

De superbes lots à gagner !

Par tirage au sort :
Celui-ci aura lieu après proclamation des résultats. Les lots ne seront remis qu'aux concurrents présents.

1 Menu Quintessence
À la découverte du terroir du Pays de Retz
Anne de Bretagne **

2 Une planche Paddle

3 Montre GPS

+ nombreux lots pour les courses adultes.
Lots tirés au sort pour la galopade.

Récompenses hommes et femmes

Lots à l'arrivée pour tous les participants.
À 12h00 sur place :
classement par équipe corpo.
Sur le 10,2 km (sur 4 coureurs classés).

Les trois premiers des deux courses et les premiers de chaque catégorie récompensés.
À 13h00 : tirage au sort.



Pour les vainqueurs : course des 10,2 km

Les vainqueurs homme et femme, recevront autant de paquets de «biscuits St Michel» que le nombre de kilos qu'ils accuseront sur la balance.

Challenge corporate

1 lot surprise à l'équipe la plus nombreuse sur l'ensemble des courses.

Animation musicale sur le circuit

Restauration sur place / galette saucisse



Les Jardins de l'Océan
Création & Entretien
Création de Jardins de bord de mer
Jean-Luc BARRÉ
Paysagiste
ZAC de la Princetière
44730 Saint Michel Chef Chef
Tél: 06 24 30 74 03

macoretz
SCOP
Construire ensemble
CONSTRUCTION - AGENCEMENT
www.macoretz.fr - 02 40 21 82 90

Mr. Bricolage
BRICOLAGE • JARDIN
DÉCORATION • MATERIAUX
ST BRÉVIN Pornic
02 40 39 04 04 02 40 82 02 27

ELECTRICITÉ
CHAUFFAGE
VENTILATION
CLIMATISATION
CABLAGE INFORMATIQUE
SARL RETAILLEAU
ÉLECTRICITÉ GÉNÉRALE
Bruno RETAILLEAU
Manager
ZAC de la Princetière - 10, rue des Forgerons - 44730 SAINT-MICHEL-CHEF-CHEF
Tél. 02 40 27 85 33 - Fax 02 40 64 96 06 - E-mail: bretailleau@wanadoo.fr

SOPLACOR
PLÂTRERIE • FAÏENCE
CLOISONS SÈCHES
ISOLATION
Bertrand LOUÉRAT
Bernard DOUAUD
ZAC du Pont Neuf - 44320 ST PÈRE-EN-RETZ
06.11.02.23.96 - 06.22.61.90.16 - Fax 02.40.39.27.76
SARL au Capital de 7.774,90€ - SIRET 422 719 278 00026 - APE 4331Z
soplacor@orange.fr

New Diff
communication
Création graphique.
Print.
Signalétique.
Déco véhicule.
Textile.
02 40 04 83 80
newdiff@wanadoo.fr
Parc d'Activités du Pont Béranger
3, rue des frères Lumière
44680 Saint-Hilaire-de-Chaleons
www.newdiff.net

Chauffage • Salle de bains • Energie renouvelable
RGPE
Plomberie
Electricité
ZAC de la Princetière - Rue des Forgerons
44730 SAINT MICHEL CHEF CHEF
Tél. : 02 40 39 49 36 - Fax : 02 40 64 96 06 - rgpe@orange.fr

SERVICES GRIZAUT
Pour vous simplifier le quotidien
Services aux PARTICULIERS
Services aux PROFESSIONNELS

Piolain
lombrie - chauffage
02 40 27 68 11
Energies nouvelles - Couverture - SAV
contact@piolain.fr - 44730 St Michel Chef-Chef

100% PLAISIR !
VIVEZ DES SESSIONS FUNS EN FAMILLE ET ENTRE AMIS !
VOUS ALLEZ ADORER FAIRE DU KARTING !
Tél. 02 40 82 11 12 - www.rkj.fr - info@rkj.fr
Karting de St Michel Chef Chef - 14 rue des forgerons - ZAC de la Princetière

Frédéric MORILLON
PLOMBERIE CHAUFFAGE
Neuf et Rénovation
Fourniture et Posé Matériel
ZAC de La Princetière - Rue des Forgerons
44730 SAINT MICHEL CHEF CHEF
Port. : 06 83 34 86 55 - Fax : 02 40 39 82 11

Ménisierie
KIXEL
Charpente
Auril Christian
06 37 61 87 75
Rouaud Axel
06 86 46 98 52
Ménisierie neuf et rénovation
Agrandissement ossature bois
Cloison sèche
Isolation
Charpente
Bardage
Terrasse
41 La Moustrie
44560 CORSEPT
sarl.kixel@gmail.com



Départ 9h15



organise les 33^e Foulées Micheloises

Dim. 7 août 2022

Ouverture inscriptions 7 mai
(inscriptions sur place)

Saint-Michel Chef-Chef

- Course 10,2 km
- Course 5 km
- Challenge par équipes



Épreuves ouvertes aux licenciés et non licenciés, femmes, enfants et hommes

Épreuves inscrites au calendrier F.F.A.

Organisateurs : Côte de Jade Athletic-Club
Inscriptions : www.timepulse.run
Résultats : cotedejadeac.com



HÔTEL**** RESTAURANT MICHELIN
ANNE DE BRETAGNE
MATHIEU GUIBERT



Ne pas jeter sur la voie publique. Réalisation et impression New Diff communication. Crédit photo Veronique Gullbaud.

MERLET HERYE
Maçonnerie

- Maçonnerie
- Carrelage
- Clôture

HM

hm.maconnerie@gmail.com

27 RUE DE LA LANDE MALBRAIS
44730 ST MICHEL CHEF CHEF

06.01.82.28.30

SARL Gaby GUISSEAU

Chape fluide

06 33 15 14 18
02 40 39 72 44

3, ZA du pont neuf 44320 SAINT PERE EN RETZ
sarlgabyguisseau@orange.fr

www.peinture-labarre.com 06 19 16 07 12 // 02 40 39 20 54

Peinture
Décoration

INTERIEUR // EXTERIEUR // DEMOUSSAGE

Sylvain Labarre

PEINTURE INTERIEURE ET EXTERIEURE // MAILLONNAGE // DEMOUSSAGE // PEINTURE TOTALE // NOUVEAUX SOLS ET MOULDS

Le garde manger
EPICERIE BUVETTE

Yann et Julien 0664257866 / 0668715649 (sms conseillés)
legardemanger@comail.fr

3 D place de l'Eglise
44730 Saint Michel Chef Chef



Règlement



CONDITIONS OBLIGATOIRES POUR PARTICIPER À UNE COMPÉTITION DE COURSES HORS STADE :

Seuls les licenciés FFA pourront présenter leur licence pour s'inscrire sur une course. Les licenciés d'une autre discipline et les non-licenciés devront **obligatoirement fournir un certificat médical d'aptitude à la pratique de l'athlétisme (ou la course à pied) en compétition datant de moins d'un an** ou de sa photocopie.

INSCRIPTIONS* :

Par Internet sur : www.timepulse.run jusqu'à 21h00 le vendredi 05/08

Course de 5 km

Licenciés FFA et FFTRI : 7 € / Non licenciés : 8 €
Sur place licenciés FFA et FFTRI : 10 € / Non licenciés : 11 €

Course de 10,2 km

Licenciés FFA et FFTRI : 9 € / Non licenciés : 11 €
Sur place licenciés FFA et FFTRI : 12 € / Non licenciés : 14 €

*pas de remboursement

ÉPREUVES :

- 5 km | 9h15 : Challenge «Endurance Shop»
1 petite boucle + 1 grande : l'épreuve est réservée aux catégories Minime à Master, hommes et femmes.

- 10,2 km | 10h00 : Challenge « Galettes St Michel »

1 petite boucle + 2 grandes : l'épreuve est réservée aux catégories Cadet à Master.

- 1 km | 11h20 : Galopade

1 petite boucle : réservée aux enfants de 2009 à 2015.

Assistance : pompiers, médecin, secouristes.

Circulation : sur le côté droit de la route. Les organisateurs déclinent toute responsabilité en cas d'incident pendant les épreuves.

Assurance responsabilité civile : les organisateurs sont couverts par une police souscrite auprès du groupe MAÏF.

DROIT À L'IMAGE :

« J'autorise expressément les organisateurs des « Foulées Micheloises » à utiliser les images fixes ou audiovisuelles sur lesquelles je pourrais apparaître, prises à l'occasion de ma participation aux « Foulées Micheloises », sur tous supports y compris les documents promotionnels et publicitaires. »

INFORMATIONS :

Par téléphone : François MERLET, au 06 26 01 03 70 ou
par mail [lesfouleesmicheloises@yahoo.com]
Par Internet : www.timepulse.run
À l'Office du Tourisme : Saint-Michel/Tharon, Square de Jade à Tharon



LES PEPINIERS DU LITTORAL

VENTE AUX PROFESSIONNELS ET PARTICULIERS

102 Route de St Père en Retz
44730 SAINT MICHEL CHEF CHEF
pepiniers-du-littoral2@orange.fr

02 40 64 91 91

TRAVAUX PUBLICS ET PARTICULIERS

- Enrobés, gravillonnage
- Tranchées diverses, Terrassement
- Assainissement

s.a.r.l. Bruno MICHELOT TP

11 bis zone du pont neuf 44320 SAINT PERE EN RETZ
Tél. 02 40 21 85 18 - Port. 06 07 39 78 98
bruno.michelot@wanadoo.fr

PENARD BAHAUD
Menuiserie Charpente Agencement

02.40.21.83.54 - contact@penardbois.fr
Mouchefaite - 44320 Saint Père en Retz

IFP BOIS

- CHARPENTE
- MENUISERIE
- OSSATURE BOIS
- BARDAGE
- RÉNOVATION INTÉRIEUR

Pont Saint Martin - 06 76 53 12 16
ifpbois@gmail.com - www.ifpbois.fr

AS L'ABRI Services
Z.A. La Génère - 44770 La Plaine/Mer

02 40 82 42 52 contact@abriservices.net

Accessoires CARAVANE / CAMPING-CAR
ATELIER de RÉPARATION & REMORQUES
TERRASSES - Toiles Mobil-homes
AUVENTS - Vente et réparation

www.abriservices.net

O Plaisir PISCINE

14 TER AV. DES VINGT MOULINS - 44250 SAINT BREVIN LES PINS

Coordonnées
O-PLAISIR-PISCINE@ORANGE.FR
02 40 39 81 63 - WWW.OPLAISIRPISCINE.FR

ELECTRICITE GENERALE

CHAUFFAGE ELECTRIQUE
CHAUFFAGE CLIMATISATION AIR AIR
VENTILATION • DEPANNAGE

MERLET Nicolas

ST PERE EN RETZ • SAINT MICHEL
nicolas.merlet0335@orange.fr
06 10 49 92 68 • 02 40 21 60 56

Vente de mobil-homes sur location de parcelles
Ouvert toute l'année

Camping **
Lande Malbrais Monsieur Morice
06 32 37 88 36

44790 St Michel Chef Chef France
Tél. 02 40 64 93 45

Ludovic Mariot
Electricien

06 28 91 45 08
02 51 74 22 65
sarlmariotludovic@hotmail.fr

Electricité Générale
Aérothermie

4 impasse des Guiryères - 44770 La Plaine sur Mer

Peinture - Vitreerie - Décoration Sols et Murs
Nettoyage Façades - Traitements de toitures

Didier MORICE

8, rue des Forgerons - Zac de la Princetière Tél./Fax 02 40 27 98 46
44730 ST-MICHEL-CHEF-CHEF Portable 06 81 52 59 30
E-mail : morice.didier@wanadoo.fr - Site : www.moricedidier.com

ATELIERS MELLERIN
Depuis 1998

BOIS ALU - PVC - NEUF ET RÉNOVATION
OSSATURE BOIS - STORES INTÉRIEURS ET EXTÉRIEURS
PORTAILS - CLÔTURES - AUTOMATISMES
CHARPENTE - AGENCEMENT

Z.A.C. de la Princetière - 44730 Saint Michel Chef Chef
Tél. 02 40 27 86 48 - www.ateliers-mellerin.com

ABCarpente
OSSATURE BOIS | MENUISERIE | COUVERTURE

06 34 10 04 67
anthonybegierpro@gmail.com
11 A, rue Alexis Maneyrol | 44320 Frossay

extra S.A.R.L. J.E.S.
Distributeur

• Vente - Dépannage
• Électroménager - Télé Hifi
• Pose d'antennes TV, terrestre et satellite

44120 PORNIC OUEST - Z.I. des Terres Jaries
33, rue des Champs Francs
44730 THARON-PLAGE - 56, av. du Maréchal Foch
Tél. 02 40 64 94 94

FROMENTIN ENTREPRISE

CHARPENTE MENUISERIE

ESCALIERS PARQUETS
AMÉNAGEMENT DE COMBLES
AGRANDISSEMENT ET SURELEVATION

Tél. 02.40.27.82.71 Fax 02.40.27.87.75
www.fromentinentreprise.com
Z.A. Princetière SAINT MICHEL C.C.

PAYSAGISTE

LECUYER ESPACES VERTS

De la Création à l'Entretien de Jardins.

06.64.68.78.35

Roady

Z.A. des Gentelleries
44210 PORNIC
Tél. 02 40 82 68 68

TSN44
TELESKI NAUTIQUE
Saint-Viaud 44

PROFITEZ DU BON PLAN

base de loisirs 44520 Saint-Viaud
Tél. +33 240 391 072 mail: contact@tsn44.com

ENDURANCE SHOP
SAINT-NAZAIRE

RUNNING - ATLE - TRAIL - RAID - TRIATHLON
RUE DES AIGRETTES - 44570 TRIGNAC
(À CÔTÉ DES CUISINES SCHMIDT) - TÉL. : 02 40 88 32 13