

# La Marche Athlétique à l'Asptt Rouen

La marche athlétique est un sport qui, comme les lancers et les sauts, allie à la fois le côté technique et le côté physique. A un bon niveau, il nécessite également des qualités musculaires (souplesse et puissance) et cardiaques.

Pour les débutants, c'est surtout l'amélioration de la technique qui fait progresser.

C'est Michel Noyon qui, il y a une dizaine d'années, a pris en charge le développement de la marche au club. Gilles Belloir s'est ensuite beaucoup investi dans cette discipline en tant qu'athlète et entraîneur. Il a fortement contribué à son développement et à sa reconnaissance au sein du club. Cela a permis que le pôle marche s'implante et, indirectement, qu'Emmanuel Boulay reprenne sa discipline favorite à l'Asptt.

Michel s'occupe de la marche en école d'athlétisme. Il fait marcher un niveau à chaque séance, ce qui permet à chacun de faire de la marche une fois tous les quinze jours. J'interviens, également, une fois par semaine, en école d'athlé le mercredi. Au cours de la saison, cinq minimes ont participé à une compétition ainsi que trois benjamins.

Chez les «adultes», il y a quatre marcheuses (Manuela Fernandes, Charlotte Gosselin, Héloïse Lenglet et Christèle Jouan-Vaqué) et six marcheurs (Andy Boutrais, Cyrille Leblond, Jean Luc Mercier, Sébastien Delacourt, François Pesquet et Emmanuel Boulay).

Il reste à espérer que le titre européen de Yohan Diniz attire encore plus de monde vers la discipline. C'est mon souhait pour la saison à venir.

Pour nous contacter : [franoispesquet@yahoo.fr](mailto:franoispesquet@yahoo.fr) .



François Pesquet, responsable marche, le 31/08/10

## REGLEMENT (extraits du règlement de l'IAAF)

### Définition de la Marche Athlétique

*La Marche Athlétique est une progression de pas exécutés de telle manière que le marcheur maintienne un contact avec le sol sans qu'il ne survienne aucune perte de contact visible (pour l'œil humain). La jambe avant doit être tendue (c'est-à-dire que le genou ne doit pas être plié) à partir du moment du premier contact avec le sol jusqu'à ce qu'elle se trouve en position verticale.*

### Mise en garde

Les concurrents doivent être prévenus lorsque par leur mode de progression, ils risquent de ne pas respecter l'alinéa 1) ci-dessus: un panneau jaune, marqué de chaque côté du symbole de l'irrégularité, leur sera montré. Ils n'auront pas droit à une deuxième mise en garde par un même Juge pour la même infraction. Le juge qui a mis en garde un concurrent doit en informer le Chef-Juge après la compétition.

### Cartons Rouges

Lorsqu'un Juge remarque qu'un athlète enfreint l'alinéa 1 ci-dessus en perdant le contact de manière visible avec le sol ou en pliant le genou lors de la compétition, à quelque moment que ce soit, le Juge enverra un carton rouge au Chef-Juge.

### Disqualification

(a) Lorsque trois cartons rouges de trois Juges différents auront été envoyés au Chef-Juge, l'athlète sera disqualifié et informé de cette disqualification par le Chef-Juge ou un Chef-Juge Adjoint qui lui montrera un panneau rouge. L'absence de notification rapide n'entraînera pas la requalification d'un athlète disqualifié.

(b) Dans toutes les compétitions, soit directement contrôlées par l'IAAF, soit ayant fait l'objet d'une autorisation d'organisation de l'IAAF, les cartons rouges de deux Juges de la même nationalité n'auront, en aucun cas, le pouvoir de disqualification.

(c) Dans les épreuves sur piste, un athlète qui est disqualifié doit immédiatement quitter la piste et dans les épreuves sur route, il doit, immédiatement après avoir été disqualifié, enlever les dossards distinctifs et quitter le parcours. Tout athlète disqualifié qui ne quitte pas le parcours ou la piste sera passible d'une sanction disciplinaire supplémentaire conformément aux règles 22.1(f) et 145.2 de l'IAAF.

(d) Un ou plusieurs Tableaux d'Affichage doivent être placés sur le parcours et près de l'arrivée pour tenir les athlètes informés du nombre de cartons rouges qui ont été envoyés au Chef-Juge pour chaque athlète. Le symbole de chaque infraction devra également figurer sur le Tableau d'Affichage.

(e) Pour toutes les compétitions organisées selon l'article 1(a), les Juges doivent utiliser des systèmes informatiques portables avec capacité de transmission sans fil pour communiquer tous les cartons rouges au Secrétaire du Chef-Juge et au(x) Tableau(x) d'Affichage.

# Les jeunes



**Margaux Laroche**  
1000 m : 6'47"1  
2000 m : 11'24"26  
3000 m : 18'17"51  
10' : 1752 m  
20' : 3185 m



**Laure Capitao**  
2000 m : 13'34"57  
20' : 2747 m



**Charlotte Bonnuto**  
2000 m : 12'51"72  
20' : 2999 m



**Meriem Dridi**  
2000 m : 13'50"14  
20' : 2976 m



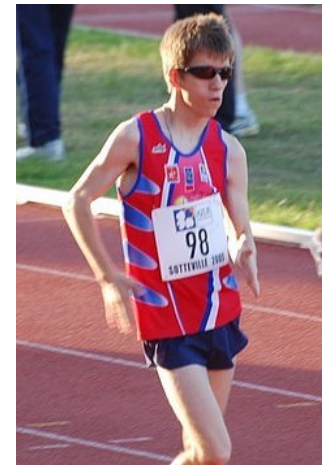
**Dahlia Dridi**  
2000 m : 12'14"76  
10' : 1651 m



**Marion Loisel**  
2000 m : 12'30"16  
3000 m : 19'05"3  
20' : 3159 m

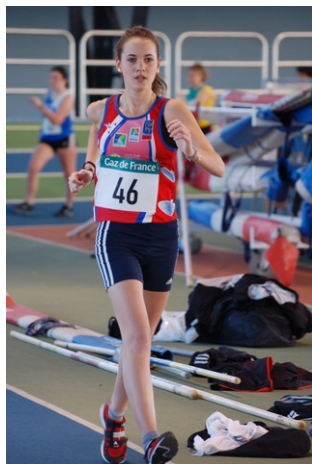


**Louis Mercier**  
2000 m : 11'33"16  
10' : 1662 m



**Andy Boutrais**  
5000 m(ind) : 25'43"6  
5000 m : 25'45"0  
10000 m : 51'34"23  
Heure : 10 958 m

# Les adultes



**Charlotte Gosselin**  
 2000 m : 11'32"22  
 3000 m(ind):16'41"61  
 3000 m : 16'33"82  
 20' : 3 280 m  
 5000 m : 29'06"8  
 30' : 4 806 m  
 45' : 7 697m  
 10000m(P) : 59'55"48  
 10 km (R) : 58'47



**Christèle Vaqué**  
 3000 m(ind):14'48"54  
 3000 m : 15'01"76  
 5000 m : 27'25"9.  
 10000 m : 50'37"8  
 Heure : 11 482 m  
 20000m(P):1h52'13"6  
 20 km(R):1h47'35"0



**François Pesquet**  
 5000 m(ind) : 23'56"3  
 5000 m : 23'34"40  
 10000 m : 49'17"63  
 Heure : 12 094 m  
 20 000m(P):1h40'45  
 20 km (R) : 1h42'29



**Emmanuel Boulay**  
 5000 m(ind):19'53"31  
 5000 m : 19'48"52  
 10000 m : 42'40"0  
 Heure : 13 433 m  
 20000m(P):1h29'32  
 20km(R):1h25'21



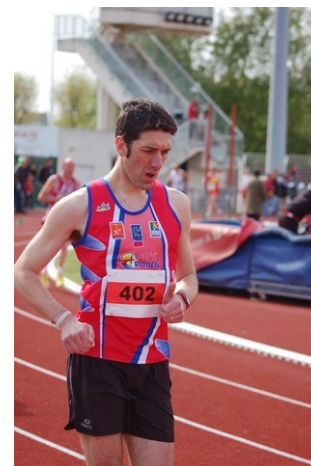
**Héloïse Lenglet**  
 2000 m : 10'56"17  
 3000 m : 16'08"86  
 5000 m : 27'51"09  
 30' : 5108m



**Manuela Fernandes**  
 3000 m : 16'42"6  
 3000 m(ind) : 16'44"51  
 Heure : 10 034 m  
 10000 m : 62'10"5  
 20000 m : 2h05'55"4  
 20km : 2h16'06



**Sébastien Delacourt**  
 5000 m : 24'49"86  
 Heure : 10 581 m



**Cyrille Leblond**  
 5000 m(ind) :25'03"29  
 5000 m : 24'25"2  
 10000 m : 49'45"0  
 Heure : 12 090 m  
 20 000m(P):1h48'00"9

# Records du club

## Records Féminins

<b>Benjamines :</b>				
10 minutes	<b>Margaux Laroche</b>	1752 m	11/10/09	Montreuil sous bois
2000 m	<b>Charlotte Gosselin</b>	11'58"4	17/10/04	Vernon
<b>Minimes :</b>				
2000 m	<b>Margaux Laroche</b>	11'24"26	16/05/10	Vernon
3000 m	<b>Charlotte Gosselin</b>	17'55"05	24/09/06	Le havre
20 minutes	<b>Charlotte Gosselin</b>	3 280 m	02/10/05	Montreuil sous bois
<b>Cadettes :</b>				
2000 m	<b>Héloïse Lenglet</b>	10'56"17	05/10/08	Val de Reuil
3000 m	<b>Héloïse Lenglet</b>	16'08"86	30/05/09	Lillebonne
5000 m	<b>Héloïse Lenglet</b>	27'51"09	21/06/09	Val de Reuil
30 minutes	<b>Héloïse Lenglet</b>	5 108 m	12/10/08	Montreuil sous bois
<b>Juniors</b>				
3000 m	<b>Héloïse Lenglet</b>	16'08"86	30/05/09	Lillebonne
5000 m	<b>Héloïse Lenglet</b>	27'51"09	21/06/09	Val de Reuil
10 km route	<b>Charlotte Gosselin</b>	58'47"0	05/04/09	Metz
10000 m	<b>Charlotte Gosselin</b>	59'55"48	21/06/09	Val de Reuil
30 minutes	<b>Héloïse Lenglet</b>	5 108 m	12/10/08	Montreuil sous bois
45 minutes	<b>Charlotte Gosselin</b>	7 697 m	12/10/08	Montreuil sous bois
<b>Seniors :</b>				
3000 m	<b>Christèle Vaqué</b>	15'01"76	23/05/04	Reims
3000 m indoor	<b>Christèle Vaqué</b>	14'48"54	08/01/06	Eaubonne
5000 m	<b>Christèle Vaqué</b>	27'25"9	17/02/02	Rouen
10000 m	<b>Christèle Vaqué</b>	50'37"8	04/03/06	Gaillon
Heure	<b>Christèle Vaqué</b>	11482 m	04/03/06	Gaillon
20000 m	<b>Christèle Vaqué</b>	1h52'13"6	27/03/04	Rouen
10 km route	<b>Christèle Vaqué</b>	53'45"0	14/07/02	St Etienne
20 km route	<b>Christèle Vaqué</b>	1h47'35"0	09/04/06	Epinal
<b>Vétérans :</b>				
3000 m	<b>Ariane Lelant</b>	17'16"44	06/05/01	Sotteville
3000 m indoor	<b>Ariane Lelant</b>	17'42"5	23/12/02	Eaubonne
5000 m	<b>Ariane Lelant</b>	29'52"00	28/10/01	Le havre
10000 m	<b>Ariane Lelant</b>	59'52"10	28/10/01	Le havre
Heure	<b>Ariane Lelant</b>	10 022 m	28/10/01	Le havre
20000 m	<b>Ariane Lelant</b>	2h07'44"9	20/06/04	Gonfreville
10 km route	<b>Sylviane Varin</b>	59'01"	07/04/02	Montreuil sous bois
20 km route	<b>Sylviane Varin</b>	2h03'00"	23/06/02	Ay en Champagne

## Records Masculins

<b>Benjamins :</b>				
10 minutes	<b>Louis Mercier</b>	1 662 m	06/03/10	Yvetôt
2000 m	<b>Louis Mercier</b>	11'33"16	16/05/10	Vernon
<b>Minimes :</b>				
3000 m	<b>Wilfried Wahl</b>	16'20"0	16/06/85	Le Havre
30 minutes	<b>Kévin Vannier</b>	4 445 m	18/10/98	Montreuil sous bois
<b>Cadets :</b>				
3000 m	<b>Laurent Michel</b>	15'53"01	27/10/01	Rouen
5000 m	<b>Laurent Michel</b>	27'38"56	30/09/01	La Roche su Yon
45 minutes	<b>Laurent Michel</b>	7 457 m	31/03/01	Rouen
<b>Juniors</b>				
5000 m	<b>Andy Boutrais</b>	27'05"72	04/10/09	Sotheville
5000 m indoor	<b>Andy Boutrais</b>	25'43"60	30/01/10	Val de Reuil
10000 m	<b>Andy Boutrais</b>	51'34"23	19/07/10	Niort
heure	<b>Andy Boutrais</b>	10 958 m	11/10/09	Montreuil sous bois
<b>Seniors :</b>				
5000 m	<b>Emmanuel Boulay</b>	19'48"52	15/06/08	Sotheville
5000 m indoor	<b>Emmanuel Boulay</b>	19'53"31	31/01/09	Mondeville
10000 m	<b>Emmanuel Boulay</b>	42' 40" 0	10/05/08	Cheboksary (Russie)
Heure	<b>Emmanuel Boulay</b>	13 433 m	19/03/05	Gaillon
20000 m	<b>Emmanuel Boulay</b>	1 h 29'32	04/06/06	Le Havre
20 km route	<b>Emmanuel Boulay</b>	1 h 25'21	10/05/08	Cheboksary (Russie)
50 km route	<b>Gilles Belloir</b>	5 h 02'23"	28/04/02	Sarreguemines
100 km route	<b>Gilles Belloir</b>	11 h 14'22	03/09/00	Hennequeville
<b>Vétérans :</b>				
5000 m	<b>Emmanuel Boulay</b>	20'54"54	23/05/10	Antony
5000 m indoor	<b>Emmanuel Boulay</b>	21'02"16	27/02/10	Bercy
10000 m	<b>Emmanuel Boulay</b>	43'38"36	09/07/10	Valence
Heure	<b>Emmanuel Boulay</b>	12 639 m	06/03/10	Yvetôt
20000 m	<b>Emmanuel Boulay</b>	1 h 30'49"9	25/04/10	Rouen
20 km route	<b>François Pesquet</b>	1 h 42'29	27/05/07	Yvetôt
50 km route	<b>Gilles Belloir</b>	5 h 02'23"00	28/04/02	Sarreguemines
100 km route	<b>Gilles Belloir</b>	11 h 14'22	03/09/00	Hennequeville

## Bilans tous temps femmes

### 3.000 m marche

1	14'48"54	ind	Christèle	VAQUE	Se	2006	Eaubonne
2	16'08"86		Héloïse	LENGLET	Ca	2009	Lillebonne
3	16'17"6		Christine	WAHL	Ca	1983	St Ouen
4	16'33"82		Charlotte	GOSELIN	Ju	2009	Rennes
5	16'42"6		Manuela	FERNANDES	Se	2009	Gonfreville l'Orcher
6	17'16"44		Ariane	LELANT	Ve	2001	Sotheville-lès-Rouen
7	18'17"51		Margaux	LAROCHE	Mi	2010	St Berthevin
8	18'21"76		Nathalie	QUESNOT	Se	2007	Bernay
9	18'31"7		Ozlem	AYAZ	Ca	1995	Sotheville-lès-Rouen
10	18'51"84		Sandra	PINTO	Ju	1996	Évreux
11	18'57"0		Michaëlle	HABBAK	Se	2000	Amiens
12	19'05"3		Marion	LOISEL	Mi	2009	Montreuil sous Bois
13	19'15"8		Sandra	PICOT	Mi	1996	Barentin
14	19'41"9		Delphine	BIHET	Es	1997	Bordeaux
15	20'24"20		Aude	BELLOIR	Se	2001	Vernon
16	20'25"1		Delphine	LEBERT	Se	1999	Antony
17	20'25"4		Sandrine	LEPILLER	Mi	1993	Rouen
18	21'17"3		Sandrine	ROLLAND	Ca	1998	Sotheville-lès-Rouen
19	21'24"2		Alexandra	MOREAU	Mi	1991	Le Havre
20	21'36"3		Coumba	GUEYE	Mi	2002	Rouen
21	21'42"41		Laura	SEYRAT	Ca	2003	Eaubonne
22	21'51"11		Emmanuelle	CATIN	Ju	1998	Tours
23	21'54"8		Habibata	DIA	Mi	2002	Rouen
24	22'09"2		Hind	TAK TAK	Se	1997	Grand Quevilly
25	22'35"0		Faustine	BELLENGER	Mi	1992	Sotheville-lès-Rouen
26	23'00"6		Peggy	LECESNE	Ca	1994	Dieppe
27	23'00"86		Michèle	TEPINHI	Ju	2005	Angers
28	23'09"02		Isabelle	HALFAOUI	Mi	2000	Rouen
29	23'10"00		Virginie	Cabot Bellet	Se	2006	Dieppe
30	23'23"37		Mathilde	LE MOAL	Ca	2001	Le Havre
31	23'39"2		Danièle	PRIANON	Se	1999	Vernon
32	23'43"47		Virginie	BERTRAND	Ca	2000	Rouen
33	23'59"7		Lucile	TRIAI	Ju	1993	Sotheville-lès-Rouen
34	24'07"0		Mélanie	PERIGNON	Ca	1994	Barentin
35	24'49"8		Rokaya	SIBY	Ca	2002	Rouen
36	25'57"8		Célia	COULIBALY	Es	1995	Val de Reuil
37	26'42"3		Isabelle	LUCAS	Se	1998	Sotheville-lès-Rouen

### 5.000 m marche

1	27'25"9		Christèle	VAQUE	Se	2002	Rouen
2	27'51"09		Héloïse	LENGLET	Ca	2009	Val de Reuil
3	28'30"03		Christine	WAHL	Ju	1985	Caucraiuville
4	29'06"8		Charlotte	GOSELIN	Ju	2008	Montreuil sous Bois
5	29'52"0		Ariane	LELANT	Ve	2001	Le Havre
6	37'06"0		Delphine	BIHET	Es	1997	Hennequeville

### 10 Km marche

1	53'45"		Christèle	VAQUE	Se	2002	St Étienne
2	58'47"		Charlotte	GOSELIN	Ju	2009	Metz
3	59'01"		Sylviane	VARIN	Ve	2002	Montreuil sous Bois

### 10.000 m marche

50'37"8	Christèle	VAQUE	Se	2006	Gaillon
59'52"1	Ariane	LELANT	Ve	2001	Le Havre
59'55"48	Charlotte	GOSELIN	Ju	2009	Val de Reuil
61'59"0	Sylviane	VARIN	Ve	2001	Deauville
62'10"5	Manuela	FERNANDES	Se	2009	Le Havre
74'07"17	Delphine	BIHET	Es	1997	Val de Reuil
78'19"65	Hind	TAK TAK	Se	1997	Val de Reuil

### Heure marche

11km482	Christèle	VAQUE	Se	2006	Gaillon
10km034	Manuela	FERNANDES	Se	2009	Gaillon
10km022	Ariane	LELANT	Ve	2001	Le Havre
9km388	Sylviane	VARIN	Ve	2001	Rouen

### 20.000 m marche

1h52'13"6	Christèle	VAQUE	Se	2004	Rouen
2h05'55"4	Manuela	FERNANDES	Se	2009	Le Havre
2h07'44"9	Ariane	LELANT	Ve	2004	Gonfreville l'Orcher

### 20 Km marche

1h47'35"	Christèle	VAQUE	Se	2006	Epinal
2h03'00"	Sylviane	VARIN	Ve	2002	Ay en Champagne
2h11'31"	Ariane	LELANT	Ve	2004	Hennequeville
2h16'06	Manuela	FERNANDES	Se	2009	Lamballe

## Bilans tous temps hommes

### 5.000 m marche

1	19'48"52	Emmanuel	BOULAY	Se	2008	Sotheville-lès-Rouen	15,1 km/h
2	23'34"40	François	PESQUET	Ve	2008	Remiremont	12,7 km/h
3	24'25"2	Cyrille	LEBLOND	Se	2010	Sotheville-lès-Rouen	12,3 km/h
4	24'49"86	Sébastien	DELACOURT	Se	2008	Le Havre	12,1 km/h
5	24'55"60	Gilles	BELLOIR	Ve	2001	Maromme	12 km/h
6	25'43"60 (ind)	Andy	BOUTRAIS	Ju	2010	Val de Reuil	11,7 km/h
7	26'14"11	Pascal	PLOUCHARD	Se	2005	Gonfreville l'Orcher	11,4 km/h
8	26'19"40	Nicolas	LEPAGE	Se	1996	Villeneuve d'Ascq	11,4 km/h
9	26'44"31	Vincent	YGOUT	Es	1998	Villeneuve d'Ascq	11,2 km/h
10	27'07"9	Laurent	MICHEL	Es	2004	Val de Reuil	11,05 km/h
11	27'11"0	Pierre	DOMEC	Ve	1994	Sotheville-lès-Rouen	11km/h
12	27'17"8	Alain	LEGROS	Ve	1996	Vernon	11km/h
13	28'02"15	Nicolas	BOITARD	Se	1997	Villeneuve d'Ascq	10,7km/h
14	28'23"4	Eric	MOREL	Se	1999	Rouen	10,6km/h
15	30'03"3	Pierre	RIDEL	Ve	2002	Rouen	10km/h
16	30'35"2	Daniel	ANDRIEU	Se	1994	Sotheville-lès-Rouen	9,8km/h
17	31'01"5	Ludovic	BIROT	Mi	1991	Le Havre	9,7km/h
18	31'10"2	Didier	LENEL	Ve	2002	Rouen	9,6km/h
19	31'34"0	Jean Claude	JEANNE	Se	1979	Mont Saint Aignan	9,5km/h
20	31'50"51	Gérôme	MAMILLON	Mi	2000	Rouen	9,4km/h
21	31'52"7	Kévin	VANNIER	Ca	1998	Sotheville-lès-Rouen	9,4km/h
22	32'13"84	Stéphane	LACHEVRE	Ju	1993	Villeneuve d'Ascq	9,3km/h
23	32'36"4	Sébastien	JAILLET	Ju	1997	Sotheville-lès-Rouen	9,2km/h
24	33'05"25	Alexandre	MORAINVILLE	Ju	1994	Sotheville-lès-Rouen	9,1km/h
25	33'06"8	Benoît	NICOLLE	Mi	1992		9,1km/h

26	33'52"21	Mickaël	VAVASSEUR	Ju	2005	Le Havre	
27	35'04"4	Olivier	LONGEARD	Mi	1991		
28	35'12"5	Hugo	RETIEN	Ca	2006	Gonfreville l'Orcher	
29	35'27"0	Younoussou	SYLLA	Mi	2002	Rouen	
30	35'50"4	Philippe	MONNARD	Se	1998	Rouen	
31	36'04"59	Damien	PRUDOR	Ca	2003	Le Havre	
32	36'14"1	Jérôme	BOURHIS	Mi	1991		
33	37'20"9	Jean Pascal	MICHAUD	Ju	1995	Val de Reuil	
34	37'25"9	Souleiman	SYLLA	Mi	2002	Rouen	
35	38'01"2	Josselin	LEPRINCE	Es	1996		
36	38'17"9	Gregory	MARIGOT	Es	1996		
		<b>heure marche</b>					
1	13km433	Emmanuel	BOULAY	Se	2005	Gaillon	
2	12km094	François	PESQUET	Ve	2006	Gaillon	
3	12km090	Cyrille	LEBLOND	Se	2010	Yvetôt	
4	11km391	Gilles	BELLOIR	Ve	2001	Le Havre	
5	10km958	Andy	BOUTRAIS	Ju	2009	Montreuil sous bois	
6	10km581	Sébastien	DELACOURT	Se	2009	Gaillon	
7	10km569	Alain	LEGROS	Ve	1996	Val de Reuil	
8	10km400	Jean Paul	SAUTIER		1978		
9	10km326	Freddy	WAHL	Se	1985		
10	10km280	Nicolas	BOITARD	Se	1996	Le Havre	
11	10km229	Laurent	MICHEL	Es	2004	Val de Reuil	
12	10km179	Nicolas	LEPAGE	Se	1996	Val de Reuil	
13	9km214	Didier	LENEL	Ve	2002	Val de Reuil	
14	8km913	Daniel	LEMERCIER	Se	1992		
		<b>10.000 m marche</b>					
1	42'40"0 (R)	Emmanuel	BOULAY	Se	2008	Cheboksary	
2	49'17"63 (P)	François	PESQUET	Ve	2010	Évreux	
3	49'45"0 (P)	Cyrille	LEBLOND	Se	2010	Yvetôt	
4	51'34"23 (P)	Andy	BOUTRAIS	Ju	2010	Niort	
5	52'43"0 (P)	Gilles	BELLOIR	Ve	2001	Le Havre	
6	58'50"0 (P)	Laurent	MICHEL	Es	2004	Val de Reuil	
7	64'19"0 (P)	Didier	LENEL	Ve	2002	Caen	
		<b>20.000 m marche</b>					
1	1h29'32"	Emmanuel	BOULAY	Se	2006	Le Havre	
2	1h40'45"	François	PESQUET	Ve	2005	Le Havre	
3	1h48'00"9	Cyrille	LEBLOND	Se	2010	Rouen	
4	1h48'27"	Gilles	BELLOIR	Ve	2001	Le Havre	
5	2h01'42"	Nicolas	BOITARD	Se	1997	Évreux	
6	2h03'00"	Jean Claude	JEANNE	Se	1978		
		<b>20 km Marche</b>					
1	1h25'21"	Emmanuel	BOULAY	Se	2008	Cheboksary	
2	1h42'29"	François	PESQUET	Ve	2007	Yvetôt	
3	1h51'42"	Gilles	BELLOIR	Ve	2001	Hennequeville	
4	2h03'05"	Pascal	PLOUCHARD	Se	2001	Hennequeville	
5	2h05'36"	Freddy	WAHL		1985	(à confirmer)	
6	2h13'47"	Alain	LEGROS	Ve	1997	Hennequeville	
7	2h18'48"	Didier	LENEL	Ve	2002	Hennequeville	
		<b>100 km marche</b>					
1	11h14'22	Gilles	BELLOIR	Ve	2000	Hennequeville	
2	13h03'29	Nicolas	BOITARD	Se	1997	Bazancourt	
		<b>50 km marche</b>					
1	5h02'23	Gilles	BELLOIR	Ve	2002	Sarreguemines	
2	5h28'19	Nicolas	BOITARD	Se	1997	Hennequeville	
3	5h28'38	Freddy	WAHL	Se	1984	Grand Quevilly	
4	5h53'18	François	PESQUET	Se	2001	Hennequeville	
		<b>Grand fond marche</b>					
	179km226						
	en						
1	24h07'10"	Gilles	BELLOIR	Ve	2002	Bourneville	

# Bilans jeunes

2000 m piste minimes benjamines depuis 1991						
1	Margaux	Laroche	MIF	11'24"26	16/05/2010	Vernon
2	Charlotte	Gosselin	MIF	11'36"2	16/01/2005	Vernon
3	Dahlia	Dridi	BEF	12'14"73	16/05/2010	Vernon
4	Marion	Loisel	MIF	12'30"16	28/06/2009	Rouen
5	Sandra	Picot	MIF	12'36"1	22/09/1996	St Quentin
6	Séverine	Belloir	MIF	12'38"6	16/06/2001	Barentin
7	Charlotte	Bonutto	BEF	12'51"72	20/06/2010	Rouen
8	Harmonie	Gautier	BEF	13'00"1	06/06/2004	Rouen
9	Sandrine	Lepiller	MIF	13'11"7	19/09/1993	Notteville
10	Marie-Amélie	Leclerc	MIF	13'16"00	16/06/2002	Rouen
11	Charlène	Mardoc	MIF	13'18"48	19/12/2004	Eaubonne
12	Maria	Biasutti	BEF	13'24"90	13/10/2002	Caen
13	Salimata	Sylla	BEF	13'32"8	20/04/2002	Rouen
14	Laure	Capitao	MIF	13'34"57	05/10/2008	Val de Reuil
15	Habitata	Dia	MIF	13'42"0	04/11/2002	Deauville
16	Karen	Legros	MIF	13'48"32	xx/xx/1998	
17	Meriem	Dridi	MIF	13'50"14	28/06/2009	Notteville-lès-Rouen
18	Adèle	Toutain	MIF	13'54"27	24/09/2006	Le Havre
19	Maeva	Berrubé	BEF	13'59"7	17/10/2004	Vernon
20	Allissa	Nodjiajim	MIF	14'04"6	01/04/2000	Rouen
21	Anais	Lefebvre	BEF	14'07"0	04/11/2002	Deauville
22	Coumba	Gueye	MIF	14'10"1	02/06/2002	ND de Gravenchon
23	Elise	Durosay	BEF	14'13"3	23/04/2008	Rouen
24	Ozlem	Ayaz	BEF	14'19"3	xx/xx/1997	
25	Nadoual	Chaoui	BEF	14'23"0	xx/xx/1997	
26	Christina	Kouadio	BEF	14'23"10	14/05/2005	Notteville-lès-Rouen
27	Aurélié	Osmont	BEF	14'27"04	15/05/2004	
28	Amélie	Prudor	MIF	14'27"9	01/04/2000	Rouen
29	Océane	Auzoux	BEF	14'28"1	13/12/2006	Rouen
30	Nathalie	Rolland	MIF	14'30"0	01/04/2000	Rouen
31	Alexane	Cheron	BEF	14'39"2	15/05/2004	
32	Jeanne	Hervieux	BEF	14'40"0	08/06/2002	Petit couronne
33	Alexandra	Rousselle	BEF	14'40"0	08/06/2002	Petit couronne
34	Vanessa	Crilloux	BEF	14'45"9	02/06/2001	Petit couronne
35	Charlotte	Bénard	MIF	14'51"5	28/04/2001	Rouen
36	Rok haya	Siby	MIF	14'53"8	07/04/2001	Canteleu
37	Justine	Hure	MIF	14'48"0	17/02/2002	Rouen
38	Fatima	Benhari	MIF	15'19"5	xx/xx/1997	
39	Coralie	Siourt	BEF	15'19"9	30/11/2003	
40	Elise	Banzet	MIF	15'27"49	27/04/2004	Rouen
41	Shahimaz	Belhadj	BEF	15'43"4	02/06/2001	Petit couronne
42	Salma	Berkami	BEF	15'50"9	13/12/2006	Rouen
43	Pauline	Verthier	MIF	15'55"51	27/04/2004	Rouen
44	Kardiatou	Gueye	BEF	15'56"0	04/11/2001	Deauville
45	Marine	Giulia	BEF	16'04"0	23/04/2008	Rouen
46	Margaux	Loison	MIF	16'05"4	13/12/2006	Rouen
47	Audrey	Leviennois	MIF	16'08"1	13/12/2006	Rouen
48	Margaux	Dechamps	BEF	16'09"84	27/06/2004	Rouen
49	Claire	Chevalier	MIF	16'26"3	01/04/2000	Rouen
50	Coleen	Douyère D	BEF	16'34"4	13/12/2006	Rouen
51	Eléonore	Duteil	BEF	16'34"8	24/04/2008	Rouen
52	Jessica	Mutel	MIF	16'38"0	28/04/2001	Rouen
53	Hélène	Cardon	BEF	16'38"1	29/06/1997	Rouen
54	Lise	Diagne	BEF	16'46"0	02/06/2001	Petit couronne
55	Cynthia	Petrel	MIF	16'46"3	17/02/2002	Rouen
56	Tiguide	Siby	MIF	16'49"1	20/04/2002	Rouen
57	Anissa	Chihani	BEF	17'22"37	08/05/2009	Lillebonne
58	Anissa	Toumi	MIF	17'46"8	02/06/2007	Petit couronne

<b>10 minutes Benjamines</b>						
1	<i>Margaux</i>	<b>Laroche</b>	BEF	<b>1752 m</b>	11/10/2009	<b>Montreuil sous bois</b>
2	<i>Dahlia</i>	<b>Dridi</b>	BEF	<b>1651 m</b>	11/10/2009	<b>Montreuil sous bois</b>
<b>20 minutes Minimes</b>						
1	<i>Charlotte</i>	<b>Gosselin</b>	MIF	<b>3280 m</b>	02/10/2005	<b>Montreuil sous bois</b>
2	<i>Margaux</i>	<b>Laroche</b>	MIF	<b>3185 m</b>	06/03/2010	<b>Yvetôt</b>
3	<i>Marion</i>	<b>Loisel</b>	MIF	<b>3159 m</b>	11/10/2009	<b>Montreuil sous bois</b>
4	<i>Charlotte</i>	<b>Bonutto</b>	MIF	<b>2999 m</b>	11/10/2009	<b>Montreuil sous bois</b>
5	<i>Meriem</i>	<b>Dridi</b>	MIF	<b>2976 m</b>	11/10/2009	<b>Montreuil sous bois</b>
6	<i>Harmonie</i>	<b>Gautier</b>	MIF	<b>2975 m</b>	03/10/2004	<b>Montreuil sous bois</b>
7	<i>Laure</i>	<b>Capitao</b>	MIF	<b>2747 m</b>	12/10/2008	<b>Montreuil sous bois</b>
8	<i>Adèle</i>	<b>Toutain</b>	MIF	<b>2739 m</b>	08/10/2005	<b>Montreuil sous bois</b>
9	<i>Coumba</i>	<b>Gueye</b>	MIF	<b>2709 m</b>	30/03/2002	<b>Rouen</b>
10	<i>Habitata</i>	<b>Dia</b>	MIF	<b>2684 m</b>	30/03/2002	<b>Rouen</b>
<b>30 minutes Cadettes</b>						
1	<i>Héloïse</i>	<b>Lenglet</b>	CAF	<b>5108 m</b>	12/10/2008	<b>Montreuil sous bois</b>
2	<i>Charlotte</i>	<b>Gosselin</b>	CAF	<b>4806 m</b>	07/10/2007	<b>Montreuil sous bois</b>
3	<i>Laura</i>	<b>Seyrat</b>	CAF	<b>4031 m</b>	27/03/2004	<b>Rouen</b>
4	<i>Isabelle</i>	<b>Halfaoui</b>	CAF	<b>3480 m</b>	21/10/2001	<b>Rouen</b>
<b>45 minutes juniors</b>						
1	<i>Charlotte</i>	<b>Gosselin</b>	JUF	<b>7697 m</b>	12/10/2008	<b>Montreuil sous bois</b>
<b>10 minutes benjamins</b>						
1	<i>Louis</i>	<b>Mercier</b>	BEM	<b>1662 m</b>	06/03/2010	<b>Yvetôt</b>
2	<i>Gabriel</i>	<b>Cajot</b>	BEM	<b>1561 m</b>	11/10/2009	<b>Montreuil sous bois</b>
<b>2000 m Benjamins Garçons (depuis le 29/06/97)</b>						
1	<i>Louis</i>	<b>Mercier</b>	BEM	<b>11'33"16</b>	16/05/2010	<b>Vernon</b>
2	<i>Wilfried</i>	<b>Wahl</b>	BEM	<b>11'52"0</b>	29/09/1984	<b>Rouen</b>
3	<i>Alexandre</i>	<b>Hache</b>	BEM	<b>12'42"67</b>	26/06/2005	<b>Rouen</b>
4	<i>Maxime</i>	<b>Boucher</b>	BEM	<b>12'51"6</b>	02/07/2000	<b>Rouen</b>
5	<i>Kevin</i>	<b>Vannier</b>	BEM	<b>13'17"4</b>	xx/xx/1996	
6	<i>Gabriel</i>	<b>Cajot</b>	BEM	<b>13'20"87</b>	28/06/2009	<b>Rouen</b>
7	<i>Thomas</i>	<b>Bénard</b>	BEM	<b>13'27"3</b>	25/06/2006	<b>Rouen</b>
8	<i>Nicolas</i>	<b>Ninot</b>	BEM	<b>13'47"9</b>	13/12/2006	<b>Rouen</b>
9	<i>Doryan</i>	<b>Choquet</b>	BEM	<b>13'49"9</b>	30/05/1998	<b>Lillebonne</b>
10	<i>Louis</i>	<b>Tinti</b>	BEM	<b>14'05"6</b>	06/06/2009	<b>Mt St Aignan</b>
11	<i>Quentin</i>	<b>Legal</b>	BEM	<b>14'12"8</b>	13/12/2006	<b>Rouen</b>
12	<i>Wilème</i>	<b>Laverne</b>	BEM	<b>14'25"4</b>	22/10/2000	<b>Gaillon</b>
13	<i>Adrien</i>	<b>Naz</b>	BEM	<b>14'33"6</b>	13/12/2006	<b>Rouen</b>
14	<i>Souleimanou</i>	<b>Sylla</b>	BEM	<b>14'38"0</b>	25/03/2001	<b>Le Havre</b>
15	<i>Mamadou</i>	<b>Dia</b>	BEM	<b>14'42"6</b>	30/03/2002	<b>Rouen</b>
16	<i>Pierre</i>	<b>Vallerand</b>	BEM	<b>14'48"5</b>	13/12/2006	<b>Rouen</b>
17	<i>Karim</i>	<b>Tahrioui</b>	BEM	<b>15'16"5</b>	20/04/2002	<b>Rouen</b>
18	<i>Karim</i>	<b>Boucetta</b>	BEM	<b>15'38"12</b>	27/06/2004	<b>Rouen</b>

### 3000 m Minimes Garçons (depuis le 29/06/97)

1	<i>Wilfried</i>	<b>Wahl</b>	MIM	<b>16'20"0</b>	16/06/1985	<b>Le Havre</b>
1	<i>Gérôme</i>	<b>Mamillon</b>	MIM	<b>17'57"9</b>	12/03/2000	<b>Deauville</b>
2	<i>Kevin</i>	<b>Vannier</b>	MIM	<b>18'41"7</b>	04/04/1998	<b>Le Grand Quevilly</b>
3	<i>Damien</i>	<b>Vavasseur</b>	MIM	<b>19'43"95</b>	25/09/2005	<b>Le Havre</b>
4	<i>Benoît</i>	<b>Nicolle</b>	MM	<b>19'47"5</b>	xx/xx/1993	
5	<i>Mathias</i>	<b>Nouvel</b>	MIM	<b>20'01"35</b>	30/09/2007	<b>Evreux</b>
6	<i>David</i>	<b>Houssin</b>	MIM	<b>20'11"7</b>	17/10/2004	<b>Vernon</b>
7	<i>Adrien</i>	<b>Sautet</b>	MIM	<b>20'55"67</b>	27/06/2004	<b>Rouen</b>
8	<i>Souleimanou</i>	<b>Sylla</b>	MIM	<b>21'09"1</b>	02/06/2002	<b>N D de Gravenchon</b>
9	<i>Younoussou</i>	<b>Sylla</b>	MIM	<b>21'09"1</b>	02/06/2002	<b>N D de Gravenchon</b>
10	<i>Joachim</i>	<b>Abassi</b>	MIM	<b>21'26"63</b>	27/06/2004	<b>Rouen</b>
11	<i>Alexis</i>	<b>Talbot</b>	BEM	<b>21'35"3</b>	08/05/1998	<b>Lillebonne</b>
12	<i>Baptiste</i>	<b>Bicheux</b>	MIM	<b>22'09"22</b>	14/03/2010	<b>Val de Reuil</b>
13	<i>Doryan</i>	<b>Choquet</b>	BEM	<b>22'39"0</b>	08/05/1998	<b>Lillebonne</b>

### 30 minutes Minimes Garçons

1	<i>Kevin</i>	<b>Vannier</b>	MIM	<b>4 445 m</b>	18/10/1998	<b>Montreuil sous bois</b>
2	<i>Younoussou</i>	<b>Sylla</b>	MIM	<b>4 239 m</b>	30/03/2002	<b>Rouen</b>
3	<i>Souleimanou</i>	<b>Sylla</b>	MIM	<b>4 183 m</b>	30/03/2002	<b>Rouen</b>
4	<i>David</i>	<b>Houssin</b>	MIM	<b>4 006 m</b>	27/03/2004	<b>Rouen</b>