



s.a.r.l. **GUIHARD et Fils**
serrurerie - ferronnerie
chaudronnerie
St GERMAIN DU PUY



Avril 2019



Domino's

LES FRUITS DE LA PASSION



LE MOT DU PRESIDENT

Courir juste pour le plaisir, c'est l'essentiel. Mais cela n'empêche pas la « compète », l'envie de titiller le chrono... Epingler un dossard et participer à une course officielle, c'est justement la clé pour se jauger, se challenger, aller toujours plus loin, toujours plus vite.

L'heure déjà n'est plus aux résolutions théoriques et aux projets lointains. L'heure est au passage à l'acte. Maintenant et pas demain. La fin de l'hiver a sonné et c'est aussi la fin de la récré.

Il faut cesser de chercher de mauvaises excuses ou faire comme si certaines choses étaient plus importantes.

C'est dans le juste choix de ses objectifs et des moyens à mettre en oeuvre pour les atteindre que l'on fait preuve de maturité sportive. Une course n'est que la récitation de ce qui a été appris à l'entraînement.

Alors, il faut s'entraîner. Pas forcément plus, mais mieux.

D'un côté il y a Lahoucine qui fait un travail remarquable d'éducation sur la pratique de la course à pied, par les fondamentaux. Mais aussi, autour de cette activité, il fédère un groupe soudé et participatif à des épreuves.

De l'autre, j'essaie de transposer mon savoir sur tous ceux qui veulent aller plus loin, plus vite. Travail ingrat qui demande beaucoup d'investissement à ceux qui le suivent. Mais c'est sans appel. Si la récitation est bien apprise, l'épreuve ensuite, n'est qu'un bonheur, car la note est là.

Cet engouement côté sportif est excellent et forme un ensemble cohérent. Néanmoins, un effort doit être réalisé par chacun de nous afin de tendre vers la formation d'une Equipe et ne pas rester un groupe.

Plus d'engagements, plus de responsabilités, préparons l'avenir ensemble.

Bonne saison estivale avec beaucoup de plaisir à chacun d'entre vous.

Sportivement,

Christian



Sortie club à La Tranche sur Mer

Pour sa première sortie annuelle Running Passion Bourges se déplaçait à la Tranche sur Mer. Tout proche, à Aiguillon un gîte urbain agréable et spacieux nous accueillait pour la semaine.

Le week-end sportif débuta par une marche découverte, avec 3 arrêts commentés : la forêt, sa faune et sa flore, les écluses (sorte de pêcherie à l'ancienne) et le phare de "Grouin du Cou". Le soir venu, Didier participa au trail nocturne avec succès.

Dimanche matin, grand beau sur le village marathon, 6 runners passionnés s'alignaient sur le 13 km et 1 sur le 8 km. Tout commençait bien, malheureusement cinq circuits, essentiellement forestiers, aux chemins montants sablonneux et mal aisés (merci Jean) se croisant et se divisant à maintes reprises, sans compter la multitude de balisages, occasionnèrent des erreurs de parcours, et certains n'ont jamais vu la mer ni les dunes ! Dommage pour les jeunes... L'organisation maintint les classements du terrain et 2 podiums nous furent attribués : Martine troisième féminine au scratch et Jean Paul 1^{er} V4. Bravo !

Visites et ballades à vélo meublèrent notre semaine, tandis que deux marchés hebdomadaires furent les seules effervescences urbaines, basse saison oblige. Sur un des rares stands, Cathy fit l'acquisition d'une merveille de haute technologie : le parapluie à pliage inversé ! On découvrit aussi avec surprise : le distributeur de pains pour palier aux horaires de fermeture de la boulangerie locale .

Les courses passent, seul le plaisir d'être ensemble demeure...

Elie



Les résultats :

25/11/2018 : Saint Just (7 km)

Dany Patrigeon : 35 min 17'' (26^e/95)

25/11/2018 : Saint Just (15 km)

Brigitte Sauvestre : 1h 36 min 48'' (79^e/91)

25/11/2018 : La Rochelle (42,195 km)

Pascal Fernandes : 3h 15 min 11'' (693^e/6073)

01/12/2018 : Mehun sur Yèvre (6,25 km)

Dany Patrigeon : 30 min 25'' (39^e/79)

01/12/2018 : SaintÉLyon (81 km)

Christoph Suard : 9h 18 min 17'' (273^e/5205)

09/12/2018 : Guéret (17,5 km)

Sylvie Deslandes : 2h 16 min 03'' (345^e/451)

03/02/19 : Bourges (7,8 km)

Didier Maréchal : 39 min 42'' (32^e/78)

Zoé Maréchal : 39 min 43'' (33^e/78)

17/02/2019 : Foëcy (5 km)

Philippe Guetchrian: 21 min 43'' (20^e/61)

17/02/2019 : Foëcy (10 km)

Stéphane Coquery: 37 min 41'' (19^e/259)

Christoph Suard : 38 min 36'' (24^e/259) 2^e V2

Pascal Fernandes : 39 min 25'' (44^e/259)

Roméo Dos Santos : 41 min 14'' (61^e/259) 2^e J

Franck Gallot : 41 min 24'' (62^e/259)

Didier Maréchal : 42 min 47'' (84^e/259)

François Joly : 43 min 03'' (89^e/259)

Frédéric Telega : 43 min 27'' (97^e/259)

François Doom : 46 min 30'' (140^e/259)

Pascal Andreaud : 47 min 19'' (158^e/259)

Olivier Bezard : 48 min 37'' (177^e/259)

Hervé Rodriguez : 54 min 15'' (234^e/259)

24/02/2019 : Lavault Sainte Anne (03) (15 km)

Sylvie Deslandes: 2h 43 min 25'' (241^e/270)

02/03/2019 : Vierzon (21,1 km)

Franck Gallot : 1h 31 min 32'' (43^e/242)

03/03/2019 : Cannes (10 km)

Hervé Rodriguez: 56 min 09'' (1288^e/2017)

10/03/2019 : Montargis (21,1 km)

Pascal Fernandes : 1h 27 min 48'' (87^e/762)

Pascal Andreaud : 1h 45 min 33'' (353^e/762)

Les résultats (suite et fin) :

17/03/2019 : Avord (Ekiden 42,195 km)

Running Passion 3 (Sabrina, Laurent, Béatrice, François H., Elie, Olivier) : 3h 46 min 31'' (29^è/34)

Running Passion 1 (Catherine, Monique, Chantal, Eve, Hélène, Caroline) : 3h 56 min 56'' (32^è/34)

Running Passion 2 (Charlène, Brigitte, Sophie, Martine, Carole, Zoé) : 4h 05 min 10'' (34^è/34)

25/03/2019 : Saint Oustrille (8,9 km)

Catherine Lafourcade : 53 min 57'' (51^è/88) **3^è V3**

Elie Lafourcade : 56 min 29'' (51^è/88)

30/03/2019 : Trail Or Saint-Amand (12 km)

Dany Patrigeon : 1h 18 min 00'' (122^è/194)

30/03/2019 : La Tranche sur Mer (15,5 km)

Didier Maréchal : 1h 28 min 34'' (86^è/381)

31/03/2019 : La Tranche sur Mer (8 km)

Jean-Paul Matthiau : 54 min 26'' (72^è/185) **1^{er} V4**

31/03/2019 : La Tranche sur Mer (13 km)

Martine Douhet : 1h 09 min 08'' (56^è/332) **1^{ère} V4**

Rémi Deyssard : 1h 18 min 52'' (146^è/332)

Laurent Pirot : 1h 18 min 57'' (147^è/332)

Catherine Lafourcade : 1h 30 min 03'' (204^è/332) **3^è V3**

Elie Lafourcade : 1h 34 min 20'' (256^è/332)

Brigitte Sauvestre : 1h 39 min 35'' (288^è/332)



Trail de Lavault Sainte Anne

« Si j'avais su j'aurais pas venu ... » Ca aurait pu être ça mais malheureusement on m'avait prévenue. 15 kilomètres de montagnes russes en 2h 43 et quand on voit le terrain on comprend mieux pourquoi on met autant de temps pour faire « peu » de kilomètres.. Heureusement j'étais en super compagnie et nous avons fini avec le sourire et un petit sprint.

Sylvie



**On trouve encore des courageux sur le semi
comme à Vierzon et à Montargis**



Roméo champion de France !

Roméo Dos Santos a confirmé ses progrès lors de sa participation au championnat de France de cross sport adapté à Annonay puisqu'il a remporté le titre dans sa catégorie d'âge. Un grand bravo à lui !



Ouverture de la saison à Foëcy



Assurance Responsabilité Civile

Au travers de sa lettre d'information, Didier vous a informé que notre Association avait souscrit une assurance responsabilité civile.

Nous n'en avions pas auparavant car je pensais, à tort, que chacun pouvait s'assumer en cas de problèmes. Ce qui pouvait sembler réaliste avec les membres « fondateurs » ne l'est peut être plus aujourd'hui et, de ce fait, ma responsabilité en tant que Président pouvait être engagée.

Cet état de fait est apparu dans le cadre de la mise à disposition officielle du stade Depège par la Ville auprès de notre Association.

En effet, cette mise à disposition gratuite d'installations ne pouvait se réaliser qu'avec la présentation d'une assurance responsabilité civile.

Les divers assureurs rencontrés, (au départ je voulais travailler avec notre partenaire, le Crédit Mutuel, mais il ne faisait pas ce type d'assurance) nous ont amenés auprès d'Aviva pour un coût de 280 €, incluant également les mises à disposition de salles (AG, Galette, location vacance...)

Outre les locaux mis à notre disposition (stade, salle, maison), cette assurance prend en charge les éléments matériels demandés par la Ville, mais aussi les personnes physiques dans le cadre d'une activité avec Running Passion Bourges ainsi que la protection juridique des responsables, éducateurs de l'Association.

Nous n'en avons jamais eu besoin à ce jour.

Nous espérons que cela perdurera.

Christian



**Ekiden d'Avord : mais aussi quelques mâles ...
heureux !**



Galette de Running Passion



L'Ekiden d'Avord : une affaire de filles ...



