

mai

2014

Carnet de route

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



| Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | 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 Lavoirs 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^{ème} édition Trail du Bärenfels à Neubrücke/Nohfelden: **50 KM**

Renseignements : www.baerenfelslauf.de

Le samedi 3 mai à 17h00 :

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

Renseignements : 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 Lavoirs 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
