

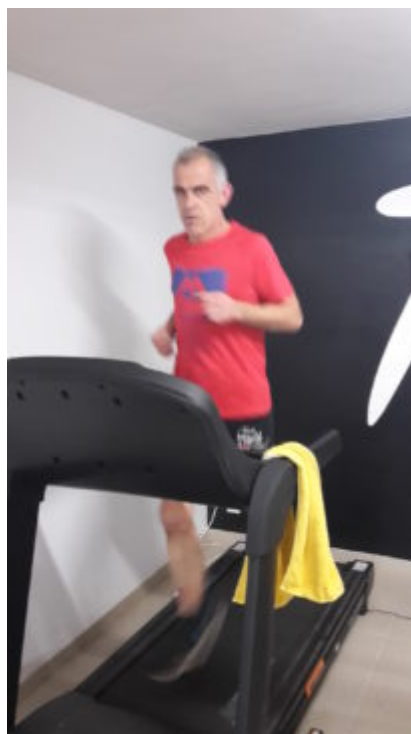
LES FOULEES DE ST GILLES , SEMI D'ARMOR TREGUEUX ET MARATHON DE PARIS

IL RESTE UN MOIS AVANT DE MONTER A LA CAPITALE!!! DONC EN CE MOMENT PARCE BEAU TEMPS DE FIN D'HIVER , NOUS AVIONS DANS CE CADRE 2 SEMI-MARATHON OU NOUS ETIONS DONC PAS MAL A PARTICIPER AUSSI BIEN DANS LES COURSES QUE SUR LE BORD DE LA ROUTE .

RIEN DE TRANCENDANT DANS UN SEMI MIS A PART UNE REGULARITE QU'IL FAUT ESSAYER DE TENIR , POUR ETRE PRET LE 8 AVRIL POUR LA MARATHON DE PARIS .

LES FOULEES DE ST GILLES : 741 coureurs

- 260 ème jean-luc pécheux en 1h42'09"
- 712 ème philippe thébault en 2h14'07"
- 731 ème françoise pécheux en 2h22'42"



NOS ATHLETES EN

PLEINE PREPA POUR PARIS ☐

SEMI-D'ARMOR A TREGUEUX AVEC 259 COUREURS

Le Semi d'Armor (départ 9h15) est un semi-marathon (21,1kms) entre ville et campagne trégueusienne.

idéale pour la préparation des marathons printemps, sur 2 boucles de 10,5kms, sans grande difficulté, attention, toutefois, aux premiers kilomètres, car il ne faut pas partir trop rapidement pour bien finir !!.bravo au gagnant de dimanche car il a aussi gagné samedi à st gilles !!

Nous étions bien représenté dimanche dernier sur ce semi qui comportait une boucle de 10 bornes à faire 2 fois .belle organisation devant endurance shop .

- 42 ème j-f valo en 1h27'47"
- 66 ème erwan hellio en 1h32'27"
- 95 ème j-michel urvoy en 1h37'30"
- 146 ème sébastien revel en 1h47'13"
- 186 ème véronique valo en 1h53'51"
- 190ème sophie hinault en 1h54'51"
- 211 ème coralie chevalier en 1h58'01"
- 223 ème élodie labat en 1h59'18"
- 229 ème catherine hascoet en 2h01'55"
- 233 ème séverine hellio en 2h03'42"
- 234 ème isabelle revel en 2h03'42"
- 256ème fabienne le-goff en 2h24'55"

Un petit clin d'oeil à prisca qui nous a fait une belle perf aussi . merci à patrick ,azilis , francky, jean-luc et françoise ,philippe qui étaient la à nous encourager ,et bien sur tout ça s'est fini autour d'un demi !!!!! dans la bonne humeur comme d'ab .



Et aussi nous avons le trail de pordic avec un 25 bornes et 87 coureurs ou AURELIE BRIAND était présente et a fait une 65 ème place en 2h57' :BRAVO AURELIE