

JOURNAL n°183



OCTOBRE 2015

Challenge interne REDEG 29

Prochaine et dernière course du challenge : Le Locquétrail à Locquénoles le 11 octobre.

Rendez-vous Club

Assemblée Générale le **6 novembre** à partir de 18h30 **SALLE TI AN OLL** DE PLOURIN-LES-MORLAIX, pensez à signaler votre présence pour le repas auprès de Cyril.

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

A transmettre à Olivier par mail redeg29@sfr.fr, ou par clé USB, ou carte mémoire ou lien vers des bases de données, afin de les mettre sur notre 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 01 40 14 64	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.	06 01 40 14 64	redeg29@sfr.fr

Anniversaire du mois de septembre



à :
Wilfrid, Serge,
Franck.

LES RESULTATS du mois de SEPTEMBRE

27/09/15 - A travers l'Estran - Eve - 22

50km

115 classés 1er en 3h55'03"

Gilbert T. 26ème en 4h45'20"

27/09/15 - Trail Ster Goz Rosporden -29

23km

175 classés 1er en 1h32'37"

Olivier D. 67ème en 2h12'48"

27/09/15 - Trail Owen Plouguerneau -29

15km

382 classés 1er en 1h00'26"

Yoann S. 3ème en 1h00'34"

Gilbert S. 17ème en 1h09'29"

25km

145 classés 1er en 1h44'05"

Antoine M. 45ème en 2h17'29"

Frédéric N. 110ème en 2h54'31"

20/09/15 - Trail du Leff Plélo -22

32km

103 classés 1er en 2h12'04''

Fabien LF. 38ème en 2h49'40''

12km

539 classés 1er en 47'48''

Sophie G. 108ème en 1h05'17''

Cyril D. 173ème en 1h09'08''

5km

262 classés 1er en 19'44''

Laurent T. 85ème en 31'32''

Julie T. 86ème en 31'32''

Stéphanie M. 131ème en 33'47''

Auréline D. 240ème en 41'09''

Agnès LF. 241ème en 41'09''

Corinne T. 242ème en 41'10''

20/09/15 - Semi du Haut Léon St Pol de Léon -29N

288 classés 1er en 1h13'45''

Franck R. 16ème en 1h21'18''

Francis L. 160ème en 1h43'21''

Florent C. 193ème en 1h47'33''

Priscillia C. 267ème en 2h01'38''

19/09/15 - Défi Urbain de Segré -49

6km

126 classés 1er en 25'05''

Yann LR. 68ème en 39'49''

19/09/15 - Trail de la Mignonne St Urbain -29

26km

142 classés 1er en 1h50'12''

Florent C. 10ème en 2h14'39''

Thierry K. 63ème en 2h33'47''

Antoine M. 85ème en 2h38'29''

Gilbert S. 86ème en 2h38'30"
Corinne T. 128ème en 3h06'56"
Laurent T. 129ème en 3h06'59"

12km

317 classés 1er en 53'54"

Yoann S. 81ème en 1h09'58"

13/09/15 - Semi Auray-Vannes -56

21km

4309 classés 1er en 1h03'20"

Patrice M. 971ème en 1h39'27"

13/09/15 - Trail de Brocéliande Iffendic -35

41km

391 classés 1er en 3h12'45"

Gilbert T. 49ème en 4h01'52"
Mickaël G. 110ème en 4h21'01"
Olivier D. 314ème en 5h23'04"

13/09/15 - Trail des 2 rivières Bégard-22

15km

151 classés 1er en 57'16"

Laurent LF. 56ème en 1h15'07"

12/09/15 - Relais du Loup St Thégonnec -29N

2h

Equipe de 3 lière avec 35,5km

James D. 4ème avec 34,5km
Yoann S. 9ème avec 32,5km

Individuel 1ier avec 31,5km

Laurent T. 15ème avec 22,3km
Corinne T. 23ème avec 20,3km (3F)

06/09/15 - Les boucles de St Thonan -29N

10km

451 classés 1er en 32'50"

Yoann S. 67ème en 40'41" (2CA)

Samira G. 329ème en 51'08"

Priscillia C. 379ème en 54'21"

COURSES PREVUES EN OCTOBRE (avec le concours de www.yanoo.net)



Samedi 10 Octobre - Le Vieux-Marché (22)

Course des Améthystes

Organisé par ALVMP handball

- Les améthystes (8km)
- Type de la course : Route, Nature, Départ à 16:00
- Les améthystes (21km)
- Type de la course : Trail, Départ à 15:30



Samedi 10 Octobre - Morieux (22)

Course d'orientation de nuit la morinoz

Organisé par la morinoz

- la morinoz (15km)
- Type de la course : orientation, Départ à 21:00
- la morinoz (9km)
- Type de la course : orientation, Départ à 21:00
- la morinoz (21km)
- Type de la course : orientation, Départ à 21:00



Samedi 10 Octobre - La Roche-Bernard (56)

Défi des ponts

Organisé par Sport Nature Roche Vilaine

- Défi des ponts (39km)
- Type de la course : Trail, Départ à 17:00

Samedi 10 Octobre - Landévant (56)

Courses de Landévant

Organisé par LANDEVANT SPORT NATURE

- foulées de landévant (13km)
- Type de la course : Nature, Départ à 16:30
- course nature de Landevant (24km)
- Type de la course : Nature, Départ à 16:00
- MARCHE NORDIQUE LSN (15km)
- Départ à 15:30

Samedi 10 Octobre - Réguiny (56)

Foulées réguinoises

Organisé par comité des fêtes de Reguiny

- foulées reguinoises (1.2km)
- Type de la course : Route, Départ à 16:30
- foulées reguinoises (2.8km)
- Type de la course : Route, Départ à 16:40
- foulées reguinoises (12km)
- Type de la course : Route, Nature, Départ à 17:00
- foulées réguinoises (6km)
- Type de la course : Route, Nature, Départ à 17:00
- foulées Réguinoises (0.6km)
- Type de la course : Route, Départ à 16:15



CHALLENGE INTERNE REDEG 29

Dimanche 11 Octobre - Locquéolé (29)

Locquétrail

Organisé par APE Locquénoilé

- Trail 8 kms (8km)
- Type de la course : Trail, Départ à 09:30
- Trail 15 kms (15km)
- Type de la course : Trail, Départ à 09:00



Dimanche 11 Octobre - *Scaër (29)*

Trail Tro Coatloc'h

Organisé par Relayeurs de Coatloc'h

- Trail Tro Coatloc'h Bihan (13km)
- Type de la course : Trail, Départ à 09:30
- Trail Tro Coatloc'h Vraz (24km)
- Type de la course : Trail, Départ à 09:00



Dimanche 11 Octobre - *Brest (29)*

BREST COURT

Organisé par BREST COURT

- 5000 sabords (5km)
- Type de la course : Route, Départ à 15:00



Dimanche 11 Octobre - Ploufragan (22)

COURSE DU BARRAGE

Organisé par AL PLOUFRAGAN

- Course N° 1 (11.6km)
- Type de la course : Trail, Départ à 09:40
- Course N° 2 (16km)
- Type de la course : Trail, Départ à 09:50
- Course N° 3 (6.3km)
- Type de la course : Nature, Départ à 10:00

Dimanche 11 Octobre - Caro (56)

TRAIL DES KORRIGANS

Organisé par Trail des korrigans de kervallon

- Course nature des écoles (10km)
- Type de la course : Nature, Départ à 10:00
- Trail des korrigans (17km)
- Type de la course : Trail, Départ à 09:30
- Trail des deux communes (27km)
- Type de la course : Trail, Départ à 09:00
- Course des enfants 4 à 6 ans (0.8km)
- Départ à 11:30
- Course des enfants 7 à 10 ans (1.2km)
- Départ à 11:45



Samedi 17 Octobre - Le Gouray (22)

pi marathon de la tortue

Organisé par asg

- pimathon de la tortue (42km)
- Type de la course : Nature, Relais, Départ à 12:00



Dimanche 18 Octobre - *Plomelin (29)*

Trail de Plomelin

Organisé par Courir Ensemble Plomelin

- Trail Plomelin (14km)
- Type de la course : Nature, Trail, Départ à 09:30
- Trail de Plomelin (27km)
- Type de la course : Nature, Trail, Départ à 09:00
- Marche (10km)
- Départ à 09:30



Dimanche 18 Octobre - *Landébia (22)*

festival trail Arguenon-Hunaudaye

Organisé par Landébia Sport&Nature

- festival 44 (44km)
- Type de la course : Trail, Départ à 08:00
- festival 22 (22km)
- Départ à 09:00
- festival 12 (12km)
- Type de la course : Nature, Départ à 11:00
- course enfants (0.4km)
- Départ à 12:30
- course enfants (0.8km)
- Départ à 12:40



Dimanche 18 Octobre - *Le Foeil (22)*

Trail Le Foeil

Organisé par Comité des Fêtes et Loisirs "Section Trail"

- Trail Le Foeil (24km)
- Type de la course : Trail, Départ à 09:45
- Trail Le Foeil (12km)
- Type de la course : Trail, Départ à 10:00



Dimanche 18 Octobre - *Saint-Just* (35)

Trail 64km, Entre Palis et Mégalithes

Organisé par AEPM

- Trail 64km, Entre Palis et Mégalithes (64km)
- Type de la course : Trail, Départ à 08:00
- Trail Relais 64 km, Entre Palis et Mégalithes (64km)
- Type de la course : Relais, Départ à 09:00
- DUO - Trail Relais 64 km Duo Entre Palis et Mégal (64km)
- Type de la course : Relais, Départ à 09:00
- Course nature 8 km (8km)
- Type de la course : Nature, Départ à 09:30

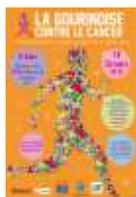


Dimanche 18 Octobre - *Vannes* (56)

Marathon de VANNES

Organisé par Le Marathon de VANNES et les courses des embruns

- Marathon de Vannes (42.195km)
- Type de la course : Route, Nature, Départ à 09:30
- Duo de l'Hermine (42.195km)
- Type de la course : Route, Nature, Duathlon, Relais, Départ à 09:45
- Foulées du Golfe - 10km (10km)
- Type de la course : Route, Nature, Départ à 09:00



Dimanche 18 Octobre - Gourin (56)

La Gourinoise Contre le Cancer

Organisé par La Gourinoise contre le Cancer

- La Gourinoise (6km)
- Départ à 09:30



Samedi 24 Octobre - Saint-Divy (29)

Trail nocturne d'Halloween

Organisé par Courir a Saint-Divy

- TRAIL d'HALLOWEEN (15km)
- Type de la course : Trail, Départ à 19:00



Samedi 24 Octobre - Cléguer (56)

NOZ TRAIL de la vallée du Scorff

Organisé par FOULEES DE CLEGUER

- Noz trail TVS (11km)
- Type de la course : Nature, Trail, Départ à 20:00
- FAST NOZ TRAIL (4.5km)
- Type de la course : Nature, Départ à 20:10



Dimanche 25 Octobre - Pleyben (29)

Trail de Pleyben 2015

Organisé par APEL St-Joseph

- Trail de Pleyben (22km)
- Type de la course : Trail, Départ à 09:30
- Course Nature (11km)
- Départ à 09:45



Dimanche 25 Octobre - Tréglonou (29)

Trég Ludik' Trail

Organisé par Team Trail de l'Aber Benoit



Dimanche 25 Octobre - Landivisiau (29)

La Corrida De Landivisiau

Organisé par Trotterien Landi

- 10km Thelem assurance (10km)
- Type de la course : Route, Départ à 15:30
- 5 Km Crédit Agricole (5km)
- Type de la course : Route, Départ à 14:30

Dimanche 25 Octobre - Ploeuc-sur-lie (22)

TRAIL DES MOULINS

Organisé par AS Ecole Sainte-Anne

- TRAIL Des Moulins (9km)
- Type de la course : Nature, Trail, Départ à 09:45
- TRAIL Des Moulins (13km)
- Type de la course : Nature, Trail, Départ à 09:30
- TRAIL Des Moulins (26km)
- Type de la course : Trail, Départ à 09:00



Dimanche 25 Octobre - Cléguer (56)

TRAILS de la VALLEE du SCORFF, TVS

Organisé par Foulées de Cleguer

- TRAIL Raidlight de la VALLEE du SCORFF (42.5km)
- Type de la course : Trail, Départ à 08:00
- CLEGUEROIS TRAIL (18km)
- Type de la course : Trail, Départ à 10:00
- GROUPAMA TRAIL (7.5km)
- Type de la course : Nature, Départ à 10:30



Dimanche 25 Octobre - Josselin (56)

LA JOSSELINEAISE DES FEMMES

Organisé par La Josselinaise

- La josselinaise des femmes (6km)
- Type de la course : Route, Départ à 10:00



Samedi 31 Octobre - Quimper (29)

Kemper Urban Noz trail

Organisé par Triathlon club de quimper

- Kemper Urban Noz Trail (15km)
- Type de la course : Route, Nature, Départ à 20:00

Photos



Trail pour Owen, Yoann S. 3^{ième}



Trail de Brocéliande, Gilbert T.

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