ANNEE 2016

Page 3 : Course des anguilles à Hondschoote	(24 janvier)
Page 4: 6 Miles de Pont de Briques	(7 février)
Page 5 : 10 km du Ravensberg à Bailleul	(21 février)
Page 6: Trail Vauban à Gravelines	(27 février)
Page 7 : Foulées Wattenaises à Watten	(6 mars)
Page 8 : Course du carnaval à Dunkerque	(20 mars)
Page 9 : Semi marathon Watten – Cassel	(27 mars)
Page 10 : Course du Fort de Petite Synthe	(3 avril)
Page 11 : Marathon de Paris	(3 avril)
Page 12 : Foulées Coudekerquoises	(24 avril)
Page 13 : Semi marathon de Madrid	(24 avril)
Page 14 : Trail de l'enfer de Bergues	(30 avril)
Page 15 : Ch'tites foulées de Bavinchove	(1 ^{er} mai)
Page 16: Les petits pas du cœur à Ghyvelde	(5 mai)
Page 17: Trail du pays de Licques	(8 mai)
Page 18 : Relais de Zuydcoote	(28 mai)
Page 19 : Foulées Loonoises à Loon Plage	(11 juin)
Page 20 : Semi marathon de Phalempin	(19 juin)

Page 21 : Foulées du Stadium à Grande Synthe (26 juin)

Course des anguilles à Hondschoote



24 Janvier:

Nous étions une douzaine sur le chemin des anguilles à Hondschoote mais aucun escargot . Pas de tortue non plus mais quelques bons lièvres !

6 Miles de Pont de Briques



7 février:

Quelques parapluies étaient de sortie en ce jour de carnaval sur les pentes des 6 miles de Pont de Briques.

Un grand bravo à Guillaume qui a superbement représenté le club loin de ses terres.

Un deuxième grand bravo puisqu'il réalise un beau chrono sur un parcours difficile.

Belle récompense de son travail hivernal dans les dunes et sur trail .

Un troisième grand bravo pour sa promo des Foulées Vertes du 17 avril prochain .

Prochain rendez - vous sans téléski : le Ravensberg dimanche 21 février ...

5

10 Kms du Ravensberg à Bailleul



Ravensberg 2016







21 février : Ravensberg ...

Un Ravensberg ça se mérite ...

Bravo à Bruno qui a visiblement tout donné ...

Bravo à Karine seule féminine du groupe ...

Bravo à Mathieu 15ème cadet qui inscrit son 1er Ravensberg sur son cv de coureur ...

Bravo à Alexandre ... arrivé bien avant nous et à fond aussi sur la promo des Foulées Vertes du 17 avril

Bravo à Didier, Frédéric, Guillaume et Philippe les 4 autres montagnards du jour.

Une fille et 7 gars ça ne vous rappelle rien? Koksijde 2015 bien sur ...

Bravo à tous et bonne récup.

6

Trail Vauban à Gravelines

Sur les traces de Vauban



GRAVELINES

Février

27

Sur les traces de Vauban on pouvait le croiser ...

Difficile de le prendre en photo!

Souvent par monts et par vaux il parcourt plutôt les chemins et sort parfois la nuit : le dahu ? le marsupilami ? Non, à l'honneur aujourd'hui notre V3 que dis je ! notre Master 3 sorti de sa "retraite" pour s'offrir un podium sur le 10 km.

Félicitations à Philippe D. au club depuis Vauban?

Bravo aux autres noctambules du club Alex, Cédric, Didier, Guillaume, Hélène, Karine, Linda et Sophie.

7

Foulées Wattenaises à Watten

WATTEN

2016









6 mars : Foulées Wattenaises.

Prenez 6 coureurs motivés, 5 catégories représentées et 4 podiums décrochés ... Une fois déposé le gros sac de bulletins, nos Téteghemois se sont sentis légers !

Honneur à Marielle intouchable en Master 3.

Karine décroche une belle 3ème place en Séniore déposant au sprint son adversaire du jour.

Alex, top 10 au scratch laisse le 4ème Sénior à plus de 4mn.

Enfin, Philippe Master 2 monte sur la 2ème marche du podium avec une confortable avance de 5mn sur le 3ème.

Les garçons se sont chargés de récupérer les coupes, les filles ne pouvant pas rester pour " leur " podium ... dommage pour la photo souvenir !

L'objectif du jour : la distribution des bulletins des Foulées Vertes de Téteghem du 17 avril est aussi un succés chez nos voisins du challenge des Monts.

Bravo à tous.

8

Course du carnaval à Dunkerque



20 mars: course du carnaval

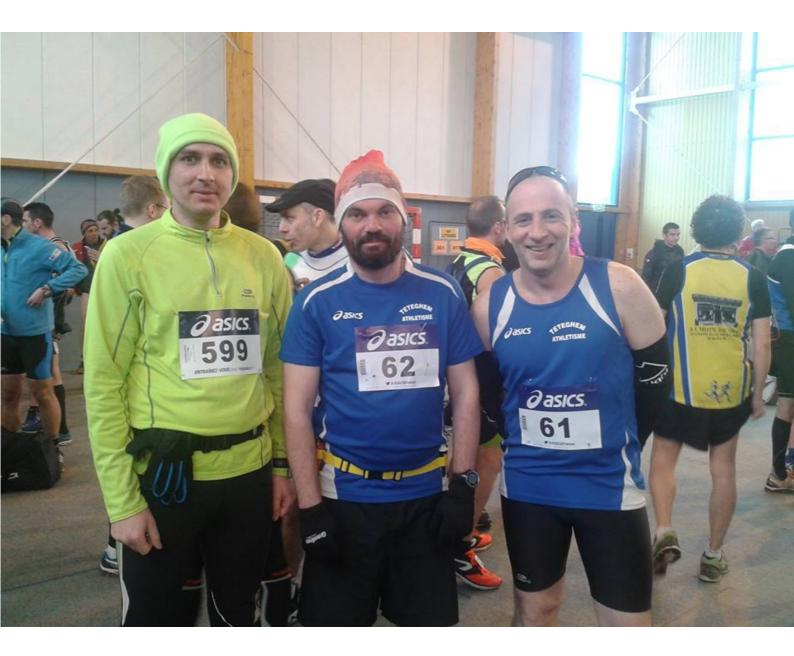
Jolie photo de famille pour l'occasion (désolé pour ceux que je n'ai pas trouvé).

Plus de 20 inscrits et de beaux chronos en ce début de saison sur route.

9 inscrits sur le semi, Thomas toujours en tête, suivi d'Alex (en prépa pour Paris) et de Stéphane. Didier également en préparation précéde le tiers de l'effectif aux alentours d'1h45 (avec le doyen de la team semi!) Philippe, Thierry et Guillaume. Nos 2 nouveaux Frédéric et Christophe ferme la marche largement sous les 2h00.

Honneur aux semicards sans oublier un grand bravo à nos coureurs de la populaire trop nombreux pour donner le détail .

Semi marathon Watten - Cassel



27 mars:

Watten - Cassel .

Ils l'ont fait!

Un grand bravo à Bruno, Guillaume et Thierry . Pour beaucoup, Watten- Cassel c'est l'Everest de la course à pied dans les Flandres. Mention spéciale à Bruno pour sa 1ère ascension et pour Guillaume qui passe la ligne malgré un genou hors service depuis le 10ème km .

Enchainement difficile après le semi du carnaval .

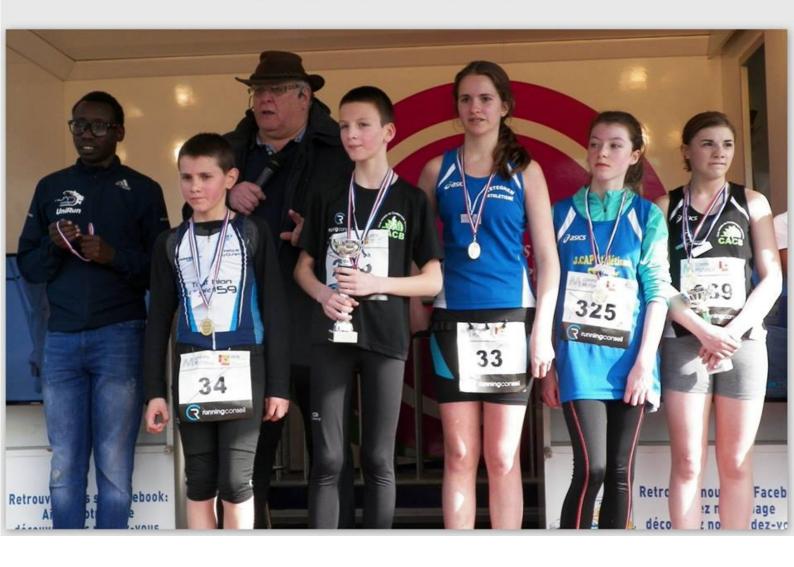
Résultats: http://course-alternative.jimdo.com/

10

Course du Fort de Petite - Synthe

Course du fort de Petite - Synthe

3 avril 2016



Près de 500 photos de la course de Petite Synthe à découvrir dont celle du podium de Céline de l'Athlétisme Téteghem et de son frère Romain en compagnie de Dieudonné Disi vainqueur des 20 km de Paris.

(lien photos ci - dessous)

La relève est assurée ... Bravo à tous .

On vous attend nombreux le 17 avril à Téteghem!

https://picasaweb.google.com/112518021961233619059/3Avril2016

11

Marathon de Paris

Marathon de Paris

3 Avril 2016





et pendant ce temps là ... ils couraient, ils couraient, ils couraient.

Bravo à nos deux Finisher du Marathon de Paris.

Beau chrono pour son premier marathon (3h37) pour Alex.

Il venait de gagner son dossard et manquait de temps pour se préparer , il gagne le respect.

Didier connaît à son tour (il y a des spécialistes!) les joies de terminer un marathon dans la difficulté et parfois dans la douleur.

Au delà de la médaille, il gagne de l'expérience.

Aucune contre performance; passer la ligne est toujours une réussite.

12

Foulées Coudekerquoises

Foulées Coudekerquoises

24 avril 2016





24 avril : Retrouvez les photos des Foulées Coudekerquoises.

Ambiance presqu'hivernale pour découvrir le nouveau parcours vert comme on les aime proposé par le CACB avec un petit air de trail .

Belle performance d'Hélène qui termine 4ème à 7 secondes du podium .Ce n'est que partie remise ... Valentin nouveau venu confirme en cadet 4ème également après son podium sur les Foulées Vertes de Téteghem.

600 photos à découvrir (suivre le lien ci - dessous)

https://picasaweb.google.com/112518021961233619059/6277082932897143905

Bravo Alex!



24 avril:

Tout le monde n'a pas eu froid ce matin ...

A Madrid, Alex signe un record personnel (1h34'25") sur semi marathon, 3 semaines après son 1er marathon à Paris.

Un semi avec une montée du genre côte du départ de Bergues au 19ème km!

Félicitations, un peu de soleil dans tes bagages au retour s'il te plait!

Hasta pronto!



30





A V R I L





30 Avril:

Gros succés pour le rendez vous annuel de cette fin avril ... Les amateurs de sensations étaient au départ de l'enfer de Bergues. Parmi eux, j'ai trouvé 4 Téteghemois : David, Karine, Philippe et Sébastien. Bravo aux 4 fantastiques !

1er Mai - BAVINCHOVE



1er Mai :

Le jour du muguet, tout le monde connaît Maroilles et ses 20km mais plus près de chez nous il y a la campagnarde course de Bavinchove.

Ils étaient 4 aussi sur la " populaire de 5800m.

Christelle seule féminine du groupe était accompagnée de Bruno, Philippe et Sébastien.

Belle manifestation avec sa tombola avant le départ , Philippe repart comme l'an passé avec un cadeau .

Prenez note pour 2017 : le 1er mai.



Jeudi 5 Mai



5 Mai :

Christelle, Guillaume et Rebecca ont participé à la sortie dans la dune fossile organisée par la JS Ghyvelde au profit de l'association Christopher.

Message de remerciement et lien vers l'association ci- dessous

https://www.facebook.com/groups/michelmortreux/?fref=ts

Trail du Pays de Licques

8 ème édition RALL DU PAYS DE LICQUES

8 MAI 2016



8 Mai :

A l'athlétisme Téteghem, vous trouverez tous les profils .. des amateurs de déplacements lointains ou originaux, (Philippe en Corse ou à,la salicorne d'Etaples), ceux des longues distances comme Didier et nos marathoniens ... nous avons aussi nos fans de trails et course nature.

Guiilaume et Karine nourris au grand air des Hauts de France s'offraient une belle balade sur le Trail de Licques . Il a fait chaud sous le maillot bleu !

Bravo d'avoir " mouillé " et montré le maillot pendant que d'autres étaient à la plage.Il ne faisait pas bon être un glaçon aujourd'hui !

Rejoignez notre équipe à la rentrée de septembre !

Relais de Zuydcoote



28 Mai:

Le 20 juillet 69 on a marché sur la lune, le 28 mai 2016 notre équipe féminine N° 69 passe la ligne après 1h30 d'effort ! Bravo à Christelle, Linda et Sophie.

Quelques photos de la course par Mathieu et Thomas avec le lien ci - dessous .

https://picasaweb.google.com/112518021961233619059/6289817902152029121#

Foulées Loonoises

11 juin:

Loon Plage (lien photos en bas de la publication)

Nos Masters 1,2 et 3 ne vont pas raccrocher mais s'accrocher ...

Honneur à la relève avec un nouveau podium pour Coralie et Romain .

Aurélien, Céline, Coralie, Julien, Mathieu, Maxime, Romain et Thomas pour la plupart enfants de masters du club sont près à suivre leurs ainés ...

Bravo à tous jeunes et un peu moins!

Photos du jour : https://picasaweb.google.com/112518021961233619059/6294996625895478225

20

Semi marathon de Phalempin

19 juin:

Semi marathon de Phalempin

La différence est flagrante non! Libre à vous de pointer la plus grande ...

On pourrait voir 3 personnes sur la photo, mais pas à cause de la boisson ! Frédéric toujours discret n'est pas sur la photo aux côtés de Didier et Guillaume .

Ils terminent tous les 3 sous les 2h00 : honorable sous la chaleur : ça vaut bien un petit rafraichissement ...

Bravo les gars, à vous la mousse (sous la douche!) — avec Didier Husson et Jarod Egd.

21

Foulées du Stadium à Grande Synthe

26 juin : foulées du Stadium de Grande Synthe. (lien photo en bas)

Des bleus à la peine en 1ère mi temps ... des bleus de Téteghem à la peine aussi ce matin : un blessé, des " fatigués " il n'y a pas que l'objectif de l'appareil photo qui était dans le brouillard!

Honneur aux filles " bleues " de Téteghem de la populaire et bonnes vacances à tous.

https://picasaweb.google.com/112518021961233619059/6300485445190003633#