



LE *Trifuté* magazine

Lancement d'un Concours de dessins ou de photos sur le thème du triathlon



Voir en page 2

Les conjoints se rebellent... s'essoufflent !

Voir en page 2

DUATHLON 2009

DIMANCHE 15 MARS 2009

Ile Forget - St Sébastien



à 10h00



4ème DUATHLON AVENIR et ADULTE

OUVERT A TOUS de 8 à 99 ans (licenciés ou non licenciés)
Lot à tous les participants

Inscriptions gratuites au 02.40.34.45.94
ou sur le site <http://triveलोce.free.fr>



Comité départemental de
triathlon
de Loire Atlantique

RUNTRIBIKE
Frédéric THIRE
LES
SORINIERES

Voir en page 3

Déjà beaucoup de résultats !!!

La saison semble bien lancée, vous retrouverez de nombreux résultats en fin de journal:

Voir en pages 3 et 4

WANTED

La personne en photo ci-contre devait produire un article illustré !!!

Un gage l'attend, il appartient aux autres membres de décider de la sanction !



Félicitations aux heureux parents

MAËLLA née le 04 mars 2009. Famille Naurais
NERIO né le 13 avril 2009. Famille Peneau

CONTACT CLUB : THIERRY MONNEAU 02 40 34 45 94

CONTACT JOURNAL : GAETAN VERMILLARD 06 87 22 85 30 MARSOIRE@FREE.FR

Site Internet du TRI VELOCE SAINT SEBASTIEN : <http://triveलोce.free.fr>

OPEL-NILA - COFELY GDF SUEZ - La Caisse d'Epargne - Atlancad - RUNTRIBIKE - Le Virginia Bar - La route du golf - Espace Beauté Vertou - Le joint Nantais - C.C.S. Caisserie Conditionnement Services - Com Pour Vous- Déclic Dentaire- Emeriaud Menuiserie - Color Copy System - Centre Commercial La Fontaine : (Mr et Mme Guillet ; Auto-école ; Coiffeur Tous des anges ; Le fournil ; La Fontaine Bar)

Lancement d'un Concours de dessins ou de photos sur le thème du triathlon

Vous avez pu admirer un dessin illustrant James Lavigne dans le précédent Trifuté. L'idée d'agrémenter notre journal de belle façon nous a amené à proposer un concours ouvert aux membres du club et à leurs proches. Il suffit de fournir aux membres du bureau un dessin original ou une photo. Une seule production par famille et par mois est permise. Le jury, composé de tous les membres du club, sera consulté en fin de saison, afin d'élire l'heureux gagnant du concours.

La remise des prix s'effectuera lors de l'assemblée générale.



BILLET D'HUMEUR des conjoints!

Vous pensiez certainement lire une nouvelle fois un billet d'humeur..... Apparemment, nos chères et tendres conjointes s'essoufflent ou tout simplement n'ont plus rien à dire à nos sujets.... pour l'instant !

Nos commerçants partenaires :

OPEL-NILA – COFELY GDF SUEZ – La Caisse d'Épargne - Atlancad - RUNTRIBIKE - Le Virginia Bar - La route du golf - Espace Beauté Vertou - Le joint Nantais - C.C.S. Caisserie Conditionnement Services - Com Pour Vous- Déclic Dentaire- Emeriaud Menuiserie - Color Copy System - Centre Commercial La Fontaine :
(Mr et Mme Guillet ; Auto-école ; Coiffeur Tous des anges ; Le fournil ; La Fontaine Bar)

Résultats du DUATHLON 2009

Article Presse Océan :

Un duathlon réussi sous le soleil

Cette 4^e édition duathlon organisé par le Triveloce sébastienais a été une vraie réussite. 80 inscrits dont 25 adultes, un temps ensoleillé et un cadre enchanteur de l'île Forget.

Une forte délégation de Saint-Nazaire et de Blain s'était déplacée.

Les résultats :

Poussins : Lisa Boneau et Lilian Lemée.

Pupilles : Lize Mélanie et Maël Faugerit.

Benjamins : Emilie Leroux et Cari Choquet.

Minimes : Sonia Bourguin et Jérémy Brahiti.

Cadets : Manon Mauduit et Jérôme Bré-bion.

Le Triveloce a été créé il y a cinq ans. Aujourd'hui, il accueille une trentaine de pratiquants. Toutes les distances sont possibles au club.

Photos http://www.onlinetri.com/photoIndex/course.php?course_id=090315_StSebastien
http://freardm.free.fr/duathlon_triveloce/thumb.html



RESULTATS

10km Carquefou 21/03/09

NAUX Frédéric	17,75 km/h	33'48"	3 ^{ème}
DEROUET Bruno	15,3 km/h	39'17"	49 ^{ème}
BERTHONNEAU François	14,3 km/h	41'55"	85 ^{ème}

Semi marathon St André des Eaux 22/03/09

LAVIGNE James	14,37 km/h	1h27'42"	125 ^{ème}
---------------	------------	----------	--------------------

22km Trail St Nazaire 28/03/09

AMIGOU Jean Philippe	11,64 km/h	1h53'25"	64 ^{ème}
----------------------	------------	----------	-------------------

8,5km La Roche sur Yon 29/03/09

LAVIGNE James	14,65 km/h	34'49"	135 ^{ème}
---------------	------------	--------	--------------------

18km Trail St Herblain 29/03/09

CHAUVAT Laurent	14 km/h	1h17'10"	27 ^{ème}
MARTIN Stéphane	14 km/h	1h17'10"	27 ^{ème}
NERRIERE Philippe	11,44 km/h	1h34'26"	126 ^{ème}

Duathlon 5.30.5 km Parthenay 29/03/09

MONNEAU Thierry		1h32'51"	42 ^{ème}
HAMON Arnaud		1h34'54"	50 ^{ème}
SUAUDEAU Christian		1h43'30"	90 ^{ème}
SUBERVIE Tristan		1h54'44"	106 ^{ème}



Nos commerçants partenaires :

OPEL-NILA – COFELY GDF SUEZ – La Caisse d'Épargne – Atlancad - RUNTRIBIKE - Le Virginia Bar - La route du golf -
 Espace Beauté Vertou - Le joint Nantais - C.C.S. Caisserie Conditionnement Services - Com Pour Vous-
 Déclic Dentaire- Emeriaud Menuiserie - Color Copy System - Centre Commercial La Fontaine :
 (Mr et Mme Guillet ; Auto-école ; Coiffeur Tous des anges ; Le fournil ; La Fontaine Bar)

RESULTATS suite

10km St Sébastien sur Loire 05/04/09

NAUX Frédéric	18,3km/h	32'51"	6 ^{ème}
BOURDIN Sébastien	17,7km/h	33'55"	16 ^{ème}
FREARD Michel	16km/h	37'28"	83 ^{ème}
BROISSAND Mathieu	16km/h	37'30"	84 ^{ème}
DEROUET Bruno	15,7km/h	38'08"	103 ^{ème}
HAMON Arnaud	15,5km/h	38'36"	115 ^{ème}
CHAUVAT Laurent	15,4km/h	38'52"	130 ^{ème}
PETITEAU Jean-Pierre	15,2km/h	39'23"	150 ^{ème}
DESQUESNES Vincent	15km/h	40'05"	173 ^{ème}
DECREAU Eric	14,9km/h	40'21"	181 ^{ème}
VADILLO Christophe	14,8km/h	40'40"	190 ^{ème}
BERTHONNEAU François	14,7km/h	40'43"	192 ^{ème}
LAVENANT Jean-Marie	14,4km/h	41'32"	213 ^{ème}
VERMILLARD Gaetan	13,9km/h	43'01"	258 ^{ème}
VACHON Thierry	13,9km/h	43'16"	265 ^{ème}
GANNE Christophe	13,7km/h	43'49"	281 ^{ème}
SENARD Frédéric	13,5km/h	44'32"	304 ^{ème}
SUAUDEAU Christian	13,4km/h	44'54"	316 ^{ème}
SUBERVIE Tristan	12,3km/h	48'57"	427 ^{ème}



10km Nantes 19/04/09

VADILLO Christophe	15,02km/h	39'57"	163 ^{ème}
--------------------	-----------	--------	--------------------

Marathon Nantes 19/04/09

GRIGNOUX Stéphane	14,2km/h	2h58'15'	95 ^{ème}
-------------------	----------	----------	-------------------

Duathlon 5.30.5 km St Jean de Monts

BOURDIN Sebastien	30,04km/h	1h21'41"	11 ^{ème}
NAUX Frédéric	30km/h	1h21'48"	12 ^{ème}
DEROUET Bruno	27,97km/h	1h27'44"	39 ^{ème}
BROISSAND Mathieu	27,58km/h	1h28'58"	53 ^{ème}
MONNEAU Thierry	27,25km/h	1h30'03"	60 ^{ème}
CHAUVEAU Walter	27,20km/h	1h30'14"	63 ^{ème}
FREARD Michel	26,45km/h	1h32'46"	83 ^{ème}
LAVIGNE James	26,19km/h	1h33'42"	92 ^{ème}
HAMON Arnaud	25,93km/h	1h34'38"	102 ^{ème}
BERTHONNEAU François	25,69km/h	1h35'32"	106 ^{ème}
VACHON Thierry	25,68km/h	1h35'34"	107 ^{ème}
DESQUESNES Vincent	24,30km/h	1h40'59"	143 ^{ème}
DECREAU Eric	24,09km/h	1h41'53"	148 ^{ème}
SUAUDEAU Christian	23,93km/h	1h42'32"	150 ^{ème}
VERMILLARD Gaetan	23,93km/h	1h42'32"	151 ^{ème}
LAVENANT Jean-Marie	23,90km/h	1h42'40"	154 ^{ème}
SUBERVIE Tristan	21,76km/h	1h52'47"	186 ^{ème}
NERRIERE Philippe	21,32km/h	1h55'08"	189 ^{ème}
JOSSE Philippe	20,59km/h	1h59'12"	191 ^{ème}



Quelques dates à retenir

Anniversaires à souhaiter:

Berthonneau François 04/05
 Bourdin Sébastien 15/06
 Grignoux Stephan 19/06
 Monneau Thierry 07/05
 Renaud Olivier 18/05
 Suaudeau Christian 25/05
 Subervie Tristan 18/06
 Tourmente Thierry 18/06

Au sommaire du Trifuté de juillet août :

entre autres

Résultats et commentaires des grands objectifs de chacun

Des nouvelles des gros objectifs pour deux groupes du club :

un groupe de 7 membres au moyenne distance de Sizun (14 juin)

un groupe de 6 membres à l'iron man de Nice (28 juin)

Nos commerçants partenaires :

OPEL-NILA – COFELY GDF SUEZ – La Caisse d'Épargne - Atlancad - RUNTRIBIKE - Le Virginia Bar - La route du golf - Espace Beauté Vertou - Le joint Nantais - C.C.S. Caisserie Conditionnement Services - Com Pour Vous - Déclic Dentaire- Emeriaud Menuiserie - Color Copy System - Centre Commercial La Fontaine :
 (Mr et Mme Guillet ; Auto-école ; Coiffeur Tous des anges ; Le fournil ; La Fontaine Bar)