



## Le KIVAOU ? vos futures courses

**POURQUOI ?** pour motiver d'autres coureurs, pour covoiter, pour le club puisse suivre vos résultats

**COMMENT ?** Pour les "COURSES CLUB" ou "CENTRALISEES PAR LE CLUB", votre nom sera inscrit dans le Kivaou

Pour les AUTRES COURSES, signalez vous à : [Thierry L.](#)

2024					
4/10/24	Ultra trail des montagnes du Jura		175 kms D+ 7000 m		Mathieu Labonne
6/10/24	Trail du soldat de la Marne	Meaux (77)	21 kms D+ 460 m		David Lecoq, Landry Rocher
6/10/24	Corrida de Villejuif	Villejuif	10 kms		Didier Lobo
12/10/24	Trail de Faverges Synthenex	Faverges (74)	42 kms D+ 3300 m		Pascal Clément, Michel Brisset, Thierry Lardenois
13/10/24	Trail des Hauteurs	Romainville (93)	28 kms		Thierry Berthélémy
13/10/24	20 kms de Paris	Paris			Jean Noel Maria
13/10/24	Fontenay	Fontenay sous Bois	5 kms et 10 kms	Course club	5 kms : Farid Baha, Laurent Cellier 10 kms : Elisabeth De Oliveira, Alexandra Coulaud, William Ronconi, Lisa Yvon, Valérie Jaeck Font y Radua, Nathalie Poteau, Didier Le Gall, Angela Rasinariu, Isabelle Corneille, Hervé Bihouée, Fabienne Debailleux, Stéphane Decubber, Abed Bouazza, Laurent Fontaine, François Ovalde, Virginie Leclert, Gilles Henry
18/10/24	Ultra des Templiers	Millau (12)	104 kms D+ 4500 m		Emmanuel Sabin
20/10/24	Impériale du chateau	Versailles	15 kms		Angela Rasinariu
10/11/24	P'tiot trail	Epernay	33 kms D+ 800 m		David Lecoq
10/11/24	Trail de Montagnole	Savoie	24 kms D+ 1200 m		Thierry Lardenois
30/11/24	Saintélyon	Lyon (69)	StExpress 45km (D+ 900m)		Michel Brisset
30/11/24	Saint Etienne	Lyon - Saint Etienne (aller et retour I)	164 kms D+ 4500 m		Nicolas Bernasconi
1/12/24	Sortie d'Automne	Sanremo (Italie)	10 kms, semi et marathon		
	Courses club	Attention, si plusieurs courses club dans le mois, seule une course est prise en charge par le club (sauf cross).			