

Section Routes

LMC 2010 24^e édition

Voici les courses du challenge 2010

Le LMC 2010 est composé de 24 épreuves dont (2 relais par équipe et 2 courses de 10Km).

7 courses toutes distances confondues devront être effectuées pour être classé dans le challenge.

Un bonus * (max.3) sera comptabilisé pour les courses supérieures à 10 miles.

Un relais et un 10 Km (y compris un 10000m sur piste) pourront être retenus dans le classement.

Le port du maillot aux couleurs ou/et au sigle du club sera obligatoire lors des courses du LMC.

Date	Heure	Lieu	Distance	Chal.	Tél.	Préinsc
MARS						
D 07/3	15h00	BOUSVAL	14k350	Delhalle	067/773428	1/3
D 21/3	10h00	ROSELIES (Relais 2*10k500)	ou 21km *		071/260681	
S 27/3	15h00	CORROY LE GRAND	11k700	Brabant Wal.	010/688049	
AVRIL						
S 10/4	15h00	NEUFCHATEAU	16 km	Delhalle	061/278698	3/4
D 18/4	11h00	HAM/SUR/HEURE	14 km	Vals & Chat.		
D 25/4	10h30	FORCHIES	10 km	ESM	071/522576	21/4
MAI						
S 1/5	15h00	BUTGENBACH	21k100 *	Delhalle	080/446922	28/4
Me 12/5	19h30	LOBBES	Relais d' 1h.	Promusport	071/595767	12/5
D 23/5	11h00	SERAING	16 km	Delhalle	04/3721709	20/5
JUIN						
D 6/6	15h00	CHATELET	14k100	Delhalle	071/393118	28/5
S 12/6	15h00	THUIN	11 km	Befays	071/593808	
D 27/6	10h15	LEERNES	10 km	ESM		24/6
JUILLET						
D 4/7	10h00	BOUFFIOULX	12km4	Befays	071/401515	28/6
D 11/7	10h30	LOMBISE	14km900		065/225562	5/7
S 31/7	15h00	CLERMONT	12km600	Promusport	071/534639	
AOUT						
D 8/8	10h15	ROUVEROY	14km400	Promusport		
D 15/8	11h00	GERPINNES	10km600	Befays	071/503770	
D 29/8	10h00	SART-EUSTACHE	11km300	Vals & Chat.	071/394843	23/8
SEPTEMBRE						
S 4/9	15h00	BIESME	12km	Befays		
D 5/9	10h30	ANGLEUR	21km100 *		04/3658323	4/9
S 11/9	15h00	EVREHAILLES	14km700	Delh.	082/688109	6/9
D 19/9	11h00	METTET	12km500	Befays	071/729430	
OCTOBRE						
D 3/10	10h30	TUBIZE	10 miles			25/9
D 10/10	10h30	MARCINELLE	11 km	Trophée	071/309206	8/10
S 23/10	14h30	ROSELIES	12km500	Vals et Promu	071/260681	

(*) Course avec Bonus

Le semi ou le marathon de Cologne sera comptabilisé dans le LMC 2010. (*)

Proposition de déplacement en car.

Le samedi 29/5 Relais de Zuydcoote (France) pas loin de La Panne. 14km à 3 coureurs.

En concertation avec le groupe Loisirs et le groupe de Jacques.

CLASSEMENT FINAL LMC 2009

NOM	Pt	12k m	16K m	21k m	30K m	Max	Bonus s	LM C	Cat.
CONIGLIO L.	775,32	0	5	1		1	12	7	SH
SCIEUR F.	772,07	1	6			1	9	8	V1
FILEE E.	743,66	3	4				4	7	V1
HANUS M.	736,56	4	0	1	1	1	16	7	V2
MANIQUET M.	690,89	0	5	1		1	12	9	V1
MAES D.	671,69	2	4		1		8	9	SH
SATTA C.	609,85	1	5		1		8	8	V1
FERAUCHE J.M.	603,07	2	2	1	1	1	16	8	V3
VENSENSIUS M.	586,66	1	5		1		8	7	V2
GEVENOIS M.R.	568,41	2	2	1	1	1	16	8	A3
DIGIUGNO C.	547,35	1	6				4	7	V1
COMANDINI L.	526,29	2	3	1		1	12	7	V2
LEONARD F.	521,13	2	5				6	7	V2
PEGORARO R.	521,03	1	6				4	9	V2
BODART C.	515,71	3	4				4	7	V2
BOZ J.C.	454,15	1	5	1			7	7	V3
<hr/>									
FRESCA L.	532,15							6	V2
GRIMONT J.M.	329,33							4	V2
IGO M	322,95							4	V2
CONIGLIO C.	322,09							4	A1
RAMY S	273,13							3	SH
GIULIANI F.	215,70							2	V2
CANIVET R.	213,69							2	V2
SERON C.	206,74							2	V2
CONIGLIO G.	203,48							2	V1
DEBRULLE E.	96,73							1	V1
ESSAWTI M.	79,02							1	V2
VESCERA T.	71,82							1	A1

NB: Vous remarquez que j'ai omis une course vous concernant, faites le à savoir

Luciano, Lorenzo ou Michel Hanus ainsi qu'à Jean Marie (Coach)

Le classement sera définitivement publié dans la revue, lorsque celui-ci sera approuvé par les coureurs et le comité

Bonus :	jusque	0 Pts	
	12km		
	> à 12km	2 Pts	Max 2 bonus
	> à 16k090	3 Pts	Max 2 bonus
	> à 21k100	4 Pts	Max 1 bonus
	> à 30km	5 Pts	Max 1 bonus

A1 = 35 ans / A2 = 45 ans / A3 = 55 ans / A4 = 65 ans.

V1 = 40 ans / V2 = 50 ans / V3 = 60 ans / V4 = 70 ans