

# La feuille de chou

Numéro 38

2007

Comme chaque année, 2007 a vu des performances, et aussi des blessures et des déceptions. Mais chacun a toujours donné le maximum, et c'est ce qui compte. Un bravo particulier à Gaëtan, qui en cette fin d'année, cannibalise sa catégorie, avec 8 podiums dont 6 sur la plus haute marche.

En attendant les prochains rendez-vous (à commencer par Cerny le 13 janvier), je vous souhaite à tous de passer d'excellentes fêtes de fin d'année.



## 09-12 Corrida de Lisses (7km -73 arrivants)

**Speedy Raynal sort le grand jeu...** C'est lui  
(Le secret : des pâtes, 1 banane, 3 clémentines)

3 Américo Machado	24'08 (2eVMI)
4 Jean-Marc Lebel	24'17 (3eSEM)
14 Jean-Michel Mathias	26'53
29 Gérard Maimbourg	28'31
30 Didier Raynal	28'36
32 Bruno Calderan	28'48
34 Philippe Goyheneix	29'14
39 Antoine Felipe Luis	29'34



(Avec l'aimable participation de Gaëtan Tisserant)

## Marathons



Après un test pointu, nous sommes catégoriques: pour réussir un marathon, une Heineken est préférable à une Guinness, un cassoulet toulousain, ou à un bordeaux (même grand cru)

### 08-09 Marathon du Médoc

716/7190 Tahar Kerkar 4h06'12

**28-10 Marathon de Toulouse (2665)**

178 Yves Michot 3h07'01

**29-10 Marathon de Dublin (8500 arrivants)**

432 Philippe Goyheneix 3h12'08

**29-10 Marathon de Berlin**

419 Nordine Cheraoui 2h49'28



## 15-09 L'escapade rissoise (10km - 104 arrivants)

15 Nordine Cherqaoui 39'14

17 Patrice Botineau 39'33

69 Martine Brulard 46'58

## 16-09 Pour une poignée de haricots (10,3km - 134 arr.)

3 Jean-Marc Lebel 38'16 (3eSEM)

23 Benoit Poulard 43'28

26 Pascal Nénon 44'10

31 Claude Benoits 44'58

## 23-09 Le tour de Ballainvilliers (10km - 155 arrivants)

3 Américo Machado 33'17 (2eVMI)

11 Gaëtan Tisserant 35'47 (3eVM2)

18 Alain Ruby 37'12

28 Philippe Goyheneix 39'41

132 Thomas Chautard 54'21

## 30-09 La Chiroquoise (10km - 248 arrivants)

36 Gaëtan Tisserant 37'05

37 Dominique Malpart 37'12

38 Alain Ruby 37'14

47 Teddy Plantier 38'12

76 Hervé Nozières 40'46

82 Claude Benoits 41'01

84 Bruno Merrer 41'04

102 Pascal Leveque 42'45

158 Jocelyne Bourdin 48'11 (2eVF2)

172 Nicole Revert 49'49

## 30-09 Course de la liberté (Evry 10km - 68 arrivants)

4 Nordine Cherqaoui 37'00 (3eSEM)

## 14-10 Ronde des lacs (Brétigny)

10km (208)

2 Américo Machado 34'37 (1eVMI)

4 Yann Degouey 36'19 (2eSEM)

8 Pascal Quintin 37'14 (3eVMI)

9 Alain Ruby 37'15

21 Claude Benoits 40'15

23 Benoit Poulard 40'21

26 Hervé Nozières 40'25

60 Pascal Leveque 43'50

65 Tahar Kerkar 44'07

102 Jocelyne Bourdin 48'10 (1eVF2)

5km (208)

1 Christophe Bertrand 17'33 (1eSEM)

14 Ait Lachaikh 19'33

## 21-10 Crosnes

**10km** 25 Claude Benoits 38'59

**17,89** 3 Americo Machado 1h02'43 (2eVMI)

32 Gabriel Tisserant 1h11'05 (2eSEM)

# En Essonne

## 5-08 La Couch' à Pied

Le Portugaich' des Montagnes a encore frappé: Américo finit en effet, en 1h24'51', à la 8<sup>e</sup> place (et 1erV1) au 15km de Courchevel, dans une course très relevée. Epreuve de la Coupe de France de course de montagne avec 15 km (déniv 800 m + et -) sur pistes et chemins forestiers.

## 10-11 Carrières by night (Mondeville)

7 Gaetan Tisserant 1h38'01 (1eVM2)

17 Thierry Verdier 1h45'07 (5eVMI)



## 02-09 La Saintélyon (8100 participants)

Pour ceux qui ne connaissent pas, un grand classique parmi les trails (54<sup>e</sup> édition cette année): 69 km dans les côtes du Lyonnais, départ à minuit. Une course faite pour Gaetan le Grand, brillant 20<sup>e</sup>, et vainqueur en V2, en 5h49. Une paille...

Quand au jeune Thierry Verdier, encore un peu tendre, il a rendu son tablier au 30<sup>e</sup>.

<http://www.saintelyon.com/>



# Trails



## 42 km à pied, ça use le porte-monnaie

Le dossard n'est pas donné, et c'est voulu: les organisateurs espèrent ainsi juguler l'afflux des participants...

Courir est en principe le moyen de locomotion le meilleur marché, mais dans le cas du marathon, c'est faux. Le kilomètre revient même assez cher. Les quelque 500 Suisses qui participeront ce dimanche au marathon de New York ont déboursé plus de 3000 francs (suisses) pour pouvoir courir 42,195 km. Et ils ont patienté une année avant de recevoir la confirmation inespérée de leur inscription. Avec près de 40000 participants, New York est au bord de l'asphyxie.

Pour une seule place sur la ligne de départ, on enregistre jusqu'à dix demandes. «Les dossards disponibles pour 2008 sont déjà tous vendus», affirme Virginie Payot, responsable de produit chez Tourisme Pour Tous, l'un des trois revendeurs helvétiques agréés :500 places pour la Suisse. Impossible de s'inscrire directement auprès de l'organisateur: un système de quotas par pays a été instauré (500 places pour la Suisse, 2000 pour la France), avec des points de vente officiels.

Depuis le début des années 80, le nombre de participants a doublé dans les grands marathons: New York bien sûr, mais aussi Paris, Berlin, Londres et Chicago, avec une moyenne de 32000 concurrents à chaque rendez-vous. Plus des deux tiers des dossards disponibles pour Paris 2008 (35000) ont déjà été vendus. Et plus on attend, plus le prix de l'inscription augmente: ainsi, un dossard pour le marathon de Rome vaut 28 euros jusqu'à la fin de ce mois, 57 euros à partir de février prochain...

Ce mercantilisme est la seule parade trouvée par les organisateurs pour contenir leurs manifestations dans une ampleur acceptable. Dans certains cas, le dossard est vendu avec un nombre de nuits d'hôtel obligatoires qui doivent être payées même si le coureur n'y met pas les pieds!

Quotidien suisse « le temps »



### 4-11 MASSY

#### Vétérans

7 Thierry Verdier	30'45
8 Alain Ruby	30'54
39 Hervé Nozières	33'40
90 Larbi Darkrim	40'10

### 11-11 RIS-ORANGI

#### Thierry Eclache, le retour

#### Vétérans

3 Thierry Eclache	23'46	2eVMI
15 Gaëtan Tisserant	25'15	2eVM2
36 Claude Benoits	26'59	
42 Gérard Maimbourg	27'09	
44 J-Michel Mathias	27'14	
65 Didier Raynal	29'45	
68 Tahar Kerkar	30'06	
92 Larbi Darkrim	32'04	

#### Féminines

13 Martine Brulard	17'25	
23 Jocelyne Bourdin	18'49	1eVF2
25 Nicole Revert	19'03	

#### Seniors/Espoirs

7 Gabriel Tisserant	29'34
8 Jean-Marc Lebel	29'35
11 Nordine Cherqoui	30'15
38 Michael Pré	37'33

### 02-12 LONGPONT

#### Vétérans

55 Jean-Michel Mathias	29'39
57 Hervé Nozières	29'47
112 Larbi Dakrim	35'07

#### Féminines

12 Martine Brulard	22'46
--------------------	-------

#### Espoirs Seniors

Gabriel échoue au sprint

13 Gabriel Tisserant	34'12
14 Clément Aderno	34'40
23 Gilles Saily	36'48
43 Mickael Pré	42'20

### 16-12 VERRIERES

#### Cherchez l'erreur !

Juniors Vétérans 6,530km

6 Thierry Eclache	20'36
16 Gaëtan Tisserant	21'43

#### 1eVM2

39 Thierry Verdier	22'39
94 Hervé Nozières	24'28
95 A Machado (alias J2M)	24'29
142 Pascal Lévêque	26'07
211 Larbi Darkrim	29'25

#### Féminines

33 Martine Brulard	16'04
--------------------	-------

#### Espoirs/Seniors 8,480km

28 Gabriel Tisserant	26'54
26 JM Lebel	28'45
93 Virgile Bertin	31'51
11 Mickael Pré	34'44

### CROSS RATP

#### Course 1

8 Gabriel Tisserant	1eESM
176 Pascal Lévêque	
202 Tahar Kerkar	
228 Mickael Pré	

#### Course 2

6 Thierry Eclache	
13 Americo Machado	
19 Gaetan Tisserant	1eVM2

#### Course 3

34 Thierry Verdier	
46 Alain Ruby	
48 Claude Fourot	
86 Hervé Nozières	
93 Gérard Maimbourg	
120 Patrick Santander	

#### Course 3

5 Jean-Marc Lebel

Réultats complets sur

<http://www.cd91athle.org/>

### A VENIR ...

13-1 Départementaux Cerny
27-1 Région. (Longjumeau)

## Dans la région

### 21-10 10km de Montereau (659 arrivants)

391 Martine Brulard	46'19
---------------------	-------

### 18-11 Semi de Boulogne (3528 arrivants)

#### Nordine brillantissime

65 Nordine Cherqoui	1h'16'30 (3eSEM)
625 Bruno Calderan	1h'29'30

### 23-11 Les 4 châteaux (18,5km – 1534 arrivants)

Encore un qui se bonifie avec l'âge, c'est l'immarcescible Américo, encore sur le podium d'une grande course!

4 Américo Machado	1h05'51 (2eVMI)
-------------------	-----------------

<http://www.route4chateaux.com/>

### 09-12 Challenge Arnaud (Mitry-Mory 7,750 km)

#### Double pour Tisserant & fils

Gabriel Tisserant	27'11 (1eESM)
Gaëtan Tisserant	(1eVM2)
Bruno Calderan	31'36
Philippe Goyheneix	32'26

### 09-12 Corrida de Thiais (10km)

70 Claude Benoits	39'12
495 Jocelyne Bourdin	49'30
525 Nicole Revert	50'26
835 Daniele Letuve	1h5'07



## Autres courses

### Sedan Charleville (24,3km – 3125 arriv.)

45 Gaëtan Tisserant	1h32'54 (3eVM2)
142 Gabriel Tisserant	1h39'49 (4eESM)
182 Teddy Plantier	1h41'59
275 Philippe Goyheneix	1h45'33
334 Bruno Calderan	1h47'08
428 Pascal Nénon	1h49'22
791 Pascal Lévêque	1h56'52
1321 Mickael Pré	2h05'18

### 11-11 Behobie-Saint-Sebastian (20km 12719 arr.)

2029 Philippe Goyheneix	1h26'42
2115 Pascal Lévêque	1h34'44

### Challenge de l'Essonne 2006-2008



Les 3 mouquetaires de SGS, Américo, Claude (sur route) et Thierry (courses vertes) recevant la juste récompense de leur efforts.