



# Lettre d'information des Bipèdes de la Vannage

**N° 4**  
**21 septembre 2015**

## Entraînements :

### **Mardi 22 septembre**

**18h30 – LANGLADÉ** – parking des écoles (en haut de la côte à gauche direction Bernis) – sortie 1h environ dans les bois

### **Mercredi 23 septembre**

**8h30 – CAVEIRAC** - parking des chasseurs – début de la partie en terre des Foulées du Château - (rue qui monte à gauche des bâtiments en construction à l'entrée de Caveirac) - sortie 1h environ.

### **Jeudi 24 septembre**

**18h30 – NAGES** – parking ABRIBUS au stop en entrant dans NAGES en venant de Langlade (1h environ circuit Chemin de Chartres direction Boissières) -

**18h30 – ST DIONISY** - Rdv parking casino pour échauffement et séance fractionné en ligne au stade de St Dio (1h environ)

## Assemblée générale 2015 : vendredi soir 25: accueil 18h30

### Caveirac – salle polyvalente (chemin de la déchetterie)

**RAPPEL** : l'AG Commencer à **18h45 précises** afin que de pas trop décaler le reste de la soirée.

#### Ordre du jour :

- Compte rendu de l'activité de l'exercice écoulé (vie du club, résultats, bilan de l'organisation des 2 courses, la section rando...
- Bilans financiers
- Modification du bureau
- Projet d'activité 2015/16 (section course et rando)

Chacun de ces points fera l'objet d'un débat et d'un vote.

- Questions diverses

**DATE LIMITE pour s'inscrire au repas mardi soir ! (Vérifiez la liste des inscrits en PJ)**

**repas froid 10€/personne** – salades variées – Poulet /Rosbeef – légumes de saison – fromage – dessert – Vin café

C'est l'occasion de se rencontrer autrement qu'avec des baskets au pied .Alors ....à vos ordis...

## Challenge gardois des duos nocturnes :

## Remise des prix à Nimes Vendredi soir



Avant de rejoindre les bodégas nimoises pour la Féria de septembre, les lauréats de la 6<sup>ème</sup> édition du challenge ses sont retrouvés dans la salle du C Départemental.

En ouverture, les organisateurs ont fait le bilan des épreuves de 2015 et présenté le challenge 2016 et les modifications envisagées (dates, décompte des points nombre de manches...).

Ensuite Claude RAZON a appelé les équipes récompensées (5 /catégorie) puis les « finisher » qui

ont participé à toutes les manches.

Pour les Bipèdes, une fois de plus ce sont les filles qui ont été à l'honneur !

En premier lieu la paire composée d'Estelle et de Marjorie, à nouveau 2<sup>ème</sup> et qui, sans l'abandon de cette dernière sur blessure à Cendras, aurait remporté l'épreuve.

En 5<sup>ème</sup> position on retrouve Christine en compagnie de Marie ROUX

## Résultats des courses du week-end :

### 16<sup>ème</sup> Trail Cévenol - ANDUZE – 20/09 – (32/21km) –

Aucun de nos coureurs sur le long

Sur le court baptisé «TRAIL DES DOLMEN » Stéphanie (2<sup>ème</sup> en V1) et Sandrine –(3<sup>ème</sup> en V2)2 sont récompensées. Sandra qui courait cette épreuve sous les couleurs « d'AN 30 » a terminé 2<sup>ème</sup> du scratch féminin

Les photos de la course en cliquant sur ce lien

[Photos trailanduze 2015](#)



21	01:42:11	V1H	8	PHILIBERT	Franck	11,16
53	01:51:54	V1H	17	BOY	Fabrice	10,19
72	01:56:57	V1F	1	PHILIBERT	Sandra	9,75
144	02:10:35	V1F	3	BALLESTEROS	Stéphanie	8,73
151	02:11:04	SEF	9	LE MARTELOT	Tifenn	8,7
192	02:22:36	V2H	22	BORIE	Christian	7,99
198	02:27:57	V2F	3	BASTID	Sandrine	7,71



Tous les résultats en cliquant sur : [16<sup>ème</sup> Trail d'ANDUZE 2015](#)

### ➤ Semi-marathon de TEYRAN – (21km) –

3 Néo bipèdes au départ de ce semi qui a réuni un peu plus de 500 coureurs.

69	01:36:11	V1M	20	ROUSSILLON	Stéphane	13,10
309	01:57:01	SEM	119	GARCIA	Alexandre	10,77

370	02:01:22	SEF	17	GARCIA	Tatiana	10,38
-----	----------	-----	----	--------	---------	-------

➤ Résultats complets en cliquant sur [Semi de TEYRAN 2015](#)

➤ [10<sup>ème</sup> foulées des vendanges - CORCONNE – 20/09 - \(13km\)](#)

110 coureurs classés.

6	00:48:36	V1H	1	CHALIER	Gilles	15,80
---	----------	-----	---	---------	--------	-------

Résultats complets des [Foulées de Corconne 2015](#)

## Courses Payées par le club (voir message de mercredi - coureurs à jour de leur cotis et certif à la date

limite d'inscription

- **12<sup>ème</sup> TRAIL DU PONT DU GARD:** 17 et 35 km dimanche 11 octobre à 9h (si certains sont déjà inscrits nous le dire)
- **8<sup>ème</sup> COURSE LA ZONTIENNE à NÎMES:** 5 et 10 km dimanche 18 octobre à 10h ;

Courses exclusivement féminines:

- **1<sup>ère</sup> TOUR DE LA CARBONNIERE à ST LAURENT D'AIGOUZE :** 13 km dimanche 15 novembre à 10h.

(Possibilité de la faire en relais à 2)

Pour toutes ces courses, les formalités d'inscription et le prix du dossard sont pris en charge par le club.- Envoyez un mail à [lesbipedesdelavaunage@laposte.net](mailto:lesbipedesdelavaunage@laposte.net)

## Adhésions 2015/2016

- N'oubliez pas **chèque 30 €** et **certif** (y compris pour ceux qui ne font pas de course pour l'instant ) A peine 1/3 l'ont fourni)

## Courses du week-end ; il y a le choix

- [12<sup>ème</sup> Gambade de Saint Roman - BEUCAIRE - 26/09 \(12,8 / 5,8km\) – 16h30](#)
- [44<sup>ème</sup> 100km et marathon de MILLAU - 26/09 - \(9h30\) -](#)
- [2<sup>ème</sup> running de CAISSARGUES – 27/09 – \(4,5 / 10km\) – 10h30](#)
- [20<sup>ème</sup> Foulées Boissetaines - BOISSET ET GAUJAC – 27/09 - \(10km\) – 10h00](#)
- [Les virades de l'espoir - JUVIGNAC – \(34\) – 27/09 - \(5 et 10km\) – 9h30](#)
- [26<sup>ème</sup> duo des lavagnes - MONTPEYROUX – \(34\) 27/09 – \(18km\) - 9h30 – course contre la montre](#)

## Courses à venir

- [La nocturne DE NIMES – 02/10 – \(5km\) – 9h30](#)
- [10<sup>ème</sup> foulées du vidourle – MARSILLARGUES- 03/10 - \(5 et 10km\) - 16h00](#)
- [8<sup>ème</sup> voie verte rotarienne - CALVISSON – 03/10 – \(5 et 10km\) - 10h00](#)
- [NimesUrbanTrail – déplacé en février 2016](#)
- [8<sup>ème</sup> voie verte rotarienne - CALVISSON – 03 et 04/10 – \(5/10km /rungenérition\)](#)
- [2<sup>ème</sup> les duchesses d'UZES - 03/10 - \(7km\) – 14h30](#)
- [Les Foulées du Vidourle - MARSILLARGUES – \(34\) – 03/10- \(9,850km\) – 16h00](#)
- [28<sup>ème</sup> Foulées de Balaruc - BALARUC LES BAINS –\(34\) – 04/10 – \(4,6 – 13,2 km\) - 10h15](#)
- [10<sup>ème</sup> Foulées de la Montagnette - RIBAUTE LES TAVERNES – 10/10 – \(10,4km\) – 16h15](#)
- [7<sup>ème</sup> course des sources - VENEJAN – 11/10 - \(11,3km\) – 10h00](#)
- [FoulesCastelnauduiennes - CASTELNAU LE LEZ- \(34\) – 11/10 – \(5 et 12 km\) – 9h45](#)
- [5<sup>ème</sup> Courir pour Sarah - PONT DU GARD – 11/10 – \(11km\) – 10h00](#)
- [12<sup>ème</sup>Trail du Pont du Gard – LEDENON - 11/10 – \(17 et 35km\)](#)
- [2<sup>ème</sup> Foulées Suménoises- SUMENE – 18/10 – \(10km\) – 10h00](#)
- [8<sup>ème</sup> course la Zontienne - NIMES- 18/10 – \(5 et 10km\) – 10h00](#)

- [10 km de MONTPELLIER](#) – (34) – 18/10 – (10km) – 10h00
- [5ème Traversée des Vendanges - LES ANGLES](#) – 18/10 - (course à pied + vélo solo ou relais)
- [Les Foulées des Grands Vins du pic st loup - LE TRIADOU](#) – (34) – 24/10 –(12km) – 16h00
- [6ème Foulées Aubaisiennes - AUBAIS](#) – 25/10 – (5,450 et 10,38 km) – 9h45
- [MARSEILLE - CASSIS](#) – (13) – 25 /10 - (20km) – 9h30
- [7ème Foulées St Privadienne - ST PRIVAT DES VIEUX](#) – 25/10 – (10,850km) – 9h30

//

[Calendrier des courses en PACA](#) / [Calendrier des courses drome](#) / [calendrier en Languedoc Roussillon](#)

*Ils sont nos partenaires, ils sont à votre service*



**Caveirac**  
immobilier

6 route de NIMES  
RESIDENCE ESPACE VAUNAGE

☎ 04 66 81 33 65  
06 19 58 23 86



tropic plantes

Fleurs fraîches - Plantes  
Poteries - Déco

Route de Sommières - 30820 Caveirac  
Tél. 04 66 28 81 00 - Fax 04 66 28 81 05  
www.tropicplantes.fr

*L'Atelier...*  
du petit colas

Accessoires Vêtements Bijoux

**04.66.63.86.34**

1, rue des Rolliers - C.C. L'Arche de la Vaunage  
30820 Caveirac