

Juin 1998

ECHOS

Il sont engagés au marathon du Mont St Michel :
Marie-Annick HERVE (SeF)
Patrick HELLEUX (V1h), Didier GAGNET (Seh),
Lionel FRESNEL (V1h), Gaëtan LOUIS (Seh),
Daniel LEFLANCHEC (V1h) Yves MOTTIN (V1h)
En principe André SICOT doit donner sa place à un
autre coureur du club.



Objectif 10 km de BRIVE pour une équipe jeune
avec Mickaël NATTES (Cadet 2), Hermann
BLOUIN (Junior 1) et Anne-Sophie DOUCET
(Junior 1)

Christian DELERUE sera juge-arbitre au
championnat de France des 21,1 km à
GRENOBLE début septembre.

2h 57' et des poussières pour Michel CABARET au
marathon de Paris (Avril 1998)

Pluie de 4h dorot les mauvaises langues pour
Daniel LEFLANCHEC, mais que l'on se rassure
Daniel accompagnait un copain....

Raymond PERRIGAULT fait maintenant partie de
la famille des marathoniens il a réalisé 4h 06' au
marathon de Nantes le 5 avril 1998.



Patrick HELLEUX améliore la meilleure
performance Bretonne Vétérans au
marathon avec 2h 21' 59" à ALBI
(BONNAVENTUR 2h 28' 00" en 1991)

Il améliore également la meilleure
performance Bretonne aux 20 kms en 1h 08'
59" à LE MANS (CHEREL 1h 10' 30" en
1996)

Il n'y aura pas d'entraînement à Melesse
pendant 2 semaines, Christian DELERUE part
dès le 7 juin et pour 2 semaines sur l'île d'Oléron
avec un groupe d'élèves en stage de maçonnerie.
du 7 juin au 19 juin absent.

**Il est cependant important de vous
inscrire pour la corrida de
Langueux même auprès de
Jacqueline DELERUE**

La famille PICHOUX s'est agrandie, bienvenue
donc à Mélissa née le 2 avril 98, le club a fait le
cadeau d'usage.

20km de LE MANS (72) sous la chaleur, le 21
mai 1998, Patrick HELLEUX termine 3ème
Vétérans, a une seconde du deuxième, le temps
de Patrick 1h 08' 59"
Didier GAGNET, 1h 12' 44" et toujours des
problèmes d'estomac (ou plutôt de stress)
René CARQUET (V1h) 1h 16' 50"

Au 10km de Le Mans, Label régional, Bruno
ROUILLE e 19ème en 33' 36"

15km de TREGUEUX le 17 mai 1998, label
régional, Alain SCHELLES termine 35ème en 56'
29" et Michel CABARET 58ème en 59' 12"

Au semi-marathon de la Baie CARANTEC-
PLOUEZOC'H, sous le soleil, Marie-Annick
HERVE termine 7ème féminine et réalise 1h 34'
22", Béatrice LANDEL s'est retrouvée par terre,
elle termine quand même à la 289ème place
(8ème féminine) et 1h 55'19".



Chapeau les vétérans !!!!!

Après le Marathon de Paris 96 et le titre senior par équipe on se disait
« difficile de faire mieux », et pourtant

Au championnat de France à Albi, la JA fait un carton plein avec la
deuxième place par équipe en Senior et le titre de champion de France
par équipe en vétérans (Patrick HELLEUX, Lionel FRESNEL et Christian
DELERUE) et la très belle 10ème place de Béatrice LANDEL en senior
Féminine.

Les Potins

Bienvenue !!!

GUILLAUME Nathalie, (Senior Féminine) de
Lifré
Sébastien DENISET (24 ans), de Rennes
Sud

92 licenciés au 22 mai 1998

Championnat de France de durée

8ème au championnat de France de durée
sur Piste c'est le résultat de Mickaël
NATTES (cadet 2) à ANGERS (49).
Il a effectué 13097m en 45mn (passage au
10km en 34' 10").

19ème place pour Marielle DOUCET au
championnat de France des 30mn piste à
Angers, elle a parcouru 7283m.

Une épreuve disputée sous la pluie.

L'exploit du mois

C'est Patrick HELLEUX qui le réalise, il
termine 6ème du championnat de France de
marathon à Albi.

Il participe à la victoire de l'équipe vétérans
au marathon, il est surtout **vice-champion de
France de marathon** et il améliore sa meilleure
performance personnelle en 2h 21' 59"

Chaque année il gratifie consciencieusement
les secondes pour s'approcher tout doucement
du mur magique des 3h 20'.

Le marathon maintenant il le maîtrise
parfaitement, c'est sa distance fétiche.

Les vétérans ont frappé un grand coup à Albi,
histoire de montrer aux jeunes du club qu'ils
étaient encore là.....

Dans la foulée de Patrick, Lionel FRESNEL
diminué par une grippe s'est attaché pour
l'équipe, quant à Christian DELERUE sur une
jambe et demie il donne une leçon de
motivation.

ECHOS

Carton plein au championnat de Bretagne de DUREE à MORLAIX.

Les 4 titres sont revenus à la JA Melesse

C'est une véritable expédition qu'avait montée Christian DELERUE avec Papy SIREUIL, la famille NATTES et Raymond PERRIGAULT.

Tout a commencé avec Aurélie TIZON en Minimes Filles qui cofite l'athlète de l'UA Langueux dans les 500 derniers mètres, belle course de Anne Lise RICHER qui termine 3ème et sur le podium.

Jérémie NATTES en Minimes Garçons n'a pas laissé longtemps de suspense à la course. Il usent ses adversaires et permet à MESTAT Nicolas d'attracher la 2ème place du podium, en fin de course.

C'est Marielle DOUCET en Cadettes qui a la plus belle victoire à son actif avec une performance de niveau Nationale 3, elle empêche une qualification pour le France.

Il restait à Mickaël NATTES en cadets a terminer en beauté, cela c'est fait dans la douleur le dernier quart d'heure (une mauvaise grippe avait laissé des traces).
Le titre et la qualification au France pour Mickaël.

Les résultats

- Minimes Filles 30mn**
- 1 TIZON Aurélie 6808m
 - 3 RICHER Anne Lise 6750m
 - 7 RICHER Sandrine 6200m

- Minimes Garçons 30mn**
- 1 NATTES Jérémie 8120m
 - 2 MESTAT Nicolas 7870m
 - 5 SCHELLES Timothée 7370m
 - 8 PICHOUX Guillaume 7110m

- Cadettes Filles 30mn**
- 1 DOUCET Marielle 7410m

- Cadets 45mn**
- 1 NATTES Mickaël 12960m
 - 8 CHARPENTIER Thomas 11520m
 - 9 PERRIGAULT Nicolas 10500m
 - 11 MASSON Erwan 10060m

2

RESULTATS

PONT-REAN 22mars 1998

Benjamins 17 classés

1 BETHUEL F-Xavier

Benjamins 9 classés

2 GREHAL Sylvie 10' 07"

4 JARRY Aurélie 10' 36"

Minimes Garçons 10classés

5 DELAMARCHE Christo. 9' 44"

9 JOURDAN Lionel 9' 44"

Cadettes 4620m 3 classés

1 JOURDAN Sonia 20' 39"

Course de 13,1km mesuré 250 classés

3 GAIGNET Didier 44' 54"

60 JARRY Frédéric 52' 46"

109 PORAS Gaëtan 57' 21"

212 PORTIER Myriam 66' 23"

214 GARNIER Franck 66' 25"

232 GRENEUX Patricia 69' 02"

21,100km de Litré 29 mars 98

Championnat de Bretagne 827 classés

8 HELLEUX Patrick 2ème V1h 1h 10' 52"

9 DESCORMIERS Sébastien 1h 11' 52"

16 ROULLE Bruno 1h 12' 43"

31 SICOT André 1h 14' 10"

33 GAIGNET Didier 1h 14' 11"

103 CARRETERO Stan 1h 19' 41"

122 CARQUET René 1h 20' 25"

123 RIO Mickaël 1h 20' 30"

126 BLOUIN Hermann 2è Jun 1h 20' 38"

164 ROCHELET Anthony 4è Jun 1h 22' 46"

173 MACE Daniel 6è V2h 1h 23' 24"

204 LOUIS Gaëtan 1h 24' 55"

205 JARRY Frédéric 4è Esp 1h 24' 56"

229 LEFLANCHEC Daniel 1h 25' 53"

221 JOURDAN Olivier 5è Jun 1h 26' 25"

298 MOTTIN Yves 1h 28' 58"

311 GREHAL Frédéric 1ère V1F 1h 29' 20"

312 DELERUE Christian 1h 29' 21"

360 HERVE Marie Annick 1h 31' 23"

361 LAPIERRE Philippe 1h 31' 24"

362 BODIN Franck 1h 31' 25"

366 LANDEL Béatrice 1h 31' 37"

412 BROSSAULT J-Yves 10è Esp 1h 33' 36"

435 FAUCHARD Henri 1h 34' 08"

517 GENERALE Yvon 1h 36' 33"

528 PORAS Gaëtan 1h 37' 19"

613 GREHAL Françoise 11è V1F 1h 41' 55"

725 GUILLAUME Nathalie 1h 49' 27"

740 RICHER cathérine 1h 50' 38"

Classement par équipe

1ère JA Melesse et Championne de Bretagne

PISTE suite

Cesson 29 Avril 1998

1000m Benjamins/Minimes

1 NATTES Jérémie M12 2' 49" 6

5 MOTTIN Fabien Be2 3' 14" 5

6 BETHUEL F-X Be2 3' 17" 8

7 DELAMARCHE Steven Min 3' 25" 1

12 HARLAIS Mathieu M11 3' 52" 5

13 DELAMARCHE Christopher 4' 24" 2

14 DELAMARCHE Kevin Pou 4' 43" 5

1000m Benjamins/Minimes Filles

1 TIZON Aurélie M12 3' 21" 6

2 RICHER Anne Lise M12 3' 23" 2

12 GREHAL Sylvie Be1 3' 52" 0

15 BLOUIN Clémentine Pou 4' 28" 8

800m

12 BROSSAULT J-Yves Esp 2' 27" 17

1500m

2 NATTES Mickaël Ca2 4' 11" 95

9 MESTAT Laurent Ca2 4' 28" 84

20 ROCHELET Anthony Ju2 4' 45" 76

3000m

14 BLOUIN Hermann Ju1 9' 45" 28

22 BODIN Franck 10' 16" 66

23 MESTAT Nicolas M12 10' 20" 78

1 RIO Mickaël 10' 23" 23

2 JOURDAN Olivier Ju1 10' 27" 22

5 MOTTIN Yves 1h 10' 35" 85

7 LORANT Vincent Ca1 10' 56" 88

9 PERRIGAULT Nicolas Ca1 10' 59" 71

3000m Féminin

3 DOUCET Anne-Sophie Ju1 10' 58" 89

4 DOUCET Marielle Ca1 11' 07" 87

Les Prochaines dates de la PISTE

30 mai Cesson Minimes et Cadets

03 juin Rennes Courtemanche TA Rennes

07 juin Rennes Bretagne Minimes et Seniors

12 juin Cesson

14 juin Quimper Bretagne Ca, Ju, Esp

20 juin St Malo soirée

26 juin Cesson

1 juillet Rennes Courtemanche TA Rennes

10/11/12 juillet France Jeunes

9

Départementaux Piste 15 et 16 mai 1998
Rennes Courtemanche

5000m féminin 10 classés

5 HERVE Marie-Annick SeF 19' 27" 30

6 GREHAL Frédéric V1F 19' 48" 77

8 LANDEL Béatrice SeF 20' 25" 38

10 GREHAL Françoise V1F 23' 43" 68

5000m Hommes 27 classés

18 CARRETERO Stan SeH 17' 10" 35

22 DELERUE Christian V2h 18' 18" 95"

5000m Junior Homme 1 classé

1 JOURDAN Olivier Ju1 18' 06" 32

800m Junior 3 classés

1 LEBRETON Jérôme Ju1 2' 05" 90

1000m Minimes Filles 11 classées

1 RICHER Anne-Lise M12 3' 26" 13

1500m Junior Hommes 5 classés

4 BLOUIN Hermann Ju1 4' 37" 9

1500m Cadets Hommes 14 classés

3 MESTAT Laurent Ca2 4' 27" 50

3000m Cadets Hommes 5 classés

1 NATTES Mickaël Ca2 9' 13" 9

3000m Minimes Hommes 9 classés

2 NATTES Jérémie M12 10' 07" 50

5 MESTAT Nicolas M12 10' 19" 70

9 PICHOUX Guillaume M12 12' 44" 30

Ils sont qualifiés pour les Bretagne :

-Jérémie NATTES et Nicolas MESTAT 3000m

Minimes Hommes

- Mickaël NATTES 3000m cadets Hommes

- Jérôme LEBRETON au 800m Junior Hommes

- Une demande de repêchage est en cours pour

Laurent MESTAT au 1500m

- Anne-Lise RICHER et Jérémie NATTES sont sélectionnés pour représenter l'ILLE et VILAINIE au match Inter-comités le 13 juin 1998

Piste

Bruno ROULLE termine 2ème à l'île aux Pies près de Redon.

Sébastien DESCORMIERS a gagné le challenge de la Forêt en seniors hommes.

Patrick HELLEUX termine 60ème de Marjevois-Mende, 8ème vétérans et 3ème français il est battu au sprint par Momo Nakachi....
Béatrice LANDEL a également participé à la course, mais galère, galère.... résultat une tendinite, mais elle a fini

Les Filles vont participer à un relais début octobre, le relais de la forêt de Camors.
C'est Française GREHAL, "le coach", 60km au menu et 6 relayeuses. On retrouve dans l'équipe Frédérique GREHAL, Marie Annick HERVE, Béatrice LANDEL, Joëlle JOUANNO, Nathalie GUILLAUME et Française GREHAL.

Pierriek LEFELVRE a repris la compétition, il a couru à VIEUX-VY, il termine 5ème de la course, il aurait pu faire mieux mais il est arrivé en retard, le peloton était déjà parti.....

Jean Christophe HAMON et Alain SCHELLES devait faire le marathon de St André des Eaux en footing pour préparer les 100km de Cléder.....
L'entraîneur leur a dit vous ne pourrez pas le faire en 3h 30 mais en 3h 15.....

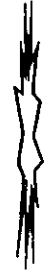
Résultat 3h 13' et des poussières pour Jean Christophe HAMON et 3h 15' environ pour Alain SCHELLES, qui avait raison ???

Ils se préparent pour Auray-Vannes, Patrick HELLEUX et Mickael RIO.

Patrick RIO a couru à CRUGUEL-JOSSELIN (56), une épreuve à label régional de 15kms. Hélas les organisateurs ont changé la distance de 15kms en 12kms.
Il termine 86ème en 45' 43".

On verra peut-être un peu moins cet hiver Anne-Sophie DOUCET (Junior) elle part pour ses études à Tours, elle envisage Diétéficienne.....

Franck GARNIER (Junior) a toujours des problèmes avec son dos.....



Résultats

MELESSE le 6 juin 1998

course de 1 km mesuré

course de 500m Baby H 12 classés

2 DELAMARCHE Steven

3 LANDEL Antoine

7 GREHAL Boris

course de 500m Baby Filles 14 classées

2 LANDEL Justine

course de 1k m. poussins 9 classés

3 ROUAULT François

Poussines 1 km 8 classées

4 BLOUIN Clémentine

Benjamins 2,1 km 6 classées

1 MICHEL Laetitia 9' 38"

2 GREHAL Sylvie 10' 18"

4 JARRY Aurélie 11' 47"

Benjamins 2,1 km 11 classés

1 NOURY Antoine 8' 16"

2 BETHUEL FX 8' 19"

3 MOTTIN Fabien 9' 08"

11 DELAMARCHE Kevin

5km "Pile poil" 41 classés

3 BLOUIN Hermann Juh 17' 00"

4 ROULLIER Fabrice 1er Cah 17' 11"

5 MESTAT Laurent Cah 17' 21"

7 MICHEL Williams Cah 18' 26"

9 SCHELLES Timothée 1er Mih 18' 36"

10 DESCORMIERS René Seh 18' 44"

11 LAURENT Vincent Cah 18' 52"

13 PERRIGAULT Nicolas Cah 19' 52"

14 TIZON Aurélie 1ère MIF 20' 04"

15 RICHER Anne Lise MIF 20' 27"

22 DELAMARCHE Christo Mih 21' 33"

26 RICHER Céline MIF 22' 01"

28 RICHER Sandrine MIF 22' 28"

29 FOUREL Thomas Mih 22' 53"

30 HARLAIS Mathieu Mih 23' 04"

PONT REAN 15km mesuré 118 classés

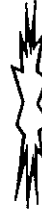
28 CABARET Michel Se 58' 11"

34 LEFLANCHEC Daniel V1 59' 15"

46 MACE Daniel V2 60' 40"

54 HERVE Marie Annick 2è SeF 63' 30"

86 POULAIN Dominique Se 70' 49"



Le bilan de la route et le calendrier de cross 98-99, dans le prochain numéro du bulletin fin septembre 1998

Bonnes vacances à tous et toutes

MELESSE 6 juin 1998 Cht de Bretagne
Vét. Cad1 Filles ttes catégories 344 classés
3 HELLEUX Patrick V1h 32' 43"
4 FRESNEL Lionel V1h 33' 36"
22 SCHELLES Alain V1h 35' 35" R.P.
85 MACE Danyel V2h 38' 58"
100 CHARPENTIER Thom 1er Ca 39' 34" R.P.
105 MOTTIN Yves V1h 39' 44"
116 CANUT Pascal V1h 40' 17"
144 GREHAL Française V1F 41' 21"
151 HERVE M'Annick SeF 41' 39" R.P.
159 DOUCET Marielle 1ère CaF 42' 23" R.P.
168 LANDEL Béatrice SeF 42' 50"
232 JOURDAN Sonia 2è CaF 46' 56"
245 RICHER Catherine SeF 47' 56"
279 GUILLAUME Nathalie SeF 49' 45"
281 L'HERMITE Régine SeF 49' 45"
282 PORTIER Myriam 3è Esp 49' 46"
303 GRENEUX Patricia EspF 52' 49"
par équipe hommes: sur 4 classés
1 JA Melesse 2h 20' 48"
2 Jacques Cartier 2h 23' 02"
par équipes filles: sur 3 classées
1 CO Pacé 1h 53' 37"
2 JA Melesse 2h 05' 21" qualifiée France

MELESSE le 6 juin 1998

course de 1 km mesuré

course de 500m Baby H 12 classés

2 DELAMARCHE Steven

3 LANDEL Antoine

7 GREHAL Boris

course de 500m Baby Filles 14 classées

2 LANDEL Justine

course de 1k m. poussins 9 classés

3 ROUAULT François

Poussines 1 km 8 classées

4 BLOUIN Clémentine

Benjamins 2,1 km 6 classées

1 MICHEL Laetitia 9' 38"

2 GREHAL Sylvie 10' 18"

4 JARRY Aurélie 11' 47"

Benjamins 2,1 km 11 classés

1 NOURY Antoine 8' 16"

2 BETHUEL FX 8' 19"

3 MOTTIN Fabien 9' 08"

11 DELAMARCHE Kevin

5km "Pile poil" 41 classés

3 BLOUIN Hermann Juh 17' 00"

4 ROULLIER Fabrice 1er Cah 17' 11"

5 MESTAT Laurent Cah 17' 21"

7 MICHEL Williams Cah 18' 26"

9 SCHELLES Timothée 1er Mih 18' 36"

10 DESCORMIERS René Seh 18' 44"

11 LAURENT Vincent Cah 18' 52"

13 PERRIGAULT Nicolas Cah 19' 52"

14 TIZON Aurélie 1ère MIF 20' 04"

15 RICHER Anne Lise MIF 20' 27"

22 DELAMARCHE Christo Mih 21' 33"

26 RICHER Céline MIF 22' 01"

28 RICHER Sandrine MIF 22' 28"

29 FOUREL Thomas Mih 22' 53"

30 HARLAIS Mathieu Mih 23' 04"

PONT REAN 15km mesuré 118 classés

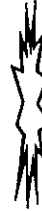
28 CABARET Michel Se 58' 11"

34 LEFLANCHEC Daniel V1 59' 15"

46 MACE Daniel V2 60' 40"

54 HERVE Marie Annick 2è SeF 63' 30"

86 POULAIN Dominique Se 70' 49"



Le bilan de la route et le calendrier de cross 98-99, dans le prochain numéro du bulletin fin septembre 1998

Bonnes vacances à tous et toutes

Seniors, Juniors et Espoirs Hommes 255 classés
7 DESCORMIERS Sébastien Se 32' 11" R.P.
22 ROULLE Bruno Se 33' 34"
24 SICOT André Se 33' 38"
27 GAIGNET Didier Se 33' 43"
52 CARRETERO Stan Se 35' 02" R.P.
95 RIO Mickael Se 36' 56" R.P.
107 JARRY Frédéric Esp 37' 38" R.P.
115 JOURDAN Olivier Jun 37' 55" R.P.
116 BODIN Franck Sen 37' 56"
170 PORAS Gaëtan Sen 40' 39"
177 GENERALE Yvon Sen 41' 01"
198 BAUDY Jérôme Sen 42' 17"
par équipe : classement sur 4 hommes
1 CIMA 2h 09' 53"
4 JA Melesse 2h 13' 04" qualifiée France

10km mesuré de VERN 27 juin 98

6 HELLEUX Patrick 1er V1 32' 38"
14 GAIGNET Didier Se 33' 51"
30 SCHELLES Alain V1 36' 33"
32 MESTAT Laurent 1er Cad 36' 52"
46 JARRY Frédéric 1er Esp 38' 32"
67 MOTTIN Yves V1 40' 13"
68 MICHEL William 4è Cad 40' 15"
76 PERRIGAULT Nicolas 5è Cad 41' 07"
161 GREGAULT Française 4è V1F 48' 49"
171 L'HERMITE Régine SeF 49' 33"
200 PERRIGAULT Raymond V1 51' 10"
238 SIREUIL Constant 7è V3 61' 23"
Marie Annick HERVE a disparu du classement.....

La PISTE

Benjamins

2 BETHUEL François Xavier	
3 MOTTIN Fabien	
5 GUYOMARD Sébastien	
46 DELAMARCHE Kevin	
Benjamins	
2 MICHEL Laetitia	
4 GREHAL Sylvie	
5 JARRY Aurélie	
3,150 km Minimes Cadets	
1 NATTES Mickael	Cad
2 NATTES Jérémie	1er Min
3 ROULLIER Fabrice	Cad
4 MESTAT Laurent	Cad
7 MESTAT Nicolas	Min
9 LORANT Vincent	Min
10 MICHEL Williams	Cad
11 PERRIGAUT Nicolas	Cad
19 TIZON Aurélie	1ère MIF
20 PICHOUX Guillaume	Min
22 DELAMARCHE Christò	Min
35 FOUREL Thomas	Min
45 HARLAIS Mathieu	Min
62 JOURDAN Lionel	Min

ST AUEN LAUE/ISNE moins de 10ans

11 FOUILLARD Stiven	5' 26"
4 FOUILLARD Stiven	5' 00"
1 BETHUEL François Xavier	7' 00"
2 MOTTIN Fabien	7' 51"
12 DELAMARCHE Kevin	8' 00"
13 JARRY Aurélie	8' 13"
2 MICHEL Laetitia	8' 13"
4 JARRY Aurélie	8' 13"
3 JARRY Aurélie	8' 13"
Minimes 15 classés	10' 09"
3 LAURENT Vincent	11' 11"
8 DELAMARCHE Christò	11' 33"
11 GAUDIN Anthony	11' 33"
12 FOUREL Thomas	11' 46"
14 HARLAIS Mathieu	12' 01"
15 JOURDAN Lionel	12' 58"
Poussins 16 classés	
10 ROUAULT François	5' 35"

NOYAL/Vilaine 21 juin 98

Minimes 4 classés	
3 DELAMARCHE Christopher	11' 46"
Benjamins 4 classés	
1 MICHEL Laetitia	
Cadettes 7 classés	
1 JOURDAN Sonia	22' 26"

Cesson CDA 35 30 mai 98

1000m cadets	
1 MESTAT Laurent	2' 45" 8

Courtemanche 3 juin 98

800m Juniors	
1 LEBRETTON Jérôme	2' 03" 4
Morlaix Intercomités Minimes 13 juin 98	
1000m minimes Filles	
RICHER Anne Lise	3' 29" 93
3000m minimes	
NATTES Jérémie	9' 43" 2

Cesson 12 juin 98

1000m Benjamins	
2 MOTTIN Fabien	3' 14" 8 R.P.
5 GUYOMARD Sébastien	3' 33" 8
3000m	
9 CARRETERO Stan	9' 48" 0
CESSORIE 29 juin 98	
2000m Filles	
2 LORANT Vincent	Min 3' 08" 55 R.P.
2000m	
4 ROBERTO Stian	8' 07" 00 R.P.
10 JARRY Aurélie	8' 11" 40
11 JARRY Aurélie	8' 11" 40
12 JARRY Aurélie	8' 11" 40

Interrogatoire: Etate Angers début juillet
3000m minimes
2 NATTES Jérémie 30 min
3000m cadette
10 JARRY Aurélie 8' 11" 40

Réflexions sur l'entraînement

Ce n'est pas la quantité de séances qui est importante mais son contenu

Seul celui qui reconnaît ses erreurs et en tire la leçon peut en tirer les conséquences adéquates et parvenir ainsi à une amélioration de sa capacité de performance.

L'entraînement sert au "développement", la compétition à la "réalisation" de la performance.
Holz 1994

NOYAL/Vilaine 21 juin 98

15km, mesuré 172 classés	
5 DESCORMIERS Sébastien	Se 52' 58"
43 PORAS Gaëtan	Se 62' 38"
85 JOURDAN Olivier	2è Ju 68' 39"
107 JARRY Frédéric	Esp 71' 13"

LANGUEUX 20 juin 98

Epreuve n°1 74 classés	
12 BLOUIN Clémentine	

Epreuve n°3 Benjamins 85 classés

1 BETHUEL François Xavier	8' 36"
4 MOTTIN Fabien	8' 50"
41 GREHAL Sylvie	10' 27"
64 JARRY Aurélie	12' 08"

Epreuve n°4 Minimes-Cadets 105 classés

3 MESTAT Laurent	Cad 10' 01"
4 NATTES Jérémie	1er Min 10' 05"
6 CHARRENTIER Thomas	cad 10' 36"
11 MESTAT Nicolas	Min 10' 53"
13 LORANT Vincent	Min 11' 03"
14 JARRY Aurélie	Cad 12' 04"
15 JARRY Aurélie	Cad 12' 04"
16 JARRY Aurélie	Cad 12' 19"
17 JARRY Aurélie	Cad 13' 01"
18 JARRY Aurélie	Min 13' 01"
19 JARRY Aurélie	Min 13' 16"
64 FOUREL Thomas	Min 14' 14"

Epreuve n°5 Filles 180 classés

97 MESTAT Laurence Sébastien	Se 33' 31"
100 JARRY Aurélie	1er Cad 35' 15"
72 CARRETERO Stan	Se 36' 02"
87 BLOUIN Hermann	2è Ju 36' 59"
102 RIO Mickael	Se 37' 56"
115 JARRY Frédéric	Esp 38' 47"
127 MACE Daniel	V2 40' 04"
135 JOURDAN Olivier	Ju 41' 01"
154 DOUCET Anne Sophie	1è Juf 45' 29"
155 DELERUE Christian	V2 45' 37"
157 MASSON Ewann	3è Cad 45' 47"
159 JOURDAN Sonia	1è Cad 48' 14"

COMBOURG Foulées 4 juillet 98

Minimes 15 classés	
1 NATTES Jérémie	11' 19"
4 LORANT Vincent	12' 16"
5 TIZON Aurélie	1ère fille 13' 17"
7 DELAMARCHE Christopher	13' 45"
9 RICHER Anne-Lise	13' 48"
Cadets 10 classés	
1 NATTES Mickael	17' 54"
2 ROULLIER Fabrice	19' 03"
6 DOUCET Marjelle	22' 44"

GOSNE 3kms

2 LAURENT Vincent	
3 DELAMARCHE Christopher	
Minimes Filles	
1 RICHER Céline	
2 RICHER Sandrine	
Cadette	
1 JOURDAN Sonia	

Benjamins

1 DELAMARCHE Kevin	
Benjamins	
1 GREHAL Sylvie	
2 JARRY Aurélie	

CHATEAUBOURG Minimes 10 classés

1 MESTAT Nicolas	16' 54"
2 LAURENT Vincent	17' 09"
6 DELAMARCHE Christopher	19'

Benjamins

1 MOTTIN Fabien	
7 DELAMARCHE Kevin	
Benjamins	
1 MICHEL Laetitia	

Seniors 15 kms (résultats non reçus)

1 ESCOFFIER Christophe	
2 ESCOFFIER Christophe	
3 ESCOFFIER Christophe	
4 ESCOFFIER Christophe	
5 ESCOFFIER Christophe	
6 ESCOFFIER Christophe	
7 ESCOFFIER Christophe	
8 ESCOFFIER Christophe	
9 ESCOFFIER Christophe	
10 ESCOFFIER Christophe	

ST SULPICE la Forêt 16 juin 98

7 RENEFDEK	4è 16' 01"
7 DELSCORMIERS Séb.	5è 18' 17"
82 JARRY Aurélie	6è 18' 58"
79 CHATEL Françoise	7è 19' 22"
84 PORAS Gaëtan	8è 19' 58"
FAUCHARD Henri	V1b 1h 33' 54"
GREHAL Françoise	V1F 1h 44' 27"
GUILLAUME Nathalie	Sef 1h 47' 57"
321 classés	



Stage de St JACUT 1998

13 coureurs, 1 entraîneur et 1 accompagnant
7 tentes de camping, deux abris de jardin....

Au menu en 6 jours: 7 entraînements avec un jour de repos, et puis après il y a la plage. Côté petit plus: un tournoi de volley-ball et un tournoi de foot-ball...

Même les filles ont joué au foot.... les garçons sont finaliste SVP...

Rendez-vous est pris pour 1999.