Gambad'Cool
Ensemble le plaisir de courir

Retour à la page d'accueil

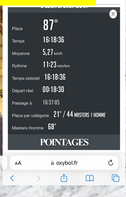
Retour à la page « ARCHIVES PHOTOS »

PHOTOS DE NOVEMBRE ET DECEMBRE 2022

Dimanche 11 décembre 2022
Chemin d'Arthon
Quelques courageux
gambad'coolais
sous la neige

Mercredi 7 décembre 2022
Moment convivial après l'entraînement
4 anniversaires, GC au trail Rouillaché
VOIR TOUTES LES PHOTOS

Dimanche 4 décembre 2022
86 km pour Didier au trail des 40 bosses
dans la forêt de Montmorency



Dimanche 4 décembre 2022
Au trail du Hêtbun à Chateau-Thébaud
VOIR TOUTES LES PHOTOS

Dimanche 27 novembre 2022
Arnaud au Marathon de La Rochelle

Coucou Gambad'cool. Ça y est me voilà marathonien. Une super course et une super ambiance. Trés content de mon résultat. Bonjour à tous.
Arnaud

DIPLÔME
Official certificate
ARNAUD JEFFROY
catégorie référence en cours
DISTANCE 42 - START PRIMARY 3264
TEMPS OFFICIEL - OFFICIAL TIME 03:39:18
TEMPS NET - NETT TIME 03:37:27
CLASSEMENT GENERAL 1724
CLASSEMENT CATEGORIE
VITESSE MOYENNE TOTAL DISTANCE 11.64km/h
TOTAL ACTIVE OFFICIAL TIME

Distance	Temps intermédiaire	Temps net	Allure moyenne
km 5	00:26:39	00:26:39	05:30
km 10	00:51:57	00:25:19	05:04
km 15	01:16:57	00:25:00	05:00
km 20	01:47:30	00:30:32	05:05
km 25	02:07:17	00:19:48	05:05
km 30	02:32:45	00:25:28	05:05
km 35	02:59:05	00:26:22	05:16
ARRIVEE	03:37:27	00:38:22	05:30

Kyra Du Dictionnaire
Chrono Challenge
Congratulations

Dimanche 27 novembre 2022
Moment convivial à l'issue de l'entraînement
Florian arrose son anniversaire

Samedi 26 novembre 2022
Cathy avec son fils aux 8 km du
Lauzach by night dans le Morbihan

Dimanche 20 novembre 2022
Sortie à Mouriers en Retz

Dimanche 20 novembre 2022
Maryline au trail de la Côte de Jade

Dimanche 6 novembre 2022
Quelques courageux à l'entraînement à Saint-Meme

Samedi 5 novembre 2022
Au Raid Light Vendée Trail
VOIR TOUTES LES PHOTOS

Fin de l'album de novembre 2022,
accédez aux photos précédentes (octobre 2022)