



Courir pour le plaisir

Bail Run NEWS 2012/04

Ils sont bientôt partis

Quatre Yvoiriens à l'assaut du VENTOUX pour le TELEVIE !



Si vous désirez soutenir leur action pour le TELEVIE, pour rappel, vous pouvez

- soit verser directement sur le compte du Comité TELEVIE de « L'Espoir d'Yvoir » 088-2388330-88 avec la mention VENTOUX 2012,
- soit remettre votre don (si petit soit-il, il nous encouragera ...) à un des joyeux touristes ...

Le Tour des 6 vallées (100 KM)

Petite photo d'ambiance du 100 km au matin du 2^{ème} jour !

Et là-haut Jacques BREL chantait « Les Bourgeois, c'est comme »





Courir pour le plaisir

Entrainements des prochains WE

Allez le printemps revient...
Vous pouvez remettre le nez dehors.

Pour ceux qui veulent recommencer « en douceur », rien de tel que venir le mercredi à 17h avec les enfants.

Ambiance garantie car ils sont de + en + nombreux

De plus, on n'est pas trop de 3 ou 4 pour les « tenir en laisse » ... !

A noter toutefois que les entrainements « enfants » sont interrompus pendant les vacances de Pâques.
Donc pas d'entraînement « enfants » les 5 et 12 Avril.

Concernant les dimanches, voici le programme :

- **Dimanche 11 mars** : Christophe nous concocte un parcours qui nous conduira vers les étangs de MASSENNE et le chemin des « Allemands » vers HOUX.
Distances de 9,3 ; 10,7 ; 14,20 et 21,60 km. Quelle précision !
- **Dimanche 18 mars** : Entraînement sur EVREHAILLES vers Bauche, Harnoy, Chanssin ... Un parcours déjà proposé par Philippe l'an dernier.
- **Samedi 24 mars** : marche de POILVACHE organisée par la FFMP à EVREHAILLES. Avis aux amateurs !
- **Dimanche 25 mars** :
 - ✓ TRAIL DU VENTOUX. 46 km. 2872 D+. Allez les gars ... ! Portons « haut » les couleurs de BAIL RUN.
 - ✓ Pour ceux qui restent, il sera probablement possible de suivre un des parcours de la marche de la veille.
- **Samedi 31 mars** :
« Dans les foulées de Géna et Magonnette » : course 100% Nature au Cœur de l'Ardenne entièrement dans les bois.
Départ à 15h
Distances de 7 et 15,3 km
- **Dimanche 1^{er} avril** : nous pensons retourner sur ANHEE, MONTAIGLE et HAUT-LE WASTIA, en espérant être aussi enthousiastes que l'an dernier ...



- **Dimanche 8 avril** : Fête de Pâques.
« Relâche »
En lieu et place, nous courrons lundi
- **Lundi 9 avril** : marche ADEPS de MONT
Une première.



Courir pour le plaisir

- Dimanche 15 avril : marche ADEPS de LUSTIN.
Ça nous permet de découvrir de « nouveaux horizons », pas loin de chez nous. Ce qui ne gâche rien, l'an dernier, le parcours était superbe.
- Dimanche 22 Avril : marche ADEPS de PURNODE

Autre RV

Le 5 mai a lieu la course « RUND UM DEN SEE » de Bütgenbach.

Comme l'an passé où tous les participants ont été « RAVIS », nous espérons pouvoir organiser un WE club du vendredi 4 mai (soir) au dimanche 6 mai.

Si vous êtes intéressé, faites signe...

Quelques résultats

Les 1ères courses de l'année recommencent toujours « en force » quant au nombre de participants. Tout le monde veut sortir de l'hiver et « piétine à la joie de retrouver les sentiers » !

WE des 4 et 5 Février : KARRIM-HOC (course d'orientation)

Parcours C : 12,5 et 12,8 km

11 : Laurent et José DEMOULIN : 5h00'11''

13 : Philippe LAURENT et Amaury TOUSSAINT : 5h04'32''

58 équipes classées

Parcours A : 17,2 et 17,9 km

Nicole étant blessée, Michiel PANHUYSEN, faute d'équipier, n'a pas « été classé.

Sur le 12,7 km du 1^{er} jour, il a mis 3h14'33''.

Et un peu plus, le 2^{ème} jour.

Quant à la « descente » de la CHIMAY BLEUE ..., c'est l'équipe réunie « BAIL RUN - JOGGANS » qui a gagné ... Haut la main !

LA PRINTANIERE à ERPENT du 18 février (15,7 km)

188 : Benoit OUDAR : 2h59'44''

321 : José DEMOULIN : 1h22'37''

549 : Stéphane MUNTEN : 1h34'38''

567 : Louis PONLOT : 1h35'22''

702 : Nathalie JEANNESSON : 1h43'07''

883 classés.

LA PORTELETTE à LOBBES du 25 février (13,3 km)

292 : José DEMOULIN : 1h02'34''

719 classés

CROSS de BOUSVAL du 4 mars (14,4 km)

13 : Jean-Yves DELARGE : 0h51'56''

239 : José DEMOULIN : 1h07'30''

785 Classés

José

