

# RUNNING PASSION

Saison 2018 Décembre

Numéro 10

## Réunion Bureau

La réunion de bureau a eu lieu le 28 Novembre 2018. Vous trouverez le compte-rendu dans l'espace « membres » du site.

## Courses Locales

Cette année Running Passion Bourges a décidé de participer en masse à **l'Ekiden d'Avord et aux foulées de Bourges**.

Pour ceux qui ne connaissent pas, l'Ekiden est un marathon couru en équipe de 6 coureurs maximum.

Les distances sont de : 5 – 10 – 5 – 10 – 5 – 7 km.

Nous pouvons faire des équipes mixtes, de même sexe, de même catégorie.... Comme vous le désirez.

Cette manifestation aura lieu le dimanche 17 mars 2018. Réservez cette date. Envoyez moi vos inscriptions afin de vous dépensez sur les routes du village.

## Courses hors département

Vous avez tous reçu le mail de Christian vous indiquant la sélection des 3 courses hors département :

- 1) Les galopades Tranchaises,
- 2) Trail des moulins de la vallée de la Cisse,
- 3) 10 et 20 km de Tours.

N'oubliez pas de répondre rapidement pour la première et de vous positionner pour les deux autres (date limite le 15 décembre)

## Dates importantes

•••

Test VMA le 22 décembre

Journée galette 27 janvier 2019

Sortie associative 12 ou 19 mai 2019

## Entraînements

Le mois de décembre marque en général la fin du travail en VMA sur la piste de Depège .

Christian vous donne rendez-vous le samedi 22 décembre pour un test VMA afin de mesurer votre progression et ainsi pouvoir préparer efficacement les courses de printemps.

## Equipements

Les équipements (43 articles) ont été commandés mardi 4 décembre. Livraison prévue vers la fin janvier pour une distribution le jour de la galette.

## Divers

Le challenge « Running Expert Cup » s'est terminé à l'issue du tour du lac.

Voici le classement final 2018 :

### RUNNING EXPERT COURT FEMMES

	TOTAL	Trial'Or	Lignièrès	Terres du Haut Berry	Sidaillès	Sancerre	Rde Marais	Avarais	TdLac	Total 1	Bonus participation
1 FANTIN Elodie	3298		622		560	1494		622		3298	0
2 BERTON Arthémise	2950		208	388	303	982	508	511		2900	50
3 REGNIER AUDREY	2564			643		1359	562			2564	0
74 TERRIER EVE	940					753	187			940	0
370 MARECHAL Zoe	235						235			235	0
440 DESLANDES Sylvie	152						152			152	0
614 JOUFFIN MONIQUE	48			48						48	0
620 SAUVESTRE BRIGITTE	45			45						45	0

Sur 740 coureuses classées

### RUNNING EXPERT COURT HOMMES

	TOTAL	Trial'Or	Lignièrès	Terres du Haut Berry	Sidaillès	Sancerre	Rde Marais	Avarais	TdLac	Total 1	Bonus participation
1 ROLLAND Cedric	5027	726	546	757	476	1717	705	391		4927	100
2 THEVENIN Benoît	4442	421	394	680	375	1666	806	365		4342	100
3 JARRY Alexis	3802	625	647	959		1571				3802	0
135 FERNANDES PASCAL	1326					1326				1326	0
686 SUARD CHRISTOPHE	612			612						612	0
841 PATRIGEON Dany	417	77	69	271						417	0
902 NORTIER MAXIME	360			360						360	0
960 DOS SANTOS ROMEO	312			312						312	0
984 MATAR GEORGES	310			310						310	0
1503 LAFOURCADE Ele	14	14								14	0

Sur 1531 coureurs classés

## Les courses des prochains mois dans le Cher



Course nature à St Germain du Puy le 8/12

Cross d'Avord le 9/12

Corrida de Sancerre le 15/12

Cross de Vierzon le 16/12

## RUNNING EXPERT LONG FEMMES

	TOTAL	Traif'Or	Lignièrès	Terres du Haut Berry	Sidaillès	Sancerre	Rde Marais	Avaraisés TdLac	Total 1	Bonus participation
1 MAUPAS Karine	3066	585		682		763	485	550	3066	0
2 RATEL Vanessa	2909	479	323	560	557	521	361	331	2809	100
3 GANIVET Aurelie	1932	278	238	449	360		280	277	1882	50
154 BOUTIN Caroline	34						34		34	0
176 SAUVESTRE Brigitte	15						15		15	0

Sur 196 coureuses classées

## RUNNING EXPERT LONG HOMMES

	TOTAL	Traif'Or	Lignièrès	Terres du Haut Berry	Sidaillès	Sancerre	Rde Marais	Avaraisés TdLac	Total 1	Bonus participation
1 LEFEBVRE LAURENT	2708			425	580	736	508	459	2708	0
2 GAUCHET Vincent	2662	408	569	502		623		560	2662	0
3 SALADIN Julien	1871	284		272		548	460	307	1871	0
45 SUARD Christophe	670	138				532			670	0
47 TELEGA Frédéric	655	87	44	170		354			655	0
185 FERNANDES PASCAL	434			167			267		434	0
222 COQUERY Stephane	397						397		397	0
407 DOS SANTOS Roméo	240						240		240	0
534 ANDREAUD Pascal	171						171		171	0
647 MARECHAL DIDIER	127			127					127	0
725 DEYSSARD Remi	100						100		100	0
731 AUDOT Gilles	98						98		98	0
752 DEMAZEAU THIERRY	91			91					91	0
842 PIROT Laurent	59						59		59	0
846 RODRIGUEZ Herve	58						58		58	0
874 PATRIGEON Dany	48				48				48	0
939 LAFOURCADE Elie	26						26		26	0

Sur 1023 coureurs classés

### *Dates à retenir*

Présentation de la saison 2019 autour de la traditionnelle galette le **dimanche 27 Janvier** après-midi à **l'espace Monmartreau** au stade Alfred Depège.

*Le bureau vous souhaite de passer de très belles fêtes de fin d'année.*