

JOURNAL n°175



JANVIER 2015

VIE DU CLUB

MERCI POUR VOTRE PARTICIPATION : BÉNÉVOLES OU COUREURS « Entre Chien et Loup 2015 »

Challenge interne REDEG 29

Prochaine course du challenge : **Les foulées Landernéennes (6,5 ou 14,5 km) à Landerneau** le 15 février à Landerneau.

Sortie club pour l'année 2015

Le 6 et 7 juin 2015 pour le trail d'écouves. Site de l'évènement : <http://trail61.pagesperso-orange.fr/>, vous pouvez dès à présent nous dire par mail si vous ferez partis de l'aventure.

Covoiturage, pensez-y

Quand vous vous rendez à des courses, pensez au covoiturage. Le lieu de rendez vous est sur le parking de Géant, côté garage Citroën, ou ailleurs.

Photos

Vous prenez des photos de nos représentants (tes) sur une course, transmettez les à Olivier par mail redeg29@sfr.fr, par clé USB, carte mémoire ou lien vers des bases de données, afin de les avoir sur le site. Penser aussi à la page facebook du redeg29.

HORAIRES des ENTRAÎNEMENTS

Le **mardi à 19h** au stade Aurégan, entraînements fractionnés sur les conseils de James.

Le **jeudi à 19h** au complexe sportif de Plourin Lès Morlaix, sur les conseils de Jean Claude, séances de renforcement musculaire.

Le **vendredi à 18h**, rendez vous sur le parking stade de Saint Martin (entre le collège Tanguy Prigent et le cimetière) sortie fun trail ou urban-trail.

Le **samedi à 10h** au complexe sportif de Plourin Lès Morlaix pour une séance d'initiation ou de contrôle des connaissances.

Constitution du bureau REDEG 29

Président	Cyril D.	06 14 94 99 55	redeg29@hotmail.fr
Vice Président	Gilles M.	02 98 79 51 01	gilles.moyou@gmail.com
Trésorier	Corinne T.	06 59 41 72 58	teurnier-guillaume@hotmail.fr
Trésorier adjoint	Erwan A.	02 98 67 73 50	e.autret@laposte.net
Secrétaire	Olivier D.	06 22 13 28 44	odesprez@neuf.fr
Secrétaire adjoint	Fabien L F.	02 98 79 16 64	lefroud.fabien@neuf.fr
Membre	Sophie D.	06 14 94 99 55	balv@free.fr
Membre	Xavier D.	02 98 72 51 99	danaxe@ymail.com
Membre	Rémy L D.	02 98 72 25 41	remy.ledreau@aliceadsl.fr
Membre	Christian E.	02 98 79 82 47	christian.efflam@free.fr
Webmaster	Olivier D.		redeg29@sfr.fr

Anniversaire du mois précédent



Joyeux anniversaire à
**Tatiana, Anthony,
Katy, Blandine,
Samira, Catherine,
Jean Yves, Hélène,
Gilbert.**

LES RESULTATS du mois de DECEMBRE

28/12/14 - Corrida de Quimper -29

8km

628 classés 1er en 23'52"

Yoann S. 120ème en 29'53"

6km

210 classés 1ère en 21'36"

Florence S. 182ème en 36'27"

27/12/14 - Corrida de Bétheny -51

8,6km

835 classés 1er 27'25"

Cyril D. 215ème en 38'56"

Sophie D. 626ème en 49'59"

20/12/14 - Noz caval'cade (Brest-29N)

13km

261 classés 1er 52'46"

Olivier D. 71ème en 1h06'03"

Francis L. 104ème en 1h09'06"

20-21/12/14 - Solstice d'hiver (Mousterlin-29S)

22 classés 1er avec 154,8km36'06"

Christian E. 2ème avec 145,125km

Rémy LD 11ème avec 114,185km

14/12/14 - Cross de Brest -29

1340m

61 classés 1er en 4'53"

Titouan M. 17ème en 5'22"

5470m

48 classés 1er en 17'35"

Gilles M. 17ème en 21'22"

14/12/14 - Trail Urbain De Lannion -22

10km

531 classés 1er 36'06"

Matthieu G. 59ème en 43'50"
Yoann S. 86ème en 45'07" (1er CA)
Jean Claude C. 95ème en 45'40"
Gilbert S. 100ème en 45'47"
Patrice M. 107ème en 46'15"
Yvon M. 197ème en 50'21"
Cyril D. 198ème en 50'21"
Erwan A. 199ème en 50'21"
Philippe C. 226ème en 51'11"
Laurent LF. 236ème en 51'21"
Mickaël M. 300ème en 54'18"
Allain J. 318ème en 54'57"
Corinne T. 355ème en 56'21" (inversion dossard 573/473)
Priscillia C. 411ème en 59'18"
Jean Marc C. 448ème en 1h01'33"
Sophie D. 482ème en 1h04'33"
Magalie B. 495ème en 1h05'37"
Cécile R. 512ème en 1h07'13"
Catherine L. 513ème en 1h07'13"

5km

186 classés 1er en 19'26"

Armelle LF. 125ème en 34'12"
Stéphanie C. 174ème en 39'40"
Karine C. 183ème en 44'27"

13/12/14 - Corrida sz Carhaix -29

10km

267 classés 1er en 32'38"

Allain J. 146ème en 46'03"

06/12/14 - Menestail (Moncontour-22)

54km

393 classés 1er 4h40'27"

Franck R. 32ème en 5h48'17"
Fabien LF. 192ème en 7h06'53"
Gildas S. 261ème en 7h29'25"

Vincent R. 262ème en 7h29'28"

Yann L. 298ème en 7h47'14"

Olivier D. 309ème en 7h49'55"

Grand Défi 87km

32 classées 1er en 8h53'35"

Franck R. 2ème en 9h01'32"

33km

411 classés 1er en 2h54'58"

Franck R. 7ème en 3h05'18"

Florent C. 23ème en 3h22'20"

Mickaël G. 119ème en 3h57'01"

Frédéric N. 293ème en 4h42'03"

12km

356 classés 1er en 58'11"

Julie LJ. 179ème en 1h39'52"

COURSES PREVUES EN JANVIER (avec le concours de www.vanoo.net)



Samedi 10 Janvier - *Hillion (22)*

La Folle Nétei

Organisé par Entre Dunes Et Bouchots

- La Folle Nétei (16km)
- Type de la course : **Trail**, Départ à **18:15**
- La Folle nétei (9km)
- Type de la course : **Trail**, Départ à **18:15**



Dimanche 18 Janvier - *Douarnenez (29)*

Les Foulées Douarnenistes

Organisé par Les Semelles Douarnenistes

- Marche athlétique - Marche sportive (10km)
- Type de la course : **Route, Nature**, Départ à **10:15**
- Les Foulées douarnenistes (10km)
- Type de la course : **Route, Nature**, Départ à **10:15**
- Randonnée (5km)
- Type de la course : **Route, Nature**, Départ à **10:15**

Dimanche 18 Janvier - *Plessala (22)*

TRAIL DU MOULIN NEUF circuit modifié 13 kms

Organisé par FETES ET LOISIRS

- Moulin Neuf (13km)
- Départ à **10:00**

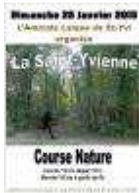


Dimanche 18 Janvier - *Plouay (56)*

RUN AND BIKE DE PLOUAY.

Organisé par Triathlon Ecureuils Plouay.

- Avenir (3km)
- Départ à **13:30**
- 4 tours (12km)
- Départ à **15:00**
- 6 tours (18km)
- Départ à **15:00**



Dimanche 25 Janvier - *Saint-Yvi* (29)

Course Nature La Saint-Yvienne

Organisé par Amicale Laïque de Saint-Yvi

- Course Nature (12km)
- Départ à **10:00**
- Marche (10km)
- Départ à **09:00**



Dimanche 25 Janvier - *Saint-Brieuc* (22)

RUN & BIKE DE SAINT-BRIEUC

Organisé par Saint-Brieuc Triathlon

Samedi 31 Janvier - *Séné* (56)

Nocturne naturaxtrem

Organisé par naturaxtrem

- nocturne naturaxtrem (20km)
- Départ à **19:30**
- 4eme nocturne naturaxtrem (10km)
- Type de la course : **Nature**, Départ à **19:30**

Photos du mois



Solstice d'hiver à Moustierlin



Podium Grand défi Moncontour



Le loup est devant !!!



Si vous avez des remarques ou si vous voulez ajouter une rubrique à ce journal, ne pas hésiter à me contacter (odesprez@neuf.fr)