

## CALENDRIER DES COURSES DU 1ER AVRIL AU 31 JUILLET 2018

### En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon.

#### COURSE DE LA GARDE 10 KM LA GARDE (83)

**DIMANCHE 29/04 2018** - **Organisateur** : AJS La Garde Athlétisme - Service des sports 04.94.84.32.40 - Contact : Michel Schleger : ☎06.87.09.92.66 [michelschleger@orange.fr](mailto:michelschleger@orange.fr) - toutes infos sur [www.ajslagarde.athle.fr](http://www.ajslagarde.athle.fr) bulletin téléchargeable sur [www.jsdcourse.com](http://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 25/04 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](http://www.chronosport.fr)

#### ROQ 4 TRAIL 13 KM ROQUEFORT LES PINS (06)

**DIMANCHE 29/04 2018** - **Organisateur**: Athletic Philippides 04.92.60.35.00 Renseignements 06.07.17.87.39 [www.ville-roquefort-les-pins.fr](http://www.ville-roquefort-les-pins.fr) [www.athleticphilippides.com](http://www.athleticphilippides.com) [marc.chatron-colliet@orange.fr](mailto:marc.chatron-colliet@orange.fr) ou [pottierbernard06@orange.fr](mailto:pottierbernard06@orange.fr) Engagement 12€ et 14 le jour même, inscription par retour bulletin ou sur site Philippides ou sur [www.sport-up.fr](http://www.sport-up.fr) . Départ du centre village à 10h.

### MAI 2018

#### RONDE DES COLLINES NICOISES 10,5KM festif NICE-ST ISIDORE (06)

**MARDI 01/05/2018** - **Organisateur** - ARCN- 04.93.83.02.50 - **renseignements** : en ligne à partir du site [www.spiridon-cote-azur.com](http://www.spiridon-cote-azur.com) par courrier à ARCN Le Verdon D, 10 Avenue du domaine du Loup 06800 Cagnes sur Mer. Retrait des dossards, chez WEE. JOOG, 21 av Jean MEDECIN à NICE le samedi 28 avril de 10h à 18h et sur place, à partir de 7h00 le jour de la course - Course très festive, dégustations souhaitées, 5 supers ravitaillements, casse-croûte à l'arrivée à tous les participants. **Départs** : 9h00 Marcheurs et coureurs allure libre, pas de chronométrage et classement, délais parcours limité à 3h30 - **Engagement course et marche** Course et marche offertes aux personnes inscrites à la course des collines de 2017 qui n'avait pas pu avoir lieu. Possibilité inscriptions à partir du 15/04 si dossards disponibles Engagement 25€, renseignez vous. **DEPART ET ARRIVEE PARKING LEROY MERLIN 642 Bd du Mercantour RD06202 NICE LINGOSTIERE**

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

**MARDI 01/05/2018** - **Organisateur** : USAM Athlétisme Toulon - <http://www.sam-toulon-athle.com/> Contact : Paoli Serge [usamtoulonathle@orange.fr](mailto: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€ ; **Marche nordique de 7Km gratuite départ 9h** -

#### SPORT ENSEMBLE 5 et 10 KM NICE (06)

**SAMEDI 05/05 2018** - **Organisateur**: Handicap international Renseignements 01 43 14 87 05 [alorenz@handicap-international.fr](mailto:alorenz@handicap-international.fr) Site internet : [sportensemble.org](http://sportensemble.org) / Email : [sportensemble-paris@handicap-international.fr](mailto:sportensemble-paris@handicap-international.fr) / Contact : Camille Pliskal - 01 43 14 82 53 Promenade des anglais, samedi 19 mai 2018. Départ à 10 h : 10 km et 5 km course / 5 km marche. Course non chronométrée, ouverte à tous : personnes valides et handicapées. Possibilité de prendre le départ en solo en famille ou en binôme handi-valide.

#### Course nature Trimararace cross, triathlon, bike run, tri for two MONTAUROUX (83)

**SAMEDI 05/05/2018** - **Organisateur** : Contact Laurent Urban : ☎ 06.95.59.39.67 [aps.events@free.fr](mailto: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> **Pas de course nature cette année, uniquement**: Cross Triathlon, Bike & Run et TRIFORTWO Toutes infos pour ces épreuves sur le site. : t-shirt technique pour tous et cadeaux, buffet coureurs, récompenses scratch et catégories, lots, classement,

#### AURELIEN TRAIL ET C.N.AURELIENNE 13-28-47Km ST MAXIMIN (83)

**DIMANCHE 06/05/2018** - **Organisateur** : St Maximin Athlétic Club - contact : [smac83470@gmail.com](mailto:smac83470@gmail.com) Franck Peyronel: Tél : 07 85 93 17 99 <https://www.smac83-aurelientrail.com/> **EDITION 2018 ANNULEE**

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

**DIMANCHE 06/05 2018** - **Organisateur** : ASPTT Nice et Vence Course à pied Raymond Sanchez [raymond.sanchez3@wanadoo.fr](mailto: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](http://www.sport-up.fr) par retour bulletin téléchargeable sur [www.ascensioncoldevence.com](http://www.ascensioncoldevence.com) ; ou à déposer chez Twinner Sport à Saint-Laurent du Var ou à l'Office du Tourisme de Vence (date limite le 04/05) - Départ : 9h00 de la place du Grand Jardin - Engagement : 12€ sur sport up, 14€ par courrier et 16€ le jour même - Course limitée à 600 participants - **Pas d'inscription par téléphone**

## CALENDRIER DES COURSES DU 1ER AVRIL AU 31 JUILLET 2018

### En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon.

#### MONTEE DE LA GAVARESSE 9.8 KM LE PRADET (83)

**DIMANCHE 06/05/2018** - **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](mailto: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 9h30 place Paul Flamenq – Arrivée au Fort de la Gavresse (navettes retour) – Engagement : 10€ au profit des Virades de l'Espoir –

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

**DIMANCHE 6/05/2018** - **Organisateur** : Mairie, service des sports [lamotte-sports@ville-la-motte.com](mailto:lamotte-sports@ville-la-motte.com) 06.52.07.34.03– Inscriptions : par retour bulletin, avant 16h00 téléchargeable sur [www.ville-la-motte.com](http://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](mailto:carole.issalys@orange.fr) [caroleissalys.sportslamotte@gmail.com](mailto: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€ – 10 Km Marche : départ : 9h05 engagement 5€ - course pour enfants 2€

#### L'ESCARENOISE TRAIL 11,5 - 18KM L'ESCARENE (06)

**DIMANCHE 06/05 2018** - **Organisateur** : La Commune de l'Escarène et Briefing Association [madeleine.sarradell@orange.fr](mailto:madeleine.sarradell@orange.fr) – Toutes infos sur [www.lescarenais.e.wordpress.com](http://www.lescarenais.e.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](http://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](http://www.escarene.fr) et le jour même Départ Place Camous : 9h pour le 18Km - Engagement : 15€ – 9h30 pour le 11,5Km - Engagement : 10€ Epreuve en semi auto suffisance. Pan bagnat plus boisson 5€

#### COURSE DE LA VICTOIRE 13 KM SOLLIES TOUCAS (83)

**MARDI 08/05/2018** - **Organisateur** : Comité des fêtes de Solliès Toucas José Benoit ; ☎04.94.13.09.57 Contact : [c.borreani@laposte.net](mailto:c.borreani@laposte.net) 06.12.29.84.13 Borreani Corine ; Inscription : par retour bulletin, téléchargeable sur [www.ville-solliestoucas.fr](http://www.ville-solliestoucas.fr) en ligne sur [www.chronosport.fr](http://www.chronosport.fr) , sur place le jour même – Départ : 9h45 - Engagement : 12€ par courrier, 14€ par internet et 15 le jour même. Animation musicale après la course avec restauration possible

#### MONTEE DU MONT VINAIGRE 16.2 KM SAINT RAPHAËL (83)

**MARDI 8/05/2018** - **Organisateur** : Jean Ferro Serge Lopez pour Lion's Club Saint Raphaël – Contact [janola83@gmail.com](mailto:janola83@gmail.com) Inscriptions : Jean Ferro ☎06.07.21.92.93 ; en ligne sur [www.sporttips.fr](http://www.sporttips.fr) Parcours visible sur [www.montvinaigre.fr](http://www.montvinaigre.fr) - Départ : 8h30 du vieux port – Engagement : 15€ - à midi repas à la cantine du porfait : pique-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 10/05/2018** - **Organisateur** : L'Athlétic Philippidès CBL Antoine CAU et Mairie de GOURDON – Infos : par ☎06.28.23.77.04 [fabienne.lacombe@free.fr](mailto:fabienne.lacombe@free.fr) - Inscriptions : par retour bulletin avant le 7/05, téléchargeable sur [www.athleticphilippides.com](http://www.athleticphilippides.com) ; en ligne sur [www.sport-up.fr](http://www.sport-up.fr) ; chez Intersport à Grasse – Départ course : 10h00 de Pont du Loup - Marche 9H45 – Engagement : 12€ , le jour même 14€ 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.

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

**JEUDI 10/05/2018** - **Organisateur** : Mairie du Cannet Renseignements : Pôle Sports et Associations - Contact : ☎ 06.76.47.15.68 ; par mail [f.ileri@lecannetdesmaures.com](mailto:f.ileri@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](http://www.lecannetdesmaures.com) Inscription pour la course « La Cannétoise » et la « course découverte ». Départ course à 18h. Engagement 10 € avant le 10/04, puis 15€ après- Par internet sur le site : [www.chronosport.fr](http://www.chronosport.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.

#### ROCABIERA TRAIL 15,5 KM D+1050 m ROQUEBILLIERE (06)

**SAMEDI 12/05/2018** - **Organisateur** : Contact : Stéphane OTTO-BRUC - ☎06.30.45.54.02 Renseignements et inscription sur le site [www.vesubietrailclub06.com](http://www.vesubietrailclub06.com) – mail : [traildesabeilles@gmail.com](mailto:traildesabeilles@gmail.com) Départ à 9h30, rendez vous sur la place de Roquebillière, engagement 16€. Pan bagnat boisson et dessert 6€ à réserver en avance.

# CALENDRIER DES COURSES DU 1ER AVRIL AU 31 JUILLET 2018

## En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon.

<b>KM VERTICAL MER ET MONTAGNE</b>	<b>5 KM</b>	<b>MENTON(06)</b>
<b>SAMEDI 12/05 2018</b> - Organisateur: MENTON Marathon 04.92.10.50.48 Renseignements sur <a href="http://www.menton-marathon.com">www.menton-marathon.com</a>		
<b>LA RONDE DES PLAGES</b>	<b>10 KM</b>	<b>MENTON (06)</b>
<b>DIMANCHE 13/05/2018</b> - Organisateur : Menton Marathon Athlétisme 20 ter promenade de la mer 06500 MENTON <a href="mailto:indi93@wanadoo.fr">indi93@wanadoo.fr</a> - inscription : ☎06.16.76.42.21 – 04.92.41.06.01 sur le site <a href="http://www.ronde-des-plages.com">www.ronde-des-plages.com</a> <a href="http://www.chronosports.fr">www.chronosports.fr</a> ; en ligne sur <a href="http://www.njuke.com">www.njuke.com</a> ; bulletin téléchargeable sur <a href="http://www.menton-marathon.com">www.menton-marathon.com</a> – Départ : 9h30 près de la frontière et arrivée près du stade Rondelli – Engagement : 12€ jusqu'au 13/04 et 15€ après – Départ course Enfants : 8h30 et Ados : 8h45 - Course limitée à 1200 participants.		
<b>TRAIL DE MASSOINS</b>	<b>13 et 22 KM D+1250</b>	<b>MASSOINS (06)</b>
<b>DIMANCHE 13/05/2018</b> - Organisateur: – Infos Baud Philippe ou Pessione Philippe ☎06.87.53.49.96 ; 06.11.73.23.99 - <a href="http://www.massoins.fr">www.massoins.fr</a> <a href="http://www.cdchs06.com">www.cdchs06.com</a> Inscription sur <a href="http://www.trailen06.fr">www.trailen06.fr</a> <a href="http://www.optirun.fr">www.optirun.fr</a> 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 <a href="mailto:massoinstrail@gmail.com">massoinstrail@gmail.com</a> . Départ 9H pour le 22 , 10h pour le 13 et 8h pour la rando courses repas à partir de 13h30. Engagement 13€ pour le 13km 22€ pour le 22 – Repas Pasta pistou parti 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.		
<b>TRAIL DES TROIS DAUPHINS</b>	<b>12 et 25 KM</b>	<b>LE LAVANDOU (83)</b>
<b>DIMANCHE 13/05 :2018</b> - Organisateur : Mairie du LAVANDOU <a href="mailto:eric.plantin@le-lavandou.fr">eric.plantin@le-lavandou.fr</a> ☎ 07.85.62.28.88 – 06.24.49.21.97. Départ 9H pour le 25km et 9H30 pour le 12km (batons interdits) ; Infos sur <a href="http://www.ot-lelavandou.fr">www.ot-lelavandou.fr</a> . Inscriptions sur <a href="http://www.sporttips.fr">www.sporttips.fr</a> et le jour même pas d'inscription par courrier . Engagement 12KM 14€ jusqu'au 29/04 puis 19€, pour le 25KM 27€ puis 32. Apéro et TeeShirt offerts		
<b>COURSE POUR LA VIE</b>	<b>7-14 KM</b>	<b>OLLIOULES (83)</b>
<b>DIMANCHE 13/05/2018</b> ☎ 06.09.87.55.30 Contact :Denis Bensimon <a href="mailto:denis.bensimon@wanadoo.fr">denis.bensimon@wanadoo.fr</a> Renseignements et inscriptions sur <a href="http://www.rotaryclubtoulon.com">www.rotaryclubtoulon.com</a> Par internet jusqu'au samedi 12 mai à 12h00 - tarif 13€. Chez "Running Conseil" - Espace Mermoz, Av. Jean Mermoz - Ollioules jusqu'au vendredi 11 mai inclus. Tarif 13€. Le jour de la course sur place à partir de 8h00 - Tarif 15€Pour les pré inscriptions par internet et chez "Running Conseil" 04.94.41.13.10, retraits des dossards possible au magasin le samedi 12 mai de 14h à 17h. Départ 9h à vérifier.		
<b>LES TRAILS LA RONDE NANSAISE</b>	<b>26 - 17 - 8 KM</b>	<b>NANS LES PINS (83)</b>
<b>DIMANCHE 13/05/2018</b> - Organisateur : Office municipal de la Culture et l'association Bol d'Air – contact : Philippe ☎06.78.39.47.12 pour Boldair - 06.07.79.22.54 – 06.25.34.84.02 ; mail <a href="mailto:gilbert.souci@wanadoo.fr">gilbert.souci@wanadoo.fr</a> – <a href="mailto:bol-air@laposte.net">bol-air@laposte.net</a> - Départ du centre village : 8h45 le 26Km - 9h15 le 17Km – 9h30 le 8 – Engagement : 17€ le 26 km et 14€ le 17 et 7€ le 8km – info et inscriptions : <a href="http://www.courirfrance.com">www.courirfrance.com</a>		
<b>KM VERTICAL BELVEDERE</b>	<b>3,7KM</b>	<b>BELVEDERE (06)</b>
<b>SAMEDI 19/05/2018</b> - Organisateur Office du tourisme de BELVEDERE – Informations ET INSCRIPTIONS sur : <a href="http://www.aromsazur.com">www.aromsazur.com</a> – et office du tourisme ☎ 04.93.03.51.66 – 06.88.16.85.13 Delphine Martin. <a href="mailto:tourisme@mairie-belvedere.fr">tourisme@mairie-belvedere.fr</a> - Inscription par Tel au 04.93.92.01.61 ou par mail : <a href="mailto:aromsazur@gmail.com">aromsazur@gmail.com</a> – Départ : 9h30 place des tilleuls. Course uniquement pour coureurs – Engagement : 10€ - <i>Comment s'y rendre : direct Dignes sur la D6202, puis sur la D2565, environ 55 km après, prendre la D171 vers Belvédère.</i>		
<b>Six Fours challenge</b>	<b>6-13-21 KM</b>	<b>SIX FOURS LES PLAGES (83)</b>
<b>SAMEDI 19 DIMANCHE 20/05/2018</b> - Organisateur : <a href="mailto:sixfourschallenge@gmail.com">sixfourschallenge@gmail.com</a> . Georges Luc 06.03.22.56.10 Inscriptions sur <a href="http://www.njuquo.net">www.njuquo.net</a> ou bulletin téléchargeable sur <a href="http://www.sixfourschallenge.com">www.sixfourschallenge.com</a> Départ de la plage de Bonne grace <b>le dimanche 20/05</b> à 10h pour le 13 et 21km. Engagement 17€ pour le 13km et 22 pour le 21km. Courir pour la mucoviscidose. <b>Course de 6 km 100% NANA et marche nordique le samedi 19/05</b> départ 14h la marche nordique 14h15 courses enfants et 18h le 6km , Engagement de 10€ pour le 6km et marche nordique.		
<b>HOLI RUN DE GRASSE</b>	<b>? KM</b>	<b>GRASSE (06)</b>

## CALENDRIER DES COURSES DU 1ER AVRIL AU 31 JUILLET 2018

**DIMANCHE 20/05 2018** - Organisateur: Azur sport organisation Renseignements 04 93 26 19 12  
[www.holiruncotedazur.com](http://www.holiruncotedazur.com) Pas d'infos au 20/03

### En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon.

**VERTICALE DES DES LIMACES 9,5 - 15 KM BLAUSASC (06)**

**DIMANCHE 20/05/2018** - Organisateur : Association La Blausascoise. Contact [stephanegiodanengo@hotmail.com](mailto:stephanegiodanengo@hotmail.com) ☎ 04.93.79.51.04- Renseignements : sur Informations ET INSCRIPTIONS <http://blausasctrail.wix.com/blausasctrail> - [www.sportifs.fr](http://www.sportifs.fr)  
**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€

**LA FOULEE des Demoiselles 6KM LA MOTTE EN PROVENCE (83)**

**DIMANCHE 20/05/2018** - Organisateur : Association lutte contre le cancer du sein. Tel :06.79.06.62.91  
 Toutes infos et inscriptions sur <http://www.lafouleedesdemoiselles.fr/course.php> Course et marche féminine solidaire à La Motte en Provence (Var). 2 formules sont proposées sur ce parcours unique : course chronométrée : exclusivement réservée aux femmes de 14 ans et plus, sur fourniture d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la course à pied en compétition datant de moins d'un an au jour de l'épreuve. Allure libre" (marche ou footing non chronométré) : accessible à tous, hommes, femmes et enfants de 7 ans et plus Course chronométrée (femmes de 14 ans et plus) :  
 Tarif unique : 12 € Allure libre (femmes et hommes de 12 ans et plus) Départ 10h30 : Tarif unique : 10 € Participation gratuite pour les enfants de moins de 12 ans , départ en 2 vagues 11h et 11h 30

**La Ronde des Dragons 11 KM DRAGUIGNAN (83)**

**DIMANCHE 20/05/2018** - 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 16/05, téléchargeable sur [www.draguignan-athle.com](http://www.draguignan-athle.com) ; - du lundi au vendredi - à partir de 18h00 au DUC - Stade Léo Lagrange à Draguignan ☎ 04 94 47 16 12 et de 18 à 20h au 0619551945 jusqu'au 18/05. Par courrier : DUC ATHLETISME 174 BLD LEO LAGRANGE 83300 DRAGUIGNAN Le bulletin devra être accompagné de votre règlement par chèque uniquement pour être valable au plus tard le vendredi 18 mai 2018 à l'ordre du DUC Athlétisme. – **Départs et Arrivées** : le 1km, le 2 km et le 11 km se feront sur le Boulevard Georges Clemenceau à Draguignan. 9h00 pour l'Urban Trail « la Ronde des Dragons » et le relais environ 11 kms à partir de cadet (16 ans), hommes et femmes - 9h00 pour la marche nordique, la randonnée environ 10 km à partir de cadet (16 ans), hommes et femmes. - 11 h00 : course des enfants de 1km (EA) et 2km (garçons et filles de 10 à 15 ans) poussin à minim -11h30 : fin de la course et ouverture de la route à la circulation. **Engagements** : Le 11 km, la marche nordique et la randonnée : 13€ avant – 15€ le jour de la course. Course relais : 9 € par personne et 10 € le jour de la course - 1 km et 2 km : gratuit. **(Les tee-shirts seront donnés uniquement aux 500 premiers engagés sur le 11 km)**

**VIRADA DE FALICOUN 17 KM FALICON (06)**

**LUNDI 21/05/2018** - Organisateur: Contact 06.14.88.22.04 Ludovic Chariaunt – [faliconteamtri@free.fr](mailto:faliconteamtri@free.fr) Inscriptions en Mairie: par ☎ 04.92.07.92.70 - sur [www.optirun.fr](http://www.optirun.fr) et par courrier , départ marche 9H30h du village et course 9h. Engagement marche de 15km ou course de 17km 18€ 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 21/05/2018** . Contact : [Benoitlebeguec@msn.com](mailto: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 pr ovence par mail [b.lebeguec@mairie-leluc.fr](mailto: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 et 6km à 10h. Retrait des dossards début 8h30 . Tarif de la course 12 € dont 2 reversés à une association. Pas de repas prévu, apéros a 12h après la remise des récompenses.

**TRAIL DE RIMPLAS 12 - 21 KM RIMPLAS (06)**

**SAMEDI 26/05/2018** - Organisateur : Panchieri Yoann 06.19.26.38.20, Poutier Wilfried 06.89.32.34.90 [isavore@orange.fr](mailto:isavore@orange.fr) toutes infos sur [www.trail-de-rimplas.fr](http://www.trail-de-rimplas.fr) . Les inscriptions s'effectueront de 4 façons: - Par courrier avec le bulletin d'engagement au dos du flyer (l'inscription sera validée sous réserve de paiement). - Par mail: [infos@trail-de-rimplas.fr](mailto:infos@trail-de-rimplas.fr) (l'inscription sera validée sous réserve de paiement). - En ligne sur le site : [www.klikego.com](http://www.klikego.com) - Sur place le jour même sous réserve de dossard (limitée à 200 pour l'ensemble des courses), les inscriptions le jour même ne pourront pas garantir l'accès au repas et seront surtaxé. 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€.

**CourseS à obstacles festives KM VILLENEUVE LOUBET(06)**

## CALENDRIER DES COURSES DU 1ER AVRIL AU 31 JUILLET 2018

**DIMANCHE 27/05 2018** - Organisateur: Handicap international Renseignements 01 43 14 87 05 [alorenz@handicap-international.fr](mailto:alorenz@handicap-international.fr)

### En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon.

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

**DIMANCHE 27/05/2018** - Organisateur : [sport@cavalaire.fr](mailto:sport@cavalaire.fr) - Renseignements et inscriptions : Ville de Cavalaire sur mer, service des sports ☎ 04.94.05.41.28 , mail [sport@cavalaire.fr](mailto:sport@cavalaire.fr) ou [www.cavalaire.fr](http://www.cavalaire.fr) [www.topchrono.biz](http://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.fr](mailto:sport@cavalaire.fr) Départ 9h30 rue Pierre et Marie Curie pour les 2 courses. Engagement 6€ à 15 suivant date d'inscription le 5km et jour même, 10€ à 18 le 10km et jour même . Course pour les 8 et 9ans départ 9h

## JUIN 2018

**TRAIL DE LA PEIRA 6-13,5 KM D+1050M LE SUQUET D'UTELLE (06)**

**SAMEDI 02/06/2018** - Organisateur : Association de La Peïra – Inscriptions : [lapeira@bbox.fr](mailto:lapeira@bbox.fr) , par ☎ 06.60.41.65.40 ; sur [www.sport-up.fr](http://www.sport-up.fr) par bulletin, téléchargeable sur <http://www.traildelapeira.com> ; par e-mail [eric@traildelapeira.com](mailto:eric@traildelapeira.com) et le jour même – Course 13,5km uniquement coureurs et 6km coureurs et marcheurs. Départ commun : 10h – Temps limite : 4h00 – Engagement : 15€ pour le 13,5km et 12 pour les 6km marche et course pasta party incluse - Epreuve essentiellement sur sentiers balisés, en semi auto suffisance ; chaussures trail et ceinture à boisson obligatoires ; dénivelé 13,5km+1050m et 450 pour les 6km – **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.*

**COURSE DES PLAGES 4,5-10 KM BORMES LES MIMOSAS (83)**

**SAMEDI 2/06/2018** - Organisateur: Associat Les va-nu-pieds - Contact: [jean-pierre.rostren@wanadoo.fr](mailto:jean-pierre.rostren@wanadoo.fr) Caroline Quinon ☎ 06.10.22.64.95 ; Inscription en ligne sur [www.chronosports.fr](http://www.chronosports.fr) et par courrier à chronosport 178 rue de Belgique 83150 BANDOL 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 : Pour le 10km 12€ et le jour même 15€ et pour le 4,5km 8€ et le jour même.

**Eco city trail, trail du pays de grasse 10km 7-10 - 24 KM GRASSE (06)**

**SAMEDI 02 DIMANCHE 03/06/2018** - Organisateur : Courir en Pays de Grasse – Contact [gerard-lopez-structure@wanadoo.fr](mailto:gerard-lopez-structure@wanadoo.fr) : ☎ 06.11.91.25.09 - Inscription : en ligne sur [www.sporttips.fr](http://www.sporttips.fr) site du club accessible sur <http://cpg.athle.org/asp.net/espaces.html/html.aspx?id=31983> Le 2/06 city trail urbain de 7km Départs : 21H30. frontale obligatoire. Le 3/06 trail 24km ; 8H30 et 10km 10H30 – Engagements : 18€ le 24km , 10€ le 10 km - 9€ le 7Km . 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 . Départ des 3 courses Cours Honoré Cresp, en ce qui concerne le 10km arrivée Avenue Thiers.

**BALCONS ET TRAILS DES MAURES 13 - 21 - 48 KM COLLOBRIERES (83)**

**DIMANCHE 03/06/2018** - 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](http://www.trail-des-maures.blogspot.fr) Renseignements et Inscriptions sur [trail.nature.collobrieres@gmail.com](mailto:trail.nature.collobrieres@gmail.com) ; en ligne sur le site partenaire [www.sporttips.fr](http://www.sporttips.fr) et par courrier – Départs : **7h00** le Trail des Maures **48km** – **8h30** les Balcons des Maures **21km** (coureurs et marcheurs) – **9h** le Trail des Menhirs **13km** - **Engagements** : 36€ le 48km repas inclus ; 26€ le 21km (coureurs et randonneurs) repas inclus sauf si inscription après le 28/05 ; 16€ le 12km sans repas – Repas accompagnateurs ou 12km 8€ à réserver en avance . Pas d'inscription sur place

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

**DIMANCHE 03/06/2018** - Organisateur: Club Athlétique Pugetois [c.macagno@mairie-puget-sur-argens.com](mailto: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

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

**SAMEDI 9/06/2018** - Organisateur : Bandol Evènements Organisation [bandolclassic@gmail.com](mailto: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](http://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**

## CALENDRIER DES COURSES DU 1ER AVRIL AU 31 JUILLET 2018

**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€

### En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon.

#### L'esclapa l'œil Grande Coursasse 64 KM CIPIERES (06)

**SAMEDI 9/06/2018** - **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](mailto:rico.morel@wanadoo.fr) - Inscriptions sur [www.timingzone.com/](http://www.timingzone.com/) infos sur <https://sites.google.com/view/traildecipieres/accueil> - par Email : [contact@cipieres.org](mailto:contact@cipieres.org). Engagement : 0 € mais en contrepartie, emmenez un plat maison à partager pour le repas du soir. .

La grande coursasse a lieu toutes les années paires. La grande coursasse 2018 (64km et 3500 D+), 18ème édition de l'esclapa l'œil trail, Le trail demeure gratuit (plat fait maison) à condition d'attester que vous avez bien acheté "la véritable histoire du dossard 99" !La grande Coursasse peut être réalisée en individuel ou en équipe de 3 relayeurs. Son parcours a été légèrement modifié (voir Parcours et profils). En solo, elle fait partie du **challenge Trail 06. Relais 1 CHEIRON**asse, 21 km 1450D+ : Cipières, Gréolières village, les neiges, les crêtes du Cheiron, Coursegoules (ravito). Ce relais compte pour le **challenge Nature 06. Relais 2 PIC**asse, 19 km 750 D+ : Coursegoules, le plateau de Saint Baranabé, le Pic de Courmettes, Courmettes, Courmes (ravito). Ce relais compte pour le **challenge Découverte 06. Relais 3 GAZ**gazasse 24 km 1350 D+ : Courmes Bramafan, la draille du sanglier, Gourdon (ravito) , Cavillore le sommet du Gaz, Cipières (ravito). Ce relais compte pour le **challenge Nature 06**. ATTENTION afin de conserver une manifestation festive à l'échelle de notre village, le nombre de dossards est limité à 150 individuels et 50 équipes de 3. Bonne bourre

#### 24 heures des ALPES MARITIMES OPIO (83)

**SAMEDI 9 et DIMANCHE 10/06/2018** - **Organisateur :** CDCHS06 – Contact : ☎ 04.93.71.86.05 06.08.49.50.72 [www.cd06.athle.com](http://www.cd06.athle.com) Boucles de 1km toutes infos Eet inscriptions sur <http://www.aromsazur.com/> Départ 14h le 9/06 parc des loisirs OPIO engagement 80€ et 100 sur place

#### MONTA CALA et TRAIL DE PEILLON 10-16Km PEILLON (06)

**DIMANCHE 10/06/2018** - **Organisateur :** Courir à Peillon de Nissa – Renseignements : par ☎06.70.48.15.79 Julien Waltzer Par mail [courirapeillon@yahoo.fr](mailto:courirapeillon@yahoo.fr) - Inscriptions et infos sur le site <http://courirapeillon.fr/v3> et [www.sport-up.fr](http://www.sport-up.fr) ; Par téléphone 06.70.48.15.79 Julien – Marche nordique et Course 10Km Possibilité de courir en relais – Départ (individuel et relais-duo) : 9h30 de Ste Thècle de Peillon, salle de la Sousta – Engagement : 10€ solo et duo 2X6€ – Trail 16Km en semi autonomie départ 9h, engagement 16€ - Egalement courses(gratuites) pour enfants : Départ : 9h05 - Repas prévu après course 10€ par personne, infos à paraître sur site

#### COURSE DE LA ST BARNABE 6.7 KM ST MARTIN D'ENTRAUNES (06)

**DIMANCHE 10/06/2018** - **Organisateur :** Comité des Fêtes – Contact ☎ 06.30.97.17.82 et [olivier.bedene@gendarmerie.interieur.gouv.fr](mailto: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 5€. Inscriptions exclusivement par tél: 06-30-97-17-82 et sur place le jour même départ 13h15 enfants et 13h30 adultes

#### COURSE PEDESTRE 9 KM CHATEAUNEUF DE GRASSE (06)

**SAMEDI 16/06/2018** - **Organisateur :** Contact Mairie : ☎04.92.60.36.08 – mail : [sylvie.daviller@mairie-chateauneuf.fr](mailto:sylvie.daviller@mairie-chateauneuf.fr) - Inscriptions par mail [9km@ville-chateauneuf.fr](mailto:9km@ville-chateauneuf.fr) sur site [www.ville-chateauneuf.fr](http://www.ville-chateauneuf.fr) sur [www.timingzone.fr](http://www.timingzone.fr) et sur place le jour même de 15h 30 à 17h25. Départ 17h30 place Georges Clemenceau engagement 6€ individuel, 9€ en équipe.

#### Ultra trail A-M 145km,90,70,45,25,12 et KM vertical Nice/ ST Martin Vesubie (06)

**VENDREDI/S/D 15/16/17/06 2018** - 10 000 **Organisateur :** - Inscriptions : ☎04.93.26.19.12 Nice – Saint-Martin-VésubieUltra trail Côte d'Azur Mercantour **140 km** – 1000m D+. Tél : 04 93 26 19 12 Départ de NICE LE 25/08 à 17h – [communication@azur-sport.org](mailto:communication@azur-sport.org) Temps de course limité à 50h [Azur Sport](http://Azur Sport) Infos et inscriptions sur [www.ultratrail06.com](http://www.ultratrail06.com) . Engagement seul,130€ - 90Km Départ de Nice le 15/06 à 17h (sous réserve modification) Engagement110€. 70Km Départ de St Martin Vésubie le 16/06 à 5 h (sous réserve modification) Engagement 80€. 45Km Départ de St Martin Vésubie le 17/06 à 7 h (sous réserve modification) Engagement 55€. 25Km Départ de St Martin Vésubie le 17/06 à 10 h (sous réserve modification) Engagement 30€. 12Km Départ de St Martin Vésubie le 16/06 à 10 h (sous réserve modification) Engagement 20€. KM Vertical 4,5km Départ de St Martin Vésubie le 16/06 à 12h (sous réserve modification) Engagement 15€ jusqu'au 15/05 puis 20€

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

**SAMEDI 16/06/2018** - **Organisateur :** AMSL Fréjus – Contact : ☎ 06.60.04.89.55 et 04.94.51.55.39 [catherine.brenier@bbox.fr](mailto:catherine.brenier@bbox.fr) [amslf.athle@wanadoo.fr](mailto:amslf.athle@wanadoo.fr) – Inscriptions sur [www.sporttips.fr](http://www.sporttips.fr), par courrier et sur place le samedi, télécharger bulletin sur « évènements » sur [www.basenaturefrejus.fr](http://www.basenaturefrejus.fr) Engagement 12€ jusqu'au 1/06 16 après et 20 sur place. Départ 20h pour le 10 km, 19h30 courses enfants, 18h30 départ du Kid'run et family'run

## CALENDRIER DES COURSES DU 1ER AVRIL AU 31 JUILLET 2018

### En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon.

#### VERDON CANYON CHALLENGE 60, 33, 10, 5KM AIGUINES (83)

**SAMEDI 23/06/2018** - **Organisateur** : Association AERIA Jean Giacosa 06.16.55.94.99 – infos sur : [www.verdoncanyonxtrem.com](http://www.verdoncanyonxtrem.com) bulletin téléchargeable sur [www.verdoncanyonchallenge.com](http://www.verdoncanyonchallenge.com) Inscriptions: En ligne sur njuko o - Contact : [association.aeria@wanadoo.fr](mailto:association.aeria@wanadoo.fr) et ☎04.94.63.36.38 – Départs le vendredi 23/06 à 4h d'Aiguines pour le 60Km – à 7h d'Aiguines pour le 33Km - à 10h d'Aiguines pour le 10 et 12h pour le 5Km - Toutes les arrivées à Aiguines. Engagements : 8€ pour le 5km. 10€ pour le 10km ; 40€ pour le 33Km , 70€ pour le 61 km.

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

**DIMANCHE 24/06/2018** - **Organisateur** : Contact : Olivier BERZAL ☎ 06.09.52.41.11 - 06.95.59.39.67 – mail : [aps.events@free.fr](mailto:aps.events@free.fr) [associationplus2sport@gmail.com](mailto:associationplus2sport@gmail.com) -Renseignements et inscriptions sur : [www.l7street.com](http://www.l7street.com) [www.timingzone.com](http://www.timingzone.com) <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. Le Dimanche 24 Juin 2018 - 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 et arrivée au domaine de la GARDONNE, vignoble privé, course au milieu des vignes , pas de goudron. **Vérifiez les heures de départs qui vont certainement changer pour éviter la chaleur subie en 2017**

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

**DIMANCHE 24/06/2018** - **Organisateur** : Nice Sport Méditerrané [info@couriralacolmiane.fr](mailto:info@couriralacolmiane.fr) – [tony.vivarelli@orange.fr](mailto:tony.vivarelli@orange.fr) 06.09.09.26.74 Renseignements et inscriptions sur [www.couriralacolmiane.fr](http://www.couriralacolmiane.fr) à l'Office du Tourisme de Valdeblore ☎04.93.23.25.90 - Départs : **Défi Raid Vert 15 km** : 9h45 ; **Course des As 15km** :10h30 du Grand Pré - Engagement : 10€ jusqu'au 23/06 ; le jour même 12€ - Egalement courses pour enfants Babys 10h05 et enfants

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

**VENDREDI 29/06/2018** - **Organisateur** : Club d'Athlétisme de la Vallée du Gapeau avec le concours de la Mairie de La Farlède [michelschleger@orange.fr](mailto:michelschleger@orange.fr) – Inscriptions : par mail à Michel Schleger, par retour bulletin téléchargeable sur [www.lafarlede.fr](http://www.lafarlede.fr) (rubrique Sports) ; par ☎06.87.09.92.66 ; chez Terre de running 7 bis rue Berthelot 83000 Toulon ; en ligne sur [www.chronosports.fr](http://www.chronosports.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€ , 9,8Km marche nordique départ 19h30 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*

#### HISTORIC RUN CORRIDA 6 KM VILLEFRANCHE SUR MER (06)

**SAMEDI 30/06/2018** - **Organisateur** : [sports@villefranche-sur-mer.fr](mailto:sports@villefranche-sur-mer.fr) – Contact : ☎ 04.93.76.33.51 Pour le moment nous ne pouvons vous donner comme information : La course se déroulera le vendredi 30 juin 2018 l'heure de départ se fera à 19h, le parcours va légèrement changer il y a un repas comme l'année dernière sous le chapiteau, notre partenaire via internet pour les inscriptions sera certainement [www.sport-up.fr](http://www.sport-up.fr) Les affiches et bulletins d'inscriptions sont en cours de réalisation et seront disponibles courant Avril Mai.

## JUILLET 2018

#### LES FOULEES BIOTOISES 8 KM BIOT(06)

**DIMANCHE 1/07/2018** - **Organisateur**: – [www.biot-ac.net](http://www.biot-ac.net) Inscriptions: par ☎; par mail: [andres.garcia2@wanadoo.fr](mailto:andres.garcia2@wanadoo.fr) [andres.garcia@wanadoo.fr](mailto:andres.garcia@wanadoo.fr) Course en deux boucles de 4Km. Inscription soit en ligne sur le site du Club [www.biot-ac.net](http://www.biot-ac.net) ou par courrier avec la fiche d'inscription ou par e-mail [info@biot-ac.net](mailto: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.

#### VALBERG TRAIL 12-27 KM VALBERG (06)

**DIMANCHE 01/07/2018** - **Organisateur** : Club des Sports des Portes du Mercantour – Renseignements : [valbergtrail@gmail.com](mailto:valbergtrail@gmail.com) ☎ 04.93.02.52.45 – 07.78.19.05.12 - 06.18.94.20.94 [koppe.jean-loup@orange.fr](mailto:koppe.jean-loup@orange.fr) Inscriptions: bulletin téléchargeable sur : [www.valbergtrail.com](http://www.valbergtrail.com) – en ligne voir lien sur site [www.sporttips.fr](http://www.sporttips.fr) – Possibilité le samedi et dimanche sur place dans limite des dossards disponibles + 5€ - Adresse : Club des sports des portes du Mercantour Valberg trail 06470 Valberg. Départs : salle des sports 9h pour le 28 et 10h pour le 12– Engagements : 28km 30€ et 12km 15€

## CALENDRIER DES COURSES DU 1ER AVRIL AU 31 JUILLET 2018

### En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon.

#### LA CAMPSOISE TRAIL 15 KM CAMPS LA SOURCE (83)

**DIMANCHE 01/07/2018** - **Organisateur** : l'Amicale des Donneurs de sang de Brignoles et la Municipalité de Camps la Source – Réservez votre 1er Juillet 2018 pour le Trail de La Campsoise, Finale du Défi 5, Catégorie TRAIL. Pour sa 8ème Édition, la Course Nature se transforme en Trail de 15 km. Vous profiterez du magnifique panorama de La Chapelle de St Quinis. La course pédestre nature a pris l'envergure d'un TRAIL de 15 km et elle est toujours sous l'égide du don de sang. mais un comité organisateur dirigé par Denis Honnore ,Ingrid,patrick,didier ,hassen ,Agnés michel, annie ,bernard et moi même lui a donné une autre figure. Pour renseignement DENIS HONNORE [denis.honnore@sfr.fr](mailto:denis.honnore@sfr.fr) 0607401722. Inscription uniquement sur site [www.courirfrance.com](http://www.courirfrance.com) 0660171004 ou 0950461713 ou 0603061976 pas d'inscription sur place. Départ 8h30 du stade Inscriptions 14€. La pasta party non comprise dans inscription est de 5€ par personnes seulement 250 places pour coureurs et accompagnateurs. arrivée centre village avec remise récompense et apéritif ,la pasta party sur le stade. Pas de courses enfants pas de marche nordique

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

**VENDREDI 06/07/2018** - **Organisateur** : Contact : 06.18.70.97.68 - 06.18. 60.61.74 – mail [pjore@sfr.fr](mailto:pjore@sfr.fr) Inscriptions sur [www.chronosports.fr](http://www.chronosports.fr) , par mail à [coursedesoleil@laposte.net](mailto:coursedesoleil@laposte.net) , à l'office de tourisme du port de Miramar, chez Endurance shop à la garde 04.94.23.59.50. Départ 20h15 Av Georges Clemenceau devant Mairie pour le 10 km et 20h25 pour le 5 km, engagement : 12€ jusqu'au 05/07 et 17 le jour même.

#### LES FOULEES CONTOISES 10 Km CONTES(06)

**SAMEDI 07/07/2018** - **Organisateur**: – [lesfoulescontois06@gmail.com](mailto:lesfoulescontois06@gmail.com) : David Donge 06.63.88.94.65 Inscription sur [www.optirun.fr](http://www.optirun.fr) Départ à 19H du théâtre de l'hélice traversée du village, sur routes et arrivée au même endroit que le départ. Engagement 12€ hors repas et spectacle. Retrait des dossards Le jeudi 5 et vendredi 6 juillet au Décathlon Boulevard Fuon Santa 06340 La Trinité de 17à 19h. Course d environ 10 km sur routes ( 300 D+) . ouverte aux hommes et femmes, licenciés ou non (certificat obligatoire) a partir des juniors suivi d'un repas et spectacle facultatif + 10€, a réserver lors des l'inscription 300 coureurs max, inscription possible le jour même si dossard dispos. Course enfants à 18h

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

**VENDREDI 6 et SAMEDI DIMANCHE 7/8/07/2018** - **Organisateur** : CDCHS 06 ADTRB – Contact : 04.93.04.22.20 [richard.colson@adtrb.fr](mailto:richard.colson@adtrb.fr) – mail : [cd06chs@aol.com](mailto:cd06chs@aol.com) [www.crotrail.com](http://www.crotrail.com) Départ LIMONE le 6 à 17h pour le 115 et 80Km , départ de BREIL le 7 à 14h 30 pour le 30Km - Arrivée à Menton pour le 115km, Breil pour le 80, Menton pour le 30.Toutes les infos sur : [www.cromagnon-extremereace.net](http://www.cromagnon-extremereace.net) ou [www.crotrail.com](http://www.crotrail.com) Engagement : *Avant le 28/02/ 2018* 110 Euro pour le Cro, 80 Euro pour le Trail du Marguareis, 40 Euro pour le Trail de la Riviera Française. *Du 1/03/ 2018 au 30/06*, 140 Euro pour le Cro, 90 Euro pour le Trail du Marguareis, 50 Euro pour le Trail de la Riviera Française . *Du 30/06* 170 Euro pour le Cro, 120 Euro pour le Trail du Marguareis, 60 Euro pour le Trail de la Riviera Française

#### HOLI RUN DE VILLENEUVE-LOUBET 5 KM VILLENEUVE LOUBET (06)

**DIMANCHE 8/07 2018** - **Organisateur**: Azur sport organisation Renseignements 04 93 26 19 12 [www.holiruncotedazur.com](http://www.holiruncotedazur.com) [communication@azur-sport.org](mailto:communication@azur-sport.org)

#### FOULEE DE COTIGNAC 10 KM COTIGNAC (83)

**SAMEDI 14/07/2018** - - **Organisateur** : Cap Garonne Organisation – ☎ 06.80.67.60.11 [dulac.jeff@gmail.com](mailto:dulac.jeff@gmail.com) [cap.garonne@gmail.com](mailto: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.kms.fr](http://www.kms.fr) sur place le jour même - Départ : 18h cours Gambetta – Engagement : 12€, le jour même : 15€ - 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

#### ASCENSION DU COL DES CHAMPS 12,6KM COLMARS LES ALPES (83)

**SAMEDI 14/07/2018** - **Organisateur** : 04.92.83.41.92 [colmarslesalpes@wanadoo.fr](mailto:colmarslesalpes@wanadoo.fr) Parcours : course en côte sur route de montagne. 3 ravitaillements au 3ème, 6ème, 9ème Km et à l'arrivée. Rendez- vous sportif le 14 juillet à Colmars L' ascension du Col des Champs. Course en côte sur route de 12.6 km Inscription sur [www.courirfrance.com](http://www.courirfrance.com) et sur place le jour même, pas d'inscription par téléphone. 9h30: départ de la course au pont de la lance **Arrivée**: Au sommet du Col des Champs. Engagement 12€ en ligne et 15 sur place, 12h: podium et remise des prix suivis d'un apéritif

#### AURON MOUNTAIN TRAIL 6 et 12KM AURON (06)

**DIMANCHE 15/07/2018** - **Organisateur**: – [www.mountain-trail.fr](http://www.mountain-trail.fr) [contact@mountain-trail.fr](mailto:contact@mountain-trail.fr) ☎ 06.68.37.28.15 Modalités d'inscription (site, adresse courrier, N° téléphone, mail, contacts).- [www.mountain-trail.fr](http://www.mountain-trail.fr). Place Centrale d'Auron - Trail 12 et 6 Km, Départ Dimanche 15 Juillet 9h30. - Cross pour enfant, 1km, 2km et 3km, départ 14H00 Samedi 14 Juillet.



## CALENDRIER DES COURSES DU 1ER AVRIL AU 31 JUILLET 2018

Engagement: .Trail 12 Km : 15€ (buffet froid inclus) - Trail 06 Km : 10€ (buffet froid inclus) - [contact@mountain-trail.fr](mailto:contact@mountain-trail.fr) // [inscription@mountain-trail.fr](mailto:inscription@mountain-trail.fr). Cross 1km/2km/3km : 4€ **Infos prix à vérifier**

### En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon.

**Corrida pedestre de la Ste Anne 8,2Km VALLAURIS (06)**

**DIMANCHE 22/07/2018** - Organisateur: - [jeanloupece@gmail.com](mailto:jeanloupece@gmail.com) ☎ 06.74.28.54.13 Course en 4 boucles en centre ville **Attente infos**

**Grande traversée des mélèzes du Mercantour 25 - 50KM BEAUVEZER (04)**

**DIMANCHE 22/07/2018** - Organisateur: La courir en haut Verdon, contct :Yvon LE CHALONY Renseignements ☎ 04.92.83.96.10 mail : [contact@traildesmelezes.fr](mailto:contact@traildesmelezes.fr) site [www.traildesmelezes.fr](http://www.traildesmelezes.fr) . Départ 50km 8H de la Maison de Pays de Beauvezer , 25km 9H30 Départ au pré de Colmars les Alpes et arrivée communes à la base de loisirs d'Allos . **Inscriptions**30€ pour le 28km et 35€ pour le 45km (chèque à l'ordre de COURIR EN HAUT VERDON). Dernier délai sur place le samedi veille de la course.20h00. Par courrier avant le 13/07, en ligne le 21/07.Inscription en ligne sur le site.Attention: Le nombre de dossards étant limité à 500, l'inscription ne sera validée qu'à réception de son règlement (chèque, carte bancaire).

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

**DIMANCHE 22/07/2018** - Organisateur: - Renseignements : [www.caussols.fr](http://www.caussols.fr) ☎ 06.10.28.80.22 [charles.baldaccini@hotmail.fr](mailto:charles.baldaccini@hotmail.fr) - [letraildessommetsdecaussols@orange.fr](mailto:letraildessommetsdecaussols@orange.fr) : Inscriptions sur site [www.sport-up.fr](http://www.sport-up.fr) ou [www.athle.org](http://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 9h - 15 Km , 15€ départ 9h - 6 Km, 8€ départ 10h – 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.

**ASCENSION DE LA BONETTE 28 KM ST ETIENNE DE TINEE (06)**

**DIMANCHE 29/07/2018** - 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](http://www.auron.com) ou [www.saintetiennedetinee.fr](http://www.saintetiennedetinee.fr) par mail [course\\_bonette@orange.fr](mailto:course_bonette@orange.fr) ; en ligne sur [www.le-sportif.com](http://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 Organismes. 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 pour 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.

CALENDRIER ÉTABLIT LE 27 mars 2018

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

### Décodage de la correspondance de la page 26

Le poème de Georges Sand se lit 1 ligne sur 2 en commençant par la première bien sûr.

Pour les réponses il ne faut utiliser que le premier mot de chaque ligne !!

Ces écrivains savaient manier la langue avec finesse, si l'on peut s'exprimer ainsi !