

CALENDRIER DES COURSES DU 1^{er} AVRIL AU 31 JUILLET 2017-

En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon

En violet, BONUS

AVRIL 2017

TRAIL NOCTURNE DES ABELLES 9,450 KM ROQUEBILLIERE (06)

SAMEDI 01/04 2017 - **Organisateur :** . - Renseignements: Mairie ☎ 04.93.03.60.60 - traildesabeilles@gmail.com Contact : ☎ 06.30.45.54.02 – 06.15.81.48.50 contact@vesubietrailclub06.com Info sur site www.vesubietrailclub06.com . Remise des dossards à 18H sur la place du village à Roquebillière. Départ : **horaire à confirmer** de la place du village et arrivée sur la place – Engagement : 12€ – Frontale, camelbak, sifflet ou téléphone et vêtement chaud obligatoires, ravito à l'arrivée. Challenge Allianz Vésubie Tinée.

LE CALVAIRE ANTIBOIS 10KM D+200m ANTIBES (06)

DIMANCHE 02/04 2017 - **Organisateur:** .ASOA Antibes, Contact athlanti2@club-internet.fr J Claude Ranieri ☎ 06.23.64.60.76 – 06.68.60.05.95 Départ plage de la Salice parcours par cap d'Antibes, chapelle Notre Dame, phare de la Garoupe. Départ 9h, Engagement 12€, inscriptions sur www.jmgchrono.com

COURSE DES CHOUCROUNS 14 KM LES ARCS (83)

DIMANCHE 02/04 2017 Contact : nico041282@gmail.com ☎ 06.62.99.41.40 COURSE des chancrouns. Départ 10h place Paul Simon 83460 LES ARCS SUR ARGENS profil de la course : Course nature avec un mélange de trail urbain , une marche de 8km 15 sera organisée départ 10h05 cet événement est organisé à but caritatif le prix de la course 15 euro et la rando 10 euro Le flyer sera édité début Janvier

LES FOULEES DU LAC 13,2 KM +MNordique MONTAUROUX (83)

DIMANCHE 09/04 2017 **Organisateur:** E.P.F.Athlétisme – epfathle@fre.fr - Renseignements au ☎06 72 87 12 80 et 06 71 22 63 24 – contact@epfathle.fr Bulletin téléchargeable sur www.jsdcourse.com – inscription sur www.sportif.com Cette épreuve se court en individuel ou en relais par équipe de 3 – Départ: 9h30 aux Estérêts du lac – Arrivée au collège de Montauroux – navettes pour se rendre au départ – Engagement: 13€ en individuel ou 25€ en relais de 3 coureurs (prix de 2016) – Course nature sur les rives du lac de St Cassien PLUS marche nordique– *Comment s'y rendre: prendre l'A8, direction Aix ; sortie N° 39 Les Adrets, Fayence, Lac de St Cassien – On accède aux Estérêts du lac en quittant la D37 à l'extrémité sud du lac de St Cassien.* **Nombre d'arrivants en 2013: 216 --- Spiridoniens: 41:**

TRAIL HERMES 10 - 20 - 35 KM FREJUS (83)

DIMANCHE 9/04 2017 Contact : Brenier Yves ☎ 06 60 04 89 55 catherine.brenier@bbox.fr <http://www.amslfrejus.com> 3 courses, 1 marche Nordique chronométrée, 1 randonnées pédestres et un parcours pour les enfants vous attendent dans le cadre somptueux de l'Estérel, à travers des parcours innovants, dans une ambiance sportive, conviviale et festive. L'événement est organisé par L'AMSL FREJUS . Un programme très varié a été élaboré pour que l'événement soit sportif mais aussi une fête des activités pédestres de pleine nature. Il y a 3 Trails au programme, pour tous les niveaux et avec des formules variées : 8h30 : départ du TRAIL 35km - Départ et arrivée Parc de la chapelle Cocteau , 9h : départ du TRAIL 20 km - (1000m D+). 9h30 : départ du TRAIL 10km. (500m D+) des randonnées pédestre et de la marche nordique. Départ et arrivée Parc de la chapelle Cocteau. **Inscriptions :** En ligne sur le site www.sportifs.fr et ce jusqu'au 8 avril 2017 inclus. Par courrier et ce jusqu'au 8 avril 2017 inclus : Sur le bulletin téléchargeable sur : Google.trailhermes ou sur internet : <http://trailhermes.wixsite.com/trailhermes-esterel/presentation> Sur le stand inscriptions sur place, le dimanche 9 avril (à vérifier car non confirmé) avec une majoration du tarif d'inscriptions (aucune inscription et modification ne sera prise par téléphone, voir bulletin d'inscription). Tarifs : Le prix comprend l'inscription aux courses, l'accès aux ravitaillements, le Tee- shirt (pour les courses adultes) - TRAIL 35 km : 16€ jusqu'au 31/01 puis 20€ jusqu'au 15/03, puis 24jusqu'au 6/04 et 30 après. - TRAIL 20 km : : 12€ jusqu'au 31/01 puis 16€ jusqu'au 15/03, puis 18jusqu'au 6/04 et 20 après.- TRAIL 10 KM : : 6€ jusqu'au 31/01 puis 8€ jusqu'au 15/03, puis 10jusqu'au 6/04 et 15 après. Paella partie en supplément 10€

7emeTRAIL DE MOULINET ANNULE MOULINET (06)

DIMANCHE 09/04 2017 - **Organisateur:** l'Association Sportive Moulinoise : Dominique Marca marca.jean-claude@orange.fr – ☎ 06.31.38.16.79 – Contact: Jean Louis Belmon : jlbeldon0607@gmail.com ☎ 06.87.21.64.21 – Inscription en ligne sur le <http://sportif.com/> ou par courrier et téléphone JL Belmon, Bulletin téléchargeable sur www.traildemoulinet.fr – Départ place du village: 10h00 – Engagement: 16€ course + pasta partie – Epreuve sur pistes forestières et chemins de montagne, en semi autosuffisance - D+1220m de dénivelé – *Comment s'y rendre: Moulinet se situe dans la vallée de la Haute Bévéra, entre Sospel et Turini, dans l'arrière pays Mentonnais*

SIGNES TRAIL 11,5 - 24 - 48 KM SIGNES (83)

SAMEDI 8 DIMANCHE 9/04 2017 Contact : davidcesca@sfr.fr 06.73.18.55.92 toutes infos sur site signestrail.fr et www.trailsdeprovence.fr ou www.jsdcourse.com Inscriptions sur www.chronosport.fr , par courrier et sur place si dossards disponibles. **Samedi** 8/04, 11Km départ 17h engagement 10€ jusqu'au 2/04 et 15 après. **Dimanche** 9/04, 48Km départ 8h engagement 45€ jusqu'au 2/04 et 55 après. 25Km départ 9h15, engagement 25€ jusqu'au 2/04 et 30 après

CALENDRIER DES COURSES DU 1^{er} AVRIL AU 31 JUILLET 2017-

En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon **En violet, BONUS**

COURSE POUR LA VIE 7et14KM OLLIOULES CHATEAUVALLON (83)

DIMANCHE 09/04 2017 Contact : ☎ 06 03 76 33 51 emile.hanna83@gmail.com ROTARY TOULON
Infos sur site www.rotaryclubtoulon.com Denis Bensimon 06.09.87.55.30 Inscriptions : Endurance shop Toulon et Emile Hanna 36 impasse du Liban 83200 Toulon et sur place le jour même. Départ à Chateavallon théâtre de verdure. Retrait des dossards à partir de 8h et départ course 9H30 . Tarif : 12€ et 15 le jour même.

TRAIL DES LUCIOLES BY NIGHT 13 - 21 KM ROQUEBRUNE/ARGENT (83)

SAMEDI 15/04 2017 - **Organisateur** : l'Association athlétique contact@traildeslucioles.fr - **Epreuve nocturne** Renseignements : Association Athlétique ☎ 06.79.06.62.91 - Inscriptions : exclusivement en ligne sur le site www.traildeslucioles.fr jusqu'au 10/04 (limitées à 500 dossards) - Départ : 21h - Engagement : 15€ (repas en supplément : 10€) - Majoration des inscriptions après le 12/04 pour tout dossier incomplet. Egalement 3 parcours rando (infos sur www.as-cs.fr)..

NICE HARIBO 2 - 5 KM NICE (06)

SAMEDI 15/04 2017 - **Organisateur** : Azur Sport Organisation mail@azur-sport.org : ☎04.93.26.19.12

SEMI-MARATHON INTERNATIONAL 10 - 21.1 KM NICE (06)

DIMANCHE 16/04 2017 - **Organisateur** : Azur Sport Organisation mail@azur-sport.org : ☎04.93.26.19.12 - Renseignements + bulletin téléchargeable sur www.nicesemimarathon.com - Départ 10 et 21,1km à 9h Allianz Riviera inscription en ligne sur site. Aucune inscription le jour de la course

TRAIL DE MOISSAC BELLEVUE + marche 15 KM MOISSAC-BELLEVUE (83)

DIMANCHE 16/04 2017 - **Organisateur** : Thierry FAGIANO ☎06.77.31.94.31 thierryfagiano@sfr.fr Il y aura : 10 kms marche, 15 km trail. Départ de la salle des fêtes de Moissac Départ du 15 kms à 9h00. Départ du 10 km à 9h15 . Départ du 10 km marche 9h30. Tarifs du 15 km sans repas 15€ et 20 avec repas, 10 km marche sans repas 12€ avec repas 17€. Repas accompagnateur sur réservation 8€. **Pas de repas sans réservations.** Café offert le matin et bière offerte à l'issue de l'épreuve. Contact pour les inscriptions soit par téléphone 0677319431 thierry soit par mail thierryfagiano@sfr.fr Pas de majoration pour les inscriptions de dernières minutes. Récompenses toutes catégories pour le 15 et uniquement 1er masculin 1ere féminine pour la marche. Parking assuré devant la salle des fêtes

MONTEE DU FARON 10,650 KM TOULON (83)

DIMANCHE 16/04 2017 - **Organisateur** : Association Organisation Faron Pédestre - Renseignements, Lepreux Jacques ☎ 04.94.27.33.74 et 06.72.15.88.17 : lepreux.jacques@orange.fr Lepreux Patricia : 06.89.55.51.76 lepreux.patricia@gmail.com - inscriptions : magasin Terre de running à Toulon ☎04.94.91.66.37 et sur www.kms.fr jusqu'au 15/04, par courrier jusqu'au 13/04, sur place le 16/04 jusqu'à 9h au gymnase des lices. Départ : 9h30 de l'Av de la victoire du 8 mai 1945 (prés jardin des lices) pour une arrivée tour Beaumont au mémorial Faron. Navette pour vestiaires, retour par téléphérique à prix spécial course - Engagement : 10€ - le jour même : 12€ dont 1€ versé au secours populaire qui fêtera ses 70 ans.

COURT METRAGE international Triathlon CANNES (06)

DIMANCHE 16/04 2017 - **Organisateur**: New dream Cannes 06. ☎ 06 32 61 38 61- mickael@cannes-international-triathlon.com contact@ndca.fr Court métrage 16km à cannes le 17/04/2017. Départ 8H, boulevard de la Croisette à proximité du square verdun (à proximité du palm beach). Inscription sur www.cannes-international-triathlon.com Mail à : contact@ndca.fr . récompenses pour le scratch et catégories, t-shirt technique

TOUR DU LAC DE CARCES 15,3 KM CARCES (83)

LUNDI 17/04 2017 - **Organisateur** : Athlétique Club Carçois . Contact : Jean Mmarc Guichard 06.03.04.64.18 04.94.04.51.36 - Inscriptions : ☎04.94.59.93.32 Athlétique club Carçois et 04.94.04.59.76 office du tourisme ; par retour bulletin, téléchargeable sur www.carces.fr (rubrique Loisirs et vie Associative puis Associations sportives et Athlétique Club Carçois) ; par mail athletic.club.carcois@gmail.com ; en ligne sur www.chronosports.fr - Départ 14h30 du hameau des vigneron, Engagement 14€.

TRAILS DES BALCONS D'AZUR 25 - 46 et 79KM MANDELIEU (06)

SAMEDI 22 et DIMANCHE 23/04 2017 - **Organisateur** : Solidarité France Afrique et CG Sport Even - contact : ☎06.99.20.39.49 - 06.61.68 44.48 filoude@orange.fr philippe.cordero@traildazur.com
- DEPART Esplanade du port de Mandelieu la Napoule, ARRIVEE : idem - **Samedi 22/avril** : petit TBA 25KM départ 14H00. **Dimanche 23 avril** L'UTBA, 79KM départ 5H00, le TBA, 47KM départ 7H00 Lle défis départ 9h Inscriptions : bulletin téléchargeable et tous renseignements sur www.traildazur.com ou en ligne sur www.active.com - **Engagement** : Pour le petit TBA 25 km : «30 €. Pour le TBA 47 km : 50 € Pour l'UTBA 80 km : 80 € Pour le défi des Balcons d'Azur (P'tit TBA + UTBA) : 100 €

CALENDRIER DES COURSES DU 1^{er} AVRIL AU 31 JUILLET 2017-

En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon **En violet, BONUS**

COURSE DE LA GARDE 10 KM LA GARDE (83)

DIMANCHE 30/04 2017 - **Organisateur** : AJS La Garde Athlétisme - Service des sports 04.94.84.32.40 - Contact : Michel Schleger : ☎06.87.09.92.66 michelschleger@orange.fr - bulletin téléchargeable sur www.jsdcourse.com - Départ : 9h00 pour la course et pour la marche , Av Jean Jaurès devant le stade Accusano, arrivée place de la République - Engagement : 12€ et 15€ le jour même avant 8h15 dans la limite des dossards disponibles Inscription par courrier avant le 20/04 à Maison des associations case N° 27, 95 rue Marc Delage 83130 La GARDE avec chèque de 12€ à l'ordre de « AJS La Garde Athlétisme » et certificat médical. Chez Endurance Schop ZI Toulon Est Le Panorama 151 av Alphonse Lavalée 83130 La Garde. Par internet www.chronosport.fr

SEMI MARATHON International D'EZE ANNULE EZE (06)

DIMANCHE 30/04 2017 - **Organisateur**: 06.27.87.90.55 Toutes les informations au sujet du semi-marathon International d'Eze sont sur le site : www.semi-marathon-eze.com Possibilité de faire le 21Km par équipe de trois. Pour vous inscrire, rendez vous sur le site de l'épreuve, onglet «inscriptions» ou alors voici le lien : <http://booking.azurtriathle.com> Départ du semi à 9h30 du fort de la Revère et arrivée au col d'Eze, départ du 10Km à 10h15 du col d'Eze et arrivée col d'Eze. Navette vers départ pour le semi. Engagement 10Km, 15€ jusqu'au samedi 31 décembre 2016 inclus 20€ du 1er janvier 2017 au 31 mars 2017, 25€ du 1er avril 2017 au 29 avril 2017. Engagement du semi : 20€ jusqu'au samedi 31 décembre 2016 inclus, 25€ du 1er janvier 2017 au 31 mars 2017, 30€ du 1er avril 2017 au 29 avril 2017

ROQ 4 TRAIL 13 KM ROQUEFORT LES PINS (06)

DIMANCHE 30/04 2017 - **Organisateur**: Athletic Philippides 04.92.60.35.00 Renseignements 06.07.17.87.39 www.ville-roquefort-les-pins.fr www.athleticphilippides.com marc.chatron-colliet@orange.fr ou pottierbernard06@orange.fr Engagement 12€ et 14 le jour même, inscription par retour bulletin ou sur site Philippides ou sur www.sport-up.fr . Départ du centre village à 10h.

ASCENSION DU COL DE VENCE 11.8 KM D+ 620M VENCE (06)

DIMANCHE 30/04 2017 - **Organisateur** : ASPTT Nice et Vence Course à pied Raymond Sanchez raymond.sanchez3@wanadoo.fr - Renseignement : ASPTT Nice : ☎06.88.70.66.06 - 06.83.67.01.41 04.97.00.19.19- Inscriptions : Sur www.sport-up.fr par retour bulletin téléchargeable sur www.ascensioncoldevence.com ; ou à déposer chez Twinner Sport à Saint-Laurent du Var ou à l'Office du Tourisme de Vence et en ligne sur www.sport-up.fr (date limite le 01/05) - Départ : 9h00 de la place du Grand Jardin - Engagement : 12€ et le jour même : 15€ - Course limitée à 600 participants - Pas d'inscription par téléphone

MAI 2017

RONDE DES COLLINES NICOISES 18.2 KM NICE-ST ISIDORE (06)

LUNDI 01/05/2017 - **Organisateur** - ARCN- 04.93.64.28.18 - **Inscriptions et renseignements** : en ligne à partir du site www.spiridon-cote-azur.com , chez Endurance Shop 3 rue Chauvain à NICE, par courrier à ARCN Le Verdon D, 10 Avenue du domaine du Loup 06800 Cagnes sur Mer. Retrait des dossards , chez Endurance Shop 3 rue Chauvain à NICE le samedi 30 avril de 10h à 18h et sur place, à partir de 7h le jour de la course. Arrêt des inscriptions **EFFECTIF** quota dossards atteint - **Départs** : 8h30 Marcheurs (durée maximale : 4h30) - 9h45 Coureurs (durée maximale : 3h00) 10h00 Course Enfants (inscription gratuite, accord parental obligatoire) - **Engagement course et marche** : 26€ repas compris - accompagnateur : 10€ - Pas d'inscription le jour de la course,- Ravitaillements festifs - Le poids des vainqueurs femme et homme en vins de Bellet AOC. Tirage au sort exceptionnel !!! - Meilleurs déguisements primés.

COURSE NATURE DES 3 FORTS 11.1 KM TOULON MONT FARON (83)

LUNDI 01/05/2017 - **Organisateur** : USAM Athlétisme Toulon - <http://www.sam-toulon-athle.com/> Contact : Paoli Serge usamtoulonathle@orange.fr ☎06.88.39.49.46 04.94.66.27.80 06.08.03.43.67 ou 06.26.47.48.01 - Inscriptions : par retour bulletin avant le 28 avril à USAM 95 Av des routes 83200 TOULON - au magasin « Terre de Running » ex Jogger à Toulon centre ville - Pas d'inscription par mail. Départ : 9h30 Tour Beaumont (Mémorial du Mont Faron)- Engagement : 12€ et le jour même : 14€ ; **Nouveauté** : **Marche nordique de 7Km** gratuite départ 9h -

AURELIEN TRAIL ET C.N.AURELIENNE ANNULE ST MAXIMIN (83)

LUNDI 01/05/2017 - **Organisateur** : St Maximin Athlétic Club - contact : smac83470@gmail.com

Course nature Trimara 10 KM MONTAUROUX (83)

SAMEDI 06/05/2017 - **Organisateur** : Contact Laurent Urban : ☎06.95.59.39.67 aps.events@free.fr Renseignements sur site internet : <http://www.trimarace.com/> et au 04.94.39.88.88. Les inscriptions : <http://www.timingzone.com/apps/competitions-detail.php?id=288> Course nature : 10km départ 17h Prix : 12€, t-shirt technique pour tous et cadeaux, buffet coureurs, récompenses scratch et catégories, lots, classement. Egalement Cross Triathlon, Bike & Run et TRIFORTWO Toutes infos pour ces épreuves sur le site.

CALENDRIER DES COURSES DU 1^{er} AVRIL AU 31 JUILLET 2017-

En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon **En violet, BONUS**

ROCABIERA TRAIL 15,5 KM ROQUEBILLIERE (06)

SAMEDI 06/05/2017 - **Organisateur** : Contact :Stéphane OTTO-BRUC - ☎06.30.45.54.02
Renseignements et inscription sur le site www.vesubietrailclub06.com - mail : traildesabeilles@gmail.com Départ à 9h30, rendez vous sur la place de Roquebillière, engagement 15€

MONTEE DE LA GAVARESSE 9.8 KM LE PRADET (83)

SAMEDI 06/05/2017 - **Organisateur** : Cap-Garonne Organisation et l'OMS du Pradet dulac.jeff@gmail.com - Renseignements : villa Diafa Saurin Christophe ☎ 06.42.70.68.46 06.80.67.60.11 cap.garonne@gmail.com Inscriptions : par bulletin, téléchargeable sur <http://cap-garonne.com/> ; chez Endurance Shop à La Garde, chez terre de running centre ville Toulon et le jour même - Départ : 17h30 place Paul Flamenq - Arrivée au Fort de la Gavresse (navettes retour) - Engagement : 10€ au profit des Virades de l'Espoir -

COURSE DE LA VICTOIRE 13 KM SOLLIES TOUCAS (83)

LUNDI 08/05/2017 - **Organisateur** : Comité des fêtes de Solliès Toucas José Benoit ; ☎04.94.13.09.57
Contact : c.borreani@laposte.net 06.12.29.84.13 Borreani Corine ; Inscription : par retour bulletin, téléchargeable sur www.ville-solliestoucas.fr en ligne sur www.chronosport.fr, sur place le jour même - Départ : 9h45 - Engagement : 12€ et le jour même 14€. Animation musicale après la course avec restauration possible

L'ESCARENOISE TRAIL 19 KM L'ESCARENE (06)

DIMANCHE 14/05 2017 - **Organisateur** : La Commune de l'Escarène et Briefing Association madeleine.sarradell@orange.fr - Toutes infos sur www.lescarennoise.wordpress.com Inscriptions : ☎04.93.79.49.67 ou 06.76.69.07.60 ou le 04.93.91.64.00 : sur site www.le-sportif.com, Mairie : demandez Martine ; par courrier : briefing association, 143 A chemin codecorso 06390 Contes par retour bulletin téléchargeable sur www.escarene.fr et le jour même
Départ : 9h - Engagement : 10€ - Epreuve en semi auto suffisance.

LES FOULEES SANARYENNES 2-3-7,4 -13,6 KM SANARY/MER (83)

DIMANCHE 14/05/2017 - **Organisateur** : Association Sanary Running Cap Garonne partenaire CéBé sanarycap@free.fr - Inscriptions : par ☎06.45.35.98.64 06.34.58.97.17; par mail : cathy.sans83@gmail.com chez Running Conseil à OLLIOULES Par courrier Sanary Running - 11 allée des alyscamps 83140 Six-fours en ligne chronosport.fr / <http://www.njuko.net/bouclebleue2016> - Départ : 9h pour la Sanaryenne (course féminine 7,4Km) et 9h15 pour la Boucle Bleue (13,6Km) . Arrivées et départ Stade de la Guicharde - Engagement : La Sanaryenne : 10€ puis 11€ et 12€ le jour même - La Boucle Bleue : 14€; puis 15€ et 17€ le jour même. 11h15, Lei pitchouns 2KM et 11h30, lei pitchouns 3Km. Anchoïade et tapenade.

LES FOULEES MOTTOISES 10,25 KM LA MOTTE EN PROVENCE (83)

DIMANCHE 14/05/2017 - **Organisateur** : Mairie, service des sports lamotte-sports@ville-la-motte.com 06.52.07.34.03- Inscriptions : par retour bulletin, avant 16h00 téléchargeable sur www.ville-la-motte.com - par ☎04.94.84.32.40 (Mairie) heures de bureau ou ☎06.27.10.70.09; par mail carole.issalys@orange.fr caroleissalys.sportslamotte@gmail.com, par courrier à : les foulées Mottoises, service des sports Mairie de la Motte 83920 La Motte en Provence règlement à l'ordre de : comité des fêtes. Et le jour de l'épreuve. Départ : 9h00 la course - Engagement : 10€ et le jour même 12€ - Marcheurs : départ : 9h05 engagement 5€ - course pour enfants 2€

TRAIL DE MASSOINS 13 et 21 KM D+1250 MASSOINS (06)

DIMANCHE 14/05/2017 - **Organisateur** : - Infos Baud Philippe ou Pessione Philippe ☎06.87.53.49.96 ; 06.11.73.23.99 - www.massoins.fr www.cdchs06.com Inscription sur www.trailen06.fr par retour bulletin accompagné par chèque à l'ordre de « comité des loisirs de Massoins à l'adresse suivante : comité des loisirs de Massoins, la placette 06710 Massoins ou à Fiorucci Carine 06.1535.50.23 et mail à massoinstrail@gmail.com . Départ 9H pour les 2 courses repas à partir de 13H. Engagement 13€ pour le 15km et 20€ pour le 21 - Repas 10€ adultes et 7€ enfants moins de 12ans . Rando 13 km, départ 8h00 engagement 10€. Equipement obligatoire trails et rando : 500ml d'eau + barres céréales + portable.

TRAIL DES TROIS DAUPHINS 12 et 25 KM LE LAVANDOU (83)

DIMANCHE 14/05 :2017 - **Organisateur** : Mairie du LAVANDOU eric.plantin@le-lavandou.fr ☎ 07.85.62.28.88 - 06.24.49.21.97. Départ 9H pour le 25km et 9H30 pour le 12km ; Infos sur www.ot-lelavandou.fr. Inscriptions sur www.sporttips.fr et le jour même pas d'inscription par courrier . Engagement 12KM 14€ jusqu'au 1/05 puis 19€, pour le 25KM 27€ puis 32. Apéro et TeeShirt offerts

LES TRAILS LA RONDE NANSAISE 25 - 16 - 8 KM NANS LES PINS (83)

DIMANCHE 14/05/2017 - **Organisateur** : Office municipal de la Culture et l'association Bol d'Air - contact : ☎06.83.77.27.34 - 06.07.79.22.54 - 06.25.34.84.02 ; mail : alain.gillet@live.fr - bol-air@laposte.net - Départ du centre village : 8h45 le 25Km - 9h15 le 16Km - 9h30 le 8 - Engagement : 16€ le 25 km et 13€ le 16 et 7€ le 8km - info et inscriptions : www.courirenfrance.com

CALENDRIER DES COURSES DU 1^{er} AVRIL AU 31 JUILLET 2017-

En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon **En violet, BONUS**

LA RONDE DES PLAGES 10 KM MENTON (06)

DIMANCHE 14/05/2017 - **Organisateur** : Menton Marathon Athlétisme 20 ter promenade de la mer 06500 MENTON indi93@wanadoo.fr - inscription : ☎06.16.76.42.21 - 04.92.41.06.01 www.ronde-des-plages.com www.chronosports.fr ; en ligne sur www.njuko.com ; bulletin téléchargeable sur www.menton-marathon.com - Départ : 9h30 près de la frontière et arrivée près du stade Rondelli - Engagement : 12€ jusqu'au 15/04 et 15€ après - Départ course Enfants : 8h30 et Ados : 8h45 - Course limitée à 1200 participants.

Course nat DES MEULIERES Parents et enfants 6,5km PUGET SUR ARGENS (83)

SAMEDI 20/05/2017 - **Organisateur**: Club Athlétique Pugetois c.macagno@mairie-puget-sur-argens.com Cyril Macagno Service Patrimoine Mairie de Puget sur Argens ☎ 04.94.45.52.80 - 06.88.77.28.92 - Journée ludique sport nature course 0,8Km fait par l'enfant qui passe le relais au parent pour 6 km puis 0,8km parent enfant. Ouverture des festivités à 9h et fin vers 18h30

KM VERTICAL BELVEDERE 3,7KM BELVEDERE (06)

SAMEDI 20/05/2017 - **Organisateur** Office du tourisme de BELVEDERE - Informations ET INSCRIPTIONS sur : www.aromsazur.com - et office du tourisme ☎ 04.93.03.51.66 tourisme@mairie-belvedere.fr - Inscription par Tel au 04.93.92.01.61 ou par mail : aromsazur@gmail.com - Départ : 9h30 place du village. Course uniquement pour coureurs - Engagement : 10€ - *Comment s'y rendre* : direct Dignes sur la D6202, puis sur la D2565, environ 55 km après, prendre la D171 vers Belvédère.

SPEED LIMACES ET TRAIL DES LIMACES 9,5 et 15 KM BLAUSASC (06)

DIMANCHE 21/05/2017 - **Organisateur** : Association La Blausascoise. Contact stephanegiodanengo@hotmail.com ☎ - 04.93.79.51.04- Renseignements et Inscriptions : sur Informations ET INSCRIPTIONS <http://blausasctrail.wix.com/blausasctrail> - **Départs** : 9h15 le trail des Limaces 15km ; 10h le Speed Limaces 9,5km ; 8h30 rando famille et handitrail 9,5km - **Engagements** : Speed Limaces 10€ ; Trail des Limaces 15€ ; Rando famille 5€ -- Repas coureurs 5€ ; Accompagnateurs : 8€ - enfants accompagnateurs 4€

Six Fours challenge 6-13-21 KM SIX FOURS LES PLAGES (83)

SAMEDI 20 DIMANCHE 21/05/2017 - **Organisateur** : sixfourschallenge@gmail.com 06.11.29.76.13. Inscriptions sur www.chronosports.fr ou bulletin téléchargeable sur www.sixfourschallenge.fr Départ de la plage de Bonnegrace à 9H30 pour le 13 et 21km engagement Courir pour la mucoviscidose. Engagement de 13 puis 15€ le jour même (13km) et 18 puis 20 le jour même. Une marche nordique départ 14h 5€, course 6km départ 18h30 8 puis 10€ le jour même et course pour enfants ont lieu le samedi 20.

LA CAVALAIROISE 5 et 10 KM CAVALAIRE SUR MER (83)

DIMANCHE 21/05/2017 - **Organisateur** : sport@cavalaire.fr - Renseignements et inscriptions : Ville de Cavalaire sur mer, service des sports ☎ 04.94.05.41.28 , mail sport@cavalaire.fr ou www.cavalaire.fr www.topchrono.biz Bulletin à renvoyer à Mairie de Cavalaire-sur-mer / Service des sports / Place Benjamin Gaillard/83240 Cavalaire-sur-mer. Tél : 04.94.05.41.28 / Fax : 04.94.64.15.59 | sport@cavalaire.f Départ 9h30 rue Pierre et Marie Curie pour les 2 courses. Engagement 6€ le 5km jusqu'au 19 mai et 8€ après et jour même, 10€ le 10km jusqu'au 19 mai et 12€ après et jour même .

MONTEE DU MONT VINAIGRE 16.2 KM SAINT RAPHAËL (83)

JEUDI 25/05/2017 - **Organisateur** : Jean Ferro Serge Lopez pour Lion's Club Saint Raphaël - Contact janola83@gmail.com Inscriptions : Jean Ferro ☎06.07.21.92.93 ; en ligne sur www.sporttips.fr Parcours visible sur www.montvinaigre.fr - Départ : 9h00 du vieux port - Engagement : 15€ - a midi repas a la cantine du porfait :pic-nique vin fromage et dessert animation 12 euros *Comment s'y rendre* : A8 direct Aix, sortie 38, direction Fréjus, traverser la ville et continuer sur St Raphaël parking du port.

ASCENSION DE GOURDON 12.5 KM GOURDON PONT DE LOUP (06)

JEUDI 25/05/2017 - **Organisateur** : L'Athlétic Philippides CBL Antoine CAU et Mairie de GOURDON - Infos : par ☎06.28.23.77.04 fabienne.lacombe@free.fr - Inscriptions : par retour bulletin, téléchargeable sur www.athleticphilippides.com ; en ligne sur www.sport-up.fr ; chez Intersport à Grasse - **Départ course** : 10h00 de Pont du Loup Marche 9H50 - Engagement : 12€, le jour même 13€ si dossards dispos, course limitée à 300 participants, remise des dossards à GOURDON à partir de 8h aire de Gourdon staff organisation au pied du village - si repas + 8€. Première navette 8h15 Dernière navette 8h40 vers le départ de Pont du Loup - La piccolo de Gourdon 1,5km, inscription sur place gratuite poussins et benjamins départ 12h.

CALENDRIER DES COURSES DU 1^{er} AVRIL AU 31 JUILLET 2017-

En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon **En violet, BONUS**

LA CANNETOISE **6,2 - 12,5 KM** **LE CANNET DES MAURES (83)**

JEUDI 25/05/2017 - **Organisateur** : Mairie du Cannet Renseignements : Pôle Sports et Associations - Contact : ☎ 06.76.47.15.68 ; par mail f.fileri@lecannetdesmaures.com - Le règlement et le bulletin d'inscription peuvent être téléchargés sur le site de la commune du Cannet des Maures : www.lecannetdesmaures.com Inscription pour la course « La Cannétoise » et la « course découverte ». Départ course à 18h. Engagement 10 € avant le 15/05, puis 15€ après- Par internet sur le site : www.sortips.fr - Par courrier, accompagné du règlement par chèque libellé à l'ordre de : Trésor public à adresser à : Pôle Sports et Associations. Hôtel de Ville – 83340 Le Cannet des Maures.

TRAIL DE RIMPLAS **13 - 21 KM** **RIMPLAS (06)**

SAMEDI 27/05/2017 - **Organisateur** : Panchieri Yoann 06.19.26.38.20, Poutier Wilfried 06.89.32.34.90 isavore@orange.fr infos@trail-de-rimplas.fr toutes infos sur www.trail-de-rimplas.fr Inscription par téléphone au 06.19.26.38.20, sur page face book « trail de Rimplas » Renseignements et inscriptions sur : www.aromsazur.com et Inscription par Tel au 04.93.92.01.61 ou par mail : aromsazur@gmail.com Départ du fort de Rimplas à 8h pour le 21Km, 9h la rando, 10h pour le 13Km, engagement 18€ pour le 21, 15€ pour le 12, 7€ marche nordique repas compris. Repas accompagnateurs 7€.

LA GASSINOISE **11,2 KM** **GASSIN(83)**

DIMANCHE 28/05 2017 - **Organisateur**: l'association OMACL, la Mairie et tous ses bénévoles : contact@mairie-gassin.fr Contact : ☎04.94.56.62.00 PUIS TOUCHE 1 ou 04.94.56.62.18 Course nature : Inscription sur www.kms.fr ou imprimez un dossier d'inscription puis déposez-le à l'accueil de la mairie. Retrouvez toutes les informations pratiques dont votre bulletin d'inscription sur le site www.mairie-gassin.fr Départ 9h CARUBY route départementale 559 direction LA-CROIX-VALMER.

MONTA CALA **9 KM** **PEILLON (06)**

TRAIL DE PEILLON **16Km** **PEILLON (06)**

DIMANCHE 28/05/2017 - **Organisateur** : Courir à Peillon de Nissa – Renseignements : par ☎06.70.48.15.79 Julien Waltzer- Par mail courirapeillon@yahoo.fr - Inscriptions et infos sur le site <http://courirapeillon.fr/v3> et www.sport-up.fr ; Par téléphone 06.70.48.15.79 Julien – Course 9Km Possibilité de courir en relais – Départ (individuel et relais-duo) : 9h30 de Ste Thècle de Peillon, salle de la Sousta – Engagement : 9€ solo et duo 15€ – Trail 16Km en semi autonomie départ 9h, engagement 16€ - Egalement courses(gratuites) pour enfants : Départ : 9h05 - Repas prévu après course, infos à paraître sur site

LA RONDE OLLIOULAISE **11,5 KM** **OLLIOULES (83)**

DIMANCHE 28/05/2017 ☎ 06.03.76.33.51 – 06.61.29.94.78 gerard.benvenuto@free.fr emile.hanna83@gmail.com Rotary Toulon www.rotaryclubdetoulon.com Inscriptions : bulletin téléchargeable sur www.jsdcourse.com *Par internet* : gerard.benvenuto@free.fr ou sur site : <https://capgaronne-ollioules.jimdo.com/nos-courses/la-ronde-ollioulaise/> *Par courrier* : Jusqu'au mercredi 25/05 juin auprès de M Benvenuto Gérard, 48, Traverse du Mas d'Ixelles 83140 Six-Fours. Port : 06 61 29 94 78 **Chez Running Conseil Ollioules** : Espace Mermoz A1, Avenue Mermoz 83190 Ollioules, jusqu'au 26/05/2017 à 12h. **Chez Décathlon** : Chemin des canniers, 83190 Ollioules, jusqu'au 26/05/2017 à 12h et le jour même pour la course et 5€ pour la marche nordique. Départ course 8h30 et marche nordique de 6km à 8h15 Départ et arrivée Place Jean Jaures L'inscription est fixée à 10 euros, et 12 euros le jour de la course. Les chèques à l'ordre de La foulée Ollioulaise. Pour les clubs, 5 inscriptions la 6ème gratuite.

JUIN 2017

TRAIL DE LA PEIRA **13,5 KM D+1050M** **LE SUQUET D'UTELLE (06)**

SAMEDI 03/06/2017 - **Organisateur** : Association de La Peïra – Inscriptions : lapeira@bbox.fr , par ☎ 06.60.41.65.40 ; par bulletin, téléchargeable sur <http://www.traildelapeira.com> ; par e-mail eric@traildelapeira.com et le jour même – Départ : 9h randonneurs ; 10h30 coureurs – Temps limite : 5h00 – Engagement : 15€ pasta party incluse - Epreuve essentiellement sur sentiers balisés, en semi auto suffisance ; chaussures trail et ceinture à boisson obligatoires ; dénivelé +1050m – **Course au profit des enfants de l'institut Rossetti** – *Comment s'y rendre* : prendre la D6202, route de Grenoble puis la D2565 jusqu'au Suquet. **Nombre d'arrivants en 201-** : 280 --- **Spiridoniens** : 66

LES BOUCLES DE CAGNES **10 KM** **CAGNES SUR MER (06)**

SAMEDI 03/06/2017 - **Organisateur** : Us Cagnes Athlétisme – Contact : 04.93.22.02.92 - 06.71.62.13.34 – uscagnes.athletisme@aliceadsl.fr Inscriptions : bulletin téléchargeable sur www.us-cagnes-athletisme.com; en ligne sur www.kms.fr et sur place – Départ : 19h00 – Engagement : 12€ ; le jour même 14€ - Départ et arrivée « complexe sportif Pierre Sauvaigo. Course enfants gratuite départ 17h goûter pour tous.

CALENDRIER DES COURSES DU 1^{er} AVRIL AU 31 JUILLET 2017-

En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon **En violet, BONUS**

BALCONS ET TRAILS DES MAURES 12 - 21 - 45 KM COLLOBRIERES (83)

DIMANCHE 04/06/2017 - **Organisateur** : Association Trail Nature Collobrières – Contacts : Gégory ☎ 06.09.32.45.58 – Antoine 06.37.98.97.18 – Romain Allongue : 06.30.49.10.97 – 06.20.40.92.09 – www.trail-des-maures.blogspot.fr
Renseignements et Inscriptions sur trail.nature.collobrieres@gmail.com ; en ligne sur le site partenaire www.sporttips.fr et par courrier – Départs : 7h00 le Trail des Maures 45km – 9h00 les Balcons des Maures 21km (coureurs et marcheurs) – 9h30 le Trail des Menhirs 12km - **Engagements** : 35€ le 45km repas inclus ; 25€ le 21km (coureurs et randonneurs) repas inclus sauf si inscription après le 31/05 ; 15€ le 12km sans repas jusqu'au 01/05 ; + 5€ après – Repas accompagnateurs 8€. Pas d'inscription sur place

TRAIL DU PAYS DE GRASSE 6 - 17 - 35 KM GRASSE (06)

DIMANCHE 04/06/2017 - **Organisateur** : Courir en Pays de Grasse – Contact gerard-lopez-structure@wanadoo.fr ; ☎ 06.11.91.25.09 - Inscription : en ligne sur www.running06.com site du club accessible sur : www.cpg.athle.org/ <http://cpq.athle.org/asp.net/espaces.html/html.aspx?id=31983> Départs : 8h00 trail 35km ; 9h00 trail 17km – Engagements : 19€ le 35km solo et 24€ en relais ; 15€ le 17km solo et 30€ en duo – 9H20 le 6Km 10€. Repas coureurs 2€ accompagnateur 5€ par personne à joindre avec l'inscription. Parking 3€ la journée – pas d'inscription sur place – matériel obligatoire pour trail: poche à eau, sifflet, couverture de survie, téléphone portable – Retrait des dossards : Samedi 3 juin de 10h00 à 18h00 : INTERSPORT Mandelieu, ZI des Tourades 2 allée Dieudonné Costes 06210 MANDELIEU et sur place le dimanche dès 7h

LE 10 KM DE DRAGUIGNAN 10 KM DRAGUIGNAN (83)

DIMANCHE 04/06/2017 - **Organisateur** : DUC Athlétisme – Inscription : par ☎ 04.94.47.16.12 (de 18h à 20h le mardi et le jeudi) ou ☎ 04.94.68.08.65 et 06.10.56.88.79 (après 20h00) ; par retour bulletin avant le 22/05, téléchargeable sur www.draguignan-athle.com ; - du lundi au vendredi - à partir de 18h00 au DUC - Stade Léo Lagrange à Draguignan ☎ 04 94 47 16 12. Après 20 h30 ☎ 04 94 68 08 65 – Par mail draguiathle@aol.com jusqu'au vendredi 13 mai 2016, par Email : draguiathle@aol.com – Départ : 9h00 bd Clémenceau, course ouverte aux handicapés – Engagement : 13€ et 15€ le jour même. Course enfants à 11h gratuite, 1 et 2Km . Apéro après remise des prix.

VIRADA DE FALICOUN 17 KM FALICON (06)

LUNDI 05/06/2017 - **Organisateur**: Contact 06.11.48.41.71 – Mr Bellone 06.77.50.11.78 – faliconteamtri@free.fr Inscriptions en Mairie: par ☎ 04.92.07.92.70 - sur www.optirun.fr , départ marche 9H30h du village et course 9h. Engagement marche ou course 17€ et 20€ le jour même. Limite à 500 coureurs Apéritif d'après course.

COURSE PEDESTRE DES HAUTS DU LUC 6 - 10 KM LE LUC (83)

LUNDI 05/06/2017 . Contact : Benoitlebeguec@msn.com 06.84.10.91.55 Inscription en ligne sur le site de KMS, par courrier au service des sports 3 place de la liberté 83340 le luc en provence par mail b.lebeguec@mairie-leluc.fr et le jour de la course jusqu'à 30 min avant le départ. Lieu du départ : 3 place de la liberté 83340 LE LUC , départ course 10km à 10h et 10h05 pour le 6km. Retrait des dossards début 8h30 . Tarif de la course 12 € dont 2 reversés à une association. Pas de repas prévu, apéros à 12h après la remise des récompenses.

Bandolaise 5,4km - bandol classic 12,4km - Au clair de lune 12,4km BANDOL (83)

SAMEDI 10/06/2017 - **Organisateur** : Bandol Evènements Organisation bandolclassic@gmail.com ☎06.09.88.84.06 – 04.94.25.01.44 Toutes infos, inscriptions En ligne et bulletin téléchargeable sur www.bandolclassic.com ou à la quincaillerie du Centre à Bandol ou Endurance shop à la Garde. - La Salomon Bandol classic, départ 19H allée Vivien, limitée à 1200 participants La Bandol classic au clair de lune, départ 22h30, allée Vivien, frontale obligatoire, limitée à 400 participants. Engagement idem pour les 2 courses : 15€ puis 18€ et 20€ ensuite. Pas d'inscription le jour de la course. La bandolaise départ 10h : 13€ puis 15€

L'esclapa l'œil AIESOUAISTOUAILE KMv CIPIERES (06)

DIMANCHE 11/06/2017 **Organisateur**: Comité des Fêtes de Cipières. Contact : Eric Morel ☎ 06.70.93.61.01 ou 06.67.62.14.16 et 04.93.59.96.34 rico.morel@wanadoo.fr - Inscriptions : sur www.timingzone.com/ infos sur <https://sites.google.com/view/traildecipieres/accueil> - par Email : contact@cipieres.org – Une marche familiale ouverte à tous ; 8 km, 450m D+ Un km vertical ouvert à partir de la catégorie junior (18 ans et plus) 3 km 1000m D+ (+ liaison de 6 km hors chronométrage. Engagement : 0 € mais en contrepartie, emmenez un plat maison à partager pour le repas du soir. Pour info, course ayant lieu tous les 2 ans.

COURSE DE LA ST BARNABE 6.5 KM ST MARTIN D'ENTRAUNES (06)

DIMANCHE 11/06/2017 - **Organisateur** : Comité des Fêtes – Contact ☎ 06.30.97.17.82 et olivier.bedene@gendarmerie.interieur.gouv.fr .Pour les adultes, avec 6 km 700 à parcourir pour 310 m de dénivelé+ le montant s'élèvera à ? euros. Inscriptions exclusivement par tél: 06-30-97-17-82 et sur place le jour même

CALENDRIER DES COURSES DU 1^{er} AVRIL AU 31 JUILLET 2017-

En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon **En violet, BONUS**

BARGEMON'ELLE **9,5 KM** **BARGEMON (83)**

DIMANCHE 11/06/2017 - **Organisateur :** Contact : ☎ 04.94.47.81.73 - 06.62.74.66.76 Course féminine au profit de l'association Roues Libres . Contact : ☎ 04.94.47.81.73 - 06.62.74.66.76 [yves.segura83@orange.fr](mailto:yes.segura83@orange.fr) Infos sur : www.bargemon-multi-sports.fr Départ 9h du champ de la comtesse, également marche, engagement 10€

LES TRANS-PIADES **8-14 KM** **GINASSERVIS(83)**

DIMANCHE 11/06/2017 - **Organisateur:** Association Verdon 3 terroirs ☎ 09.72.38.15.89; par mail: transpiades@verdon3t.com - Toutes les infos sur site www.verdon3t.com Les Trans-Piades, 71 impasse de la pinède, Le Pilantier Haut, 83560 St Julien. Course 14km départ 10h, engagement 8€ et 10 le jour même, repas chaud sur réservation 8€. Également randos VTT de 10,20,35,40 et 55Km départ 7h. Remise des prix 12h30 Inscription sur site.

COURSE DES PLAGES **10 KM** **BORMES LES MIMOSAS (83)**

SAMEDI 17/06/2017 - **Organisateur:** Associat Les va-nu-pieds - Contact: jean-pierre.rostren@wanadoo.fr Caroline Quinon ☎ 06.10.22.64.95 ; Inscription en ligne sur www.chronosports.fr ; possibilité de s'inscrire sur place tout le samedi dans le sport en lumière nous aurons un stand – Départ : 20H le port - La Favière – Engagement : 12€ et le jour même 15€ .

COURSE PEDESTRE **6 KM** **CHATEAUNEUF DE GRASSE (06)**

SAMEDI 17/06/2017 - **Organisateur :** Contact Mairie : ☎04.92.60.36.08 – mail : sylvie.daviller@mairie-chateauneuf.fr - Inscriptions par mail 9km@ville-chateauneuf.fr sur site www.ville-chateauneuf.fr sur www.timingzone.fr et sur place le jour même de 14h à 17h25. Départ 17h30 place Georges Clemenceau engagement 6€ individuel et 9€ en équipe.

KMS VERTICAL **4,4 KM** **ST MARTIN VESUBIE (06)**

SAMEDI 17/06/2017 - **Organisateur :** CDCHS 06 – Contact : 04.93.71.86.05 – mail : felt.pierre.louis@orange.fr cdchs06@gmail.com . Infos sur www.cd06.fr , www.trailen06.fr , www.cdchs06.com Inscriptions sur www.sport-up.fr jusqu'au 15/06, par courrier avant le 9/06 et le samedi 17/06 sur place de 7 à 8h45. Premier départ 9h, engagement 15€ solo, 25€ duo. Toutes infos sur ce lien : <http://www.jaimecourir.fr/Evenement/DetailEvenement.aspx?id=185669&siffa=true>

LES 10 KM DE FREJUS **10 KM** **FREJUS (83)**

SAMEDI 17/06/2017 - **Organisateur :** AMSL Fréjus – Contact : ☎ 06.60.04.89.55 et 04.94.51.55.39 catherine.brenier@bbox.fr amslf.athle@wanadoo.fr – Inscriptions sur www.sporttips.fr et par courrier, télécharger bulletin sur « évènements » sur www.basenaturefrejus.fr **Consultez le site base nature début MAI pour avoir des infos validées**

COURSE des collines de MAGNAN **11,3 KM** **NICE (06)**

DIMANCHE 18/06/2017 **Organisateur :** Lou Pastroull dé la couòla dé Magnan (Lou PCM) www.loupcm.fr/coursesassone Contact- ☎ - 06.07.86.63.18 – Mail jifratini@orange.fr . Association « lou pastroull dé la couòla dé Magnan » . Site www.loupcm.fr inscription sur www.sporttips.fr Départ et arrivée Parc Estienne D'orves à 9h30 pour la course et 9h00 pour les marcheurs : Engagement prix unique 13€, buffet offert.

VERDON CANYON CHALLENGE **81, 64, 34, 10KM** **AIGUINES (83)**

VENDREDI 23 SAMEDI 24/06/2017 - **Organisateur :** Association AERIA 06.16.55.94.99 – infos sur : www.verdoncanyonxtrem.com bulletin téléchargeable sur www.verdoncanyonchallenge.com Inscriptions: En ligne sur njuko o - Contact : association.aeria@wanadoo.fr et ☎04.94.63.36.38 – Départs le vendredi 23/06 à 4h d'Aiguines pour le 81Km – à 6h d'Aiguines pour le 64Km - Le 24/06 à 9h d'Aiguines pour le 34 et 11h pour le 10Km - Toutes les arrivées à Aiguines. Engagements : 14€ pour le 10km jusqu'au 31/03 puis 18 après ; 40€ pour le 34Km puis 45, 70€ pour le 61 km puis 75 ; 90€ pour le 81km puis 95 – Remise des récompenses le jour de départ des courses

La foulée des étoiles bleues, Trail et CN **5 km et 10 km** **PIERREFEU (83)**

SAMEDI 24/06 dimanche 25/06/2017 - **Organisateur :** Contact : Olivier BERZAL ☎ 06.09.52.41.11 - 06.95.59.39.67 – mail : aps.events@free.fr associationplus2sport@gmail.com -Renseignements et inscriptions sur : www.l7street.com www.timingzone <https://www.facebook.com/home.php> course à la mémoire des deux femmes gendarmes assassinées en juin 2012 Le Samedi 24 Juin 2017 - 19h00 départ HOLI COULEUR Non chronométrée avec jet de couleur (Place du Dixmude - Pierrefeu du Var). Le Dimanche 25 Juin 2017 - 10h départ La Foulée d'Audrey et Alicia Exclusivement féminine 5km chronométrée - 10h 30 départ La Foulée des Etoiles Bleues 10km chronométrée ouvert à tous (Départ Gendarmerie de Pierrefeu du Var)

CALENDRIER DES COURSES DU 1^{er} AVRIL AU 31 JUILLET 2017-

En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon **En violet, BONUS**

COURIR A LA COLMIANE Defi Raid Vert 15 KM ST DALMAS VALDEBLORE (06)

DIMANCHE 26/06 - **Organisateur :** Nice Sport Méditerrané info@couriralacolmiane.fr – tony.vivarelli@orange.fr 06.09.09.26.74 Renseignements et inscriptions sur www.couriralacolmiane.fr à l'Office du Tourisme de Valdeblorre ☎04.93.23.25.90 - **Départs : Défi Raid Vert 15 km :** 9h45 ; **Course des As 15km :** 10h15 du Grand Pré - Engagement : 10€ jusqu'au 25/06 ; le jour même 12€ - Egalement courses pour enfants et parcours découverte gratuit –
Nombre d'arrivants en 2016 : --- Spiridoniens :

TRAIL DE LA COLMIANE 23 KM ST DALMAS VALDEBLORE (06)

DIMANCHE 25/06 - **Organisateur :** Nice Sport Méditerranée info@couriralacolmiane.fr – tony.vivarelli@orange.fr 06.09.09.26.74 Renseignements et inscriptions sur www.couriralacolmiane.fr ; à l'Office du Tourisme de Valdeblorre ☎ 04.93.23.25.90 – **Trail, départ : 9h00 – Rando du trail, départ 7h30** -Engagement : 10€ jusqu'au 24/06, le jour même 12. Egalement, course pour enfants, parcours découverte à thème (organisé par CG06), caravane du sport, possibilité de manger sur place mais non compris dans le prix de l'inscription

LA FOULEE FARLEDOISE 5-10.5 KM LA FARLEDE (83)

VENDREDI 30/06/2017 - **Organisateur :** Club d'Athlétisme de la Vallée du Gapeau avec le concours de la Mairie de La Farlède michelschleger@orange.fr – Inscriptions : par mail à Michel Schleger, par retour bulletin téléchargeable sur www.lafarlede.fr (rubrique Sports) ; par ☎06.87.09.92.66 ; chez Endurance Shop à La Garde ; en ligne sur www.sporttips.fr et le jour de la course – Départ : 20h00 de la salle des fêtes – Engagement : 12€ ; le jour même 14€ - 5Km départ 20H05 Engagement : 5€ ; le jour même 8€ , 7,5Km marche nordique départ 20H06 Engagement : 5€ ; le jour même 8€ Course gratuite pour enfants – Départ : 18h30 place de la Liberté. Grand buffet d'après course. *Comment s'y rendre : A8 direct. Aix puis A57 direct. Toulon, sortie 6 et continuer sur D554.*
Nombre d'arrivants en 2016 : -- Spiridoniens :

JUILLET 2016

LES FOULEES BIOTOISES 8 KM BIOT(06)

DIMANCHE 02/07/2017 - **Organisateur :** – www.biot-ac.net Inscriptions: par ☎; par mail: andres.garcia2@wanadoo.fr andres.garcia@wanadoo.fr Course en deux boucles de 4Km. Inscription soit en ligne sur le site du Club www.biot-ac.net ou par courrier avec la fiche d'inscription ou par e-mail info@biot-ac.net le droit d'engagement est de 8€ sur site et 10€ le jour même payable uniquement au retrait du dossard. Le départ est prévu à 18 heures. Le départ et l'arrivée auront lieu au complexe sportif Pierre Operto à Biot.

LA CAMPISOISE 12,5 KM CAMPS LA SOURCE (83)

DIMANCHE 02/07/2017 - **Organisateur :** l'Amicale des Donneurs de sang de Brignoles et la Municipalité de Camps la Source – Inscriptions : bulletin téléchargeable sur www.campslasource.fr et www.courirenfrance.com . **Facebook La Campsoise** ; par ☎ 07.86.27.10.21 ; par e-mail barberojjb83@gmail.com ; sur place le jour de la course – Départ : 09h00 du stade également marche nordique de 12,5 km départ 8h30– Engagement : 15€ et 12€ par groupe si plus de 20 inscrits pasta P et apéro compris et 5€ accompagnants - course enfants, départ 9h15 – Apéro après podium

VALBERG TRAIL 12-25 et 54 KM D+ 2600m VALBERG (06)

DIMANCHE 02/07/2017 - **Organisateur :** Club des Sports des Portes du Mercantour – Renseignements : valbergtrail@gmail.com ☎ 04.93.02.52.45 – 07.78.19.05.12 - 06.18.94.20.94 koppe.jean-loup@orange.fr Inscriptions : bulletin téléchargeable sur : www.valbergtrail.com – en ligne voir lien sur site www.sporttips.fr – Pas d'inscription le jour des épreuves mais possible le samedi sur place + 5€ - Adresse : Club des sports des portes du Mercantour Valberg trail 06470 Valberg. Départs : 6h30 salle des sports pour le 54, 8h30 pour le 25 et 10h pour le 12– Engagements : 54km 40€, 25km 25€ et 12km 15€

LA COURSE DU SOLEIL 5 - 10 KM LA LONDE DES MAURES (83)

VENDREDI 07/07/2017 - **Organisateur :** Contact : 06.18.70.97.68 - 06.18. 60.61.74 – mail pjore@sfr.fr Inscriptions sur www.chronosports.fr , par mail à coursedusoleil@laposte.net , à l'office de tourisme du port de Miramar, chez Endurance shop à la garde 04.94.23.59.50. Départ 20h15 place de la Mairie pour le 10 km et 20h35 pour le 5 km, engagement : 12€ jusqu'au 06/07 et 17 le jour même.

CROMAGNON TRAIL 30 - 80 - 115km LIMONE Italie / BREIL

VENDREDI 07 et SAMEDI 08/07/2017 - **Organisateur :** CDCHS 06 – Contact : 04.93.04.20.20 richard.colson@adtrb.fr – mail : cd06chs@aol.com Départ LIMONE le 7 à 17h pour le 115 et 80Km , départ de BREIL le 8 à 14h pour le 30Km - Arrivée à Menton pour le 115km, Breil pour le 80, Menton pour le 30. Toutes les infos sur : www.cromagnon-extremeface.net ou www.crotrail.com Engagement : *Avant le 30/05/2017* 125 Euro pour le Cro, 80 Euro pour le Trail du Marguareis, 45 Euro pour le Trail de la Riviera Française. *Après le 1 Mai 2017*, 140 Euro pour le Cro, 90 Euro pour le Trail du Marguareis, 50 Euro pour le Trail de la Riviera Française

CALENDRIER DES COURSES DU 1^{er} AVRIL AU 31 JUILLET 2017-

En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon **En violet, BONUS**

LES FOULEES CONTOISES 10 Km CONTES(06)

SAMEDI 08/07/2017 - **Organisateur:** – lesfouleescontois06@gmail.com : David Donge 06.63.88.94.65
☎ 06.63.88.94.65 Inscription sur www.optirun.fr Départ à 17h30 du théâtre de l'hélice traversée du village, mélange de routes et de chemins, et arrivée au même endroit que le départ. Engagement 12€ hors repas et spectacle. Retrait des dossards Le jeudi 6 et vendredi 7 juillet au Décathlon Boulevard Fuon Santa 06340 La Trinité de 17h à 19h. Course d'environ 10 km sur routes et chemins, (300 D+) . ouverte aux hommes et femmes, licenciés ou non (certificat obligatoire) à partir des juniors suivi d'un repas et spectacle facultatif + 10€, à réserver lors des inscriptions 300 coureurs max, inscription possible le jour même si dossard dispos.

LES SOMMETS DE CAUSSOL 6-15-29,5KM et marche nord/ 18,5 CAUSSOL(06)

DIMANCHE 09/07/2017 – **Organisateur:** – Renseignements : www.caussols.fr ☎ 06.10.28.80.22
charles.baldaccini@hotmail.fr - letraildessommetsdecaussols@orange.fr : Inscriptions sur site www.sport-up.fr ou www.athle.org avant le 7/07 ou par courrier avant le 1/07 avec chèque à l'ordre de « trésor public » à Mairie de Caussols 76 place Derégnaucourt 06460 Caussols. 29,5 Km , 25€ départ 8h30 - 15 Km , 15€ départ 8h30 - 6 Km, 8€ départ 9h30 – 18,5Km marche, 15€ départ 8h15. Inscriptions possibles le jour de la course, supplément 5€. Départs du prés en face Mairie. Pasta partie comprise dans le prix de toutes les courses, accompagnateurs 10€. Course en semi auto suffisance, gobelet obligatoire. Remise récompenses à 15h suivit de concerts. Aucune inscription par téléphone.

FOULEES DES VIGNOBLES 13KM PUY L'EVEQUE(46)

DIMANCHE 09/07/2017 **Organisateur:** Inlotisi association Jocelyne et Guy SUAREZ.
Guy.suarez@wanadoo.fr ☎ 05.65.23.53.85 - 06.20.63.30.70 Les vigneron associés Renseignements : ☎ 05.65.24.38.47
Sur facebook : la foulée des vignobles. Départ coureurs 9h, marcheurs 8h Inscriptions sur fouleesdesvignobles@gmail.com
Venir déguisé.

FOULEE DE COTIGNAC 10 KM COTIGNAC (83)

VENDREDI 14/07/2017 – **Organisateur :** Cap Garonne Organisation – ☎ 06.80.67.60.11
dulac.jeff@gmail.com cap.garonne@gmail.com Renseignements : villa Diafa Saurin Christophe ☎ 06.42.70.68.46
06.80.67.60.11 - Inscriptions : par retour bulletin, téléchargeable sur <http://cap-garonne.com/> (rubrique : nos courses) – chez Endurance Shop à La Garde (Z.I. Toulon Est), chez Running Conseil à Ollioules – en ligne sur www.chronosports.fr – sur place le jour même - Départ : 18h30 cours Gambetta – Engagement : 10€, le jour même : 12€ - Courses enfants gratuites : départs : 17h00 – Repas et bal du 14 juillet organisé par la Mairie, ne fait pas parti de la course, à réserver à la Mairie si intéressé.

CORRIDA DES CEBAS 10KM FALICON (06)

SAMEDI 15/07/2017 - **Organisateur:** Mairie de Falicon et faliconteamtri@free.fr Contact : Hervé Bellone ☎
06.77.50.11.78 Départ 18H30 Corrida des cebas 10 km (6km de route et 4km de sentier) soit 220 mètre de dénivelé . Course organisé dans le cadre de la fête patronale limitée à 200 dossards: Engagement 10€ et 17€ si le repas est maintenu (à vérifier). Repas accompagnateur 10€ si repas maintenu. soirée dansante offerte à tous les participants et accompagnateurs.

AURON MOUNTAIN TRAIL 6 et 12KM AURON (06)

DIMANCHE 16/07/2017 - **Organisateur:** – www.mountain-trail.fr contact@mountain-trail.fr ☎
06.68.37.28.15 Modalités d'inscription (site, adresse courrier, N° téléphone, mail, contacts).- www.mountain-trail.fr.
Place Centrale d'Auron - Trail 12 et 6 Km, Départ Dimanche 16 Juillet 9h30. - Cross pour enfant, 1km, 2km et 3km, départ 14H00 Samedi 15 Juillet. Engagement: .Trail 12 Km : 15€ (buffet froid inclus) - Trail 06 Km : 10€ (buffet froid inclus) - contact@mountain-trail.fr // inscription@mountain-trail.fr. Cross 1km/2km/3km : 4€ **Infos prix à vérifier**

LES BOUCLES DU CHATEAU course nature 10.5 KM TOURVES (83)

SAMEDI 22/07/2017 - **Organisateur :** ASS La Foulée Tourvaine _83170 Tourves ☎ 06.32.17.06.18
lafouleetourvaine@orange.fr Duchemin Jacques, 06.30.82.80.44 Tourves, ☎ 06.11.66.97.90 – Inscriptions : en ligne sur www.courirfrance.com et le jour même. **Changement d'organisateur (prise en charge par la Mairie) infos début Mai**

VIVALGO Corrida pedestre 8,2Km VALLAURIS (06)

DIMANCHE 23/07/2017 - **Organisateur:** – jeanloupece@gmail.com ☎ 06.74.28.54.13 Course en 4 boucles en centre ville **Attente infos**

Saint Martin Vesubie/Boreon Km ST MARTIN VESUBIE (06)

DIMANCHE 23/07/2017 **Organisateur:** aps06nice@gmail.com 04.92.04.03.81
Attente infos

CALENDRIER DES COURSES DU 1^{er} AVRIL AU 31 JUILLET 2017-

En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon **En violet, BONUS**

ASCENSION DE LA BONETTE 27 KM ST ETIENNE DE TINEE (06)

DIMANCHE 30/07/2017 - **Organisateur** : Association pour la route de la Bonette – **Renseignements** : Nathalie et Hervé Jacquot ☎ 06.62.46.25.93 ou 06.12.49.08.64 - Inscriptions : par retour bulletin téléchargeable sur www.auron.com ou www.saintetiennedetinee.fr par mail course_bonette@orange.fr ; en ligne sur www.le-sportif.com ; ou sur place au PC course le samedi 29/07 de 15h à 19h et pas d'inscription le matin de la course – **Aucune inscription par téléphone** – Départ : 7h00 – Engagement : 15€ ; **le samedi : 20€** - Temps limite : 4h30 – Limité à 300 participants

Les courses du calendrier sont sujettes à modifications de la part des Organisateurs. Lors de la mise en page, des renseignements nous manquent parfois ou ne nous sont pas parfaitement communiqués. Avant de vous déplacer, contactez l'organisateur et profitez-en de vous inscrire afin de lui faciliter le travail ; vous éviterez ainsi le "racket" de la surtaxe lors de l'inscription sur place le jour de la course.

TEST à l'EFFORT

Centre Régional de Biologie et Médecine du Sport Parc Charles Ehrmann

☎ : 04.93.18.08.98 Fax : 04.93.83.06.30 E-mail : crbms@wanadoo.fr

PENSEZ A VOUS INSCRIRE A L'AVANCE A CHAQUE COURSE POUR FACILITER LE TRAVAIL DE L'ORGANISATEUR ET EVITER DE PAYER UN PRIX ELEVE.