



# La feuille de chou



Numéro 31

mai-juin 2006

## Courses sur route

### 19 avril La balade des chênes d'antan (Draveil)

#### Semi marathon (258 arrivants)

58 Tahar Kerkar 1h35'15 (2eVM3)

#### 10 km (482 arrivants)

23 Claude Benoits 39'08

64 Martine Brulard 42'53 (3eVIF)

89 Mickael Pré 44'24

#### 30 mars 10000m sur piste (Brétigny)

#### Clément Aderno champion de l'Essonne Espoir

Americo Machado 34'41

Claude Monfret 35'42

Gaëtan Tisserant 35'50

Clément Aderno 37'14

Gérard Maimbourg 39'50

Pascal Nénon 40'10 (pistonné!)

Philippe Goyheneix 40'39

Pascal Léveque 42'31

#### 25 Mars Les foulées du Tertre PARIS 18è

#### (10Km 202 participants)

53 Jean Claude Pesenti 48'14 (1eVH3)

#### 19 mars 10km de Lisses (520 arrivants)

7 Thierry Eclache 33'04 (2eVMI)

28 Americo Machado 34'45

43 Gabriel Tisserant 35'47 (3eJUM)

44 Claude Monfret 35'47

52 Gaëtan Tisserant 36'15

107 Yves Michot 38'20

171 JM Mathias 40'17

179 Philippe Goyheneix 40'38

185 Gérard Maimbourg 40'49

209 Bruno Merrer 41'44

245 Pascal Leveque 42'59

250 JC Pesenti 43'04 (3eVM3)

279 Martine Brulard 44'24

283 Larbi Darkrim 44'34

#### 12 mars LA SALUCEENNE 14.5 km 77 participants

12 Pascal Nénon 58'40"

18 Jean Claude Pesenti 1h 03' 07"(1eVH3)

<http://iwishfantasia.free.fr/lasaluceenne>

#### 12 mars SEMI DE RAMBOUILLET

#### 1173 arrivants

145 Benoit Poulard 1h23'11

146 Pascal Violette 1h23'12

149 Pascal Quintin 1h23'17

Yves Michot 1h23'18 (non classé)

336 JM Mathias 1h29'06

410 Claude Benoits 1h30'37

414 Jean-Marc Iborra 1h30'43

442 Philippe Goyheneix 1h31'12

490 Pierre Claerebout 1h32'13

572 Tahar Kerkar 1h33'57

590 Jacques Chappée 1h34'22

777 Larbi Darkrim 1h38'19

1447 Yveline Have 1h50'24

## RAPPEL

### Championnats de France de Cross

Brillants résultats de nos 2 rescapés des Championnats de Cross, avec la 121<sup>e</sup> place (sur 330) de Gabriel en juniors et la 86<sup>e</sup> place de Thierry Eclache 86<sup>e</sup>me en vétérans

## Dernière minute

### Semi du Perray en Yvelines (dimanche 14 mai)

T Verdier 1h22'

C Benoits 1h27'

P Goyheneix 1h'29

JML Iborra 1h30'

T Kerkar 1h37

## Courses vertes

### 17-04 Arcades de l'Aqueduc (22km, 223 arrivants)

13 Thierry Verdier 1h37'33

70 Pascal Leveque 1h52'48

### 09-04 Le lièvre et la tortue (Maise, 22km)

#### 260 coureurs

136 JC Pesenti 1h42'21

#### 30-04 Trail de Cheptainville

(19km) 5 Hervé Deshéries 1h25'37 (2eV2M)

(12km fém.) 1 Martine Deshéries 1h25'37 (1eVIF)

#### 08-05 Course du sanglier (Cerny)

##### 11km (218)

46 Bruno Merrer 50'44

64 Pascal Léveque 54'44

101 Didier Raynal 58'15

##### 21km (419)

4 Thierry Eclache 1h27'09 (2eVMI)

14 Nordine Cherqaoui 1h32'57

18 Cyril Bramat 1h34'40

63 Yves Michot 1h43'09

## Revue de presse: nouvelles de Gaëtan

### «VO la Vie Ouvrière»

Notre camarade Gaëtan Tisserant (militant dans la section athlétisme) a été hospitalisé en urgence pour un ulcère. Après mûr examen (c'est le cas de le dire) et un débat contradictoire suivi d'un vote, on lui a finalement enlevé la vésicule biliaire plutôt que l'appendice. L'opération s'est bien passée. Nous lui souhaitons tous un prompt rétablissement.

### «Revue technique automobile»

Les pistons fonctionnaient encore, mais on sentait bien le moteur un peu poussif depuis quelque temps. Tout s'explique: les mécanos de l'hôpital d'Evry, après avoir quelque peu tâtonné, ont fini par déceler la pièce maîtresse qui ralentissait les performances de la GTI de SGS (\*): une superbe vésicule d'origine, encrassée, et en plus ne servant plus à rien ! Une fois enlevée la chose, et après un nouveau rodage, ça devrait repartir comme en 14...

### «Voici «

Grâce à une coelioscopie (procédé consistant à percer au niveau du nombril un p'tit trou, un p'tit trou, et encore un p'tit trou, pour la caméra et les instruments du chirurgien) nos paparaz..., euh, nos journalistes ont accédé à des endroits où la main de l'homme n'a jamais mis le pied, et peuvent témoigner: ni ulcère, ni appendicite, contrairement aux lères rumeurs, mais par contre une vésicule franchement douteuse, pour ne pas dire carrément pourrie. Gaëtan Tisserant devrait sortir de l'hôpital d'Evry dès lundi.

(\*): GTI = Gaëtan Tisserant bien sûr

## BRÈVES

### P'tite bouffe entre amis

A l'initiative de Bruno, nous proposons à tous ceux qui sont intéressés une soirée « Buffalo Grill » le vendredi 9 juin en soirée (20h30). Conjointement bienvenus, bien entendu!

Renseignements et inscriptions (avant le 3 juin) auprès de Bruno. (01 60 15 07 98)

Après s'être fait faire un **lifing**, il revient au printemps encore plus beau qu'avant. Non, je ne parle pas de J-Claude, mais du site Internet du club, maintenu et tenu de main de maître par l'ami Thierry Verdier.

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

## 9 AVRIL MARATHON DE PARIS

46 Thierry Eclache	2h28'06 (2eVMI)
105 Américo Machado	2h35'50
990 Serge Ferrain	2h55'12 (Record perso)
1339 Pascal Violette	2h58'06 (Record perso)
1704 Yves Michot	3h00'43
2795 Benoit Poulard	3h09'43
9027 Larbi Darkrim	3h36'39
11525 Tahar Kerkar	3h45'46

Grande journée pour SGS, avec la 2ème place en vétéran de Thierry Eclache, à une poignée de secondes de la vainqueur féminine. Par ailleurs Serge Ferrain et Pascal Violette passent brillamment pour la 1ère fois sous les 3 heures. Enfin, à noter aussi l'excellent 3h09 de Benoit Poulard (1<sup>er</sup> marathon!)

<http://www.parismarathon.com/marathon/2006/fr/index.html>

## 23 AVRIL: Marathon de Lyon (27832 arriv.)

Notre Nadine préférée réussit un bel exploit en bouclant son 1<sup>er</sup> marathon en 3h18'40 (7eVFI), et avec une régularité parfaite dans la course.

## 1<sup>er</sup> MAI: Marathon de Sénart

426 Tahar Kerkar	3h32'21'
------------------	----------

## Calendrier

3 juin Marathon de Stockholm  
18 juin Marathon du Mont-St-Michel  
18 juin Laveuses du Coudray

## Hors des sentiers battus

### LE PLAT PAYS (qu'y disent!)

#### 23-04 La bouillonnante (21km, 260 arrivants)

26 Pascal Nénon	2h26'56
-----------------	---------

Dans les Ardennes belges, 1000 mètres de dénivelé, des parties très techniques (échelles, dalles de schiste...), mais aussi des paysages somptueux. A faire pour les amoureux des courses nature.

### MARATHON DES SABLES : Cyril toujours prêt!

Après de multiples blessures en ce début d'année 2006 ; début d'arrachement ligament rotulien, déchirure des jumeaux, tendinite achillienne, Cyril était encore en lice pour le 21<sup>e</sup> Marathon des sables.



( <http://raidrunner.courseapied.net/> )

<http://cd91athle.free.fr/R300406-10.xls>

### 10km

#### (307 arrivants)

3 Thierry Eclache	33'02 (1eVMI)
22 Gaëtan Tisserant	36'06
31 Claude Monfret	36'53
42 Olivier Salmeron	38'08
59 Pascal Nénon	39'15
60 Philippe Goyheneix	39'16
64 Stéphane Pineau	39'43 (*)
68 Gérard Maimbourg	40'02
99 Bruno Calderan	42'15
112 Pascal Levèque	43'00
156 Erwan Hameline	45'14 (1eCAM)

(\*) membre éminent du Cercle des Coureurs Disparus

# La Génovéfaine



### 5km

26 Alida Fersaoui	24'32 (1eESF)
-------------------	---------------

### 3km

13 Antonin Monfret	24'32 (1eESF)
22 Solène Mazeau	15'31 (2eBEF)

### 1km

6 Théo Marty	5'10 (1eESF)
20 Corentin Toursel	5'42 (2eEAM)
28 Maelle Dizabo	5'56
29 Marine Jacquemin	5'57
35 Valentin Cambien	6'01
40 Léa Calderan	6'18
54 Hamdane Kensa	7'06

← Après une longue interruption due son accident, Bruno renoue avec la compétition, et boucle son 10km en un temps remarquable de 42'15

