

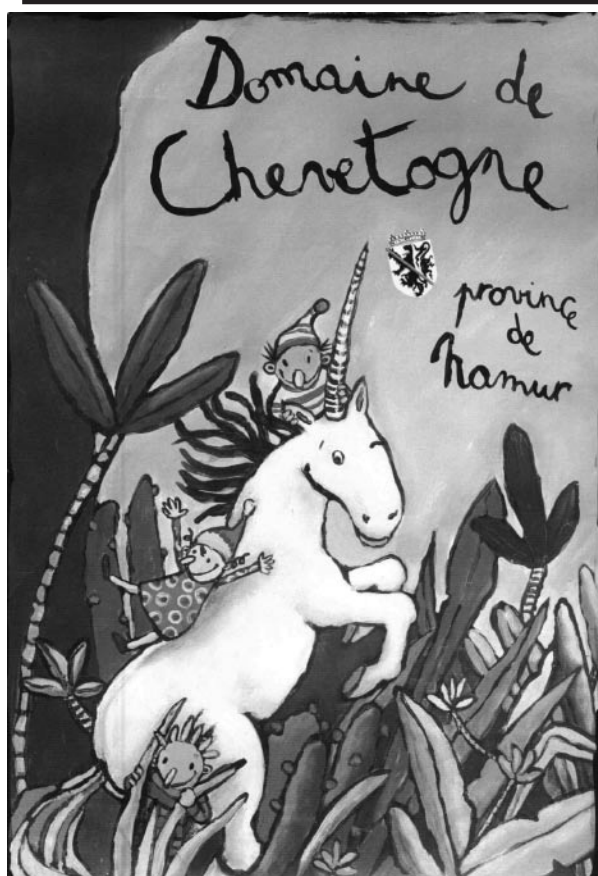
LE TAM-TAM DU RCN

Running
Club **NAMUR**

BELGIQUE - BELGIE
P.P.
5000 NAMUR 1
BC 1895

Mensuel N° 51, juin 2009

Éditeur responsable: Alain Antoine - Rue du grand feu - 5004 Bouge



A l'attention de:

Pour pénétrer gratuitement dans le domaine de Chevetogne, découper le bon ci-dessous et remettez-le à l'entrée du parc.

(1 bon par voiture)



Journée détente du RCNAMUR

**Bon valable
le dimanche 2 août 2009**

**Lieu de rendez-vous :
Barbecue central du domaine**

À CONSERVER: NUMÉROS UTILES

Présidente: Edith Baeten 0496/53.29.18
edith.baeten@skynet.be

Secrétaire: Alain Dumont 081/31.06.79
GSM: 0477/68.41.74
a.dumont@skynet.be

Trésorier: Alain Antoine 081/21.34.02
alain.antoine@win.be

Responsable logistique: Luc Beaufay 0478/98.06.11
luc.beufay@hotmail.com

Réservation club: Marie-paule Foulon
081/74.51.64
mariepaulefoulon@hotmail.com

COURRIER POUR LA RÉDACTION

De préférence par e-mail:

ChantGilles@hotmail.com
Gilles Chantal
Rue Grande,8
5100 Andoy
081/40.07.62

EN PRATIQUE...

L'objet social de notre ASBL, fondée en 1988, est de rassembler des amateurs de courses à pied, sans distinction d'âge, de sexe, de classe sociale ou de valeur sportive.

Contacts utiles:

Secrétariat 081/31.06.79

Adresse e-mail: info@rcnamur.be

Groupe de discussion: <http://fr.groups.yahoo.com/group/rcnamur>

Site internet: <http://www.rcnamur.be>

Numéro de compte CBC: 732-0032135-79

**Le dimanche 2 août 2009
à partir de 10h30
Notre traditionnel rendez-vous**



**Une course promenade de 8 Km en forêt mais aussi le long des étangs,
avec le départ «vers» 11h00 comme d'hab'.**

**Pour changer les bonnes vieilles habitudes, la douche sera possible dans
des sanitaires dignes de ce nom, mais toujours au milieu des
rafraîchissements...**

**Le barbecue de circonstance dans des installations du renommé barbecue
central avec «tout ce qu'il faut» pour accompagner les viandes... (et oui,
vous connaissez).**

La traditionnelle tombola toujours entièrement gratuite !!!

**Réservation pour le 25 juillet au plus tard auprès de Marie-Paule FOULON
au n° 081/74 51 64 ou
par courrier électronique à mariepaulefoulon@hotmail.com**

**Si tu souhaites donner un coup de main pour l'organisation comme... la
mise en route du BBQ, la préparation des salades, les lots pour la tombola,
le fléchage.. prends contact avec Marie-Paule FOULON.**

**P.A.F.; tous ceux qui sont déjà venus, savent qu'elle restera minimale, car
c'est une organisation conviviale de votre club, par vous et pour nous,
euuh non.. l'inverse !**

VOYAGE DU CLUB

SAMEDI 22 AOÛT AU TOUQUET



**Touquet Opale
Athlétisme**

Courses de 10 ou 20 KM à 16h00

Rassemblement à 8h30
à l'église Sainte Marguerite à Bouge

Départ en car à 9h00

Prévoir un pic-nic pour midi
Souper dans un restaurant (à vos frais) sur le chemin du
retour

***Certificat obligatoire pour l'inscription à la course à
remettre lors d'un jogging à un membre du comité ou
via la poste chez Alain Antoine***

Prix: Coureur: 15 € (Voyage + inscription course)
Accompagnant: 10 €

**Inscrivez-vous sans tarder avant le 30 juin
chez Marie-Paule Foulon**

LE CHALLENGE RCN 2009

Voici les conditions requises pour participer à notre challenge interne:

1. Prendre part à l'organisation de "La Printanière". Nous comptons sur votre présence tout au long de cette journée pour assumer une des nombreuses tâches.
2. Les nouveaux membres, n'ayant jamais fait partie de notre club auparavant et inscrits après l'organisation de "La Printanière" seront exemptés de la première règle.
3. Participer à 8 épreuves parmi celles qui seront proposées.
4. Être en ordre de cotisation. Le plus tôt sera le mieux, pour vous, comme pour nous. Ceci afin de vous faire bénéficier d'une assurance en cas d'accident et de pouvoir comptabiliser tous vos points le plus rapidement possible.
5. Cette année, nous vous proposons une seule course par WE et l'ensemble des distances organisées à cet endroit sera pris en compte pour le challenge interne. Soyez fiers de porter les couleurs de votre club. Et nous serons fiers de publier vos points dans le Tam-Tam.



Wépion

<u>Clasgéné</u>	<u>Nom</u>	<u>ClasClub</u>	<u>Points</u>	<u>Temps</u>	<u>Vitesse</u>
6	GERLACHE Mathieu	1	100	0:38:59	16,16 Km/H
7	PERPETE Jacky	2	99	0:39:19	16,02 Km/H
7	DUBOIS Pascal	3	99	0:39:19	16,02 Km/H
7	FORTHOMME Frédéric	4	99	0:39:19	16,02 Km/H
24	DAMOISAUX Pascal	5	87	0:43:58	14,33 Km/H
24	DUBOIS Vincent	6	87	0:43:58	14,33 Km/H
34	STRUYKEN Luc	7	84	0:45:02	13,99 Km/H
34	STRUYKEN Guy	8	84	0:45:02	13,99 Km/H
34	MOTTET Christian	9	84	0:45:02	13,99 Km/H
36	PUYLAERT Dominique	10	84	0:45:20	13,90 Km/H
36	SOH TSIMGNE André	11	84	0:45:20	13,90 Km/H
36	PAULUS Benoît	12	84	0:45:20	13,90 Km/H
39	TRULLEMANS Alain	13	82	0:46:04	13,68 Km/H
39	COOREMANS Guy	14	82	0:46:04	13,68 Km/H
46	BIERNAUX Benoit	15	79	0:47:13	13,34 Km/H
46	FERNANDES Cristina	16	79	0:47:13	13,34 Km/H
46	PEREMANS Joaquim	17	79	0:47:13	13,34 Km/H
49	ARNOULD Jean-Luc	18	77	0:48:05	13,10 Km/H
50	VAN KELST Luc	19	77	0:48:08	13,09 Km/H
50	HENRICOT Eric	20	77	0:48:08	13,09 Km/H
50	MARTIN Isabelle	21	77	0:48:08	13,09 Km/H
52	NICOLAS Jean-Marc	22	76	0:48:20	13,03 Km/H
52	BEAUFAY Luc	23	76	0:48:20	13,03 Km/H
52	FAGNANT Martine	24	76	0:48:20	13,03 Km/H
53	DEMOULIN Brigitte	25	76	0:48:27	13,00 Km/H
60	GILON Marc	26	72	0:49:59	12,60 Km/H
60	GILON Maureen	27	72	0:49:59	12,60 Km/H
60	BAETEN Edith	28	72	0:49:59	12,60 Km/H
65	COLPAERT Guido	29	69	0:50:58	12,36 Km/H
67	BALTUS Pascal	30	69	0:51:02	12,34 Km/H
67	LAINÉ Claudine	31	69	0:51:02	12,34 Km/H
67	MAGNEE Arnaud	32	69	0:51:02	12,34 Km/H
69	DEVOS Eric	33	67	0:51:43	12,18 Km/H
69	ROBAYE Eddy	34	67	0:51:43	12,18 Km/H
75	STIENLET Pascale	35	66	0:52:12	12,07 Km/H

Seraing

<u>Clasgéné</u>	<u>Nom</u>	<u>ClasClub</u>	<u>Points</u>	<u>Temps</u>	<u>Vitesse</u>
53	VAN DER LINDEN Paul	1	93	1:09:02	13,91 Km/H
175	LEMINEUR Vincent	2	78	1:18:48	12,18 Km/H
217	VLOEBERGH Pascal	3	72	1:22:26	11,65 Km/H
232	LABBE Christian	4	70	1:23:32	11,49 Km/H
258	ROBAYE Eddy	5	68	1:25:04	11,29 Km/H
259	DELFOSSÉ Jacques	6	68	1:25:09	11,27 Km/H
285	ARNOULD Jean-Luc	7	65	1:26:42	11,07 Km/H
285	TALLIER Jeanny	8	65	1:26:42	11,07 Km/H
287	DESMET Robert	9	65	1:26:44	11,07 Km/H
302	MARTIN Isabelle	10	63	1:28:15	10,88 Km/H
337	PERPETE Philippe	11	58	1:31:12	10,53 Km/H
426	ANTOINE Alain	12	38	1:44:26	9,19 Km/H
473	LOEFFLER Marie-Claire	13	1	3:11:17	5,02 Km/H

Bruxelles

<u>Clasgéné</u>	<u>Nom</u>	<u>ClasClub</u>	<u>Points</u>	<u>Temps</u>	<u>Vitesse</u>
871	HORION Vincent	1	92	1:25:44	14,00 Km/H
956	EVARD Christophe	2	92	1:26:19	13,90 Km/H
963	MONIOTTE Gabriel	3	91	1:26:23	13,89 Km/H
1516	GILON Marc	4	87	1:30:00	13,33 Km/H
2583	FORTHOMME Frédéric	5	81	1:34:46	12,66 Km/H
3222	DERESE Eddy	6	78	1:36:52	12,39 Km/H
5174	ARNOULD Jean-Luc	7	71	1:42:22	11,72 Km/H
5180	PENSIS Henry	8	71	1:42:23	11,72 Km/H
5453	FAUCON Michel	9	70	1:43:06	11,64 Km/H
5743	HENRICOT Eric	10	69	1:44:04	11,53 Km/H
5789	MOTTET Christian	11	69	1:43:57	11,54 Km/H
6367	MARTIN Isabelle	12	68	1:45:17	11,40 Km/H
6836	ETIENNE Christian	13	66	1:46:29	11,27 Km/H
7337	VAN KELST Luc	14	65	1:47:30	11,16 Km/H
8635	LABBE Christian	15	62	1:50:11	10,89 Km/H
11271	FAGNANT Martine	16	55	1:55:45	10,37 Km/H
11316	DUMONT Alain	17	54	1:55:51	10,36 Km/H
11878	PERPETE Philippe	18	53	1:57:01	10,25 Km/H
12038	GERLACHE Mathieu	19	53	1:57:20	10,23 Km/H
12094	BEAUFAY Luc	20	52	1:57:26	10,22 Km/H

13149	JASSOGNE Claudy	21	50	1:59:38	10,03 Km/H
14794	BAETEN Edith	22	44	2:03:45	9,70 Km/H
15770	JEANMART Michel	23	41	2:06:26	9,49 Km/H
16424	STEPHENNE Daniel	24	39	2:08:20	9,35 Km/H
17628	RIGUELLE Eric	25	34	2:11:57	9,09 Km/H
18054	ANTOINE Alain	26	32	2:13:23	9,00 Km/H
18291	LAMMENS Bernard	27	31	2:14:13	8,94 Km/H
19503	BOOMS Alain	28	25	2:18:53	8,64 Km/H
20045	GRAUWELS Barbara	29	22	2:21:20	8,49 Km/H
20729	GOUJON Gérard	30	18	2:24:49	8,29 Km/H
23091	CALBERT Yves	31	1	3:11:27	6,27 Km/H

Evrehaille

<u>Clasgéné</u>	<u>Nom</u>	<u>ClasClub</u>	<u>Points</u>	<u>Temps</u>	<u>Vitesse</u>
2	ETIENNE Fabrice	1	102	0:57:08	15,44 Km/H
23	DAMOISAUX Pascal	2	89	1:04:55	13,59 Km/H
26	VAN DER LINDEN Paul	3	86	1:06:22	13,29 Km/H
30	DUBOIS Pascal	4	85	1:06:58	13,17 Km/H
31	ACUSILAS Jean-Yves	5	84	1:07:42	13,03 Km/H
41	PUYLAERT Dominique	6	79	1:10:35	12,50 Km/H
44	TRULLEMANS Alain	7	76	1:12:02	12,24 Km/H
52	COOREMANS Guy	8	74	1:13:32	11,99 Km/H
53	AMSTERS Alain	9	73	1:14:09	11,89 Km/H
58	DEMOULIN Brigitte	10	71	1:15:05	11,75 Km/H
62	HENRICOT Eric	11	69	1:16:13	11,57 Km/H
74	ROBAYE Eddy	12	65	1:18:36	11,22 Km/H
75	DIEUDONNE Anne	13	64	1:19:06	11,15 Km/H
76	LABBE Christian	14	64	1:19:09	11,14 Km/H
91	DUBOIS Vincent	15	56	1:23:57	10,51 Km/H
101	DUMONT Alain	16	51	1:26:56	10,15 Km/H
121	WEYDERS Marcel	17	34	1:37:04	9,09 Km/H
122	DEGUELDRE Georges	18	34	1:37:04	9,09 Km/H
123	ANTOINE Alain	19	33	1:37:26	9,05 Km/H
132	SCHEYVEN Geneviève	20	8	1:52:03	7,87 Km/H
135	HONET Yvette	21	6	1:53:12	7,79 Km/H

Ottignies

<u>Clasgéné</u>	<u>Nom</u>	<u>ClasClub</u>	<u>Points</u>	<u>Temps</u>	<u>Vitesse</u>
38	HORION Vincent	1	96	0:49:08	14,65 Km/H
156	NICOLAS Jean-Marc	2	82	0:55:26	12,99 Km/H
197	FERNANDES Cristina	3	78	0:57:22	12,55 Km/H
198	BIERNAUX Benoit	4	78	0:57:23	12,55 Km/H
255	ARNOULD Sylvie	5	74	0:59:35	12,08 Km/H
256	POELMANS Dominique	6	73	0:59:37	12,08 Km/H
302	TALLIER Jeanny	7	68	1:02:00	11,61 Km/H
303	ARNOULD Jean-Luc	8	68	1:02:01	11,61 Km/H
310	ETIENNE Christian	9	68	1:02:18	11,56 Km/H
417	DESQUEPER Benoît	10	51	1:10:12	10,26 Km/H
454	LAMMENS Bernard	11	41	1:14:45	9,63 Km/H
521	LOMBET Fernand	12	7	1:30:45	7,93 Km/H

Green Gauloise

<u>Clasgéné</u>	<u>Nom</u>	<u>ClasClub</u>	<u>Points</u>	<u>Temps</u>	<u>Vitesse</u>
3	ETIENNE Fabrice	1	102	0:37:56	15,82 Km/H
15	MONIOTTE Gabriel	2	89	0:43:03	13,94 Km/H
16	PERPETE Jacky	3	87	0:43:48	13,70 Km/H
34	TRULLEMANS Alain	4	80	0:46:43	12,84 Km/H
39	ACUSILAS Jean-Yves	5	77	0:47:54	12,53 Km/H
41	GILON Marc	6	76	0:48:18	12,42 Km/H
49	MATHY Jean-Luc	7	71	0:50:02	11,99 Km/H
50	ROBAYE Eddy	8	71	0:50:04	11,98 Km/H
51	DEMOULIN Brigitte	9	71	0:50:05	11,98 Km/H
55	POELMANS Dominique	10	70	0:50:18	11,93 Km/H
57	AMSTERS Alain	11	70	0:50:33	11,87 Km/H
61	BALTUS Pascal	12	68	0:51:13	11,71 Km/H
63	STRUYKEN Luc	13	68	0:51:15	11,71 Km/H
65	VAN KELST Luc	14	66	0:52:05	11,52 Km/H
72	FAUCON Michel	15	61	0:53:56	11,12 Km/H
83	DIEUDONNE Anne	16	58	0:55:10	10,88 Km/H
84	MOTTET Christian	17	58	0:55:12	10,87 Km/H
87	SOH TSIMGNE André	18	57	0:55:30	10,81 Km/H
90	MARTIN Isabelle	19	54	0:56:37	10,60 Km/H
91	LABBE Christian	20	54	0:56:38	10,59 Km/H
92	PENSIS Henry	21	54	0:56:47	10,57 Km/H

100	BOOMS Alain	22	47	0:59:15	10,13 Km/H
100	TALLIER Jeanny	23	47	0:59:28	10,09 Km/H
101	ARNOULD Jean-Luc	24	47	0:59:29	10,09 Km/H
104	FAGNANT Martine	25	43	1:00:54	9,85 Km/H
106	CHAUSTEUR François	26	43	1:01:05	9,82 Km/H
110	BEAUFAY Luc	27	39	1:02:32	9,59 Km/H
116	BAETEN Edith	28	36	1:03:32	9,44 Km/H
117	DESQUEPER Benoît	29	35	1:03:54	9,39 Km/H
119	DUMONT Alain	30	35	1:04:12	9,35 Km/H
122	COOREMANS Guy	31	30	1:06:02	9,09 Km/H
123	CHAPELLE Carole	32	30	1:06:08	9,07 Km/H
124	ANTOINE Alain	33	30	1:06:10	9,07 Km/H
126	MAGNEE Michel	34	28	1:06:40	9,00 Km/H
132	ALEXIS Kristel	35	17	1:10:58	8,45 Km/H

Habay7

<u>Clasgéné</u>	<u>Nom</u>	<u>ClasClub</u>	<u>Points</u>	<u>Temps</u>	<u>Vitesse</u>
129	BAUDELET Fabienne	1	35	0:46:27	9,04 Km/H

Habay

<u>Clasgéné</u>	<u>Nom</u>	<u>ClasClub</u>	<u>Points</u>	<u>Temps</u>	<u>Vitesse</u>
74	DAMOISAUX Pascal		95	1:21:22	14,01 Km/H
257	NICOLAS Jean-Marc		82	1:31:34	12,45 Km/H
297	VLOEBERGH Pascal		80	1:33:30	12,19 Km/H
405	DEMOULIN Brigitte		74	1:37:50	11,65 Km/H
425	LABBE Christian		73	1:38:31	11,57 Km/H
482	DESMET Robert		70	1:40:49	11,31 Km/H
759	COOREMANS Guy		53	1:53:50	10,01 Km/H
784	CHAPELLE Carole		52	1:54:52	9,92 Km/H
794	PAULUS Benoît		52	1:55:19	9,89 Km/H
902	ANTOINE Alain		36	2:07:05	8,97 Km/H
1006	LOEFFLER Marie-Claire		1	3:29:02	5,45 Km/H

Radio Chevauchoir

<u>Clasgéné</u>	<u>Nom</u>	<u>ClasClub</u>	<u>Points</u>	<u>Temps</u>	<u>Vitesse</u>
1	ETIENNE Fabrice	1	103	0:40:19	16,07 Km/H
7	MASSIN Charlie	2	92	0:44:53	14,44 Km/H
11	DUBOIS Pascal	3	88	0:46:44	13,87 Km/H
12	TRULLEMANS Alain	4	87	0:46:56	13,81 Km/H

14	AMSTERS Alain	5	84	0:48:18	13,42 Km/H
16	GILON Marc	6	83	0:48:43	13,30 Km/H
17	COOREMANS Guy	7	78	0:50:56	12,72 Km/H
18	FERNANDES Cristina	8	77	0:51:07	12,68 Km/H
19	BIERNAUX Benoit	9	77	0:51:07	12,68 Km/H
20	ROBAYE Eddy	10	76	0:51:23	12,61 Km/H
28	VAN KELST Luc	11	71	0:53:34	12,10 Km/H
29	LAINÉ Claudine	12	69	0:54:35	11,87 Km/H
31	DAMOISAUX Pascal	13	65	0:55:56	11,59 Km/H
32	DUBOIS Vincent	14	65	0:55:57	11,58 Km/H
33	MARTIN Isabelle	15	65	0:56:05	11,55 Km/H
36	BEAUFAY Luc	16	64	0:56:36	11,45 Km/H
38	PAAL Marguerite	17	63	0:56:56	11,38 Km/H
43	LABBE Christian	18	62	0:57:33	11,26 Km/H
52	FAGNANT Martine	19	53	1:01:04	10,61 Km/H
62	BAETEN Edith	20	47	1:03:38	10,18 Km/H
63	DEVOS Eric	21	47	1:03:39	10,18 Km/H
64	DEGUELDRE Georges	22	46	1:04:05	10,11 Km/H
67	CHAPELLE Carole	23	42	1:05:42	9,86 Km/H
68	ALEXIS Kristel	24	36	1:08:18	9,49 Km/H
73	SCHEYVEN Geneviève	25	30	1:10:45	9,16 Km/H
76	MAGNEE Arnaud	26	27	1:11:58	9,00 Km/H

COURSES DU CHALLENGE INTERNE

04/07/2009	10h30	Belgrade	10	Namur
12/07/2009	16h10	Course du sabot (Porcheresse)	6 ou 12	
25/07/2009	16h00	Louette	7 ou 21	Delhalle
31/07/2009	19h30	Yvoir	10	Gauloise
02/08/2009	11h00	BBQ Chevetogne	8	
08/08/2009	14h00	Angreau	9 ou 17,2	Delhalle
16/08/2009	10h30	Loyers	10	Namur
22/08/2009	15h00	Nil Saint-Vincent	10,7	Brabant Wallon
30/08/2009	11h00	Dinant	13,1 ou 21,9	Delhalle
06/09/2009	10h30	Malonne	5 ou 12	Namur
13/09/2009	10h00	Namur	5 ou 11	Namur
26/09/2009	15h30	Erpent	5 ou 10	Namur
03/10/2009	14h30	Jambes	10	Namur + Gauloise
11/10/2009	10h30	Flawinne	10	Namur
17/10/2009	14h00	Saint-Denis	12	Gauloise
24/10/2009	14h30	Floreffe	10	Namur

J'ai rêvé le Relais de la Fraise...

La toute première image dont je me souviens ce jour là, c'est d'avoir entrevu mon chirurgien courir...il avait le visage de Benoit et il essayait de rattraper Christina ! Y'avait même le p'tit Joaquim qui s'accrochait derrière en criant « Pas si vite, mais pas si vite....».



Le ton est donné à ces rêveries, me voilà encore reparti chez les fous ! Même si certains prétendent que l'on peut décrypter les rêves, je vous conseille cette fois de ne surtout pas essayer de comprendre.....

Une musique agréable que j'ai déjà entendue, mais que je ne parviens pas à identifier, baigne ces premières images qui défilent. Je suis bien, je plane quand soudain je viens buter sur un gros bonhomme tout chauve qui me hurle « Todi su'l vôte » ! Je suis sur le cul ! J'ai l'impression d'avoir déjà vu ce gars quelque part : ce n'est pas la boule de « Fort Boyard », ce n'est pas non plus le « Bonhomme Michelin ». J'en suis encore à m'interroger quand je vois passer Marcelin les cheveux en sang et le visage encore plus rouge que d'habitude, il est poursuivi par deux grosses fraises qui ont le visage de Sylvie et de Jenny..... mais qu'est qu'il a encore bien pu fiche pour être pourchassé par femme et belle-mère ?

Je nage en plein surréalisme ! Je cours quand soudain, je me fais dépasser par trois fraises sur pattes, une est même encore dans son bac ! Quelle scè-



ne ! La plus dodue à un jukebox sur le dos, je la vois s'éloigner, en dodelinant au rythme de la musique, avec ses deux compères qui sont très probablement d'une autre variété : Une très longue et fine, quoique bedonnante, (pas très appétissante !) et une autre assez quelconque que je ne parviens pas à identifier.....

Je vais me réveiller ce n'est pas possible ! Je délire, j'hallucine, j'élucubre et pourtant je n'ai rien bu la veille....

Je me laisse glisser vers l'arrivée, je manque de tomber dans une piscine qui passe juste devant moi ; je croise encore une fraise noire, probablement une variété

africaine ; j'aperçois Adrien Joveneau sans vélo ; je devine des visages connus







qui me sourient et qui m'encouragent, j'entends des cris « C'est l'Echevin ! », tiens voilà même mon boss qui s'invite dans mes rêves (jamais tranquille, même quand je dors); enfin me voilà arrivé, on me glisse une « Wépionnaise » dans les mains, je suis bien, cela redevient plus agréable, je suis apaisé, mes amis m'entourent, j'atterris, je me pose, je réintègre un milieu que je connais, que j'apprécie et où je me sens bien.....

J'ouvre enfin les yeux, Carine me fixe en souriant et me dit : Tu devais probablement rêver à des choses agréables, car tu souriais en permanence comme un gros « Benêt ». Les femmes sentent ces choses là. Elle a, une fois de plus, deviné et percé le mystère de mes songes au Relais de la Fraise.

Pour conclure, je quitte un instant l'imaginaire et j'en profite pour remercier Blabla, Jef, Georges, Nicole, Jean-mi et tous ces artisans qui m'ont permis de nager dans le bonheur total durant cet extraordinaire moment de rêve.... ou de réalité ?

Allez, je m'en vais faire une petite sieste....

Le Rêveur de service.....

PS : S'agissant d'une fiction, toute ressemblance avec des personnes du RCN serait toute à fait fortuite. Les représsailles sont donc totalement inutilles !

LE MARATHON EKIDEN DE NAMUR

VU PAR ALAIN ANTOINE







Who's who du RCN



Nom	Acuilas
Prénom	Jean-Yves
Anniversaire	07-04-1970
Domicile	Jambes
Surnom éventuel	
E-Mail	600dpi@live.be
Profession	
Poids	A surveiller
Taille	175
Court depuis...	20 ans par intermittence
Autres sports	Vélo
Principales courses courues	20 kms de Bruxelles, descente de la Lesse, l'Ardennaise, la Mosane
Meilleures perfs	Descente de la Lesse : 1h24' ... qaund j'étais jeune
Meilleurs souvenirs	Chaque fois que je rentre
Projet de courses	Trails, peut-être un marathon
Rêves de courses	Marathon de New-York
Plat préféré	Pâtes, crêpes, glaces
Boisson préférée	Coca light
Film préféré	Itinéraire d'un enfant gâté
Devise	One life ! ... Live it !

Who's who du RCN



Nom	Baltus
Prénom	Pascal
Anniversaire	13-04-1963
Domicile	Andenne
Surnom éventuel	Poulet
E-Mail	pascal.baltus@gmail.com
Profession	Pompier
Poids	73
Taille	180
Court depuis...	1998
Autres sports	Vélo, escalade
Principales courses courues	UTMB, 100 miles
Meilleures perfs	Marathon : 3h12'
Meilleurs souvenirs	UTMB avec Olivier, 100 miles
Projet de courses	Diagonale des Fous en 2011
Rêves de courses	GR20 en Corse
Plat préféré	Lasagne de ma petite femme
Boisson préférée	Vin rouge et Leffe blonde
Film préféré	Le silence des agneaux
Devise	C'est la tête qui prend le relais quand le corps ne suit plus

Who's who du RCN



Nom	Baltus
Prénom	Perrine
Anniversaire	13-08
Domicile	Andenne
Surnom éventuel	Poulette
E-Mail	rps_petpet_style@hotmail.com
Profession	Etudiante
Poids	56
Taille	169
Court depuis...	2001
Autres sports	
Principales courses courues	Championnat provincial de cross
Meilleures perfs	38' aux 8 kms (Parcs à Jambes)
Meilleurs souvenirs	Trop jeune
Projet de courses	
Rêves de courses	Le Tour du Mont-Blanc dans 30 ans
Plat préféré	Pizzas
Boisson préférée	Vodka Redbull
Film préféré	Pearl Harbor
Devise	Faites l'amour, pas la guerre

Who's who du RCN



Nom	Desqueper
Prénom	Benoît
Anniversaire	09-05-1967
Domicile	Ernage
Surnom éventuel	
E-Mail	
Profession	Employé
Poids	Un peu trop !
Taille	180
Court depuis...	1997
Autres sports	
Principales courses courues	Marathon de Bazainville, 20 kms de Bruxelles, la Champenoise
Meilleures perfs	20 kms de Bruxelles : 1h28'
Meilleurs souvenirs	Tour de Belgique
Projet de courses	Découvrir de nouveaux parcours
Rêves de courses	Marathon de New-York
Plat préféré	Pizzas
Boisson préférée	Bush
Film préféré	Amélie Poulain
Devise	Ensemble, on est plus fort

DETECTION D'INTRUSION VIDEOSURVEILLANCE CONTROLE D'ACCES

Entreprise de sécurité agréée par le ministère de l'intérieur N°20 1449 01

www.eclipse.eu

ECLYPSE

0476/42.13.13

ECLYPSE - Laurent Van Look
Rue Edmond Tillieux 6 | 5022 COGNELEE
Tél. 081/21 56 33 | GSM 0476/42 13 13
www.eclipse.eu | info@eclipse.eu



Tout pour
le Jogging.
l'Athlétisme
et la Marche

CHAUSSURES • TEXTILE
ACCESSOIRES • SPIKES
NUTRITION

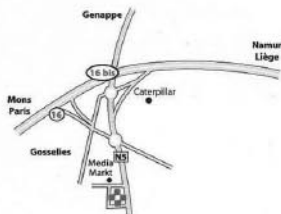
Spécialiste

- ❖ cardio-fréquencesmètres
- ❖ appareils cardio-vasculaires
- ❖ tapis roulants
- ❖ électrostimulation

walk.run
jogging
www.joggingplus.com



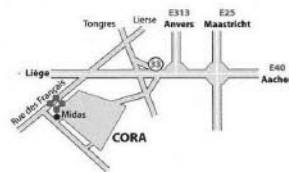
10, rue du Luxembourg
1000 BRUXELLES
02/511 11 70
bruxelles@joggingplus.com



8-10, rue des Bancroix
6041 GOSELIES (City Nord)
071/35 82 45
gosselies@joggingplus.com



Shopping l'Esplanade
10, place de l'Accueil
1348 LOUVAIN-LA-NEUVE
010/86 15 35
lln@joggingplus.com



153, rue d'Ans
4000 ROCOURT (Parking Cora)
04/361 36 55
rocourt@joggingplus.com

**Les membres du RCNamur bénéficient d'une remise
de 15 % sur tous les achats de chaussures et de textiles
et de 10 % sur les accessoires**