

> Aujourd'hui

URGENCES**SANTÉ**

Urgences médicales : tél. 15.

Pharmacie de garde : après 19 h 30, tél. 32.37 (0,34 € la minute).

SÉCURITÉ

Police-gendarmerie : tél. 17.

Pompiers-Smur : tél. 18 (112, d'un portable).

SERVICES

ERDF : tél. 0.810.333.122. GRDF : tél. 0.800.47.33.33.

Eau assainissement : tél. 02.96.37.00.07.

PRATIQUE**MÉDIATHÈQUE**

De 10 h à 18 h, 2B, rue de Kérampont.

ESPACE AQUATIQUE

Ouvert de 14 h à 19 h.

LE TÉLÉGRAMME

Rédaction et publicité: 6 bis, allée du Palais-de-Justice,

tél. 02.96.37.42.79 ; lannion@letelegramme.fr

Avis d'obsèques: tél. 0.810.811.046 ; fax 0.820.200.538.

Ventes, portage à domicile: tél. 0.810.811.046 ; fax 0.820.200.538.

Vente de photos aux particuliers: de 13 h 30 à 15 h 30,

tél. 02.98.86.54.41 ou ventesphotos@letelegramme.fr

Miss Côtes-d'Armor.**Les billets sont en vente**

Les billets sont en vente pour assister à la soirée d'élection de Miss Côtes-d'Armor, qui aura lieu mardi 13 avril, à partir de 20 h, à la salle des Ursulines.

Cette soirée sera organisée par le Lannion FC, en collaboration avec le comité Miss France. La présence de Geneviève de Fontenay est annoncée.

Deux tarifs sont proposés: des tables « prestige » pour six personnes, proches de la scène, avec consommations compri-

ses, à 150 €; et des places à l'unité, au prix de 15 €.

Pour les tables « prestige », il convient de s'adresser directement au siège du LFC, au stade René-Guillou (tél. 02.96.37.53.93).

Les autres places sont en vente dans les lieux suivants: Centre Leclerc, route de Perros-Guirec, Intermarché Saint-Marc, Café d'Aiguillon, Impressions, et au siège du club (mais pas à l'office de tourisme, comme annoncé précédemment).

> Enseignes et vitrines

Aménagement bois. La touche décorative de Frédéric Le Gall

À travers sa société Atout bois design, Frédéric Le Gall se consacre à l'aménagement bois intérieur et extérieur des maisons.

Des pièces uniques, originales et accessibles à tous, c'est ce que propose Frédéric Le Gall. Ce Lannionnais d'origine, âgé de 34 ans, vient de se lancer comme menuisier décorateur, sous le nom de société « Atout bois design ». Issu d'une famille de charpentiers menuisiers, il est fort d'une expérience de près de dix ans dans la construction bois dans l'Océan Indien (La Réunion et l'île Maurice). De retour en Bretagne depuis avril 2009, il souhaite surtout développer sa créativité en se consacrant à l'aménagement bois intérieur et extérieur des maisons.

Il crée des terrasses, des pergolas, des kiosques, des chemins et autres mobiliers de jardins sur mesure. Il offre surtout com-

me nouveauté la gravure sur les portes isoplanes (standards). À moindre coût, il les transforme en véritable tableau design. « Je peux même créer un décor mural en y intégrant les portes, précise-t-il. Mon idée est de mettre le design à la portée de tous. J'ai développé des outils spécifiques pour réaliser des formes géométriques parfaites. » Plus classiquement, Frédéric Le Gall réalise la pose de parquets, lambris ainsi que l'installation de cuisine.

> Contact

Atout bois design,
logement G13,
3, rue Jean-Lanjuinais,
22300 Lannion.
Tél. 06.75.34.65.90.
E-mail: atoutbois@live.fr

Run and Bike.
Septième édition le 7 mars

Le chiffre 7 plane cette année sur le Run and Bike organisé par le Lannion Triathlon. Sa septième édition aura lieu dimanche 7 mars, à Trébeurden. Il est temps de s'inscrire.

Un sur le vélo, un autre qui court, puis on se relaie : tel est le principe du « run and bike ». Rendez-vous dimanche 7 mars à Trébeurden.



« Sept ans déjà », sourit Vincent Lemaire. Voilà sept ans que le Lannion Triathlon popularise le « run and bike », mélange de course à pied et de VTT.

La formule a du succès: l'an passé, 80 équipes de deux athlètes s'étaient élancées sur les différents parcours proposés autour de Penvern, à Trébeurden.

Trois courses à partir de 10 ans

Pour 2010, rendez-vous le dimanche 7 mars. Le lieu ne change pas et les parcours non plus. Une course de 13 km sera proposée aux enfants âgés de 10 à 13 ans, sans droit d'engagement.

« C'est gratuit. Mais c'est bien

de penser à s'inscrire et à fournir un certificat médical. Cela évite de l'attente le jour J », précise Vincent Lemaire, chargé de l'organisation.

Les plus grands ont le choix entre deux épreuves: une course de découverte de 9 km, à partir de 13 ans, « accessible au jogger du dimanche », assure Vincent Lemaire; et la course des as, longue de 15 km, à partir de 15 ans, destinée à des sportifs qui ont une pratique régulière. Toutes les courses sont mixtes.

Un don à la Rando Muco

Il est demandé aux participants un droit d'engagement, plutôt

modeste, de 6 € par personne (pour ceux qui règlent par avance) et de 7,50 € pour ceux qui attendront le jour J.

Une partie de ces sommes sera reversée au profit de l'association Rando Muco. « On a remis 300 € l'an dernier. Cette année, on s'engage à verser au moins 1 € par inscrit. Mais on espère faire plus », annonce Vincent Lemaire.

Il ne reste donc plus qu'une dizaine de jours pour se préparer à cette discipline particulière. « Pédaler et courir, ce n'est pas le même effort. Ce ne sont pas les mêmes muscles qui sont sollicités. Il faut former des équipes équilibrées et travailler les

transitions », conseille Vincent Lemaire.

> Pratique

Le bulletin d'inscription est disponible sur le site internet:

<http://lanniontriatlon.free.fr>

Il est à adresser à Vincent Lemaire, Torr Avel, rue de Veades, 22560 Trébeurden, accompagné d'un certificat médical et du règlement.

Le 7 mars, accueil des participants et inscriptions de dernière minute, à partir de 9 h 30.

Départ de la course des jeunes à 10 h et des courses adultes à 10 h.

CFE-CGC. Le bureau de l'union locale renouvelé

L'union locale CFE-CGC a récemment renouvelé son bureau. Il se compose comme suit, de gauche à droite sur la photo: Andrée Kergall, vice-présidente; Yannick André, secrétaire général adjoint; Raymonde Guillaume, présidente; Alain Guimmaume, trésorier; Yves Ruello, secrétaire général.

Le syndicat assure une permanence le dernier samedi de chaque mois (sauf vacances scolaires), de 10 h à 12 h, au 13, place des Patriotes.

Tél. 02.96.46.44.15; courriel: cfe-cgc.ullannion@orange.fr



> Infos-service

CLUB DE RENCONTRES. Il organise une soirée dansante, pour toutes les personnes seules, demain, à partir de 21 h, à Buhulien. Contacts: tél. 06.83.46.33.90 ou 02.96.45.55.91.

ASSOCIATION DES AMIS DES PLAGES DE BEG LÉGUER. L'assemblée générale se tiendra demain, à 18 h, au centre aéré.

Ordre du jour: règlement de la cotisation annuelle de 10 €,

cinquantième de l'association. À 19 h 30, un buffet campagnard sera offert aux adhérents.

Contact: Francis Guyomard, tél. 02.96.47.22.80.

AMÉNAGEMENT DES RUES PIÉTONNES. La troisième tranche de travaux de rénovation des rues piétonnes Dugesclin et de la Tour d'Auvergne, va débuter lundi. Le chantier devrait être achevé pour le 9 avril.

> À savoir

CONTES LES DISEURS DE MOTS, DEMAIN, À SAINT-ELIVET

Les Diseurs de Mots proposent leur rendez-vous mensuel de conte, demain, à 18 h, au centre Saint-Elivet. Nicolas, Catherine, Mireille et Bernadette conteront des histoires pour petits et grands. Entrée libre.

La gastronomie bretonne

sur www.bretagne.com