

mai

2014

Carnet de route

**FMAC** Freyming-Merlebach Athletic Club  
affilié à la Fédération Française d'Athlétisme



Lundi	Mardi	Mercr edi	Jeudi	Vendr edi	Samedi	Dimanche
			1 10 KM La Conviviale Rosselange	2	3	4 14 KM Course St-Blaise Augny
5	6	7	8 10 KM C. du Muguet Vitry Sur Orne	9	10 12 et 21,1 KM La Buhloise Buhl-Lorraine	11 15 et 45 KM Belledotrail Blenod
12	13	14	15	16	17	18 10 et 26 KM Try Me Gandrange
19	20	21	22	23	24 15 KM La Mariolle Marieulles	25 10 KM Corrida Malling
26	27	28	29	30	31 8 et 18 KM C. des Lavois Danne Et 4 Vents	6 heures Courses de la Carrière Freyming- Merlebach

### **Le jeudi 1 mai à 10h00 :**

La Conviviale à Rosselange : **10 KM**

Renseignements : René FERRY au 06 62 00 95 69

---

### **Le jeudi 1 mai à 10h00 :**

La Messine à Metz : **6 KM** (course exclusivement réservée aux femmes)

Renseignements : Marie-Hélène COMAZZETTO 06 88 78 90 97

---

### **Le jeudi 1 mai à 10h00 :**

La 7<sup>ème</sup> édition Trail du Bärenfels à Neubrücke/Nohfelden: **50 KM**

Renseignements : [www.baerenfelslauf.de](http://www.baerenfelslauf.de)

---

### **Le samedi 3 mai à 17h00 :**

Sparkassen-City-Lauf à Saarbrücken: **10 KM**

Renseignements : [www.saarsportvereine.de](http://www.saarsportvereine.de)

---

### **Le dimanche 4 mai à 10h00 :**

La Course Nature Saint-Blaise à Augny : **14 KM**

Renseignements : Didier GONON au 06 88 06 19 54

---

### **Le jeudi 8 mai à 10h00 :**

La course du Muguet à Vitry-Sur-Orne : **10 KM**

Renseignements : Francine MESSINA au 03 87 67 02 74

---

### **Le samedi 10 mai à 17h00 :**

La Buhloise à Buhl-Lorraine : **12 KM et Semi-marathon**

Renseignements : Gérard FELDEN au 03 87 23 87 74

---

### **Le dimanche 11 mai à 8h30 :**

La Belledotrail à Blenod lès Pont-à-Mousson : **15 et 45 KM**

Renseignements : André JAKUBOWSKI au 06 84 62 30 23

---

### **Le dimanche 18 mai à 10h00 :**

Le trail « Try Me » à Gandrange : **10 et 26 KM**

Renseignements : Pascal DRIANT au 06 37 59 74 10

---

## **Le dimanche 18 mai à 9h00 et 11h15 :**

Les courses de Strasbourg : **21,1 KM** (label international)  
et **10 KM** (label national)

Renseignements : <http://www.coursesdestrasbourg.eu> avant le 16 mai

---

## **Le samedi 24 mai à 17h30 :**

La Mariolle à Marieulles : **15 KM**

Renseignements : Robert ADAM au 07 50 60 33 40

---

## **Le dimanche 25 mai à 10h00 :**

La Corrida du Plan d'Eau à Malling : **10 KM**

Renseignements : Marie-Rose LUZERNE au 03 82 50 13 71 ou 06 36 66 55 84

---

## **Le dimanche 25 mai à 9h15 :**

La Corrida du Sarrebourg : **10,5 KM et Semi-marathon**

Renseignements : Gérard JACQUOT au 03 87 23 47 08

---

## **Le samedi 31 mai à 17h00 :**

Les courses des Lavois à Danne et 4 Vents : **8 et 18 KM**

Renseignements : Jean-Luc JACOB au 03 87 24 12 21

---

Et n'oubliez pas !!!

## **Le dimanche 1 juin à 10H00 :**

Les **6 heures** de la Carrière à Freyming-Merlebach (seul ou en équipe)

Renseignements :

Hamid MEZZIANI au 06 95 17 60 73

Abdel TAYSS au 06 78 90 54 04

---