



La feuille de chou



Numéro 43

2009

La génévécaine

05-04 10km – 304 arrivants

Pleins de belles choses pour les coureurs de SGS, outre les podiums de Gabriel, Clément et Claude, il faut noter le grand retour de Stéphane et un nouveau record personnel pour une Nicole décidément en forme.

10 Américo Machado	34'24
16 Gabriel Tisserant	35'24 (1eESM)
21 Stéphane Pineau	36'15
32 Clément Aderno	37'04 (3eESM)
37 Claude Fourot	37'37 (3eVM2)
44 Teddy Plantier	38'27
49 Philippe Jacquemin	39'04
50 Claude Benoits	39'06
132 Larbi Darkrim	45'03
159 Nicole Revert	46'18
169 Martine Brulard	47'15
170 Daniel Senet	47'23



3km 60 arrivants

Victoire de Calvin Calderan chez les cadets (en 11'13) et belle 2^e place de Marine Jacquemin chez les benjamines.

Marathons

05-04 Marathon de Paris (31373)

2134 Hervé Nozières	3h11'31 (3h12'30) (rec. pers.)
3249 Philippe Goyheneix	3h18'45 (3h19'45)

05-04 Marathon de Cheverny (1194)

249 Jean-Michel Mathias	3h23'41
-------------------------	---------

01-05 Marathon de Sénart (1288)

Beau doublé pour Américo et Nadine. Qu'est-ce que ça va être quand ils passeront (bientôt) V2 !

2 Americo Machado	2h39'08 (1eVM1)
90 Nadine Wetta	3h11'27 (1eVFI)
182 JM Mathias	3h20'55
435 Didier Raynal	3h40'29
520 Pascal Lévêque	3h46'30
663 Bruno Merrer	3h56'46

Au calendrier

31 mai Les gendarmes et les voleurs

21 juin Foulées des laveuses

22-03 Ronde Lissoise (10km 496 arrivants)

26 Américo Machado	34'29
32 Gabriel Tisserant	35'03 (2eESM)
44 Clément Aderno	35'27 (3eESM)
69 Stéphane Pineau	36'22
114 Alain Ruby	38'16
119 Philippe Jacquemin	38'27
123 Hervé Nozières	38'35
131 Didier Rouzoul	38'43
156 Yves Michot	39'24
161 JM Mathias	39'36
173 Claude Benoits	39'53
296 Didier Raynal	45'18
312 Larbi Darkrim	45'58
313 Philippe Goyheneix	45'59
319 Martine Brulard	46'11
336 Tahar Kerker	46'47
340 Nicole Revert	47'02
361 Jocelyne Bourdin	48'37

08-03 Semi de Rambouillet (2045 arrivants)

88 Claude Fourot	1h23'12
216 Philippe Jacquemin	1h28'15
223 Hervé Nozières	1h28'25
227 Philippe Goyheneix	1h28'31
295 Yves Michot	1h30'32
338 JM Mathias	1h31'50
588 Michael Pré	1h38'02
1013 Tahar Kerker	1h45'30 (3eVM4)
1137 Martine Brulard	1h47'26
1160 Olivier Fratoni	1h47'57
1188 Jacques Chappée	1h48'40
1235 Nicole Revert	1h49'41

26-04 Les chênes d'antan (Draveil)

21km

69 Tahar Kerker	1h37'06 (1eVM4)
136 Olivier Fratoni	1h45'04
139 Nicole Revert	1h45'17
149 Martine Brulard	1h47'05

10km

19 Alain Ruby	38'00 (2eVM2)
21 Philippe Jacquemin	38'26
29 Hervé Nozières	39'08
491 Danièle Letuve	1h13'13

10-04 10000m sur piste Limours

Clément champion d'Essonne.

2 Clément Aderno	35'37 (1eESM)
------------------	---------------





18 janvier à Courcouronnes Championnats départementaux

Cross

Ils étaient venus, ils étaient tous là, et SGS finit à la 2e place.

Vétérans

13 Américo Machado	35'16 qi
14 Claude Fourot	35'19 qi
15 Jean-Marc Lebel	35'25 qi
16 Thierry Eclache	35'31 qi
23 Lionel Flenghi	36'09 qi
38 Stéphane Pineau	37'13 qi
40 Thierry Verdier	37'19 qi
65 Joel Ringard	38'55 qi
67 Alain Ruby	39'05 qi
73 Yves Michot	39'32 qi
81 Hervé Nozières	40'06 qi
96 Philippe Goyheneix	41'04
99 Philippe Jacquemin	41'09
148 Pascal Leveque	43'57
198 Tahar Kerker	47'30
225 Olivier Fratoni	

Seniors

18 Gabriel Tisserant	36'39 qi et 3° Espoir
36 Gilles Sailly	38'05 qi
72 Mickael Pré	44'41 qi

Vétérans

32 Nadine Wetta	26'21 qi
79 Edith Tisserant	34'24 qi

8 février à Moussy-le vieux

Championnats régionaux

Vétérans (224)

SGS 5e en vétérans, Jojo abandonne sur blessure.

34 Thierry Eclache	36'23 (qu)
37 Américo Machado	36'30 (qu)
38 Lionel Flenghi	36'32 (qu)
40 Jean-Marc Lebel	36'41 (qu)
41 Claude Fourot	36'42 (qu)
118 Stéphane Pineau	39'18 (qu)
161 Alain Ruby	40'50

Seniors/Espoirs (206)

60 Gabriel Tisserant	35'53 (qi)
116 Gilles Sailly	38'46 (qi)
196 Mickael Pré	47'02

Féminines

49 Nadine Wetta	28'07 (qi)
197 Edith Tisserant	42'00

22 février Inter-régionaux Cergy-Pontoise

Vétérans

50 Américo Machado	35'12
51 Thierry Eclache	35'14
75 JM Lebel	35'55
101 Claude Fourot	36'44

Seniors/Espoirs

130 Gabriel Tisserant	41'25 (qi Espoirs)
148 Gilles Sailly	42'00

15 mars Championnat de France Aix-les-bains

Et s'il n'en reste qu'un, c'est lui : Gabriel finit 57e du Championnat de France de Cross qui avait lieu cette année à Aix-les bains, en bouclant les 11500m en 42'35 .

29-03 Maise - Le lièvre et la tortue (250 classés)

Un grand Thierry Eclache manque de peu la 1ere place

2 Thierry Eclache	1h20'22 (2eVMI)
3 Américo Machado	1h22'09 (3eVMI)
19 Thierry Verdier	1h31'00
98 Pascal Léveque	1h47'40
132 Tahar Kerker	1h52'46 (1eVM4)
160 Daniel Senet	1h58'21

11km

74 JM Mathias 1h06'26 (statut accompagnateur)

<http://lievretortue.free.fr/>

12-04 Milly-la foret

162 Larbi Darkrim	2h04'58
Daniel Senet	

26-04 Trail de Cheptainville

27km (167 classés)

9 Thierry Verdier	2h15'01
84 Mickael Pré	2h58'05

20km (101 classés) 3 Claude Fourot 1h23'46 (1eVM2)

03-05 La Chalouette

10km (110) 17 Philippe Goyheneix 48'56 (3eVM2)

20 Gérard Maimbourg 49'33

21km (103) 12 Yves Michot	1h36'41
55 Daniel Senet	1h52'49

Autres courses sur route

20-12 Corrida de Thiais (10km – 1633 classés)

193 Hervé Nozières	40'53
415 Martine Brulard	47'02
673 Nicole Revert	48'30
705 Jocelyne Bourdin	48'57

25-01 Course du 14e

Claude Benoits 41'37

01-02 Course du 8è

Claude Benoits 41'16

08-02 10km de Vincennes

Philippe Jacquemin	38'45
Hervé Nozières	39'06 (record personnel)

5km : Claude Benoits 19'02 (2eVM2)

01-03 Semi de Savigny (449 arrivants)

8 Américo Machado	1h15'17 (2eVMI)
67 Pascal Nénon	1h24'35

7km (152 arrivants)

16 Alain Ruby	27'07
19 Didier Rouzoul	27'35
24 Claude Benoits	28'23

15-02 Semi de Cannes (1120 classés)

152 Nadine Wetta	1h28'22 (1eVF1)
613 Olivier Fratoni	1h46'02

26-04 10km Planet jogging (5570)

108 Claude Benoits	38'37
--------------------	-------