



Courir pour le plaisir

## Bail Run NEWS 2012/06

### Horaire d'été



Ça fait longtemps qu'on l'attendait...

Le printemps est enfin là !

Nous reprendrons donc nos heures d'été du mercredi.

RV « enfants » à 17h30

RV « adultes » à 18h30.

### Programme de Mai

- ▶ Mardi 1<sup>er</sup> mai : pour « ceux qui veulent », marche ADEPS à GODINNE
- ▶ Samedi 5 mai : « *Rund um den See* » à Bütgenbach : 21,1 km; départ à 15h
- ▶ Dimanche 6 mai : nous vous proposons de retourner à « *un de nos endroits fétiches* » à ROUILLON !
- ▶ Dimanche 13 mai :

Bonne fête à toutes les Mamans !



- ✓ Marche ADEPS à DORINNE
- ▶ Dimanche 20 mai :
  - ✓ « *Autre endroit fétiche parmi les plus beaux de notre région* » que vous serez tous heureux de retrouver : nous irons à TRICOINTE
- ▶ Dimanche 27 mai :
  - ✓ Les 20 km de BRUXELLES.
  - ✓ Marche ADEPS à l'école d'YVOIR organisée sous l'égide de notre sacro-sainte et dévouée Directrice.



Courir pour le plaisir

---

### Résultats de quelques courses

#### TRAIL Du VENTOUX du 25 mars

« L'essentiel était de participer et de participer à la belle œuvre du TELEVIE ».

Les résultats sont dès lors, encore plus que d'habitude, tout relatifs

46 km ; 2872 D+

José DEMOULIN : 7h07'06"

Christophe DELIEUX : 7h56'39" (après avoir admiré 20' le paysage au sommet du Géant)

Amaury TOUSSAINT : 8h13'28"

26 km

Henri Duchêne : soit 3h50'39" (selon l'organisateur), soit 5h38'34" (selon ses dires)

Alors allez savoir ...

*A notre avis, il a tellement impressionné l'organisateur par sa « bonne humeur » ... que ce dernier en a perdu son chrono ... !*



#### Dans les FOULEES de GENA et MAGONETTE à WIBRIN du 31 mars (15,3 km)

93 : Benoit OUDAR : 1h15'06"

149 : Amaury TOUSSAINT : 1h20'43"

150 : Philippe LAURENT : 1h20'43"

222 : Louis PONLOT : 1h27'08"

398 classés

### Les « défis fous et exploits » de Michiel PANHUYSEN





Courir pour le plaisir

---

### **BARKLEY Marathons (100 miles, 160 km), USA**

*“C’est sans doute l’une des courses les plus dures au monde, courue chaque année au printemps près de la ville de Wartburg (Tennessee)*

*L’idée de cette course est venue de l’évasion de prison sur ces lieux, le 10 juin 1977, de James Earl Ray, le meurtrier de Martin Luther King, repris après 54 heures de cavale et seulement huit miles (12,8 km) parcourus*

*Le fondateur Gary Cantrell, alias «Laz», a surnommé le marathon «The Race That Eats Its Young» («la course qui dévore ses enfants»).*

*En cause, l’absence de sentier, une forte déclivité, une végétation gênante, un petit tunnel rempli d’eau, de rats et de serpents et surtout une longueur évaluée entre 100 et 130 miles (160 à 208 km) le long de cinq boucles de circuit. Sans oublier que tous les concurrents sont forcés d’emmener leur boussole, parce qu’il est très facile de se perdre.*

*Et pour courir cela, il faut se battre, puisque «Laz» demande à ceux qui veulent faire partie des 35 heureux élus, en plus de payer un droit d’admission de 1,60 dollar, d’écrire un essai sur le sujet «Pourquoi je devrais être autorisé à courir le Barkley»”*

Pour en savoir plus, n’hésitez pas à consulter le site <http://www.mattmahoney.net/barkley/>

Un régal !

35 participants ; 3 arrivées ... Excusez du peu ...

Temps: 25h30’00”

**Michiel s’y est classé 22<sup>ème</sup> et y aura couru 1,6 tours de 26 miles, soit +/- 45 miles (67 kms) pour un dénivelé de 6500 mètres.**

**SUPER! BRAVO !**

### **LIMBURGS ZWAASTE (100 km; D+ 3000m), NL**

Participants: 55 ; 42 arrivées: 42

**Michiel s’y est classé le 37<sup>ème</sup> en un temps: 14h53’45”**

José



Courir pour le plaisir