h 10: 800 m
20h 45: 1500m
21h : 3000m

Vendredi 13 mai

19h : 1000m poussins / Benjamins
19h 45 : 800m
20h : 1500m
20h 30 : 3000m

Vendredi 10 juin

19h 15 : 1500m
19h 30 : 800m
19h 40 : 3000m
20h 50 : 10000m Championnat départemental

Premier marathon, à AUBIGNY /Nère pour :

235 Jean Yves THOMAS 3h 07' 32"
254 Franck DUVAL 3h 9' 51"
309 Philippe LECHAUX 3h 16'12"
421 Jean Yves PERRIN V1 3h 34' 19"

Bon résultat d'ensemble pour une première expérience.

A ce même marathon d'AUBIGNY/Nère la **JA Melesse** a remporté le classement par équipe 98pts, devant le club l'AS Franco Indienne 197pts, cette première place c'était un lot de 15000 F.

La somme a été répartie de la manière suivante : les 5 de l'équipe 2500 F et pour les 5 suivants de l'équipe 500 F. ceci dans un souci de maintenir l'esprit

d'équipe

14^{ème} JA Melesse 2
26^{ème} JA Melesse 3 / 30 classées

PONT REAN 27 mars 1994
Minimes 2200m 9 classés

5 GRENEUX Sébastien 9' 23"
Benjamins 2200m 33 classés

3 GREHAL Bruno 8' 36"
5 RICHER Ludovic 9' 20"

14 PERRIGAUDT Nicolas 9' 57"
20 MASSON Erwan 10' 17"

Benjamins 2200m 9 classés
1 DOUCET Marielle 9' 38"

Poussins 1100m 46 classés
1 RICHER Sandrine 5' 07"

6 RICHER Céline 5' 56"
19 SCELLES Charlotte 8' 20"

23 MAGALHAES Priscilla 8' 59"
Poussins 1100m 90 classés

1 PICHOUX Guillaume 4' 36"
67 MAGALHAES Lewis 8' 20"

72 PERRIGAUDT Anthony 8' 25"
Cadettes 4400m 6 classés

3 GRENEUX Patricia 23' 41"
Course de 13,1km 247 classés

23 LEFEUVRE Pierrick 46' 49"
24 QUENOUILLERE Loic 46' 56"

32 SCELLES Alain 48' 03"
72 ROBIOU Stéphane 51' 51"

74 HARDY Jean Pierre 51' 56"
81 MACE Daniel V1 52' 25"

154 POULAIN Dominique 58' 20"
211 RICHER Ludovic 64' 59"

Par équipe: 2^{ème} JA Melesse

Marathon du Cher 27-03-94

Qualificatif mesuré, 562 classés

3 SICOT André 2h 24' 52"
8 HELLEUX Patrick 2h 28' 21"

27 GAIGNET Didier 2h 37' 21"
29 DROUIN Serge 2h 37' 24"

30 GAILLARD Jean Pierre 2h 38' 15"
45 DELERUE Christian V1 2h 41' 42"

51 VETIER Jean Claude 2h 42' 54"
132 ROUILLE Bruno 2h 51' 40"

215 HAMON Jean Christophe 3h 04' 08"
271 WURTZ Alain 3h 12' 16"

403 RAVALEC Jean 3éV3 3h 31' 10"

Portrait

Il est arrivé au club, il faisait du 12 km /h, il a prit une licence "pour voir", tout en restant persuadé que de toute façon "il ne pourra jamais aller plus vite".



Et voilà notre coureur qui se met à faire de l'endurance Et les courses succèdent aux courses.

Au canal St Martin en février sur 14,9km il réalise 1h 02' 26", on n'est loin de la vitesse de départ, il fait maintenant du 14,400km/h

Pour son deuxième marathon, il demande un "plan maison" pour se préparer, étalé sur 12 semaines. Aubigny /Nère est l'objectif fixé, au regard du résultat : 3h 12' 16", l'entraînement à payé, et Alain car il s'agit d'Alain WURTZ, ne parle plus de 12km/h, sauf à l'entraînement... Si Alain là fait cela démontre que d'autres peuvent le faire.

La progression est là alors pourquoi s'arrêter en si bon chemin ,après tout 3h c'est envisageable !!!

échos

Naissance de Jérôme LOUIS né le 27 mars 1994 à RENNES, depuis le temps que Gaëlan attend, c'est arrivé Le cadeau d'usage a été offert par le club.

TOUR de RENNES 15km mesuré

20 mars 94 951 classés
67 QUENOUILLERE Loic 54' 41"

73 PORTIER René 16é V1 55' 00"
114 GENERALE Yvon 56' 45"

195 LOUIS Gaetan 59' 06"
196 CABARET Michel 59' 07"

217 HARDY Jean Pierre 59' 53"
484 DENOT Roland 4éV1 66' 00"

486 POULAIN Dominique 66' 01"
487 DENOT Jacky 137éV1 66' 02"

622 LANDEL Béatrice 15é Fé 69' 33"
623 DELERUE Christ 184éV1 69' 33"

674 GAUTIER Patrick 201éV1 70' 44"
855 HARDY Chryst 34é Fé 77' 17"

916 SIREUIL Const 25é V3 82' 12"
Par équipe : 13é JA Melesse 1 64'5pts

48é JA Melesse2 2231pts / 62équipes

Suite au TOUR de RENNES, ces athlètes ont marqué leur premiers points :

LOUIS Gaëlan (10km et 15km) D1 3pts
LANDEL Béatrice (idem) R2 4pts

Ils entrent dans la grille et doivent faire une 2^{ème} performance :

en R1 Rolande DENOT 6pts
en R2 Loic QUENOUILLERE 5pts

en R3 René PORTIER 4pts
en D1 Yvon GENERALE 3pts

Michel CABARET 3pts
Jean Pierre HARDY 3pts

Christèle HARDY 3 pts



Les prochaines courses CLASSANTES sont SM des 3 clochers, ACIGNE, MELESSE, CHAUVIGNE, RIMOU, ST MARC LE BLANC, VITRE pour l'ILLE et VILAINÉ