

| contenu du message | |
|--------------------|--|
| de | "Patricia LONGER" <patricia.longer@wanadoo.fr> |
| à | "Jeanluc cagnard" <jeanluc.cagnard@wanadoo.fr> |
| date | 04/06/13 08:01 |
| objet | resultat |
| pièce(s) jointe(s) | 9 fichier(s) denivele_ga...jpg (139.66 ko) , 001.jpg (4.30 ko) , 002.jpg (4.58 ko) , 003.jpg (4.85 ko) , 004.jpg (4.84 ko) , 005.jpg (3.38 ko) , 009.jpg (5.24 ko) , 010.jpg (18.7 ko) , 011.jpg (20.15 ko) |

| |
|------------------------------|
| Temps |
| éliminatoire: Pour la |

Galopée au 20^{ème} km (Panorama) : 2h50'. Les coureurs ayant dépassé cette limite pourront toutefois continuer le circuit en groupe accompagnés d'un coureur « balai » de l'EAPE. Ils ne pourront pas prétendre à être classés.

Je te joins nos derniers résultats de course, sachant que samedi 25 mai nous avons fait l'hortillone à Camon distance de 24 kms et dimanche la Galopée avec un changement de parcours de presque 32 kms super parcours avec panorama magnifique et un dénivelé à faire couler la sueur sur le visage..... C'était juste pour avaler des kms en prévision des "traces du loup". La preuve en est, puisque nous deux Jean nous sommes aux alentours de 2h 08 au 20e kilomètres et les 12 derniers on les termine en 1h52 pour avaler les difficultés et ne pas terminer sur les genoux. Il y a de belles photos !!!!! Et maintenant je pense un peu de repos bien mérité.

Biz et à bientôt
Pat