

# LA Moleux

Cross  
Course à pied  
Athlétisme

JUILLET / AOUT 91

## DEDE: Champion départemental: 10000 m.

" DEDE II " pourrait - on dire ! toujours est -il que "DEDE" vient de faire "mouche" en allant chercher le titre de CHAMPION DEPARTEMENTAL du 10000m en 31' 50" , on a du jaser autour de la piste !!

Il y a bien longtemps que l'on avait vu un coureur aux couleurs rouge aussi à l'aise sur piste et sur route.

Si depuis le début de saison, il n'arrête pas de jouer les " Poulidor " sur la route, au moins 4 fois deuxième et de nombreuses places d'honneur.

Il nous avait fait une super course au relais RENNES - ST MALO, juste derrière Julien, ensuite le marathon de CHATELLERAULT, où l'on peut parler de demi succès, même s'il améliore son record en 2h 32' 25" (contre 2h 33' 51") il pouvait espérer mieux, le vent lui a joué un vilain tour. L'important était qu'il soit qualifié pour le FRANCE MARATHON.

A 30 ans, il n'a pas encore atteint son plafond, il est en pleine progression, parfois sa boulimie de compétition le freine un peu dans ses résultats mais il a une telle santé. Au marathon de Chatellerault, un coureur sans doute spécialiste du crayon à bille, lui avait dit " - que pour faire moins de 3 heures au marathon, il ne faut avoir rien d'autre à faire "..... Entendez par là qu'il y a quand même un tas de types qui doivent rien faire à la J A .

Au fait DEDE, qu'est que tu fais comme boulot ?  
"Charpentier dans le bâtiment "

Maintenant je sais pourquoi il tourne si bien, il fait des stages en altitude, perché sur les bastaings .....

**GOSNE** 14km 4 MAI 91

59 classés

17 SERRAND Claude 54' 18  
34 LETORT Pierre 58' 59  
48 SIREUIL Constant (V3) 66' 55  
57 BEQUERET Gwenaëlle 76' 12

**BAZOUGES** 16km 9 Mai 91

109 classés

7 BAILLARD J Pierre 58' 26  
10 PORTIER René (2e V1) 59' 47  
95 SIREUIL C (2e V3) 82' 58

**CESSON** 20 km 9 Mai 91

258 classés

4 DONIO Christophe 67' 18  
32 DROUIN Serge 76' 59  
167 LETORT Pierre 92' 53

\*\*\*\*\*

**TOUR DE RENNES** 17.4km 17/3/91

1059 classés

- 27 DONIO Christophe 60' 16
- 37 QUENOUILLERE Loic 61' 46
- 140 EVEN Francis (V1) 68' 24
- 292 LEVQUE J Pierre 71' 47
- 423 BRARD Alain (V1) 76' 13
- 551 MONNIER René 80' 02
- 689 LETORT Pierre 82' 38
- 891 TOSTIVINT E (V3) 88' 44
- 892 SIREUIL C (V3) 88' 44

\*\*\*\*\*

**MONTAUBAN** 14km 21 Avril

- 4 DONIO Christophe 46' 25
  - 11 QUENOUILLERE Loic 49' 25
  - 63 DENOUAL Eupéne 55' 43
- 124 classés

\*\*\*\*\*

**ACIGNE** 28 Avril 91

10 km féminin . 55 classées

- 9 DONIO Magalie 51' 10  
( la soeur de Christophe )
- 33 BEQUERET Stéo (JU) 57' 01
- 50 DELERUE Jacc (V1F) 63' 00

15 km Féminin . 51 classées

- 16 DENOT Rol (3e V1F) 67' 20
- 37 GREHAL Fran (VDF) 75' 50
- 49 HARDY Jocelyne 78' 59

Pas reçu le classement de la course des hommes où Loic QUENOUILLERE c'est mis en valeur en terminant 3ème

\*\*\*\*\*

**MARTIGNE FERCHAUD** 21 Avril 91

120 classés

- 79 MONNIER René 79' 59

\*\*\*\*\*

**25 km JANZE** 19 Mai 91

110 classés

- 2 FRESNEL Lionel 1h 28' 36

\*\*\*\*\*

**MONTFORT/MELI** 1 mai 91

1.1km 107 Classes  
COLIN Alban 7'06

3km 44 classes  
Beme COLIN François 10' 34"

16.7km 447 classes

- 1 DONIO Christophe 54' 26
- 5 SICOT André 54' 53
- 7 FRESNEL Lionel 55' 33
- 17 QUENOUILLERE Loic 57' 40
- 51 PORTIER R (2e V1) 61' 35
- 64 DROUIN Seroe 62' 26
- 76 DENOT Jacky 63' 14
- 96 LOUIS Gaetan 64' 04
- 139 LEVEDUE J Pierre 66' 23
- 175 HUBERT Dominique 68' 31
- 208 HARDY J Pierre 70' 44
- 227 SERRAND Claude 71' 49
- 283 LETORT Pierre 74' 34
- 423 SIREUIL C (1e V3) 84' 53
- 433 TOSTIVINT E (V3) 86' 43

\*\*\*\*\*

**ST SULPICE** 21 km 9 juin 91

498 classés

- 2 SICOT André 67' 20
- 16 DELERUE Ch (1er V1) 72' 14
- 22 QUENOUILLERE Loic 72' 55
- 75 DROUIN Seroe 79' 25
- 118 VETIER J Claude 83' 23
- 164 DENOUAL Eupéne 86' 24
- 201 BRARD Alain (V1) 87' 55
- 283 LEVEDUE J Pierre 93' 08
- 288 PHILIPPE Alain (V1) 93' 24
- 323 LETORT Pierre 95' 33
- 443 SIREUIL Const (V3) 104' 21
- 479 TOSTIVINT Ema (V3) 110' 40

\*\*\*\*\*

**LA PLOUSIERE** 12km 9 Juin 91

107 classés

- 15 PORTIER René (1er V1) 44' 34
- 38 LEVEDUE Jean Pierre 48' 59
- 59 LEBLEIS Jean Michel 53' 03
- 65 COLIN François (Cad) 54' 56
- 98 SIREUIL Constant (V3) 64' 06

pas reçu les classements des petites courses où BEQUERET Stéphanie et Sabrina BOURQUIN ont courues et ont pris des places d'honneur.

\*\*\*\*\*

Christian DELERUE durant son séjour en Belgique a participé à une course de 28 km à OSTENDE (18k de footing obligatoire + 10 km à allure libre) il a terminé 7ème sur 153 et 2ème V1.

\*\*\*\*\*

La famille VETIER s'est agrandie .ORIANE est née le 4 mai 1991

\*\*\*\*\*

Autre naissance . dans la famille CEREZA - HERVE . c'est aussi une fille : ZOE née le 11 mai 1991.

\*\*\*\*\*

Loic QUENOUILLERE a perdu son père ,plusieurs membres du club étaient présents lors de l'inhumation. Toute la JA. a eu une pensée pour lui .

\*\*\*\*\*

Les nouvelles de blessés : Alain PHILIPPE a repris l'entraînement et visiblement la blessure n'est plus qu'un mauvais souvenir.

Jean Paul DELAHAYE, les batteries recherchées, a fait une sortie encourageante à BETTON ( 7ème) On a revu Job DUTERTRE fin mai au parc de Bréquigny, quelques kilos à perdre, mais il a bon moral. Jean Michel LEBLEIS a couru de nouveau à la PLOUSIERE , du genou la douleur est maintenant passée ailleurs , il ne sait plus que faire. Patience Jean Michel ça va revenir .

\*\*\*\*\*

4 contre 100 d' ERCE près Liffré, 3 coureurs de la J A. y participaient : André SICOT , Jean Claude VETIER , Lionel FRESNEL le 4ème coureur était une

féminine Joelle JOUANEAU (US Liffré) l'équipe a effectué 119 tours soit 107,1 km en 6h 27' 05 " , ils ont terminés avec 19 tours d'avance sur les habitants d'ERCE.

Le bénéfice de la journée a été offert à la lutte contre le cancer.

\*\*\*\*\*

## ECHOS

un rendez-vous a ne pas manquer : le 13 juillet 91 a 19 heures. la course d'Erce-près-Liffre (14,6 km).

Dans le fief de Constant Sireuil, traditionnellement la JA (organisatrice de l'épreuve) s'y est toujours illustrée. Le parcours est sélectif. Venez-y nombreux, amenez vos amis. Vous pourrez terminer par une séance "piste" avec le bal !

Inscriptions: C. Sireuil 99.68.30.56

\*\*\*\*\*

Une autre course à mettre dans votre calendrier : le dimanche 21 juillet à 10h30 à Porcaro (56). C'est à 50km de Rennes, juste derrière le camp de Coëtquidan, 16 km dans la campagne avec un parcours sélectif. Possibilités de Pique-nique après la course. C'est une organisation de la famille Delerue. inscriptions JP Delerue 97.22.17.78

\*\*\*\*\*

Bientôt les vacances, n'oubliez pas pendant cette période de vous inscrire aux courses dans les délais et de transmettre vos résultats pour le prochain bulletin (on ne reçoit pas tous les résultats !).

\*\*\*\*\*

Le relais du Semnon, le 22 septembre 91, comportera 6 relais. L'an dernier, nous avions engagé équipes.

S'il y a des candidats intéressés par le relais (distances de 13 à 19 km), prévenir C. Delerue assez tôt afin de bâtir les équipes.

\*\*\*\*\*

Christophe DONIO a représenté la JA au championnat de France des 25 km à Sorques. Il a terminé à la 91ème place en 1h25'29. La chaleur (26°) a joué un vilain tour à bon nombre de concurrents.

\*\*\*\*\*

## 24 HEURES (suite)

par Alain PHILIPPE

Samedi 7 Octobre . 6 heures

Lever, petit-déjeuner copieux, je plaisante, mais déjà la tête est ailleurs. Plus ça va, plus j'ai la trouille que je cache à tous, mais cela ne sert à rien car ils s'en aperçoivent bien et puis je ne suis pas obligé de le faire ce fameux 24 heures. Il ne fallait pas que ie m'y inscrive. Allons Alain, ne regrette pas et puis tu vas retrouver tes copains de la JA. Christine, Pascal, qui, n'en doutons pas, sont dans le même état que moi

Vers 8h30, nous partons vers Arcueil, lieu de l'affaire en question, ma femme, ma cousine et son copain, et moi-même bien sûr.

A 9 heures, nous pénétrons dans la stade d'Arcueil. La voiture est garée le long de la piste et n'en bougera que le lendemain.

Religieusement, je fais quelques pas sur la piste synthétique. J'ose à peine poser mes pieds tellement elle est belle, je ne voudrais pas la blesser, lui faire du mal, c'est elle d'ailleurs qui me fera du mal...

Mes copains arrivent. Nous blaguons, nous sommes réunis dans le même box et chacun prépare sa tenue/ maillot, short, chaussettes, et vas-y pour la pommade ! Les pieds sont soignés comme la coiffure d'un marié le jour de ses noces. Eh oui, pour nous, le bal est dans une heure.

Chéri, prépare les boissons ! Tu n'as pas vu mes vitamines ? Qu'est-ce que tu prends après le cinquantième ? ... On se pose des questions et on se donne les réponses. Plus ça va, moins ça va ! Les boyaux se tordent.

Trente minutes avant le départ, je vais m'isoler, faire le vide, j'oublie tout, je n'ai jamais connu ça, le rêve commence...

11 heures, on annonce que le départ est reculé d'un quart d'heure, un arrivant de dernière minute en est la cause. On trépigne, on court, on s'arrête, on discute. De quoi?... J'en sais rien.

Nous sommes 40 dont 5 femmes, tous à l'abri du vent sous une tente. 40 pointeurs, 1 pour chaque coureur, sont fin prêts pour inscrire chaque tour de piste. Merci braves amis, on peut compter sur vous.

11h15, ça y est, coup de sifflet, la libération: nous partons, on nous applaudit, on s'applaudit. C'est parti pour 24 heures au moins. J'ai commencé petit : semi, marathon, 100km, et maintenant 24 heures sur piste, c'est logique !! Mais comme c'est super ! Au bout de 2,3,4,5 heures, c'est de la folie me direz-vous ! Non, il suffit d'aimer... , mais au fait, je parle, je parle, mais je crois que j'ai déjà fait 4 ou 5 tours de piste, ça y est, je suis dans le bain, j'ai pris ma vitesse de croisière: 9 à l'heure ou 10 peut-être.

Les pointeurs, sous un chapiteau planté en travers de la piste, nous attendent de pied ferme. J'ai demandé de m'indiquer à chaque tour à combien j'étais rendu. 3200 m me dit au passage une voix ferme féminine mais avec le sourire, c'est important pour moi de savoir à chaque passage où j'en suis. Je discute avec les autres concurrents.

Salut Jacky ! Ça va? Extra! Doucement Pascal, tu vas trop vite; je sais, tu me connais. Clin d'oeil à Christine, tout le monde est OK. Dans les box, les femmes, les maris, ou les amis des coureurs

Ce n'est plu un secret , Serge DROUIN , licencié à Chavagne rejoindra nos rangs en Novembre prochain , vous trouvez déjà ses résultats dans ce bulletin afin de faire déjà connaissance avec lui. Il court régulièrement avec nous au parc de Bréquigny le soir , son prochain objectif : participer au marathon de VENISE en octobre prochain .

\*\*\*\*\*

Le 7 mai 91 , André SICOT a participé au 3000m de CESSON. Il a terminé 1er en 9mn 03'.

\*\*\*\*\*

Christophe DONID a terminé 2ème d'une course en Loire Atlantique (44) et 4ème du semi de Quimperlé (29)

\*\*\*\*\*

Nous sommes toujours à la recherche de maillots pour le club. Nous ne désespérons pas de trouver notre bonheur !

## 24 HEURES . . . . suite (A. PHILIPPE)

commencent à s'affairer et préparent les premiers ravitaillements, ils ont de quoi faire, leur rôle est des plus importants. Pensez donc, préparer à manger pour 24 heures, faire le chrono, courir pour soutenir moralement son coureur.

Tiens , ça fait une demi-heure que je cours. Premier ravitot : tranche de pain d'épice avec un peu d'eau, un potage; le tout en marchant, et on repart! Je me sens bien, libéré: depuis que

j'attendais ce moment. Je rejoins Jacky, on discute, il est bien aussi. Il n'en est pas à son premier coup d'essai, il est là pour battre son record, et il y arrivera, c'est sûr.

Les 40 participants que nous sommes, en file indienne, occupent maintenant tout l'anneau de la piste; certains sont partis assez vite, comme ce gars qui est venu battre le record des 50 kms. Il vaut mieux ne pas le suivre...

Cela fait maintenant une heure que nous courons tout le monde est dans l'ambiance. Que la piste est souple! J'ai l'impression de courir sur un tapis de mousse. De ce côté, nous n'aurons pas de problème de piste inondée en cas de pluie, ce que personne ne souhaite.

Et les minutes qui s'écoulent...

Dans les stands, les ravitaillements préparés par les suiveurs nous mettent l'eau à la bouche. Cela sent bon la soupe, le café.. En ce qui me concerne , j'ai amené des petits pots pour bébés, de la soupe de légume préparée à la maison, des yaourts, des riz caramels, du chocolat, du pain d'épice..de quoi tenir un siège... de 24 heures!

Au fait, je m'arrêterai bien au prochain tour pour boire un peu d'eau. C'est important: toutes les 1/2 heures , donc je dois me ravitailler. Du solide pour les premières heures, tant que ça passe.. après on verra !

Cela fait 4 heures que je suis sur la piste, soit 42kms. Peu après je m'arrête pour me passer du synthol sur les jambes, non pas que je ressente déjà des douleurs, mais cela fait du bien, c'est délassant. D'ailleurs, je pense que je m'en mettrai à chaque arrêt. Pour les pieds, pas de problèmes: j'ai des chaussettes anti-ampoules, des chaussures super, les ongles des pieds bien taillés... bref, je n'aurai de ce côté là aucun problème, du moins je pense.

J'ai des supporters qui m'encouragent à chaque tour, je suis photographié sous tous les angles, comme une vedette, ce que je ne suis pourtant pas, mais ce n'est pas là le plus important.

Pour l'instant , je tourne seul, et je pense à mes courses précédentes, à Montluçon, où j'ai participé 3 années de suite aux 100kms. Je pense aussi à l'entraînement que j'ai fait pour préparer cette épreuve, que j'estime d'ailleurs avoir bien fait grâce aux conseils de copains du club. Dans ma tête qui se prend à rêver de grandes courses, une voix est là pour me soutenir dans mes pensées qui dit : "ça va, tu es bien?". C'est Louissette qui vient m'encourager en courant quelques tours à mes côtés. Je lui réponds : "oui, pour l'instant, " R.A.S ."

. A suivre .



Christophe DONID et Loïc QUENUILLERE au tour de Rennes ( mars 91 ) effectuent une course d'équipe.

Résultats de la réunion piste de Cesson		
	10000m	34 classés
1	André SICOT	31'47
12	Jean-Pierre GAILLARD	34'53
28	Jean-Pierre LEVEQUE	39'03

Prochain bulletin en SEPTEMBRE