

Quimper Footing Loisirs

La course à pied en toute convivialité



SAISON 2023/2024



Quimper Footing Loisirs

La course à pied en toute convivialité



SAISON 2023/2024



Aquathis

l'énergie de votre confort

Quimper Footing Loisirs

La course à pied en toute convivialité



SAISON 2023/2024



Centre commercial

Quimper

Quimper Footing Loisirs

La course à pied en toute convivialité



SAISON 2023/2024



groupe sébaco

**OUTDOOR
INDOOR**



SEBACO

Quimper Footing Loisirs

La course à pied en toute convivialité



Lors de cette année 2023-2024, nous avons assisté à une passation de pouvoir présidentielle au sein du club, Philippe EMIG a confié la gestion du QFL à Loig PLOUGASTEL.

Malgré un début de saison difficile suite au passage de la tempête Ciaran, notre fidèle maillot rouge fut quand même visible sur les sentiers Breton ainsi que sur de nombreuses compétitions.

Le verra-t-ont lors des épreuves des JO ???

Nous sommes toujours aussi présents pour les œuvres caritatives (Kemper'ose, Téléthon), cela fait parti de notre ADN.



Quimper Footing Loisirs

La course à pied en toute convivialité



Voici quelques compétitions auxquelles nous avons participé



Les foulées bleues
17 Septembre 2023
13,6km 11 Participants



Trail du Haut Pays Bigouden
26 Novembre 2023
12km 5 Participants



Foulées Douarneniste
07 Janvier 2024
10km 18 Participants



Course au large
04 Février 2024
13 Km 16 Participants

Quimper Footing Loisirs

La course à pied en toute convivialité



Semi Locronan Quimper
17 Mars 2024
10 Km 5 Participants
21 Km 18 Participants



Trail de la salamandre
1 er Mai 2024
13 Km 9 Participants
25 Km 3 Participants



Trailde Guerledan
18 et 19 Mai
36 km 6 participants
65 km 1 participant



S'ty trail
18 Juin 2023
13 Km 5 Participants
25 Km 4 Participants

Quimper Footing Loisirs

La course à pied en toute convivialité



Nos actions solidaires !

La KempeR'ose le Dimanche 2 Octobre

Comme chaque année maintenant, le Qfl tout habillé de rose est venu montrer son soutien à la KempeR'ose, qui lutte contre le cancer du sein. Au programme beaucoup d'animations, parade des pompiers, groupe de musique, cercle celtique, ...



Quimper Footing Loisirs

La course à pied en toute convivialité



Le Téléthon le week end du 8-10 Décembre

Le vendredi 8 Décembre au soir et le dimanche 10 Décembre au petit matin, le QFL a organisé un trail au profit du Téléthon.

Cette manifestation a rassemblé une quarantaine de coureurs sur les deux jours !! Un beau succès ! On ne lâche rien !!!!



Vendredi 8 Décembre

BOUGEZ

AVEC LE

TÉLÉTHON

Halle des Sports de Penhars
de 19h00 à Minuit

BADMINTON BASKET EN FAUTEUIL BASKET

GOUREN

PASS SPORT TÉLÉTHON 5 €

MARCHE

TRAIL

BOCCIA

FLECHETTES

ESCALADE

AFMTELETHON

FORCET QUIMPER

Orléans-Monts de Bretagne

Ne quittez pas votre tenue de sport

PASS • SPORT TÉLÉTHON

PASS SPORT TÉLÉTHON 5 €

FORCET QUIMPER



Invitation du club de Plomelin par le QFL

Dimanche 26 Novembre nous avons accueilli le club de footing de Plomelin. Ce fut l'occasion de leur faire découvrir les sentiers (Hors forêt) de Quimper.

Beau moment de partage et de convivialité, les parcours proposés ont été appréciés.

Pour conclure cette matinée, nous nous sommes réunis autour d'un pot de l'amitié.



Quimper Footing Loisirs

La course à pied en toute convivialité



Remscheid-Quimper

Du 16 Mars au 18 Mars, nous avons accueilli 10 allemands. Dès leur arrivée le Samedi nous avons partager un bon petit déjeuner en commun ensuite, après une sieste bien méritée, nous avons continué par une balade dans la région Fouesnantaise. Dimanche, place à la compétition avec le semi et le 10Km de Locronan.

Lundi, visite de la cote nord finistérienne, une belle balade bordé de beaux paysages



Quimper Footing Loisirs

La course à pied en toute convivialité



Le 07 Avril 2024 a eu lieu la troisième édition du Ar Meilhou Glaz Trail !!

Après 2 éditions de l'Ar Meilhou Glaz trail couronnées de succès, nous enchaînons sur une 3ème édition tout aussi populaire. Notre record de participation a battu des records !! Jauge atteinte qui aurait pu être largement dépassée !! Une belle réussite !! Un pari réussi suite aux nombreuses contraintes causés par la tempête Ciaran en novembre dernier.

Au programme cette année un 8km, un 14km, des courses enfants et une bonne météo pour courir.

Tout le monde est reparti avec le sourire, grâce a la bonne humeur des bénévoles et des participants. RDV le 6 Avril 2025 !

AR MEILHOU GLAZ TRAIL 7 avril 2024

QUIMPER PLAINE DU MOULIN VERT

Inscription sur Klikego.fr

Trail intermédiaire
14km
8€ - Départ à 9h30

Trail découverte
8km
6€ - départ à 9h45

Courses enfants - 9h50
7-9 ans : 150m
10-11 ans : 1,4 km
12-15 ans : 3 km

Pour plus d'infos > Quimper Footing Loisirs

obelle, Carrefour, CA, immo plus, LE SPORT, SBEC, ems, Aquathis, Le Télégramme, CEADE, bleu

Quimper Footing Loisirs

La course à pied en toute convivialité



Quimper Footing Loisirs

La course à pied en toute convivialité



Quimper Footing Loisirs

La course à pied en toute convivialité



Week-end Club du 17 au 19 Mai 2024

Le 19 Mai 2024 10 QFL ont participé au week-end end club a Séné.

Découverte de la ville de Vannes et des alentours le samedi.

Dimanche place au départ pour le trail de la Sinagote (7km,

14km et 21km), très beau parcours côtier baigné d'un soleil

radieux. Résultat final deux podiums par catégorie pour le club !!

Bravo à toutes et tous !!



La presse en parle !

Mardi 10 Octobre 2023

Quimper Footing Loisirs : le président passe le relais

● Samedi soir, dès le début de la 11^e assemblée générale du Quimper Footing Loisirs (QFL) qui se tenait dans les salons de l'Océania, le président, Philippe Emig, a annoncé qu'il ne briguerait pas de 7^e mandat. Devant les 60 adhérents présents (sur les 151 que compte le club), il a précisé partir serein, dans une bonne ambiance, laissant à son successeur une situation saine et une association « où il fait bon vivre ». « Il est temps pour moi de passer le relais. Je reste au club et j'aiderai mon successeur à prendre ses nouvelles fonctions », a-t-il assuré.

À l'intention des nouveaux arrivants, Philippe Emig a rappelé que des entraînements étaient proposés les mardis soir, jeudis soir et dimanches matin. « Le club n'a pas vocation à former des champions mais chacun reste libre de chercher la performance ».

500 coureurs espérés au Trail du Moulin Vert

En 2023, le club a participé à diverses courses dans les environs, comme à Douarnenez, Locronan, etc. Lors du dernier semi-marathon de Locronan, le club a d'ailleurs reçu des coureurs de Remscheid où plusieurs de ses membres s'étaient rendus à l'occasion de la Röntgenlauf fin 2022. Un accueil qui s'est déroulé avec l'appui du comité de jumelage Quimper-Remscheid.

L'année 2024 est déjà chargée de pro-

jets. Outre les activités traditionnelles, un week-end de courses à Séné (56), ou une sortie famille char à voiles, le QFL organisera « Ar Meihhou Glaz Trail » (Le Trail du Moulin-Vert). Cinq cents coureurs sont espérés sur la ligne de départ (ils étaient 400 en 2023).

En fin de séance, Michel Bléas, Hélène Jan, Mathilde Droal, Mickael Lamouche et Madeleine Menand ont été élus au conseil d'administration. Il se réunira sous quinzaine pour élire le nouveau président.



Au terme de six années de présidence, Philippe Emig entend passer le relais dans de bonnes conditions, il reste au conseil d'administration.

Vendredi 20 Octobre 2023

Loig Plougastel succède à Philippe Emig à la tête du Q footing loisirs

● Mercredi soir, à la maison de quartier du Braden à Quimper, le conseil d'administration du Quimper footing loisirs (QFL) a procédé à l'élection du nouveau président. Loig Plougastel au club depuis dix années succède à Philippe Emig qui, au terme de six ans de présidence, a décidé de passer le relais. « Je quitte la présidence d'un club en bonne santé. Au terme de ces six années, j'ai pensé qu'il valait mieux s'en aller, avant d'y être invité. J'en sors grandi », a assuré Philippe Emig. Loig Plougastel, plagiant un célèbre débat présidentiel lui a répondu : « Vous êtes un homme du passé Monsieur le président ! »

Après des éclats de rire, plus pragmatique le nouveau président a déclaré : « J'espère faire aussi bien que mes deux prédécesseurs Gérard Péron et Philippe Emig. Le



Passation de pouvoir au QFL dans la bonne humeur. À droite Loig Plougastel qui succède à Philippe Emig à gauche.

club nous apporte beaucoup, à chacun de nous en retour, de lui apporter quelque chose ». Ont été élus au bureau : Alexandra Godreu, trésorière, Catherine Biliec secrétaire et Vincent Le Borgne responsable des adhésions.

Samedi 16 Mars 2024

Six coureurs de la ville jumelle de Remscheid, en Allemagne, au semi-marathon Locronan-Quimper

T Article réservé aux abonnés

Le 16 mars 2024 à 17h33

C'est une tradition depuis plus de vingt ans : des administrés de la ville de Remscheid, en Allemagne, jumelée à Quimper, viennent régulièrement participer à une course à pied. Six vont s'attaquer ce dimanche à celle de Locronan-Quimper.



Photo souvenir à l'arrivée, samedi, lors de la reconnaissance du parcours. Au centre (en chemise bleue), Lolg Plougastel, aux côtés de Bern Fiedler.

Dimanche 24 Mars 2024

3e trail du Moulin-Vert de Quimper : les réservations vont déjà bon train

T Article réservé aux abonnés

Le 24 mars 2024 à 19h12



Quelques-uns des 80 bénévoles qui vont gérer ces courses étaient à l'espace associatif afin de « prendre les consignes ».

Quimper. Le 3e trail du Moulin-Vert a lieu dimanche 7 avril

Le Ar Melou Glaz Trail espère attirer 500 coureurs en quête de nature autour de Quimper (Finistère).

 Ouest-France

Publié le 28/03/2024 à 08h45



La montée vers la route de Guenqat sera l'une des difficultés des parcours. | OUEST-FRANCE

Côté Quimper le 3 Mars 2024



TRAIL

Deux beaux parcours pour découvrir la campagne

Vous voulez découvrir la campagne quimpéroise et des points de vue magnifiques sur Quimper ? Le meilleur moyen est de s'inscrire au Ar melhou glaz trail dimanche 7 avril. Le Quimper footing loisirs, association organisatrice, a tracé deux parcours de 8 et 14 km qui démarreront et s'achèveront dans la plaine du Moulin-Vert.

Entretemps, les coureurs vont découvrir les cotreaux du monastère, le bois de Kermabeuzen, le bois de Keroyen, la chapelle Saint-Canogan...

500 COUREURS ATTENDUS

« En raison de la tempête Claran, nous avons dû redessiner en partie les deux parcours. Ils sont bien vallonnés : il y a près de 200 m de dénivelé positif dans le 8 km et 350 dans le 14 km. Cela reste tout de même accessible au plus grand nombre », affirme Stéphane Rocuet en charge des parcours.

Pour cette troisième édition d'Ar melhou glaz trail, les organisateurs attendent 500 coureurs, soit 100 de plus que l'année dernière. À ceux-ci s'ajoutent les enfants qui pourront courir dans l'une des trois courses (50 m, 1,5 km et 3 km) organisées dans la plaine du Moulin-Vert dans la matinée.

Dimanche 7 avril - 14 km à 9 h 30, 8 km à 9 h 45 au départ de la plaine du Moulin-Vert. Inscritions: www.kiloga.fr
ou sur place le 6 et le 7 avril. Tarif: 6 et 8 euros.

13 Côté Quimper - kiloga.fr - Du mercredi 3 au mardi 9 avril 2024

Mardi 26 Mars 2024
Le télégramme

Le Quimpérois Michel Bléas participera au Marathon pour tous des Jeux olympiques de Paris 2024

T Article réservé aux abonnés

Le 26 mars 2024 à 12h00

Michel Bléas, coureur du Quimper footing loisirs, va participer au Marathon pour tous des Jeux olympiques de Paris 2024, le 10 août. Une consécration pour le sportif de 54 ans, qui a relevé de multiples challenges pour obtenir son sésame, jusqu'à quitter le repas de Noël pour effectuer 7km de course à pied !



Michel Bléas, 54 ans, toujours prêt à « avaler une dizaine de kilomètres », comme ici lors de l'ultra trail des monts d'Arrée, va courir à Paris le Marathon pour tous à l'occasion des Jeux olympiques de Paris 2024.

Samedi 6 Avril 2024
Le télégramme

Ar Meilhou Glaz Trail-Kemper : la victoire pour Aodez Le Fourn et Olivier Le Damany ?

T Article réservé aux abonnés

Le 06 avril 2024 à 07h03

Aodez Le Fourn et Olivier Le Damany partiront sur Ar Meilhou Glaz Trail-Kemper en tant que favoris.



Le télégramme 7 Avril 2024

500 coureurs au départ de l'Ar Meilhou Glaz Trail

Hier, 500 coureurs ont pris le départ de l'Ar Meilhou Glaz Trail, confirmant le succès de cet événement organisé par Quimper Footing Loisirs.

• La troisième édition de l'Ar Meilhou Glaz Trail (le trail du Meilhou-vent) a eu lieu hier, au départ de la plaine de Prateyer, près de la maison de quartier. Record battu au départ, puisqu'ils étaient 500 sportifs à s'élancer sur deux circuits autour du quartier, 320 pour 14 km et 180 pour 8 km. Un record, ils étaient 350 ! Une belle affluence qui montre l'importance que prend cette jeune course, indépendante, ne comportant pour aucun challenge, contrairement à l'enjeu que présentent les anciennes « Boucles du Steir » qu'elle a en quelque sorte remplacées. Mais les organisateurs du Quimper Footing Loisirs, qui avaient limité cette édition à 500 participants, comptent déjà revoir le tout... en plus grand !



• L'émoussillage sur la passerelle de Prateyer, au-dessus du Steir, un goudet qui ralentit obligatoirement les trailers.



• Au micro, Jean-Luc Gestin, a mis en avant le travail de la centaine de bénévoles. Le président, Long Ploagastel, et son équipe, ont connu des difficultés dans la préparation de cette édition en raison des conséquences de la tempête et des inondations, dans le secteur du Steir.



• Le podium féminin de la course de 14 km avec Orléane Le Guennec (3^e à gauche), Aude Le Fourn (1^{re} au centre) et Victoire Alison (2^e à droite), félicitées par Christelle Quinié, adjointe aux sports.

Et de trois pour Olivier Le Damany à Quimper

Article réservé aux abonnés

Le 07 avril 2024 à 17h49

Les favoris ont bien tenu leur rang, dimanche matin, à Quimper à l'issue de la course des 14 km d'Ar Meilhou Glaz Trail. Aude Le Fourn et Olivier Le Damany comme prévu n'ont pas eu d'adversaires à leur mesure. Les deux Guengatés ont fait cavalier seul.



Olivier Le Damany s'est imposé pour la troisième fois consécutive. (Photo Pierre L'Horizon)

Dimanche 7 Avril 2024
Le télégramme

Licencié au Quimper footing loisirs, Mathieu Choaler se lance sur les 100 km de l'Ultra Marin

T Article réservé aux abonnés

Jeudi 27 juin 2024 Le télégramme



Par [Anne-Marie Quémener](#)

Le 27 juin 2024 à 17h00

Licencié au Quimper footing loisirs, Mathieu Choaler se lance le défi - pour ses 40 ans - de courir les 100 km de l'Ultra Marin. Départ vendredi 28 juin, à 11 h, à Sarzeau, et arrivée prévue dix à quinze heures plus tard, à Vannes.



Mathieu Choaler s'est lancé un défi : courir une épreuve d'au moins 100 km l'année de ses 40 ans.

Quimper Footing Loisirs

La course à pied en toute convivialité



Toute l'équipe du Quimper Footing Loisirs vous remercie pour votre soutien et pour l'intérêt que vous portez a notre association !





Contact



qflphotos@gmail.com



<http://www.quimperfootingloisirs.fr>



Quimper Footing Loisirs



Ar Meilhou Glaz Trail – Kemper



@ArMeilhouGlazTrail