



JOGGEURS Du Pays d'Auge

SAISON 24-25

Edito

La saison 2024/2025 a été exceptionnelle comme vous le constaterez tout au long de ces pages, notamment :

- Une progression importante de nos effectifs.
- Un niveau record de participations aux compétitions.
- Des résultats très encourageants et des titres régionaux en course à pied et surtout national pour la marche "les anciens font de la résistance".
- La pratique du trail prend de l'importance, notamment sur les longs, voire très longs parcours.

Toutes ces participations sont décrites dans cette édition de la saison 2024/2025.

J'en profite pour remercier nos partenaires qui nous accompagnent par leur soutien financier et/ou matériel. Je veux citer en particulier la communauté de communes de Terre D'Auge, le conseil départemental du Calvados, et nos partenaires privés : l'hôtel IBIS de Deauville, traiteur Breton, Golden coiffure, Alert'incendie et l'Arbre à pin. Bien que cette saison fut remarquable, je suis sûre que nous ferons encore mieux pour la saison 2025/2026. Amitiés à tous.

Joël Beugin



SEPTEMBRE

Premières compétitions, saison 24/25 les 7/8 septembre

Pour ce premier week-end des JPA dans trois compétitions :

À Mathieu (14), *La course des As*, du 7 septembre est une course nature de 20km ou de 10km avec 75 classés à l'arrivée pour la première et 269 pour la seconde. Une météo changeante compte tenu des orages.

Pour le 20km : Thierry 16ème en 1h26'53 et 2M4, une belle performance

Pour le 10km : Serge 247ème en 1h09'31 et 1M9, il est un des très rares M9 de Normandie à se confronter aux compétitions... un vrai champion inépuisable.

À Campigny (27), *le trail du domaine de Torf*, le 8 septembre plusieurs trails à fort dénivelé, pour le 16km près de 500m de dénivelé, 130 participants sur cette distance.

121ème Fernanda motivée termine en 2h04', Bérangère (une ancienne JPA) termine en 88ème en 1h50'

Le marathon du Médoc (33) du 7 septembre

Au pied levé sans préparation, Lydie termine avec son groupe son premier marathon en moins de 7h tout en n'oubliant pas de s'abreuver au Médoc régulièrement sur le parcours, c'est la spécificité de ce marathon festif et convivial. Une nouvelle marathonienne aux JPA.



Week-end des 21/22 septembre, sortie du club à Tours.

Ce week-end 23 JPA partaient pour Tours pour une sortie Club ou marcheurs et coureurs réalisés de belles performances sur 10, 20km ou marathon duo.

Tout a commencé samedi avec une visite à Chenonceaux sa cave et son château.

Une belle visite qui nous a enthousiasmé.

En fin d'après-midi le traditionnel retrait des dossards au village running pour repérer chez les exposants les prochains défis...

Une soirée raisonnable pour prendre quelques forces pour les compétitions du lendemain.



Dimanche le grand jour, dès 7h30 le départ du marathon duo, puis 8h30 pour les 10km de marche nordique, 9h pour le 20km de course à pied et 11h pour le 10km.

Donc pour le Marathon Duo près de 200 équipes engagées sous une petite pluie :
12ème Frédéric G et Mickaël en 3H08'03 (Fred 1h39' sur 22km et Mickaël 1H29' sur 20,2km)
16ème Titi et Joël en 3h11'28 (Titi 1h38' sur 22km et Joël 1h33' sur 20,2km).

Les 10 km de marche nordique avec près de 400 participants :
49ème Eric en 1h17'04
51ème Chantal, en 1h17'10
140ème Sophie en 1h29'51
150ème Bernard en 1h30'48
De très belles performances pour nos marcheurs.

La course à pied de 10 km avec 8000 participants :
1323ème Philippe en 49'00 pour sa reprise
6708ème Serge en 1h13'54 avec plus de mille coureurs derrière lui Serge (M9) va devoir poursuivre la course à pieds encore longtemps ...

La course à pied de 20 km avec 3300 participants :
641ème Didier, en 1h38'06
646ème Malik en 1h38'13
648ème Pascal, en 1h38'13
980ème Jean Michel en 1h43'57
1585ème Perrine, en 1h51'22
1545ème Jacques, en 1h54'45
2134ème Jean-Pierre 1h59'56

Bravo aux 13 courageux coureurs (11 sur plus de 20km et 2 sur 10km)
Les classements sont édités en fonction du temps officiel (ordre d'arrivée), et non du temps réel.

Pour terminer dans la joie rien de tel qu'un bon repas... et déguster les bons crus du Val de Loire pour une bonne récupération 😊. (Quelques photos pendant et après...)



Dimanche 29 septembre des JPA à Versailles, Rouen et Val de Reuil

Les résultats de ce dimanche avec des JPA en forme.

Les plus anciens étaient à Versailles, pour un Paris-Versailles avec près de 23 000 participants par temps frais :

Joël en forme 2765ème en 1H16'27 et 1erM7 sur une centaine de M7
Serge 21715ème en 2h03'59, les plus de 200m de dénivelé n'auront pas eu raison de son enthousiasme et 4ème M9,

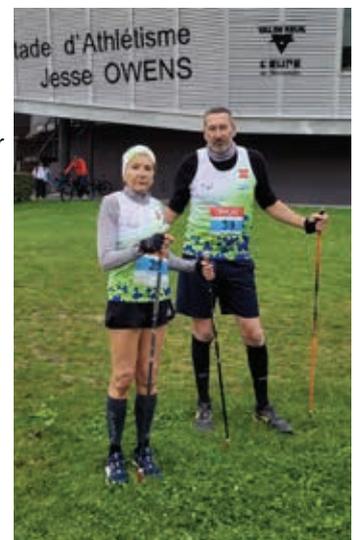
Nos semi-marathoniens étaient à Rouen, toujours le temps frais, plus de 3500 participants et de belles réussites :

Didier 646ème en 1h41'37 en compagnie de son neveu
Eric 1822ème en 1h55'32 en compagnie de son fils

Enfin nos deux marcheurs ont brillé sur la marche nordique labellisée de 12km du Val de Reuil.

Une bonne centaine de participants sur cette marche.
Laurent fait une belle 13ème place au scratch en 1H34'43 et 3M5
Chantal une belle 20ème place au scratch en 1H37'12 et bien tendu 1èreM8.

Nos anciens ont toujours la pêche et bravo à nos six JPA, un beau dimanche.



OCTOBRE

Week-end 5 et 6 octobre, Outreau, Argentan, Le Havre

Samedi matin La Nordi'parc du Mont Soleil à Outreau (62) une marche nordique de 12km, version cross parfois, une belle réussite par beau temps avec 120 participants :
Chantal 52ème en 1h37'42 et 1èreM8

Samedi après midi le semi d'Argentan (61) un semi de préparation pour le marathon dans deux semaines pour nos deux JPA, avec près de 300 participants :
43ème et 44ème Frédéric G et Thierry en 1h33'57 et tous deux 2ème dans leur catégorie respective.

Dimanche matin un 10km au Havre (76) avec 700 participants, un temps frais et deux JPA au départ /
397ème Fernanda en 56'12
670ème Serge en 1h12'23 et 1erM9

Bravo à nos JPA en forme avec un clin d'œil pour les uns à la sortie très longue (préparation du marathon oblige) dans notre campagne du samedi après midi et pour les autres un sauvetage de chèvres le dimanche matin...



Dimanche 13 octobre Mers Monts et Marais à Villers...

Une très belle réussite pour cette 6ème édition de Mers monts et marais à Villers sur mer, toujours de beaux parcours sélectifs et un bel environnement, un temps exceptionnel et plus de 500 participants.

Les JPA étaient partout, participants et bénévoles avec pour chef d'orchestre Jean Pierre.

Sur la marche nordique de 12km, 43 participants et un festival pour nos marcheurs :

Eric 2ème au scratch en 1h33'18

Laurent 3ème au scratch en 1h33'40

Stephanie 2ème au scratch féminin en 1h37'18

Nathalie 3ème au scratch féminin en 1h46'06

La grande forme, bravo pour vos performances

Sur le 5km, 68 participants un seul JPA :

Malick 9ème en 20'34 et 3èmeM0

Après le 20km de Tours une reprise qui se poursuit efficacement

Sur le 12km, près de 200 participants deux JPA au départ :

Benjamin L 19ème en 1h00'19 et 2èmeM4 voilà une reprise prometteuse

Sylvie 149ème en 1h29'17

Bravo à nos deux JPA

Sur le 21km, près de 200 participants, quatre JPA au départ :

Fred D 26ème en 1h50'20

Fabrice 51ème en 1h55'57

Jean Michel 80ème en 2h01'26

Arnaud 94ème en 2h06'47

De belles performances compte tenu du parcours, du dénivelé et du sable.

Encore merci aux bénévoles JPA : Lydie, Fernanda, Jean Marie, Romain, Serge, Didier, Fredo, Francky... et tous ceux que j'ai peut être oublié ...



Des dimanches sportifs 20 et 27 octobre, des marathons et trails costauds

Le marathon d'Amsterdam (un peu rallongé 42,7km) avec un temps frais et 22500 participants dont 5 JPA :

2693ème Thierry en 3h20'25 pour son 81ème marathon ...

2728ème Frédéric G en 3h20'50 un record personnel

4514ème Mickaël en 3h36'58 chapeau pour un premier marathon

6452ème Malik en 3h50'36 en couple avec Pascale notre seule représentante féminine en 3h50'37 également un premier marathon pour Malik.

Le marathon de Seine et Eure (encore 42,7km...), un temps frais également et 800 participants : 376ème Didier en 3h46'38 qui reprend avec enthousiasme

Le marathon de Lausanne un seul JPA, un magnifique marathon dans les vignes, de beaux villages entre lac et montagne. Très beau temps, mais parcours sélectif, compte tenu des dénivelés :

476ème en 3h43'47 et premier chez les 70 ans et plus, toujours en pleine forme

Vraiment bravo à tous nos marathonniens, ils ont droit à une bonne récupération.

Les résultats des trails du dimanche :

Trails de la Roche d'Oëtre connus pour leur dénivelé et une très bonne participation près de 500 inscrits pour chacune de ces distances :

-Tout d'abord sur le 39km et 1400m de dénivelé soit l'équivalent de plus de 50km d'effort... un seul JPA :

Gaëtan 115ème en 4h35'40 c'est du très costaud...

-Sur le 23km avec 900m de dénivelé, une trentaine de km d'effort :

Fabrice 107ème en 2h35'17 et 2èmeM4

-Sur le 13km et 400m de dénivelé :

Virginie 330ème en 2h00'02 la persévérance

Trail Pommès, Haies, Vergers de Cambremer, avec 4 JPA sur le 16km avec un sol bien gras...

230 participants :

47ème Frédéric D, en grande forme en 1h33'48

153ème Angélique C, volontaire en 1h57'11

182ème et 189ème Benjamin qui a accompagné Stéphanie souffrante dans cette épreuve.

Bravo à tous à tous nos JPA et quelques photos.



NOVEMBRE

Week-end 16/17 novembre, fête du running à Deauville

Une mobilisation importante des JPA : Vingt deux d'entre nous ont participé aux 5km, 10km et semi-marathon de Deauville. Tout a commencé vendredi 15 avec le retrait des dossards au POM'S avec la visite des stands et la traditionnelle photo. Les deux journées seront fraîches voire humide pour le dimanche à l'aube ...

Samedi, sur le 5km, 600 participants classés, de très bons résultats pour nos JPA :

122eme Romain en 20'46

279eme Angelique en 28'06

Toujours samedi sur le 10km, 3000 coureurs classés, des records individuels réalisés :

241eme Malik en 39'38 record personnel

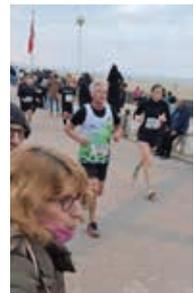
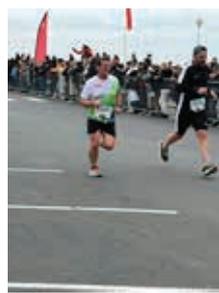
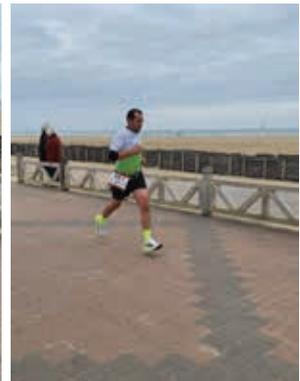
263eme Fred G en 39'57 record personnel

592eme Jean Michel en 45'36 record perso

666eme Didier en 46'21 belle reprise cette année

1275eme Jean-Pierre en 54'18 record 2024

Des vrais costauds il va falloir assurer dimanche...



Une matinée exceptionnelle ce dimanche 17 novembre pour le semi marathon de DEAUVILLE.

Plus de 6000 participants. On se bouscule mais à l'arrivée de très belles performances :

378e Mickael en 1h30'11 meilleure performance de l'année

387e Thierry en 1h30'41 qualifié Championnat de France M4

527e. Frederic D en 1h33'25 record personnel

637e Joël en 1h36'11, 1er M7, champion de Normandie M7, qualifié au CF M7 et perf de l'année

1521e. Arnaud en 1h48'00 meilleure performance de l'année

1742e. Lydie en 1h49'35 un début super prometteur

2041e Eric en 1h53'14 super après la compétition du WE dernier

2061e, Benjamin L en 1h54'34 au rythme de son frère

2988e Angélique C en 1h55'34 un début super prometteur

2560e Benjamin B en 1h58'07 toujours sur son bon rythme

2563e Perrine en 1h58'20 malgré ses douleurs récurrentes actuelles

DECEMBRE

Dimanche 1er décembre , courir entre deux O à Caen

Beaucoup de courageux ce matin du 1er décembre pour la compétition de Courir entre deux Ô à Caen. Un temps frais et sec pour les 1000 participants du 21,4km et les 300 pour la course féminine de 10Km.

Onze JPA s'étaient inscrits, 10 sur le 21,4km et une sur la course féminine.

Tout d'abord Virginie sur le 10km se classe 198eme en 1h03'

Ensuite nos 10 JPA dans l'ordre suivant :

75ème Thierry, en 1h33'26

85ème Frederic, en 1h34'06

162ème Gaétan en 1h38'19

464/465ème Lydie et Didier en 1h54'

680ème Angélique C en 2h04'

693ème Anna en 2h06'

786ème Benjamin B en 2h12'

816ème Stéphanie en 2h14'

861ème, Fernanda en 2h20'

Il s'agit des temps officiels auxquels il faut souvent déduire le temps avant le passage de la ligne de départ pour connaître les temps réels notamment quand il y a de nombreux participants comme ici de quelques secondes à une minute.

Un grand bravo pour ces belles performances.



Dimanche 8 décembre, marche nordique à Saint Martin de Besace

Malgré un temps épouvantable, pluie et vents violents, La Besace nature était maintenue. Cette marche nordique de 9km regroupait une vingtaine de participants, nos deux JPA ont brillé en rapportant les 3ème et 4ème place au général :

3ème Eric en 1H06'

4ème Chantal en 1H10'et 1ère féminine.

Courageux nos marcheurs dans ces conditions météorologiques difficiles.



Dimanche 22 décembre, l'Urban Trail de Sainte Adresse

Cinq JPA ce matin à l'Urban Trail de Sainte Adresse avec un temps maussade, venteux et beaucoup de dénivelés 450m pour le Grand Saut de 14km et 250m pour le petit Saut de 7,5km, surtout des marches et encore des marches

Pour le 14km, près de 900 participants :

460eme Philippe en 1h20'46

530eme Eric en 1h24'11

560eme Pauline en 1h25'52

612eme Angélique C en 1h27

Pour le 7,5km plus de 400 participants :

381eme Serge en 54'

Encore Bravo à vous cinq, les mollets et les cuisses vont tirés pour Noël...



Week end des 14 et 15 décembre, Sées, Paris et Caen

Un week-end sportif pour quelques JPA malgré un temps bien frais.

Tout d'abord ce samedi 14 le traditionnel 10km de Sées (61) et près de 600 participants avec un seul compétiteur JPA :

Fred G 122eme en 40'47 un très bon temps compte tenu du profil de la course.

Dimanche trois options course sur route, marche nordique ou cross

Première option les 10km de la tour Eiffel et ses 20 000 participants, avec trois JPA à la manœuvre :

1589eme Thierry en 41'19

2706eme Joel en 44'25 et 1erM7

12327eme Serge en 1h15'55 (bloqué trois minutes à l'arrivée trop de monde) et 1erM9

Que des champions aux JPA.



Deuxième option, le cross du CAC de Caen, nos amateurs de cross ont réalisé de belles performances sur ce 8,2km en prenant les 82 et 85eme place en 34'26 et 34'32 respectivement pour Malik et Gaëtan.

Bravo les courageux.



JANVIER

Week-end du 18/19 janvier, déplacements Hors Région

Malgré un temps glacial 5 JPA ont participé à trois compétitions:

Marche nordique dans le cadre du cross Ouest France au Mans (50)

Tout d'abord samedi Chantal dans le cadre du cross d'Ouest France au Mans a réalisé une très belle performance dans la marche nordique nationale de 13 km qui regroupait plus de 300 participants, elle termine 148ème (40ème féminine) en 1h39'48 et 1èreM8.

Trail des deux baies au Touquet (62)

Ce dimanche trois JPA Stéphanie, Benjamin et Eric (accompagné de son fils) étaient sur la ligne de départ du trail des deux baies au Touquet (62), 23km de sable et 1500 inscrits pour souffrir un peu...

762ème Eric en 2h22'17

867ème Benjamin en 2h27'16

1017ème Stéphanie en 2h33'22

Mathieu (le fils d'Eric) 454ème en 2h08'41

Bravo à nos champions car l'exercice était difficile

Semi marathon de Ragousa au Sud de la Sicile (Italie)

Un cinquième JPA, Benjamin L, s'est épuisé... sur ce semi marathon en Italie, montant et sous la pluie. Il a réalisé 1h45 sur ce semi marathon loin d'Houlgate...belle préparation pour ce début d'année.



Dimanche 26 Janvier, Les Trails des résistants à Manneville (27) et celui de Cannes (06)

Une dizaine de JPA en compétition ce dimanche au trail des résistants et au trail de Cannes, trails bien glissants après les pluies.

Trail des résistants 30km 250 volontaires :

43ème Gaëtan en 2h53'27 le fou....

Trail des résistants 14 km 320 volontaires :

26ème Titi en 1h11'08 et 1erM4

102ème Jean Michel en 1h23'53

174ème Angélique en 1h35'39

257ème Fernanda en 1h47'44

258ème Virginie en 1h48'19

Bravo les filles majoritaires sur cette course

Foulées des résistants 10km 130 inscrits :

95ème Serge en 1h09'08 et 1er M9

Trail des résistants 8 km 100 participants :

2ème Malik en 39'17 au scratch ...!

Trail de Cannes 16km près de 1000 inscrits :

267ème Joël en 1h35'24 et 1erM7



FEVRIER

Week-end du 8/9 février, trail à Dieppe(76) et Moyon(50)

Ils étaient 6, ce week-end à participer aux compétitions de trail en dehors de notre département.

Urban trail de Dieppe(76)

Près de 500 participants sur chacune des distances (à majorer de quelques centaines de mètres...) avec une partie galets (3km) sur la plage.

Pour le 19km :

248ème Eric en 2h06'10

260ème Benjamin B en 2h08'36

328ème Stéphanie en 2h17'01

Pour le 12km:

En première reprise après quelques années d'interruption Corinne B, sans classement.

Bravo à nos 4 JPA pour ce trail difficile.

Trail des Loups à Moyon (50),

400 participants pour le 14km bien gras....et 200m de dénivelé

23ème Malik en 1h04'52

34ème Titi en 1h06'40 et 1M4

Rapide nos deux JPA, la performance mérite d'être soulignée...



Dimanche 16 février, Trail à Mézidon

Trois JPA au M'Trail de Mézidon avec par temps ensoleillé mais très frais....

Sur le 10 km, plus de 250 participants :

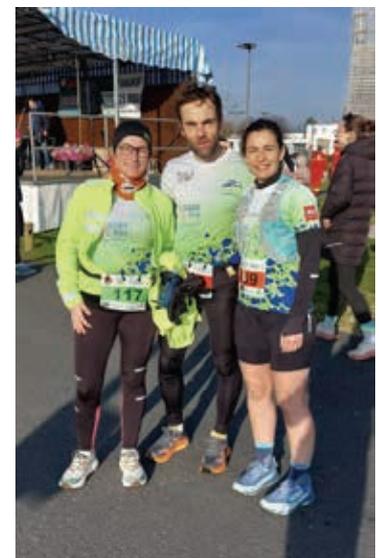
219ème Virginie en 1h11'17

Sur le 21 km, 200 participants :

27ème Gaëtan en 1h47'36

172ème Angélique C en 2h18'28

Bravo à nos trois JPA toujours en forme et prêt à se lancer des défis quelque soit la difficulté.



Samedi 22 février les trails de nuit de Moyaux

Comme chaque année c'est un grand rendez-vous pour les JPA toujours nombreux pour la nocturne de Moyaux.

Ce samedi 16 JPA ont participé aux deux trails 18km ou 10km avec des arrivées groupées pour s'encourager dans l'effort.

Trail de 18km avec près de 200 participants :

33 et 34ème Gaëtan et Frédéric en 1h32'58

105ème Jean Michel en 1h51'41

128 et 129ème Didier et Lydie en 2h00'02

137ème Bérangère en 2h02'24 et 3M3

146ème Anna en 2h05'11 et 3M2

156ème Perrine en 2h10'00

172ème Fernanda en 2h19'31

Trail de 10km avec près de 300 participants :

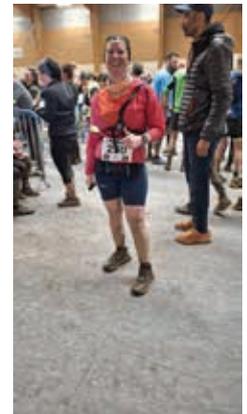
67ème Éric en 57'39 1erM5

111, 112 et 113ème Stéphanie en 1h03'46 et 2M1, Benjamin et Angélique C, même temps.

239 et 240ème Virginie et Marjorie en 1h17'50

275ème Serge en 1h32'05 et 1erM9

Bravo à nos traileurs qui ont défié la boue du pays d'Auge comme en témoigne les photos de nos joggeuses enthousiastes...



Dimanche 8 mars, Semi marathon de Cabourg

Ce dimanche par une belle matinée 15 JPA enthousiastes, parmi les 4000 inscrits, ont affronté le semi marathon de Cabourg. Comme en témoigne la photo la bonne humeur était au rendez-vous l'engagement également.

Des résultats encourageants :

331ème Thierry, en 1h30'30.

627ème Frédéric D, en 1h37'44,

898ème Didier, 1h43'13

1264ème Arnaud, en 1h48'40

1277ème Jean Michel, en 1h48'50

1354ème Lydie, en 1h49'58

1926ème Bérengère, en 1h58'27

2025ème Angélique C, en 1h59'42

2169ème Eric, en 2h01'42

2291ème Perrine, en 2h02'51

2292ème Anna, en 2h02'51

2915ème Fernanda, en 2h13'15

3561ème Virginie, en 2h32'47

3562ème Gaëtan, en 2h32'48

3691ème Serge, en 2h44'38 et 1er M9

Lydie rejoint Thierry et Joël pour la qualification au championnat de France de semi marathon du 14 septembre à Vannes.

Bravo à nos 15 JPA pour leurs performances dont quelques uns ne sont pas encore habitués à cette distance et bravo à nos JPA bénévoles pour leur participation à cette compétition.



Dimanche 30 marche, marche nordique au Havre et course nature dans la Manche

Un petit dimanche de compétition pour trois marcheurs JPA au Havre et un coureur dans la manche.

Nos 3 JPA participaient à deux marches nordique au Havre

Sur le 6km

Laurent termine 2eme en 43'34 (photo podium)

Sur le 12km

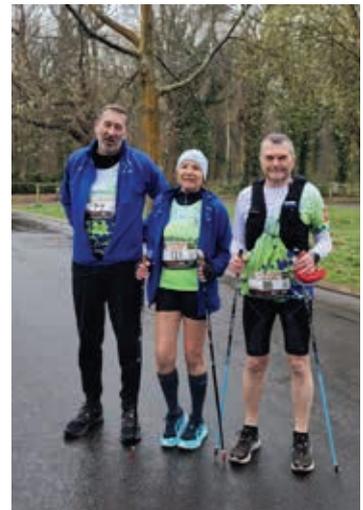
Eric 7eme en 1h24'54

Chantal 13eme et 4eme féminine en 1h28'57

Un seul coureur JPA à Condé sur vire (50) pour une course nature de 11,2km qui regroupait 250 participants :

26ème Thierry en 46'20 et 2ème M4 à plus de 14,5km/h...

Bravo à nos champions



Week-end chargé du 22 et 23 mars 2025

Un week-end chargé avec samedi le championnat de France de marche nordique à Verneuil sur seine (78), L'urban Trail de Trouville, et dimanche les 10 km des boucles du pays Elbeuvien, Alençon Médavy et les foulées de Bayeux.

Le championnat de France de marche nordique :

En féminine 200 qualifiées : Chantal, termine 130e et surtout 1ère M8 en 1h37'16, donc championne de France de cette catégorie.

Nathalie qui l'accompagnait termine 10e de la marche "Open"

L'Urban, trail de Trouville,

Deux distances, 5 et 10 km près de 500 participants avec 10 JPA en compétition :

Sur le 5km avec 132 participants :

6ème Malik en 21'47 et 2M0

14ème Frédéric G en 23'10 et 3M1

103ème Florence 41'53

Sur le 10km avec plus de 300 participants :

38ème Thierry en 47'33 et 2M4

57ème Frederic D en 52'00

70ème Romain en 53'15

83ème Didier en 54'22 et 3M5

113ème Éric en 57'26

223ème Angélique C en 1H17'12

Fernanda 1 tour pour accompagner sa fille sur le 5km

Et le grand retour de Samba un valeureux JPA voici quelques années...

Les 10 km des Boucles du pays Elbeuvien

Course labellisée avec 1240 participants

194ème Malik en 39'40

337ème Frederic G en 41'15

Alençon Médavy,

Avec 15,5 km, une belle montée et 2226 classés :

257ème Thierry en 1h08'58

Les foulées de Bayeux

Course également labellisée avec 600 participants

308ème Angélique B en 30'02



Dimanche 13 avril, des JPA en déplacement.

Un beau dimanche pour les JPA, avec trois rendez-vous, le marathon de Paris, les foulées de Montgeon et les Boucles de l'Eure.

Le marathon de Paris

Quatre JPA au départ parmi les 55 000 participants. Par ce beau temps, nos JPA étaient en grande forme, avec des résultats à la hauteur de leur attente :

7 708ème Frederic G en 3h 26'17

12 065ème Didier en 3h 36'40

12 426ème Gaetan en 3h 37'30

19 155ème Lydie, en 3h 51'40 ce qui lui permet de se qualifier pour le prochain championnat de France de marathon.

Les foulées de Montgeon, Le Havre (76)

Deux JPA parmi les 360 participants au Havre pour les foulées de Montgeon 10 km. Un parcours agréable dans un parc verdoyant et de belles performances pour nos deux JPA

161ème Benjamin en 50'42

170ème Stéphanie en 51'41



Les Boucles de l'Eure (27)

Un seul JPA pour le 5 km des boucles de l'Eure à Aubevoye parmi les 230 participants.

Thierry en grande forme améliore son record personnel sur la distance en 19'36, 55ème et 1erM4

Bravo à tous nous champions.

Dimanche 20 avril, Vannes (56) et Troarn

Trois compétiteurs JPA pour ce week-end Chantal en marche nordique, Serge et Thierry sur un 10km.

La marche nordique national de Vannes :

Une marche nordique labellisée de 12 km à Vannes avec 250 participants. Chantal termine 1ere M8 en 1h41'51 toujours en forme...

Le 10km de troarn

Deux JPA et près de 400 participants sur un parcours caillouteux et parfois vallonné.

40ème Thierry en 41'03 et 4M4/M5

346ème Serge en 1h 13'10 et 1erM9 (2M8/M9)

Bravo à nos trois JPA qui ont représenté nos couleurs.

Week-end du 26/27 avril, Lillebonne (76), Dives(14), la corrida du Marais Vernier (27) et Argentan (61)

Un week-end exceptionnel pour les JPA avec quatre trails au programme.

Les trails de Lillebonne :

Stéphanie et Benjamin se sont inscrits au p'tit défi à savoir un trail nocturne le samedi soir de 17km avec 700 participants et le dimanche matin 36 km et de forts dénivelés avec 800 participants, c'est une belle préparation pour l'ultra marin. Eric les rejoignait ce matin pour le 36Km et pour le Radicatrail un trail intense de 63km avec près de 400 participants Gaetan assurait la longue distance pour les JPA.

Pour le 17 km nocturne

380ème Stéphanie, en 1h54'07

381ème benjamin en 1h54'08

Pour le 36 km du matin

578ème Eric en 4h52'19

590ème Stéphanie en 4h55'56

596ème benjamin en 4h56'32

Pour le 63 km

135ème Gaetan en 7h33'27

Le trail de l'estuaire de la dive :

Là encore deux distances : 33 km avec 200 participants et 18km avec 360 participants :

Pour le trail de la corniche de 33 km :

128ème Pauline en 3h47'45 et 2èmeM1

Pour le trail gourmand de 16 km :

40ème Frederic D en 1h41'38

97ème Lydie en 1h52'59

142ème Loic en 1h59'24

206ème Angélique C en 2h08'42

La corrida du Marais Vernier :

Deux distances pour nos JPA, le semi marathon et ses 500 participants, ou le 10 km avec 400 participants

Le semi marathon

35ème Thierry, en 1h30'37 et 3èmeM4

Le 10 km

272ème Sylvie en 1h00'31

350ème Serge en 1h11'48 et 1erM9

356ème Florence en 1h14'04

Le trail du pays d'Argentan, Le haras du pin :

Plusieurs distances 13 km « découverte du Haras du Pin » pour Marjorie et 45 km « raid de la Libération » pour Romain.

Un trail de plus de 45 km avec 900 m de dénivelé que Romain a réalisé en 5h05' et pour Marjorie sur le 13 en un peu plus d'1h30'.

Comme on le voit une belle participation et des efforts considérables pour nos 15 JPA en compétitions.

Enfin trois JPA : Chantal, Bernard et Franky étaient bénévoles sur ces parcours. Bravo à tous.



Jeudi 1er Mai les Foulées du Muguet à Ouistreham

Seuls nos marcheurs ont affronté la chaleur ce matin pour les foulées du muguet à Ouistreham. Un 6km de marche nordique sur le sable chaud (presque saharien) où nos 4 JPA se sont distingués parmi la grosse cinquantaine de participants :

Chez les filles toutes catégories : Chantal 2eme et Nathalie 5eme

Chez les garçons toutes catégories : Eric 2eme et Laurent 3eme

Bravo les JPA encore une belle aventure...



Samedi 3 mai Castel'trail de Blangy le château

Les résultats du Castel'trail de Blangy le château. Tout d'abord bravo à nos nombreux JPA qui ont participé à ces trails avec bonheur et une forme éblouissante.

Sur le 8km avec 180 participants :

6eme Malik en 37'16 ...rapide

108eme Angélique B en 59'31...motivée

165eme Florence en 1h08'48... volontaire

Sur le 14km avec 180 participants :

11eme Frédéric en 1h11'44... belle forme

17eme Thierry en 1h14'14 2eme master

61eme Lydie en 1h26'15 ...efficace

90eme Bérangère en 1h33'07 2eme master

96eme Anna en 1h34'12 ...motivée

112eme Angélique C en 1h38'16... en forme

165eme Fernanda en 1h54'25... endurante



Et sur la marche nordique

Marjorie qui donne le meilleur sur cet exercice inhabituel pour elle.

Encore bravo pour cette très belle représentation.

NB : la catégorie master semble unique pour les plus de 50ans

Dimanche 18 mai, marathon, triathlon et 5km

De belles participations ce dimanche 18 mai :

Marathon d'Auxerre

Une première édition de ce nouveau marathon avec 200m dénivelé et 500 participants

Titi 36ème en 3h16'29 c'est du costaud

Triathlon de Pont Audemer

Une version S, 20km/5km/750m, pour nos 4 JPA courageux et près de 500 inscrits

Bérangère 319ème en 1h38'08

Angélique C 389ème en 1h45'11

Marjorie 402ème en 1h46'40

Serge 458ème en 2h07'45 et 1erM9

Le WIA'E 5km de Luc sur mer

Un premier 5km pour nos tous nouveaux JPA

Lucas en 23'44

Hervé en 25'56

Bravo à tous nos champions du jour



Week-end du 6 au 8 juin Argentan (61) et Cormeilles (27)

De nombreux kilomètres parcourus ce week-end par une vingtaine de JPA retenons les deux belles compétitions :

- 10km d'Argentan
- Les trails de la Calonne à Cormeilles

Pour le 10 km d'Argentan

Une soirée pluvieuse, un parcours vallonné, 5 JPA parmi les près de 700 inscrits :

- Thierry 64ème en 39'47
 - Fred G 93ème en 41'17
 - Didier 201ème en 46'25
 - Perrine 394ème en 54'04
 - Christophe 460ème en 57'42
- Bravo les JPA

Les trails de la Calonne à Cormeilles

Une douzaine de JPA aux deux trails de la Calonne :

Sur le 16 km, du dénivelé, 230 participants et de belles performances, 29ème Thierry en 1h16'40 et 2M4 (2 compétitions en 48h !)

- 30ème Romain en 1h17'00
- 125ème Lydie en 1h32'30 1èreM1
- 127ème Eric en 1h32'36
- 142ème Benjamin B en 1h34'55
- 151ème Pauline en 1h36'34 et 2M1
- 162ème Loïc en 1h38'24

Sur le 8,5km, terrain boueux, 220 participants et encore de belles performances

- 17ème Gaëtan en 38'34 et 2M1
 - 21ème Malik en 39'12
 - 89ème Angélique C en 51'33 et 3M0
 - 99ème Hervé en 53'39
 - 161ème Virginie en 59'56
- Bravo à nos 12 JPA visiblement en forme



Pendant ce temps 4 JPA s'entraînaient sur 19km pour préparer les prochaines compétitions...

Dimanche 15 Juin 10 km et semi marathon à Caen et La Barjo (pointe Cotentin)

Ce dimanche de nombreux JPA étaient de sorties.... pour les épreuves du Marathon de la Liberté. Plus spécialement sur le semi marathon "Pegasus" et sur le 10km dans la ville de Caen.

Semi marathon Pegasus :

Près de 5000 participants par une belle matinée, 10 JPA au départ :

- 194ème Thierry en 1h30'31 et 2M4
- 260ème Frederic G en 1h33'29
- 812ème Didier en 1h44'13
- 965ème Arnaud en 1h48'43
- 1141ème Lydie en 1h49'
- 1370ème Jean Michel en 1h52'08
- 1939ème Frederic D en 1h58'51
- 2492ème Perrine en 2h01'34
- 3820ème Christophe en 2h19'44
- 3822ème Anne en 2h22'44

Les 10km Crédit Agricole Normandie :

Egalement près de 5000 participants et 4 JPA au départ :

- 2118ème Sandrine en 58'50
- 1792ème Angélique C en 59'39
- 2822ème Sylvie en 1h03'16
- 4049ème Serge en 1h13'50

Ultra trail de La Barjo

Enfin ce dimanche à 5h30 l'Ultra Trail de La Barjo 80km de sentiers et 2000m de dénivelé, dur... un JPA à l'assaut de ce défi parmi les 318 concurrents motivés :

- 82ème Gaëtan en 10h33'06. Un bel exploit



Nos 15 JPA ont tous donné le meilleur...

Week-end du 20 au 22 juin : le triathlon de Deauville, un trail à Beamesnil, une course à Courtonne la Meurdrac et une marche nordique à Aire sur la Lys (62)

Dans le cadre du triathlon de Deauville un 10km était organisé le vendredi en fin d'après midi le samedi et le dimanche étant réservé aux triathlons

Les 10km Powerade

Une course entre Deauville et Trouville par une très chaude fin d'après midi (>30). Un millier de participants dont 4 JPA motivés :

50ème Thierry en 41'54 et 2M4

190ème Éric en 50'11

191ème Joël en 50'12 et 1erM7

530ème Virginie en 1h03'58

Au Trail du Château de Beamesnil un 13km, un peu plus de 150 inscrits : Malik fait une belle 18eme place en 57' et 3M0

À Courtonne la Meurdrac aux Foulées du pays d'Auge, 250 inscrits : Hervé se classe 130ème en 59'46 sur le 10,6km

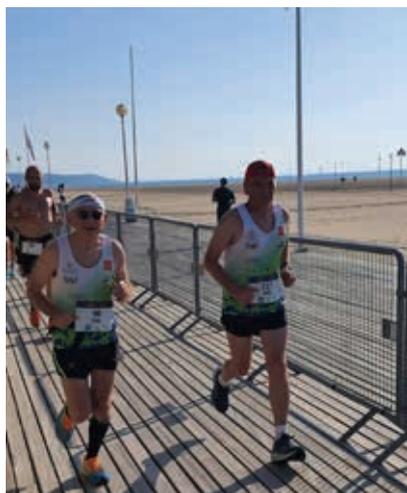
En marche Nordique à Aire sur la Lys (62), la Nordique airoise une compétition nationale de 12,5km : Nathalie 82eme en 1h46'13

Pour nos triathletes

Le samedi matin *Le Découverte (500m/23km/5km)* avec 2000 participants : Angelique nous signe une belle performance en 1H49'58.

Le dimanche matin *au DO 750 (750m/38km/10km)* avec 1200 participants, 6 JPA partants et 4 arrivés. La course à pied rendait le défi trop difficile et obligeait Berangere et Serge à s'arrêter. Nous avons donc les belles performances suivantes : Dudu 173eme en 2h30, Philippe 313eme en 2h37, Marjorie 923eme en 3h11, Angélique B 989eme en 3h17

Bravo à tous et à tous nos bénévoles qui ont participé à ce week-end sportif.



Dimanche 29 juin des sorties sportives multiples

Les Joggeurs du Pays d'Auge un partout ce dernier dimanche de juin : Vannes, Deauville, Sainte Adresse, Versailles, Nice, Nouatres, Caen

Dans l'ordre des distances :

-*Ultra marin de Vannes (56)* au Réveil des Duucs, un 71 km avec 536m de dénivelé, 1200 arrivés :

574eme Stéphanie en 9h06'51

575eme Éric en 9h06'59

714eme Benjamin en 9h30'29

Vraiment bravo à nos champions pour cette très longue sortie

-*la Granvillaise* , Urban trail de 17km à Granville (50) :

270eme Lydie en 1H38'48 et 3M1

-*la cours royale à Versailles (78)*, 15km et 12 000 participants :

1928eme Joël en 1h17'12 et 1er M7

- *le championnat régional de Normandie du 10km à Sainte Adresse (76)*, 500 participants :

39eme Thierry en 40'45 et 1er M4

-*La Normandique*, marche nordique de 12km, à Deauville, 150 participants :

9eme Jean marie en 1h29'13 et 3èmeM5

Le triathlon de Nouâtres (38) un triathlon S avec 450 participants, que Serge termine 409eme en

1h54'55 chapeau Serge et 1er M9 !

-*la traversée de Caen*, un 1500m de natation pour Marjorie et récupérer du triathlon de la semaine dernière.

Bref on s'épuise partout...



JUILLET

Week-end du 5 et 6 juillet : Le touquet (62), Pont Audemer (27) et Saint Vaast la Hougue (50)

Encore un week-end chargé pour les Joggeurs du Pays d'Auge toujours en déplacement pour le bonheur de se dépenser...

Les 10 km de Mer et forêt au Touquet, un peu venteux avec 2000 participants :
238ème Joël pour une reprise en 46' et 1er M7

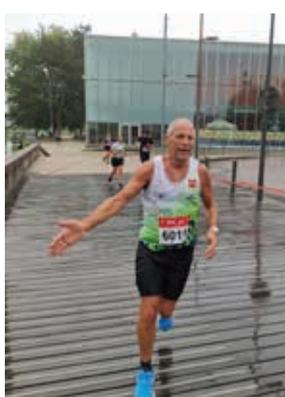
Le semi marathon de Pont Audemer sous la pluie près de 500 participants :
52ème Thierry en 1h29' la super forme et 2ème M4
86ème Frédéric G en 1h33' une belle performance
285 et 286ème ensemble Didier et Angélique en 1h56' merci au coach et bravo Angelique

Le 10 km de Pont Audemer, un millier de participants :
402ème Eric en 48'47 bravo Eric,
Malik et Pascale pour sa reprise Pascale en 49'08 merci Malik pour le coaching et bravo Pascale,

Le 5km de Pont Audemer plus de 700 participants :
293ème Lucas en 26'02
302ème Hervé en 26'26

Pour le swimrun de Saint Vaast la Hougue
Enfin Bérangère, Fernanda, Serge et Philippe ont souhaité se mouiller pour leur plus grand plaisir au swimrun (natation et course à pied) face de l'île de Tatihou

Des JPA qui bougent



Dimanche 27 juillet, Harcourt (27) et Perros Guirrec (22)

Une dizaine de JPA et apparentés couraient ce week-end.

Les 20km de la côte de granit rose

C'est un très beau 20km sur la côte de granit rose à Perros Guirrec :
Angélique termine 1501ème en 1h56'01, sur près de 2300 participants, bravo Angélique

La course de la Sainte Anne à Harcourt (27)

Neuf JPA se sont distingués parmi les 500 participants

Sur le 6km :

16ème Paul en 23'53 et 1er Mi

37ème Joël (son grand père) en 27'09 et 1erM7

Sur le 12km :

25ème Antoine (un futur JPA) en 47'19

26ème Thierry à bloquer... en 47'20 et 1erM4

62ème Didier et Malik tranquillement en 55'23 et 2M5

146ème Pascale et Marjorie décontractées en 1h09'06

171ème Serge, inusable, en 1h22'35 et 1erM9

Voilà un beau dimanche sportif dans notre belle campagne.



Participations aux autres compétitions :

Le 7 septembre à Mathieu deux trails 19,8 et 9,9km : Thierry et Serge

Le 8 septembre à Campigny un trail de 16km : Fernanda

Le 15 septembre à Saint Pair sur Mer (50) Urban trail 16km : Lydie

Le 15 septembre à Thiberville (27) le 10km : Sylvie

Le 15 septembre à Pont l'évêque le triathlon S : Marjorie et Angélique

Le 22 septembre au Portugal un 10km : Fernanda et Frédéric

Le 5 octobre à Outreau (62) la Nordi' parc du mont soleil : Chantal

Le 6 octobre au Havre 10km : Fernanda et Serge

Le 3 novembre à Clécy la Vertigineuse trail de 39km : Gaëtan

Le 24 novembre à Tilly sur seuil un cross de 8km : Gaëtan

Le 8 décembre à Saint Martin de Besace, marche nordique de 9km : Chantal et Éric

Le 12 janvier à Vire, cross départemental : Malik et Thierry

Le 22 février à Mondeville, championnat régional master en salle 3000m : Thierry

Le 9 mars au Havre, un 15km : Stéphanie

Le 16 mars à Saint Martin de Bescherville (76), la verticale breschervillaise, trail 10km : Marjorie

Le 5 avril à Condé sur Noireau, le trail des collines normandes 13km : Thierry

Le 11 mai à Paris, les 10km du Panthéon : Thierry et Serge

Le 29 mai à Ranville, marche nordique : Nathalie et Jean-Marie

Le 11 août à Agon Coutainville (50), l'enduro des sables 14km : Thierry

Le 13 août à Dax (40) le Fériascapade 10km : Serge

Le 31 août à Bavent, l'Urban Wild, trail de 11 km : Marjorie et Thierry

Le 31 août à Paris, le 10 km du Trocadéro : Serge

Le bilan de la saison 2024/2025,

La saison se termine et voici donc le bilan

Participation :

Une saison exceptionnelle pour les JPA avec plus de 310 compétitions en course à pied ou marche nordique. Les JPA ont témoigné d'une très belle présence.

Un JPA a participé à lui seul à 34 compétitions ! Une bonne quinzaine de JPA ont participé à plus de 10 compétitions dans la saison. Précisément en marche nordique Chantal a concouru 10 fois, Nathalie et Eric 6 fois. En course à pied, en féminine, Angélique C a participé à 17 compétitions, suivi de Virginie 12 et Stéphanie et Lydie 11, Perrine et Pauline 8. Au masculin 34 courses pour Thierry, suivi de 8 JPA avec plus de 10 compétitions, Serge, Eric, Malik, Gaëtan, Frédéric G, Didier, Benjamin B et Joël . Encore bravo pour toutes ces participations sans oublier la présence continue aux entraînements.

Classement des clubs :

En progression, avec 57 licenciés, nous nous classons en milieu de classement de la centaine de clubs Normands et de la vingtaine de clubs du Calvados.

Challenge départemental "Running"

Les équipes féminines sont composées de 4 coureurs, les équipes masculines de 6 coureurs. Le scoring correspond aux trois meilleures performances de courses labellisées (5,10, semi ou marathon) depuis le début de la saison.

En Féminine 64 équipes classées avec 2 équipes féminines :

L'équipe 1 : 15ème avec 156 points

L'équipe 2 : 46ème avec 60 points

Au Masculin 80 équipes classés avec deux équipes masculine :

L'équipe 1 : 18ème avec 605 points

L'équipe 2 : 44ème avec 273 points

Nous ne disposons pas à ce jour du détail par coureurs en raison de la refonte du système d'information de la fédération. On peut simplement retenir que Lydie en féminine et Malik chez les hommes ont remporté cette saison ce challenge à l'intérieur du club. Des classements qui témoignent du dynamisme de nos coureurs.

Challenge de marche nordique :

Plus de challenge départemental cette saison mais de belles sorties notamment de marches nordique nationales où Chantal, Nathalie, Sophie et Eric se sont distingués

Championnat de Normandie

Thierry champion de Normandie M4 sur le 10km à Sainte Adresse (76) le 29/06/25.

Joël champion de Normandie M7 sur le semi-marathon à Deauville le 17/11/2024.

Championnat de France

Quelques JPA qualifiés sur 10km, semi-marathon, marathon et marche nordique mais un seul déplacement cette année en marche nordique, les compétitions de running étant trop éloignées (Var).

En marche nordique à Verneuil sur seine (78) Chantal a remporté le championnat de France en catégorie M8 le 22/03/2025. Bravo à notre championne de France de marche nordique (M8) pour cet exploit et cette très belle représentation des JPA au plan national.

