

La Foulée





ivsfrance.com

LEADER DE LA RESTAURATION AUTOMATIQUE

**your
best
break
.com**



Un bon café est "seulement" un bon café, une pause servie par IVS France, c'est une autre chose.

C'est la philosophie d'IVS France qui résume notre Mission en 3 mots : être à vos côtés pour vous offrir un moment d'authentique relaxation : La meilleure des pauses

Nos Marques



SOMMAIRE

N° 208 Janvier – Février -Mars 2021

Page	Article	Auteur
2	Nos partenaires	Le bureau
3	Sommaire	Francis VANDERSYPE
4	Editorial	Mario BERNARDESCHI
5	Carnet du Spiridonien	Francis VANDERSYPE
6	Mot du président	Francis VANDERSYPE
7-8-9	Comptes rendus de réunions	Jean Michel BOIGEY
10	Nos partenaires	Le bureau
11-14	Le Rapport d'activité de l'année 2020	Francis VANDERSYPE
15	Le Rapport moral de l'association	Francis VANDERSYPE
16	Fin des compétitions ?	Vu dans « le Monde »
16	Lueur d'espoir	Patrick MANIFICAT
17	Les déplacements	Francis VANDERSYPE
18-19	Baisse des licenciés dans les fédérations	Vu dans « le Monde »
20	Nos partenaires	Le bureau
21-23	C'était mieux avant !!	Charly RACCA
24	Bulletin d'inscription saison 2021	Francis VANDERSYPE
25	La revue Spiridon de Noël Tamini	Collectif Spiridon
26	Règlement du challenge Spiridon 2021	Francis VANDERSYPE
27 à 29	Les potins de Ficanas	Francis VANDERSYPE
30	Présélection des courses du challenge 2021	Le bureau
31-32	Spiridon : une marque commerciale ?!	Collectif Spiridon
33	Calendrier des courses 1 ^{er} trimestre Var et A.M.	Francis VANDERSYPE
34-35	Calendrier des épreuves Spiridon 1 ^{er} trimestre	Jean Paul SPINELLI
36-38	La Charte Spiridon 2021	Francis VANDERSYPE
39	Nos partenaires	Le bureau



EDITO

Confinés, masqués, positifs, négatifs et bientôt vaccinés (ou pas), contagieux ou porteurs sains nous voilà devenus des « covidés » (pas cons vidés) en sursis.

Si on ajoute à ces délices : le climat qui se détraque, la pollution de l'air, celle de l'eau, du sol, le terrorisme et le risque d'invasions barbares et bien il ya de quoi terminer cette année sur les rotules sans avoir eu besoin d'avalier tous les kms des compétitions annulées.

Malgré tout relevons les choses positives

1- des économies d'inscriptions, de chaussures, de carburant et de péages

2 –l'apprentissage du langage des yeux puisque le port du masque n'est plus réservé à la seule gent féminine.

Et puis n'oublions pas que le virus se transmettant par les postillons on peut rigoler (sous le masque) en serrant les lèvres et les fesses et comme il n'y a pas besoin de se signer une autorisation pour lever le coude on peut « avaler ». Donc si la perf est foutue faisons des efforts pour que la fête continue.

Quant à tous les Masters+++ du Spiridon et bien même sans rencontrer une lampe avec son génie un seul souhait s'impose...Être encore là à la fin de l'année prochaine pour fêter une bonne année 2022....

En attendant prenez bien soin de vous.

Mario Bernardeschi



CARNET DU SPIRIDONIEN du 1^{er} TRIMESTRE 2021

Date	Ville	Nom de l'épreuve	Dist. 1	Dist. 2	Dist. 3	Dépt
31 janv.	Cannes	Cannes Urban Trail REPORTÉ T	26,00	15,00	9,00	A.M.
31 janv.	Sainte Maxime	Les Foulées Maximoises	21,00	10,00		VAR
7 fév.	Cap d'Ail	La Course du Soleil	19,00			A.M.
14 fév.	Opio	La Ronde des Fontaines	10,00			A.M.
21 fév.	La Croix Valmer	La Foulée Croisienne	14,00			VAR
21 fév.	Gorbio	Les 12 Bornes de Gorbio	12,00			A.M.
7-mars	Cannes	Semi marathon et 10km REPORTÉ	21,10	10,00	5,00	A.M.
7-mars	Puget Ville	Trail de la Tour du faucon T	24,00	15,00	10,00	VAR
7-mars	Flayosc	La Foulée Flayoscaise	20,00	10,00	5,00	VAR
20-mars	Saint Jeannet	La Foulée des Baous	10,00			A.M.
20-mars	Roquebllières	Trail Nocturne des Abeilles T	9,00			A.M.
21-mars	Hyères	Semi marathon et 10km	21,10	10,00	5,00	VAR
28-mars	Sigale	Trail des Canyons de l'Estéron T	27,00	15,00		A.M.
4-avr.	Antibes	Le Calvaire Antibois	10,00			A.M.
5-avr.	Carcés	Semi marathon du C ANNULÉ	21,10	10,00		VAR

**NOTRE ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE
DU 16 JANVIER 2021 EST REPORTÉE**
**Nous vous tiendrons informé de la date retenue dès
que les conditions sanitaires nous le permettront**

**NOTRE TRADITIONNEL PIQUE-NIQUE DE DÉBUT D'ANNÉE SUR
LA PLAGE DE LA "SIESTA" EST ANNULÉ**



Michel BABBINI



Mario BERNARDESCHI



Jean Michel BOIGEY



Annie CAMERA



Laura DI SARIO



Patrick MANIFICAT



José MAZZAFERO



John-Lee OLIVIER



Roberto OLIVIERI



Charly RACCA



Jean Paul SPINELLI



Nicole TOUATI

**LE CONSEIL
DU
SPIRIDON
CÔTE D'AZUR**



Francis VANDERSYPE



Célian ZACHLEVNIY

CONTACTS SPIRIDON :

secrétariat : Charly RACCA 7 avenue Raoul Dufy 06200 NICE tél : 04.93.83.02.50

président : Francis VANDERSYPE 128 avenue de la Lanterne 06200 NICE tél : 06.09.91.55.94

courriel : spiridoncotedazur@gmail.com

LE MOT DU PRÉSIDENT

L'année 2021 commence sans véritable visibilité à court ou à moyen terme. Qui peut dire aujourd'hui de quoi le premier semestre sera fait ? Pourtant nous en sommes les futurs acteurs, alors comment envisager cette nouvelle saison ? Nous en ferons ce que nous voulons qu'elle soit !

L'année dernière nous aura tous modifié, dans nos comportements, dans notre relation aux autres, dans notre façon de vivre.

Courir, fouler le sol et ne faire plus qu'un avec les éléments. Déconnecter ses pensées et vivre à fond au gré des routes et chemins. Courir car c'est un plaisir. Vivre ! Courir pour soi et pour toi. Passer la ligne d'arrivée, épuisé, cassé parfois. Laisser couler les larmes de bonheur et chercher un regard dans la foule. Courir comme on court sa vie. Se battre dans les montées et se relâcher dans les moments paisibles. Cavaler pour respirer et renaître à chaque pas. Courir parce que ça ne s'explique pas. C'est dans l'expérience que l'on apprend qui on est.

Au début, les adeptes de la course à pied faisaient du footing. Puis ils se sont mis à faire du jogging. Aujourd'hui ils font du running. Le running marche de mieux en mieux. Disons même qu'il court. Car le running est en plein running. Attention ! Rien à voir avec le footing ou le jogging. Le footing, c'est du petit trot pépère en survêt rétro, cool Raoul, relax Max. Le jogging, une course du dimanche, un peu plus sportive que le footing, mais tout de même un truc d'amateur. Alors que le running, c'est un truc de pro. Les runners ne sont pas là pour rigoler. Mais pour performer. Il suffit de les voir, chaussés de leurs baskets orange ou jaune fluo, serrés dans leurs vêtements bourrés de gadgets qui mesurent leur tension, leur vitesse, leur fréquence cardiaque ou leur cholestérol, suant comme des malades.

De la création du mouvement Spiridon en 1972 à maintenant, que d'évolution dans la mentalité des coureurs. D'un mouvement contestataire nous sommes passé à un mouvement qui cherche ses repères, la philosophie des débuts fait place à une certaine lassitude, comme dans les années 80.

Dans les pays limitrophes où il existe un mouvement Spiridon, tous sont confrontés au même problème : renouveler les comités directeurs, sous peine de se perdre et de disparaître du paysage sportif.

Il faut nous reprendre en main, donner un nouvel élan à notre mouvement, ne pas se laisser submerger par les problèmes du moment, nous devons être plus fort que ça.

2021, nous continuerons à nous battre, à courir, à vivre, à faire vivre notre association. Malgré les nombreuses annulations d'épreuves, restons solidaires et espérons que nous pourrons de nouveau vivre pleinement notre passion. Le sport est à la fois un enjeu de santé de passion et de partage, mais aussi un symbole de liberté.

Notre assemblée générale prévue le 16 janvier sera reportée à une période plus faste pour les rapprochements et la convivialité. Et notre pique-nique sur la plage de la Siesta du 10 janvier est annulé.

Vive 2021 qui nous apportera je l'espère beaucoup de bonheur et de retrouvailles.

Francis VANDERSYPE





COMPTE RENDU de la RÉUNION DU CONSEIL du mardi 6 octobre 2020

Présents : Mario BERNARDESCHI, Jean-Michel BOIGEY, Patrick MANIFICAT, José MAZZAFERO, John-Lee OLIVIER, Charly RACCA, Jean-Paul SPINELLI, Francis VANDERSYPE

Excusés : Michel BABBINI, Annie CAMERA, Laura DI SARIO, Roberto OLIVIERI, Nicole TOUATI, Célian ZACHLEVNIY

ORDRE DU JOUR

SECRETARIAT et BUREAU :

Compte rendu du secrétaire : reçu carte postale de Sylvie et Daniel Gilly ainsi que des adhésions.

Renouvellement du conseil : les membres sortants sont Michel BABBINI, Laura DI SARIO, Charles RACCA, Nicole TOUATI, Francis VANDERSYPE. Recherche de nouvelles candidatures. Nicole TOUATI ne souhaite pas le renouvellement.

LES ASSISTANCES TECHNIQUES :

La prochaine assistance est prévue à Valbonne le 13 décembre, la convention a été envoyée le 7 septembre, et acceptée le 12 octobre.

LE CHALLENGE SPIRIDON :

Critères pour le classement de fin d'année : à ce jour maintien des conditions du règlement.

Qui récompense-t-on : les 3 premiers au scratch féminin et masculin et les premiers de chaque catégorie, ainsi que les 3 premiers du trophée J.L.A.

Préparation du calendrier des épreuves pour 2021 soumis aux conditions éventuelles d'annulation en fonction des décisions des autorités.

Aucune modification du règlement n'est prévue pour 2021.

LA FOULÉE :

Mise en ligne du n° 207 le 6 octobre avec envoi du lien à tous les adhérents.

Articles et photos de la part des adhérents auraient été les bienvenus.

LA TRÉSORERIE :

Compte rendu du trésorier sur les dépenses et rentrées et confirme la bonne santé du compte.

Mise en œuvre des remboursements par chèque des participants au déplacement de Bucarest qui le souhaite.

LE SITE INTERNET :

Suivi des messages indésirables. Pour les membres du Bureau qui s'occupent du site, remise en mémoire de la procédure pour supprimer les messages indésirables.

L'animation du site internet reste faible mise à part la bonne humeur de Gillou. Le peu d'épreuves organisées se ressent également sur la page facebook.

LES DÉPLACEMENTS :

Les déplacements prévus en 2020 sont reportés en 2021. –

En 2022 : Possibilité de déplacement à Tahiti, minimum 10 jours, en mars/avril ; le budget sera indiqué à la prochaine A.G.

Prochaine réunion le 17 novembre.



COMPTE RENDU de la RÉUNION VIRTUELLE DU CONSEIL du mardi 17 novembre 2020

Convoqués : Mario BERNARDESCHI, Michel BABBINI, Jean-Michel BOIGEY, Annie CAMERA, Laura DI SARIO, Patrick MANIFICAT, José MAZZAFERO, John-Lee OLIVIER, Roberto OLIVIERI, Charly RACCA, Jean-Paul SPINELLI, Nicole TOUATI, Francis VANDERSYPE, Célian ZACHLEVNIY

ORDRE DU JOUR

BUREAU & SECRÉTARIAT

La date de l'A.G. est provisoirement maintenue en janvier 2021 ; de ce fait, envoi des convocations début décembre. Si l'A.G. n'avait pas lieu à la date prévue, elle sera reportée à une date et un lieu à définir mais une A.G. virtuelle n'est pas envisageable.

Contact pris avec LTD sérigraphie pour les cartes 2021 - Inventaire du stock de tee-shirts et débardeurs en cours.

LES ASSISTANCES TECHNIQUES

L'assistance de Valbonne du 13/12/20 ne se fera pas suite à l'annulation de l'épreuve. Pour 2021, que 4 assistances seront possibles ; reste à savoir qui s'en chargera du fait que Nicole et Mario arrêtent leur participation.

LE CHALLENGE SPIRIDON 2020

- * Peu d'arrivants (85) à Collobrières le 10 octobre. A noter que les gestes barrières ont été respectés lors de la remise des dossards ainsi que lors de la remise des prix.
- * Le challenge 2020 : Suite au confinement, seules 11 épreuves se sont disputées et 81 spiridonien/nes y ont participé.
- * Pour les récompenses, le choix est difficile ; ci-dessous quelques avis de membre du Bureau : *pas de récompenses ou alors, une médaille à tous les participants ; *un cadeau humoristique pour tout le monde ; *récompenser les vainqueurs de chaque catégorie et donner une médaille aux autres participants ; * il y a un règlement , il faut l'appliquer : récompenser ceux qui ont 5 courses et faire un petit geste aux autres ; * année sans suite pour le challenge donc pas de récompense pour 2020 ; * faire de l'année 2020 une année blanche donc pas de récompense ; * rassembler le challenge 2020 et 2021 pour donner les récompenses aux participants fin 2021 ; * un souvenir à tous ceux qui ont participé à au moins 3 épreuves ou récompenses aux premiers de catégories ayant 5 courses.
- * Nous pensons aux paniers garnis pour les vainqueurs et des petits coffrets pour les autres.
- * Pour les épreuves du challenge 2021, celles-ci dépendront de la fin de l'état d'urgence sanitaire.
- * Proposition concernant l'organisation d'une épreuve circadienne ou horaire mais il faudra trouver la personne qui s'en occupera.

LA FOULÉE

Préparation de La Foulée n° 208 ; en attente d'article.

LA TRÉSORERIE

Tous les remboursements pour la Roumanie ont été envoyés à ceux qui l'avaient demandé.
A ce jour, l'état de notre trésorerie est satisfaisant.

LE SITE INTERNET ET RÉSEAUX SOCIAUX

Un problème de mise à jour a été réglé début novembre ; achat d'un module de modification.

LES DÉPLACEMENTS

Attendre que la situation sanitaire s'améliore avant toute décision.

QUESTIONS DIVERSES

Pour les dates des prochaines réunions, attendre un retour à la normale.



COMPTE RENDU de la RÉUNION VIRTUELLE DU CONSEIL du vendredi 18 décembre 2020

Convoqués : Mario BERNARDESCHI, Michel BABBINI, Jean-Michel BOIGEY, Annie CAMERA, Laura DI SARIO, Patrick MANIFICAT, José MAZZAFERO, John-Lee OLIVIER, Roberto OLIVIERI, Charly RACCA, Jean-Paul SPINELLI, Nicole TOUATI, Francis VANDERSYPE, Célian ZACHLEVNIY

ORDRE DU JOUR

BUREAU & SECRÉTARIAT

Courrier reçu : Quelques renouvellements – Appel de la cotisation de l'Assurance du Spiridon.

*Point sur les tee-shirts : Michel BABBINI s'en occupe et nous informera sur la quantité en stock. *Commande des cartes d'adhérents : en cours avec LTD Sérigraphie. *Concernant les rapports, ils sont rédigés. *Report de l'A.G. à une meilleure période sanitaire. *Envoie des rapports par mails ainsi que le bulletin de renouvellement 2021 aux adhérents. Ainsi le vote se fera par mail pour les rapports. *La remise des récompenses 2020 pourra se faire lors d'une soirée organisée, lieu à définir le moment venu.

LES ASSISTANCES TECHNIQUES

Les volontaires qui se sont proposés pour les demandes de chronométrage, si elles ont lieu : Francis VANDERSYPE, Mickey BABBINI selon sa disponibilité, Patrick MANIFICAT et Jean-Paul SPINELLI.

LE CHALLENGE SPIRIDON

*Seulement 11 épreuves se sont disputées. Le choix des critères de récompense se fera selon le règlement.

*Le calendrier des épreuves du challenge 2021 est prêt, en attente des éventuelles annulations ou reports.

*Pas de modification du règlement pour le challenge et le trophée J.L.A. 2021. Mais en fonction des annulations d'épreuves en 2021, les conditions du règlement pourront être revues en fin de saison.

LE SITE INTERNET ET FACEBOOK

*La page « Instagram » est très peu visitée et donc sans grand intérêt pour l'instant. *Mise en ligne par John-Lee des résultats du challenge et de l'actualisation des photos. *Le site Spiridon : une seule remarque : "Les rubriques déplacements et informations ne sont pas à jour". Nous comptons sur les membres du conseil pour y remédier.

LA TRÉSORERIE

*Travail en cours de Patrick Manificat sur la préparation du budget prévisionnel 2021 et sa présentation en vue de la (lointaine) tenue de l'A.G. – *Trésorerie satisfaisante.

LA FOULEE

Editorial remis par Mario pour la mise en page de La Foulée. Parution le 4 janvier 2021.

LES DÉPLACEMENTS ET LES ANIMATIONS

Annulation de toutes les festivités tant que dure la pandémie.

Le déplacement à BUCAREST est toujours en attente ainsi que celui d'AX les THERMES.

QUESTIONS DIVERSES

Prochaine réunion le 26 janvier 2021, en étant optimiste pour se réunir.



MARQUAGES INDUSTRIELS
& PUBLICITAIRES

SERIGRAPHIE

ltd-serigraphie@wanadoo.fr

☎ 04 93 73 60 03 - Fax 04 93 73 46 70

- **ADHÉSIFS**
- **CARTES P.V.C.**
- **OBJETS PUBLICITAIRES**
- **1.2.3.4 COULEURS - QUADRI**
- **SIGNALÉTIQUES - PANNEAUX**
- **TEE-SHIRTS / SWEATS / POLOS...**
- **LETTRES PRÉDÉCOUPÉES ADHÉSIVES**



sur www.sols-europe.com
ou www.textileurope.com

331 AVENUE du Dr. J. LEFEBVRE - 1er C.A.I. Lot n°17 - 06270 VILLENEUVE-LOUBET

S.A.R.L. au capital de 7622,45 Euros - siret. 418 028 189 000 29 - RCS Antibes B 418 028 189

RIVIERA SERVICES DRIVERS

TRANSFERTS - MISES A DISPOSITION - CONGRES - SERVICES AÉROPORTS

Location de véhicules avec chauffeur



Tél : +33.6.67.10.28.11
Fax : +33.9.81.40.17.46

Email : riviera-drivers@bbox.fr

www.riviera-drivers-france.fr



2 SOLUTIONS POUR VOS TRANSPORTS PROFESSIONNELS & PARTICULIERS

(10% de remise avec le code SPIRIDON)

LA SOLUTION EN EXPRESS POUR VOS ENVOIS

RIVIERA SERVICES

TRANSPORT TOUTES DISTANCES PL - VL

COURSES - MESSAGERIE

NAVETTE



Votre solution express pour vos envois

ESPACE CARROS - Z.I. - 06510 CARROS

TEL 06.16.53.38.27 - FAX 09.81.4.17.46

www.riviera-services.net



Tél. 04 93 29 88 82

Fax 04 93 18 12 49

Jardinerias
Petruccioli

528 route de Grenoble

06200 NICE

Heures d'ouverture

8h-12h & 14-18 du lundi au vendredi

8h-18h le samedi



CARROSSERIE

RAMELLA

FRERES

58 BOULEVARD RENÉ CASSIN - 062000 NICE

TÉL. 04.93.83.52.90 - FAX. 04.93.83.60.65

RAPPORT D'ACTIVITÉS DE L'ANNÉE 2020

PRÉSENTATION DU BUREAU SORTANT :

Treize personnes composaient le conseil du Spiridon Côte d'Azur et je tiens à les remercier tous très sincèrement de leur investissement pour faire vivre intensément votre association. Chacun d'eux y mettant toute son énergie.

Mario BERNARDESCHI, Michel BABBINI, Jean-Michel BOIGEY, Annie CAMERA, Laura DI SARIO, Patrick MANIFICAT, José MAZZAFERO, John-Lee OLIVIER, Roberto OLIVIERI, Charly RACCA, Jean-Paul SPINELLI, Nicole TOUATI, Francis VANDERSYPE, Célian ZACHLEVNIY.

Le tableau ci-dessous retrace l'organisation du bureau avec les principales tâches dévolues.

CONSTITUTION DU CONSEIL DU SPIRIDON CÔTE D'AZUR 2020	
Président	Francis VANDERSYPE
Vice Président	Charles RACCA
Trésorier	Partick MANIFICAT
Trésorier adjoint	Annie CAMERA
Secrétaire	Laura DI SARIO
Membres en charge de :	
l'informatique	John-Lee OLIVIER
Internet	Mario BERNARDESCHI
Calendrier et Contacts sur site	Jean Michel BOIGEY
Réseaux sociaux	Roberto OLIVIERI
Assistances Courses	Nicole TOUATI
	Jean Paul SPINELLI
	Patrick MANIFICAT
	José MAZZAFERO
Statuts	Michel BABBINI
& règlement intérieur	Francis VANDERSYPE
Tenue des réunions	Jean Michel BOIGEY
La Foulée	Francis VANDERSYPE
Calendrier des courses	Jean Paul SPINELLI
Challenge Spiridon	John-Lee OLIVIER
Manifestations	Charly RACCA
& Déplacements	Annie CAMERA
	Michel BABBINI
	René ROQUES
Pocédures administratives	Francis VANDERSYPE

LES ADHÉRENTS :

Évolution en nombre : nous étions cette année 200 spiridoniens, 35 de moins que la saison passée soit une baisse de 13.90 %.

Répartition par sexe : le nombre de féminines est en hausse. Les féminines représentent actuellement plus du tiers de nos effectifs : 38.30% / 61.70%, soit 76/134. La parité est en ligne de mire !

Répartition par catégories d'âges : sans surprise, les masters représentent la majeure partie de nos adhérents, les plus nombreux étant les master 3, issus de l'esprit de liberté de la course à pied des années 70-80. La répartition en classe d'âge des adhérents est significative du vieillissement des effectifs : 6 séniors, 31 M1, 62 M2, 76 M3, 47 M4 et 9 M5.

Répartition géographique : les plus nombreux sont les maralpins (191) bien entendu devant les varois (29) dont l'effectif a sensiblement baissé et les autres régions (15) de métropole, d'outre-mer (Solenne Rebeyrol et Martial Renaud à Tahiti)

Recommandation aux adhérents :

Lors de votre inscription pensez à nous communiquer :

- Votre état civil exact
- Vos coordonnées téléphonique et postales
- Votre adresse de messagerie internet
- Votre taille de tee-shirt

Il est important pour le secrétariat d'avoir un listing à jour, tant pour les adresses mail que pour les tailles de tee-shirt.

Participation au challenge :

81 adhérents ont participé activement à notre challenge au lieu de 145 et 4 équipes se sont âprement disputé le trophée JLA.

LA FOULÉE :

Le principe de la dématérialisation est maintenant bien appréhendé par les adhérents, La Foulée vous est présentée sur notre site sous forme liseuse et sous format PDF, format qui vous permet d'imprimer tout ou partie des articles. A chaque parution nous nous attachons à vous envoyer le lien de consultation directement par courriel. Le dernier numéro 207 a déjà été consulté près de 350 fois, la moyenne mensuelle de consultation de chaque numéro est de 435.

Voici 42 ans que la Foulée est diffusée auprès des adhérents du Spiridon Côte d'Azur, elle a relaté l'histoire de notre association, sachez continuer à l'écrire en participant à sa rédaction sous forme d'article ou de photos à votre convenance.

LES ASSISTANCES TECHNIQUES 2020 :

Cette année, nous avons assuré l'assistance technique aux organisateurs sur 1 épreuve. e trail de la Tour du Faucon le 8 mars. 1 course à laquelle nous avons apporté notre contribution à sa réussite.

LES ASSISTANCES TECHNIQUES 2021 :

Pour l'année à venir, 4 assistances sont prévues, vous remarquerez que nous diminuons encore les assistances aux organisateurs, ceci essentiellement par manque de personnes maîtrisant les logiciels de chronométrage et par l'importance du temps à y consacrer.

Je vous rappelle que le poste des assistances aux organisateurs constituait jusqu'à présent notre principale ressource financière après les adhésions, nous permettant ainsi de conserver un tarif d'adhésion modéré.

Un grand merci à tous celles et ceux qui nous ont aidés et surtout donné de leur temps.

LE CHALLENGE SPIRIDON 2020 :

De même que les années précédentes notre challenge interne a mobilisé beaucoup d'entre vous, a suscité de nombreuses réactions et contestations et est resté très disputé dans chacune de ses deux déclinaisons.

Le challenge 2020 en chiffres : 38 épreuves route et 17 pour le trail étaient au calendrier avec les annulations en cours de saison seules 11 épreuves ont eu lieu.

80 membres de l'association ont participé au challenge et donc 80 concurrents ont été classés au total, soit 40% des adhérents.

4 équipes se sont classées au trophée « Jean Louis Andreotti »

Cette année encore vous avez pu trouver sur le site internet de notre association, en début de chaque semaine, les classements du challenge à jour après les épreuves du week-end. Nous avons tenu à jour également les feuilles « podiums » avec, pour les différentes catégories, les photos qui permettent de mettre un visage sur les différents lauréats. (Pensez à nous envoyer une photo à insérer sur le trombinoscope des podiums)

Le calendrier des courses de la région a également été tenu à jour régulièrement sur notre site internet, grâce au travail de Jean Paul Spinelli et de Jean Michel Boigey.

LE CHALLENGE SPIRIDON 2021 :

Le challenge 2021 comptera 53 épreuves, 33 dans les Alpes Maritimes et 20 dans le Var, elles se répartissent de cette façon : 33 courses sur route et 20 trails. Vos week-ends seront donc bien remplis si nous avons la possibilité de courir. Déjà des épreuves ont été reportées

Comme la saison dernière, il y aura 2 classements pour ce challenge 2021, le premier individuel aux points et le second, le trophée J.L.A. au nombre de kilomètres parcourus en équipe. Chaque équipe désignera un capitaine et se choisira un nom.

Les équipes devront se déclarer avant le 28 février de la saison en cours (prévoyez, lors de votre inscription, de nous adresser une photo de votre équipe ou des membres de votre équipe).

Comme chaque année nous vous rappelons que :

- Le challenge est réservé aux adhérents
- Le classement individuel pour la route et le trail associés se fait aux points et celui du trophée J.L. Andreotti aux kms parcourus sur les épreuves du challenge.
- L'attribution des points résulte de l'application du règlement (voir sur le site)
- La liste des courses prises en compte pour les challenges est sélectionnée et validée par les membres du conseil d'administration
- Prise en compte : - des 15 meilleurs résultats pour le challenge Spiridon individuel
- de toutes les épreuves pour le trophée Jean Louis Andreotti
- Pour les trophées de fin de saison : il faut avoir participé à un minimum 5 courses pour être classé et récompensé au challenge
- Dans les épreuves à distances multiples toutes les distances seront prises en compte

Le site internet de notre association donne la liste des courses sélectionnées pour le challenge Spiridon 2021. Ce calendrier est constamment mis à jour par Jean Michel BOIGEY et Jean Paul SPINELLI.

Conclusion & recommandations :

- Bon challenge 2021
- Participez au trophée J.L. Andreotti par équipe
- Privilégiez les courses de la sélection Spiridon
- Contrôlez l'orthographe de vos nom et prénom sur chaque course
- Contrôlez les résultats du week-end sur le site
- Prévenez rapidement des erreurs ou oublis
- Sur les épreuves de masse signalez votre participation, votre classement et votre chrono à John-Lee afin de faciliter un travail de recherche fastidieux

Je tiens à remercier particulièrement Daniel Gilly qui bien que n'étant plus membre du conseil met à jour en permanence les programmes informatiques qu'il a écrit pour notre association, le logiciel de chronométrage et classement avec les nouvelles catégories, le logiciel de gestion des membres et un logiciel pour notre trésorerie.

LE SITE INTERNET ET LA PAGE FACEBOOK SPIRIDON :

Le site internet Spiridon est maintenu en vie grâce à Gilles Appourchaux qui anime le mieux possible la boîte à messages avec René Roques. De moins en moins d'adhérents s'adresse à nous par l'intermédiaire de cette boîte qui a pourtant été créée pour l'expression de chacun. Peut-être par timidité ou alors par manque de motivation ou d'envie ?

Pourtant les pages les plus consultées quotidiennement sur le site sont dans l'ordre celles de la boîte à messages, celles des classements, puis celles du calendrier.

En septembre 2019 nous avons installé et nous nous sommes abonnés à un plugin anti-spam, pour éviter que la boîte à messages ne soit envahie de commentaires indésirables générés par centaines depuis des ordinateurs situés à l'étranger. Pour vous donner une idée de l'ampleur des attaques, depuis l'installation de ce programme, plus de 300000 commentaires ont été bloqués !!

Depuis la mise en ligne de notre site sous sa forme nouvelle, donc depuis 3 ans, nous totalisons plus de 370000 visites avec un moyenne actuelle de 1400 consultations par mois.

Beaucoup d'entre-nous communiquent sur la page Facebook qui est plus instantanée mais également plus éphémère. Les réactions sur celle-ci se font dans les 48h00 en général, puis on passe à un autre sujet. C'est sans doute l'évolution normale de l'information, tout comme dans les actualités un sujet remplace l'autre très rapidement. Société de consommation sans doute ? Nous sommes donc loin de la politique du zéro déchet !

LES DÉPLACEMENTS ET ANIMATIONS 2020 :

Tout les déplacement et animations prévus ont été ajourné suite à la pandémie de la Covid 19.

LES DÉPLACEMENTS ET ANIMATIONS 2021 :

Du 22 au 27 juillet un déplacement dans les Pyrénées à l'occasion de l'ultrariège à Ax les Thermes.

Du 7 au 12 octobre un déplacement en Roumanie, à l'occasion du marathon de Bucarest.

Nous essaierons de reconduire également les pique-niques collectifs sur des épreuves du challenge.

LA CARTE D'ADHÉSION ET LE TEE-SHIRT 2021 :

C'est sous la couleur de l'espérance que nous allons courir cette saison. Grâce à nos partenaires Super U et IVS France nous avons fait le choix cette année encore d'un tee-shirt de qualité.

LE RAPPORT FINANCIER :

Résultats 2020 : La bonne gestion des dépenses a permis de clore l'exercice 2020 avec un résultat positif. Ceci s'explique par le fait que nous n'avons pas eu d'investissements importants à faire et que le conseil a travaillé en mode économie.

Ne figurent dans ce budget aucune charge ou recette liée aux déplacements présentés au rapport d'activité, il s'agit pour les déplacements d'une gestion autonome.

Budget prévisionnel 2021, en forte baisse et sur la base de 8000.00€. Nous serons à même de tenir le compte bancaire avec un solde positif.

Rappel : toutes les fonctions exercées par les membres du conseil sont bénévoles.

PRÉSENTATION DU RAPPORT MORAL 2019

Les rapports d'activités et financiers vous permettent d'apprécier la diversité et l'intense activité de notre association pour l'année écoulée.

Revenir aux valeurs fondamentales et axer nos préoccupations sur l'essentiel qui doit rester de profiter sans retenues des joies simples que nous offrent nos activités spiridonniennes et qui nous permettent de vérifier que la course à pied doit rester pour nous la plus importante des choses secondaires.

Les activités et la gestion du Spiridon CA doivent s'apprécier au regard de notre Charte des valeurs qui nous définissent : éthique amicale et solidaire de la pratique de la Course à pied, indépendance et autonomie à l'égard de toute influence extérieure, épanouissement et respect de la personne. Ces valeurs perdurent dans notre amicale grâce à son action permanente et la forte implication bénévole d'un grand nombre d'adhérents dans tous les secteurs d'activité, au-delà tout intérêt personnel.

La vie du Spiridon Côte d'Azur n'a pas toujours été tranquille, loin s'en faut. En 42 ans d'existence, nous en avons eu des sujets de controverse, mais nous avons toujours su les gérer comme des personnes adultes et responsables, puisqu'au final, ne subsistent dans nos mémoires que les bonnes aventures que nous avons vécu et partagé au gré des années.

Nous n'occulterons jamais les sujets mais essayerons de les aborder lucidement en mettant en avant le bon sens et l'intérêt général pour maintenir l'harmonie de notre association. Il est vrai que ce ne fut pas toujours aisé mais après toutes ces années, nous ne nous en sommes toujours bien sortis. La preuve, vous êtes toujours aussi nombreux, fidèles à nos valeurs et à nous accompagner dans nos activités.

Adhérer au Spiridon ne signifie pas entrer dans une structure fédérale. C'est simplement défendre nos valeurs.

Aujourd'hui, que signifie le nom Spiridon pour un coureur du peloton ? Nous devons nous orienter vers une nouvelle forme de communication, pour renouveler les effectifs des Spiridons et dont le vecteur reste à définir.

La Fête et la Perf' doivent continuer à cohabiter. Mais nous pensons que la raison doit l'emporter sur le dogme.

Questions, encore et toujours, existentielles pour le Mouvement Spiridon ! Les rencontres biennuelles Spiridon à Limoges en septembre 2021 apporteront peut-être des réponses pour le rajeunissement des effectifs !

Le mouvement Spiridon continue son activité sous la houlette de Pierre DUFAUD qui tient à jour le blog dudit mouvement et coordonne les actions nationales éventuelles. C'est en septembre 2021 que les prochaines rencontres Spiridon seront organisées par le Spiridon Limousin.

Notre challenge associatif et le trophée JLA seront la colonne vertébrale de l'activité sportive de l'année 2021.

Vous retrouverez sur notre site internet et sur notre page Face book toutes les nouvelles de l'association dont la mise à jour est hebdomadaire pour les challenges et quasiment quotidienne pour les autres rubriques.

En 2021 nous continuons de vous proposer des déplacements sportifs en France et à l'étranger, sous la houlette de Charly RACCA, de Laura DI SARIO, de Annie CAMERA, de René ROQUES et de moi-même.

Après 42 ans d'existence de notre association nous essayerons d'en assurer la continuité dans le futur. C'est vous qui faites le rayonnement et le succès de notre association, je vous invite donc à faire du prosélytisme et continuons tous ensemble à faire vivre cette amitié qui est notre ciment et « QUE VIVE LE SPIRIDON ».

Fin des compétitions, perte de sponsors, baisse des adhérents... La crise plonge le sport amateur dans le désarroi

Face aux conséquences de l'épidémie, les petits clubs et les associations sportives, aux ressources très modestes, craignent des coupes budgétaires drastiques et une désertion des licenciés et des bénévoles.

La proverbiale incertitude du sport s'en tenait jusque-là aux terrains. C'était avant le Covid-19 et la crise sanitaire – et économique – qu'il suscite. Elle renvoie désormais à des questions plus angoissantes. Surtout parmi les clubs amateurs, bien plus nombreux que ceux du secteur professionnel, mais aussi plus fragiles et à la voix moins portante. Verront-ils les municipalités tailler dans les subventions ? S'apprêtent-ils à perdre les quelques partenaires locaux qui aident à leur financement ? Leurs licenciés seront-ils tous au rendez-vous de la rentrée ? Autant d'inconnues, alors que l'épidémie n'est pas endiguée.

Pour ces associations sportives, « *le retour à des activités "classiques"* » reste pour l'instant prévu entre août et septembre. « *Dans le respect des règles sanitaires* » et de « *distanciation sociale probablement toujours en vigueur* », a indiqué le Comité national olympique et sportif français (CNOSF), après une réunion avec le ministère des sports, dans un compte rendu que *Le Monde* a consulté. Tout cela sous réserve des mesures que le gouvernement prendra après la fin du confinement.

« Tout le monde a peur »

En attendant, dans le département du Nord par exemple, « *les clubs ont peur, tout le monde a peur, mais sans savoir exactement les conséquences de la situation actuelle* », admet Dorienne Gruszczynski, secrétaire générale du comité de basket-ball. « *En temps normal, boucler le budget relève déjà d'un casse-tête quotidien* », rappelle Vincent Derré. Alors, pensez, en temps de coronavirus... laissez entendre celui qui préside la section volley du Réveil sportif Saint-Cyr-sur-Loire (Indre-et-Loire), 150 licenciés dans une commune de 15 000 habitants, près de Tours.

Dans notre sport, la crise va ajouter de la vulnérabilité là où il y en avait déjà !

J'avais dit sur Facebook pendant le premier confinement qu'à la fin de ce bordel on se réunirait pour faire une grande fête et qu'on l'aurait ce putain de virus ! Or il n'en a rien été, le virus tient le choc et je n'imaginais pas que cette pandémie puisse durer aussi longtemps.

C'est une année noire pour notre sport et notre Challenge mais le plus important c'est la vie et notre santé que pour l'instant nous devons à tout prix préserver.

Alors bien sûr j'ai toujours espoir en l'avenir mais le principe de notre association c'est la convivialité et la joie de se retrouver sur les courses ou autres manifestations, de partager de bons moments comme lors de nos voyages toujours festifs et tout cela nous manque à tous

Heureusement maintenant nous avons le site ou Facebook pour communiquer, partager des photos, des souvenirs, ce qui nous rend encore plus nostalgiques. A vrai dire j'en ai marre de la distanciation sociale ou physique et je pense que 2021 ne peut pas être pire que 2020 marquée non seulement par la maladie mais aussi par les catastrophes subies par nos amis des vallées de la Vésudie, de la Tinée et de la Roya.

Il est difficile dans ces conditions de positiver mais ne perdons pas espoir et essayons de nous tourner vers l'avenir ; bien qu'établir un calendrier de courses est un casse-tête pour toute l'équipe du bureau de même que distribuer des récompenses cette année c'est compliqué vu le peu de courses disputées

J'espère que nous pourrons nous retrouver pour l'Assemblée Générale qui pourrait nous permettre de nous rassembler même si elle ne sera pas aussi festive que d'habitude.

À bientôt, Patrick MANIFICAT



DÉPLACEMENTS 2021



DÉPLACEMENT ULTRARIEGE AX LES-THERMES (09)

Programme en cours d'élaboration susceptible de modifications (changement de propriétaire de l'hôtel.

Judi 22 juillet Départ NICE : déplacement en voitures particulières, 18h : apéritif de bienvenue
Hôtel : la Grande Cordée : 31 avenue Gomma- 09110 AX –les-Thermes www.grande-cordee.com

Vendredi 23 juillet : Trail du Chioula 22km, ou 100km individuel ou 165km individuel ou 165km en relais ou « rien »

Lundi 26 juillet : Petite rando. Grillade à la cabane
Mardi 28 juillet : Rando : refuge d'En Beys 6h aller-retour 800 m dénivelé +

Mercredi 28 juillet : Retour Nice Séjour en demi-pension, chambre double 5 nuitées



MARATHON de BUCAREST (Roumanie) du 7 au 12 octobre

Hébergement 5 nuits à l'hôtel « Ramada Bucarest Majestic 4* » ou autre

Mercredi 6 octobre : départ de Nice, transfert à l'hôtel en bus privé. **Judi 8 octobre** : excursion au château Peles et au monastère Sinaia, guides francophones, déjeuner compris.

Vendredi 8 octobre : visite d'une cave à vin, dégustation de différents assemblages, déjeuner compris.

Samedi 9 octobre : visite pedestre du centre-ville de Bucarest avec guides francophones.

Dimanche 10 octobre : marathon de Bucarest, semi et 10 kms.

Lundi 11 octobre : transfert à l'aéroport en bus privé, retour à Nice.

Renseignements : Charly RACCA 06.08.61.54.66

Programme susceptible de modification.

La chute du nombre de licenciés fragilise le sport français

Fédération par fédération, « Le Monde » dresse un état des lieux du nombre de pratiquants à fin octobre. Pour les 33 sports olympiques pour lesquels nous avons pu obtenir des chiffres, le nombre total de licenciés a baissé de 9,4 % en un an.

Les fédérations sportives du pays se préparent déjà au pire, sans savoir encore dans quelles proportions la crise due au Covid-19 et le reconfinement actuel, qui a conduit à l'arrêt des activités des clubs amateurs, dissuaderont les pratiquants. Question cruciale, tant le mouvement sportif dépend de leurs souscriptions, sa principale source de revenus.

En 2019, l'Institut national de la jeunesse et de l'éducation populaire a recensé 16,43 millions de licences. Pour l'ensemble de la saison 2020-2021, il faudra s'attendre à « une baisse de 20 % à 30 % » de ce nombre, selon les estimations de la ministre déléguée aux sports, Roxana Maracineanu, dès la mi-septembre.

Au 31 octobre, la perte est d'environ 15 % sur un an, selon le Comité national olympique et sportif français (CNOSF), qui a dévoilé au *Monde* son dernier recensement en date, après avoir traité les données de 72 de ses 94 fédérations membres : qu'il s'agisse de disciplines olympiques ou non, celles-ci comptaient 9,1 millions de licences il y a un an, elles en recensent désormais 7,67 millions.

Alors que le reconfinement actuel du territoire complique encore la situation, *Le Monde* a voulu obtenir un premier aperçu dans le détail. Sur les 33 fédérations olympiques qui nous ont transmis leurs chiffres automnaux d'une année sur l'autre, le nombre total de licenciés a diminué de 9,4 %, avec, cependant, de grosses disparités entre pratiques : le football perd 2,78 % de licenciés, la lutte 44,08 %.

Seules trois fédérations olympiques ne nous ont pas adressé le comparatif des chiffres d'octobre 2019 à octobre 2020 (voire début novembre) : celles de boxe et de pentathlon moderne, qui disent toutefois s'attendre à une baisse significative de leurs licenciés, et celle de rugby, qui avait communiqué sur une augmentation de 4,73 % fin septembre et annonce encore « une hausse globale » en octobre.

Le 4 novembre, Denis Masseglia avait déjà exprimé ses craintes au Sénat. Le président du CNOSF avait déclaré notamment redouter le sort des « associations animées uniquement par des bénévoles », soit la majorité des quelque 158 000 structures affiliées à une fédération sportive.

Ces associations sans salariés « échappent totalement au radar de Bercy », regrette le dirigeant à propos des mécanismes d'accompagnement (chômage partiel et prêt garanti par l'Etat, notamment) proposés aux clubs par le ministère de l'économie, afin d'atténuer les conséquences financières de l'arrêt de leurs activités et de la baisse des cotisations. Une solution, selon lui : étendre à l'ensemble du pays un « passe sports », dispositif déjà existant dans certains départements, pour permettre une prise en charge partielle des licences par l'Etat.

Le football s'en sort, pas la lutte

A l'échelle des fédérations, le bilan provisoire s'avère plus ou moins alarmant selon le volume initial des effectifs, mais aussi selon la date d'ouverture et de clôture des inscriptions. Contrairement aux scénarios les plus pessimistes, certains sports limitent les dégâts. C'est le cas par exemple de la Fédération française de football (-2,78 %), qui revendique déjà 1,75 million de licenciés cet automne, le total le plus important du pays. C'est le cas aussi pour le tennis (-3,85 %) ou pour le golf (-3,39 %). Un point commun : tous ces sports peuvent se pratiquer en plein air.

Pour autant, d'autres sports d'extérieur souffrent d'une désaffection plus importante : le ski (-7,31 %), le cyclisme (-7,62 %), le surf (-9,15 %), la voile (-11,62 %) ou les disciplines de montagne et d'escalade (-14,31 %). Parce qu'ils supposent des contacts, et donc des gestes guère compatibles avec les règles sanitaires de distanciation sociale, les sports de combat déplorent des chutes encore supérieures. Exemple le plus frappant : -44,08 % pour la Fédération française de lutte. Dans le même registre, on note -23,62 % pour celle de karaté ou -29 % pour celle de judo.

De façon générale, les sports de salle **accusent** une baisse plus marquée que ceux à l'air libre. Le constat vaut pour le triptyque « BHV » : basket-ball (- 11,27 %), handball (- 15 %) et volley (- 14,9 %). Mais aussi la gymnastique (- 12,23 %), le badminton (- 19,84 %), les sports de glace (- 20 %) dont le patinage.

La fermeture de piscines pour éviter la propagation du virus, mise en place avant le reconfinement, a aussi eu une incidence lourde sur les effectifs en natation (- 25,13 %). Pour sa part, l'athlétisme (- 17,86 %) se trouve dans un entre-deux, certaines de ses disciplines étant d'intérieur, d'autres non.

« Aujourd'hui, pourquoi prendre une licence ? »

Dans bon nombre de fédérations, la situation préoccupe d'autant plus que le pic d'inscriptions se situe généralement entre l'automne et l'hiver, quand leur nombre retombe à la fin de l'année civile. Novembre est traditionnellement « un mois-clé », par exemple, pour la Fédération française de gymnastique. En temps normal, « entre 70 000 et 90 000 licences sont enregistrées » rien que ce mois-là, indique son directeur technique national, Kévin Rabaud. Soit environ un quart du nombre global de licenciés comptabilisés en 2019.

Il se met à la place des pratiquants : « *Le vrai incitateur à la prise de licences, ce sont les compétitions et l'accès au club.* » Toutes choses impossibles en cette période de confinement. « *Aujourd'hui, pourquoi prendre une licence ?* »

Le président de la Fédération française de lutte, Alain Bertholom, a sa réponse : dès maintenant, « *prenez vos licences, il en va de la survie de vos clubs et de vos fédérations !* », lance-t-il. Le dirigeant espère toujours passer d'une baisse de 44 % à « *une baisse globale de 25 % à 30 %* » sur l'ensemble de la saison. A condition que l'évolution de la crise sanitaire le permette. « *Si nous redémarrons en janvier – avec notre premier championnat national prévu fin février –, nous arriverons à rattraper des licenciés* », estime-t-il.

Le cas du tir et de l'équitation

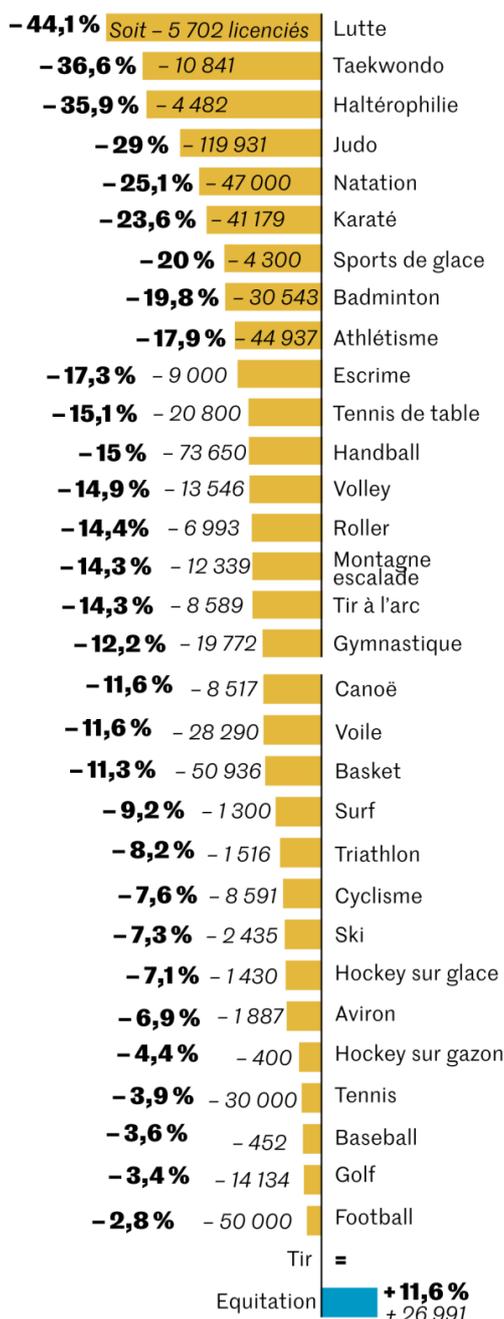
A la Fédération française de ski, les perspectives semblent encore plus minces. D'ordinaire, « *l'essentiel de [leurs] licences est pris en novembre-décembre* », explique Hervé Berna, directeur fédéral de la communication. Problème : « *Là, tous nos clubs sont fermés. Et qui va prendre une licence en janvier, alors qu'il ne reste plus que deux gros mois de compétitions ?* »

Certaines fédérations se distinguent différemment. Avec déjà 202 000 licences, la Fédération française de tir observe le même nombre « *au millier près* » que l'année dernière. Celle d'équitation fait encore mieux : elle est la seule, parmi celles qui ont répondu au *Monde*, à revendiquer une hausse de licences enregistrées ! Au 31 octobre, la Fédération française d'équitation constate une progression de 11,57 % par rapport à l'an dernier à la même date, passant de 233 312 licences délivrées à 260 303.

Mais le danger demeure pour cette institution qui comptait 617 524 licences en 2019, et dont plus de la moitié des licences se prennent après le mois de novembre, et non pas entre ceux de septembre et d'octobre. Pour les cavaliers comme pour l'ensemble des fédérations, l'obstacle le plus important reste encore à franchir.

Une baisse généralisée, mais d'ampleur variable

Evolution du nombre de licenciés par fédération sportive entre octobre 2019 et octobre 2020, en %*



* Sur 33 des 36 fédérations olympiques. Manquent les chiffres pour les fédérations de boxe, rugby et pentathlon



ENVIE DE DÉVELOPPER VOTRE ACTIVITÉ ?

- ▶ Conseil à la création et reprise d'entreprise
- ▶ Comptabilité et suivi de votre activité (tableau de bord, prévisionnel...)
- ▶ Gestion du social (paie et contrat de travail)
- ▶ Opérations de croissance externe, ouverture de capital
- ▶ Optimisation du statut social et fiscal du dirigeant
- ▶ Fiscalité personnelle : ISF, impôt sur les revenus, stratégie patrimoniale

BDO Nice
2 rue du Congrès
06000 Nice
www.bdo.fr

Contact :
veronique.malet@bdo.fr
tél. : 04 92 17 44 44



C'ÉTAIT MIEUX AVANT !!! ??

Rubrique « nostalgie »

Le Spiridon à Amsterdam en Avril 1990

On pouvait voyager sans problème à cette époque.



Le « Spiridon » à Amsterdam

Les membres du Spiridon Côte-d'Azur préparent activement le marathon de Nice ainsi que le marathon international de New York du 4 novembre 1990. Ils ont participé au marathon d'Amsterdam et nous ont communiqué les résultats :

Résultats

Burchi (Hyères) 2 h 52'17" ;

Guichoux (Hyères), 6^e féminine en 2 h 56'09" ; Mac Can (Nice), 7^e féminine 2 h 58'12" ; Joël Andréotti 3 h 03'30" ; Bullen 3 h 03'30" ; Racca 3 h 07'43" ; Disdier 3 h 12'43" ; Vivarelli 3 h 22'18" ; Lassère 3 h 22'48" ; Georges 3 h 26'28" ; J.P. Tordo 3 h 29'01" ; Jean-Louis Andréotti 3 h 34'30" ; Galiano, Tasset, Dr Duhamel 3 h 50'32" ; Gritteret,

Arabelle Gainon 3 h 54'25" ; Dominique et Alain Gambier 4 h 23'02" ; Gisèle Tordo 4 h 28'44" ; Jean Gainon 4 h 40'14" .

Résultat du semi-marathon

Nroon 1 h 44' ; Denise Andréotti 2 h 07'28" ; Yolande Andréotti 2 h 07'35" .

Les 14 km de Villefranche sur Mer en Mai 1993 appelé plus tard le Monta Cala.

C'était quand même mieux avant !

Tout en faisant des perfs, on pouvait encore rigoler pendant la course ; se faire prendre en photo ; se porter ; et le plus important c'était l'après course.

Comment les jeunes de maintenant peuvent-ils s'imaginer que sur le parking de Villefranche sur Mer on puisse faire cuire des saucisses et des brochettes ;

Comment ils peuvent s'imaginer que le vin coulait à flot et qu'il n'y avait aucun contrôle.

C'était le bon temps mais c'était avant.

Content d'avoir connu tous ces bons moments.



Charly « Dieu ou l'élégant » RACCA
(nostalgique)



Nous sommes des survivants d'une époque formidable :

Tu as grandi au cours des années 50, 60, 70, 80 ? Comment as-tu pu survivre ??

Les voitures n'avaient ni ceintures de sécurité, ni appuie-tête, ni airbags, ni GPS... sur le siège arrière, on se marrait, on dormait, on discutait avec les parents posés entre les deux sièges... Et ce n'était pas dangereux.

Les lits à barreaux et les jouets étaient multicolores ou au maximum peints avec des laques « douteuses » contenant du plomb et autres substances. Il n'y avait pas de sécurité enfants sur les portes de voitures, ni sur les prises de courant, encore moins sur les médicaments ou autres nettoyants chimiques domestiques. Les parents les planquaient, c'est tout.

Il n'y avait pas de casque pour faire du vélo. On buvait à même le tuyau d'arrosage et pas des eaux en bouteilles dites « stériles ». On osait aller jouer dehors, il fallait juste rentrer à la maison avant la nuit, il n'y avait pas de portables et personne ne savait où on trainait ! Éraflures, écorchures, bras et dents cassés, personne ne se serait plaint ou allait déposer plainte contre le maire ou autre, personne n'avait tort si ce n'est nous-mêmes.

Si on croisait quelqu'un de plus âgé, on utilisait des mots qui ne doivent plus être dans le dictionnaire, puisqu'on ne les utilise plus... Bonjour, s'il vous plaît, merci.

On avalait des sucreries, du pain beurré avec du chocolat, des boissons riches en sucre... On ne parlait pas d'obésité et nous étions actifs, on se partageait à 4 une limonade au goulot, nul n'en est mort. Pas de PlayStations, Nintendo 64, Facebook, Twitter, Wifi, ADSL, triple play, iPod, TV 150 chaînes, home cinéma, téléphone portable, ordinateur, chats sur internet. Seulement des potes. À pied ou à vélo on allait chez les copains même s'ils habitaient à des kms, on entraînait sans frapper et on faisait les imbéciles. On jouait au foot avec une seule cage et si on perdait... pas de frustration ni de « fin du monde ». Il y avait bien des élèves un peu en retard qui redoublaient, bah... personne n'allait chez le psychologue. On ne parlait pas de dyslexie, de problèmes de concentration ou d'hyperactifs, on redoublait simplement l'année et chacun avait sa chance.

Nous avons : liberté, revers, succès, devoirs... et on apprenait à faire avec... On ne parlait pas sans cesse de droits car nous savions qu'il y avait avant tout des devoirs.

La seule vraie question est : comment avons-nous fait pour survivre ??? Et avant tout comment avons-nous pu développer notre personnalité ???

Su tu es issue de cette génération, tu as connu cela, c'était notre temps et il était fameux !!

Charly RACCA
(Toujours aussi nostalgique !)





EN 2021 REJOIGNEZ-NOUS AU SPIRIDON CÔTE D'AZUR

Créé en 1978 le **Spiridon Côte d'Azur** reste avec une moyenne de 300 membres la seule amicale de coureurs sur route ouverte à tous (licenciés ou non).

42 ans d'existence et toujours une seule ambition : **AIMER COURIR !!!!**

Le **Spiridon Côte d'Azur** est un lien entre les coureurs pour :

Mieux se connaître, mieux s'apprécier, mieux se détendre, mieux s'informer grâce à « La Foulée » seule publication azurienne paraissant régulièrement depuis plus de 42 ans (4 numéros par an, consultables sur le site internet) avec ses rubriques, ses classements, son calendrier des courses sur route et des trails, ses infos, ses potins, ses photos.

Mais **adhérer au SPIRIDON CÔTE D'AZUR** c'est aussi :

- Être assurés collectivement.
- Porter le maillot du SCA pour se reconnaître dans les pelotons.
- Participer au challenge SPIRIDON, classement des courses sur route et trail par points ainsi qu'au challenge Jean Louis ANDEOTTI par équipes.
- Bénéficier des meilleures conditions pour les déplacements aux marathons internationaux et courses conviviales.
- Disposer du site internet www.spiridon-cote-azur.fr, de la messagerie électronique du Spiridon et de la page Facebook pour communiquer et se tenir informé de l'actualité de l'association.
- Et surtout connaître et partager « l'Esprit Spiridon ».

ADHÉSION ou RENOUVELLEMENT 2021

INDIVIDUEL

COUPLE

INDIVIDUEL ou 1^{er} MEMBRE DU COUPLE

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Sexe :taille tee-shirt :

Adresse :

.....

Code postal & ville :

e-mail :

téléphone fixe :

téléphone mobile :

licencié/Club :

association :

profession :

2^{ème} MEMBRE DU COUPLE

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Sexe :taille tee-shirt :

Adresse :

.....

Code postal & ville :

e-mail :

téléphone fixe :

téléphone mobile :

licencié/Club :

association :

profession :

Bulletin à retourner à : **SPIRIDON CÔTE D'AZUR 7 avenue Raoul Dufy 06200 NICE**

☎04.93.83.02.50

Joindre un chèque à l'ordre du Spiridon Côte d'Azur d'un montant de :

20.00€ en individuel (vingt euros) **40.00€ en couple** tarif exceptionnel pour l'année 2021

Des origines à aujourd'hui : histoire d'un rêve philosophique issu du vent de liberté des années 60.

Spiridon, «revue internationale de course à pied», n'a sorti que 111 numéros entre février 1972 et juin 1989 et n'a jamais franchi le seuil des 10 000 abonnés. On peut reprendre pourtant pour ce magazine aujourd'hui oublié la célèbre formule de Brian Eno à propos de l'album *The Velvet Underground and Nico* (1966) : «Ce disque n'a été vendu qu'à 1000 exemplaires mais tous ceux qui l'ont acheté ont créé un groupe.»

Tous ceux, en Suisse, en France, en Belgique, au Québec et même aux Etats-Unis, qui ont lu Spiridon ont créé une course, un club ou simplement un élan de sympathie autour de la course à pied. Souvent, ils étaient reconnaissables dans les pelotons à leur maillot orange qui, comme celui des Pays-Bas de Cruyff à la même époque, symbolisait la liberté, la non-soumission aux règles et à ces officiels qui corsetaient alors le sport dans une vision rigoriste et dépassée.

Courir s'intègre dans une philosophie du sport, répond à l'éthique de la pureté. La course à pied est vue comme une expérience intime, profonde, quasi mystique. Elle est appropriée à tous : femmes, enfants, vieux, dilettantes. La revue et ses disciples se font accuser de «tuer l'athlétisme», alors qu'ils ne rêvent que de lui rendre sa liberté. Les «sans-licence» sont les sans-culottes du peloton. Le magazine inspire, conseille, fédère, documente, oriente, renseigne cette communauté qui ne cesse de grossir. Des dizaines de clubs Spiridon voient le jour, des centaines de nouvelles courses se créent (dont *Sierre-Zinal*, *l'Escalade*, le GP de Berne, les 20 km de Lausanne), des milliers de maillots orange battent le bitume ou les chemins de terre.

C'est un réseau social avant l'heure, avec un supplément d'âme que Bastien Vonlanthen, auteur en 2012 d'un très intéressant mémoire de maîtrise à l'Université de Neuchâtel, n'hésite pas à assimiler à un mouvement religieux. Spiridon est «la bible du coureur à pied», ses grands prêtres font du prosélytisme. Il n'y a toutefois pas de vérité révélée. Les contradictions parcourent la revue, qui s'en fait l'écho et ouvre largement ses colonnes à l'autocritique et aux débats. Pour ou contre la compétition ? Faut-il rétribuer les coureurs ?

Le titre a toujours été déficitaire, malgré les appels aux dons, l'encouragement constant aux abonnements de soutien, la vente de produits dérivés (dont le fameux t-shirt). En novembre 1985, Spiridon devient *Foulées*, puis retrouve son titre originel en février 1987, jusqu'à l'arrêt, en juin 1989. Dans le film de Pierre Morath, Noël Tamini justifie la mort de Spiridon par la volonté de ne pas faire un énième magazine sur «comment courir le marathon en trois heures». Le travail de Bastien Vonlanthen démontre pourtant que cette approche est présente dès le début.

Les années 1980 sont celles de la perte des illusions. On ne veut plus changer le monde, seulement en jouir autant que possible. On court pour prendre du plaisir, sans autre considération philosophique. Courir, Footing et Jogging international viennent marcher sur les plates-bandes de Spiridon, qui ne survit pas à son propre succès. Comment rester underground quand on est devenu mainstream ?

"Il fut un temps où les adeptes de la course à pied faisaient du footing. Puis ils se sont mis à faire du jogging. Aujourd'hui ils font du running. Je viens de l'entendre à la radio : «Le running marche de mieux en mieux.» Disons même qu'il court. Car le running est en plein running. Attention ! Rien à voir avec le footing ou le jogging. Le footing, c'est du petit trot pépère en survêt crasseux, cool Raoul, relax Max. Le jogging, une course du dimanche, un peu plus sportive que le footing, mais tout de même un truc d'amateur. Alors que le running, c'est un truc de pro. Les runners ne sont pas là pour rigoler. Mais pour performer.

Courir à perdre la raison. Fouler le sol et ne faire plus qu'un avec les éléments. Déconnecter ses pensées et vivre à fond au gré des chemins. Courir car ce n'est pas une punition. On pénètre en soi comme on entre dans un temple, pour s'y réfugier, prier, comprendre et accepter. Vivre ! Courir pour soi et pour toi. Passer la ligne d'arrivée, épuisé, cassé parfois. Laisser couler les larmes de bonheur et chercher un regard dans la foule. Courir comme on court sa vie. Se battre dans les montées et se relâcher dans les moments paisibles. Cavalier pour respirer et renaître à chaque pas. Courir parce que ça ne s'explique pas. C'est dans l'expérience que l'on apprend qui on est. Les foulées dévoilent le mouvement perpétuel et t'amènent en toi.

RÈGLEMENT DU CHALLENGE SPIRIDON 2021

- Art. 1 Le **Challenge Spiridon Côte d'Azur** est réservé exclusivement à ses adhérents.
- Art. 2 Ne pourront participer au **Challenge** que les spiridoniens à jour de la cotisation de l'année en cours au **30 avril 2021**.
- Art. 3 Il sera établi un **classement général scratch** hommes et femmes toutes catégories confondues et un classement distinct dans les **catégories** suivantes : **Sénior, Masters 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 masculin ainsi que Sénior, Masters 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 féminin**.
- Art. 4 Les points seront attribués comme suit :
- a) Toutes les courses auront une valeur de **300 points**, Les points seront attribués aux spiridoniens en fonction de leur classement par rapport au nombre **d'arrivants classés**. Une simple règle de trois sera appliquée. Pour chaque spiridonien arrivant, les **300 points** seront **divisés par le nombre de rentrants** et **multipliés par le nombre de concurrents battus**.
- b) Des **points supplémentaires** seront attribués selon la **distance** parcourue de l'épreuve sur la base de **2 points par kilomètre** soit :
- Pour un 13,5 km : **27 pts** Pour un 22,2 km : **44 pts**
- Exemple : Une course de **18 km** avec **307 arrivants** dont 2 spiridoniens classés respectivement **19^{ème}** et **265^{ème}**
- Pour le **19^{ème}** : $300 \times 288 / 307 = 281,43$ arrondis à **281 pts** + $18 \times 2 = 36$ soit **317 pts**
- Pour le **265^{ème}** : $300 \times 42 / 307 = 41,04$ arrondis à **41 pts** + $18 \times 2 = 36$ soit **77 pts**
- Art. 5 Il ne sera pris en compte **que les 15 meilleurs résultats** sur les **53 épreuves inscrites** au calendrier avec un **minimum de 5 courses** pour postuler au podium, quelle que soit la catégorie. Seuls les lauréats présents à l'assemblée générale seront récompensés.
- Art. 6 Si plusieurs épreuves du **Challenge** se déroulent le **même jour** ou le **même week-end**, il sera tenu compte de **tous les résultats** en cas de participation à ces épreuves. Si une épreuve sélectionnée au challenge comprend plusieurs distances, celles-ci participent toutes au challenge, sans limite de distance (minimum 5 km). Les « **marches** » sont également prises en compte dans la mesure où l'organisateur en établit un **classement chronométré** ; cependant lorsqu'une marche chronométrée se déroule sur le même itinéraire qu'une course les classements établis par l'organisateur sont fusionnés.
- Art. 7 En cas d'égalité, les concurrents seront départagés en fonction de leur **moyenne arithmétique** obtenue par le rapport entre le nombre de points obtenus et le nombre de courses effectués.
- Art. 8 En cas de litige ou contestation, le bureau du **Spiridon Côte d'Azur**, après examen des faits, aura seul le pouvoir de décision. Celle-ci sera sans appel.
- Sur les épreuves de masse telle le Semi de Cannes, il sera demandé aux participants de se signaler à la personne effectuant les classements du challenge afin d'éviter des oublis et de fastidieuses recherches de noms.

RÈGLEMENT DU TROPHÉE SPIRIDON « JEAN LOUIS ANDREOTTI » 2021

- Art. 1 Le **Trophée JEAN LOUIS ANDREOTTI Spiridon Côte d'Azur** est réservé exclusivement à ses adhérents.
- Art. 2 Ne pourront participer au **Trophée J.L.A.** que les spiridoniens à jour de leur cotisation de l'année en cours au **30 avril 2021**.
- Art. 3 Il sera établi un classement général **par équipe de 4 spiridoniens. Chaque équipe sera constituée de 4 coureurs sans contrainte de catégories**). Une équipe peut être mixte, 100% masculine ou 100% féminine, elle désignera un capitaine et se choisira un nom. Les équipes devront se déclarer au plus tard le **28 février 2021**.
- Art. 4 Le **Trophée J.L.A.** se déroulera sur l'**ensemble** des épreuves inscrites aux **Challenge Spiridon 2021**.
- Art. 5 Le but de ce **Trophée J.L.A.** est d'inciter le maximum d'équipes à participer aux épreuves du **Challenge Spiridon** dans un esprit convivial et compétitif tout à la fois. Il sera donc établi sur la base de la **distance parcourue** par les membres des équipes dans une **même** épreuve.
- Art. 6 Pour pouvoir compter dans le classement du **Trophée J.L.A.**, les spiridoniens devront participer et **terminer** l'épreuve. Pour comptabiliser les points **au moins 3 membres de l'équipe devront terminer l'épreuve**. Dans le cas où **tous les membres de l'équipe terminent l'épreuve, les points acquis seront doublés**.
- Art. 7 Les points seront attribués sur la base de **1 point par kilomètre parcouru** selon la distance annoncée et **par membre**, sans relation au classement de l'épreuve.
- Exemple : Une course de 16,100 km donnera droit à : $16,100 \times 1 = 16$ pts
- Une course de 42,195 km donnera droit à : $42,195 \times 1 = 42$ pts
- Art. 8 Le classement final s'établira donc au **plus grand kilométrage commun parcouru**.
- Art. 9 En cas de litige ou contestation, le bureau du **Spiridon Côte d'Azur**, après examen des faits, aura seul le pouvoir de décision. Celle-ci sera sans appel.

LES POTINS DE FICANAS

Carnet blanc :

Le 19 septembre, Laurence ANDREOTTI la fille cadette de Denise et Jean Louis s'est unie à Bruno.

Le 17 octobre Manuella et Patrick HIRON ont fêté le mariage de leur fille, Cathy GUILLAUD et Jean Emmanuel MARI quant à eux avaient réuni famille et amis pour célébrer leur union.



Carnet rose :

Bienvenue à Soline, un sourire de plus dans la famille de Bruno LAPORTE, nos compliments aux heureux parents.



Carnet noir : triste fin d'année chez nos amis Muriel et Laurent CHRISTOPHE qui ont perdu le beau-père de Muriel et le papa de Laurent et pour Laurence BARRAS dont le papa s'est éteint fin décembre. Tous les membres du Spiridon s'associent à leur douleur.

Daniel et Sylvie GILLY ont profité de la SmartBox que vous leur avez offert pour une escapade bretonne.



Vannes



La tradition du beaujolais nouveau a été respectée mais en comité restreint, confinement oblige : Santé à tous !!!

Ce sont toujours les mêmes que l'on voit trinquer !

En votre nom, le Spiridon Côte d'Azur et l'Association de la Ronde des Collines Niçoises se sont unis pour faire un don aux sinistrés de la tempête « Alex » qui a dévasté les vallées de l'arrière-pays niçois et notamment la vallée de la Vésubie. Notre adhérent Alex ROBINI et président du Vésubie Trail Club a remis le chèque à une famille qui a perdu tous ses biens lors de ces événements dévastateurs.

Mail du Vésubie Trail Club :

Nous vous informons que suite à la tempête Alex, le Vésubie Trail Club a reçu des dons du Spiridon Côte d'Azur (500 €), de l'association Ronde des Collines Niçoises (500 €), de l'association les Balcons de la Tinée (300 €) et de Monsieur André FARAUT (80 €).

Le Comité directeur a décidé de remettre l'ensemble de ces dons à deux de nos adhérents, Jessie BIBIANO et Anselme FIORUCCI, qui ont été durement touchés par cet événement et ont perdu leur maison à Saint-Martin-Vésubie. Il a également été décidé de leur offrir l'adhésion au club pour la saison 2020-2021.

Nous remercions une fois encore toutes les personnes qui ont apporté leur soutien et leur aide aux sinistrés suite à cet événement, et notamment ceux qui ont aidé à la remise en état du stade de Roquebillière.



Vu sur Facebook :



Enfin !!!!! On arrive

2020

Au bout du rouleau

2021



LES POTINS DE FICANAS (suite)

Le défi du mois de décembre !

À Saint Cézaire, quand on n'est pas dans la serre pour préparer le marché du samedi, ou quand on n'est pas dans sa classe pour enseigner, la folie peut vous prendre à tout moment... C'est ce qui est arrivé à Anne ERETEO et sa fille Sarah BIBIANO, il faut dire qu'elles ne sont pas à leur coup d'essai.

Donc le 6 décembre rendez-vous était pris pour gravir l'équivalent du Mont Blanc en empruntant uniquement des escaliers, et à Saint Cézaire il y a une belle volée d'escaliers le long de la conduite forcée.

Après environ 5h30 d'épreuve, la moitié du dénivelé était réussi.

Les amis préposés au ravitaillement étaient en place.



Satisfaction de l'effort accompli après environ 11h00 de montées et descentes continues.

Départ à 7h00 du matin pour une fin d'épreuve vers 18h00. Ensuite plusieurs jours pour se remettre les jambes en état de fonctionnement normal !



PRÉSÉLECTION DES COURSES DU CHALLENGE 2021

n°	Date	Ville	Nom de l'épreuve	Dist. 1	Dist. 2	Dist. 3	Dépt
1	31 janv.	Cannes	Cannes Urban Trail REPORTÉ (T)	26,00	15,00	9,00	A.M.
2	31 janv.	Sainte Maxime	Les Foulées Maximoises	21,00	10,00		VAR
3	7 fév.	Cap d'Ail	La Course du Soleil	19,00			A.M.
4	14 fév.	Opio	La Ronde des Fontaines	10,00			A.M.
5	21 fév.	La Croix Valmer	La Foulée Croisienne	14,00			VAR
6	21 fév.	Gorbio	Les 12 Bornes de Gorbio	12,00			A.M.
7	7-mars	Cannes	Semi marathon et 10km REPORTÉ	21,10	10,00	5,00	A.M.
8	7-mars	Puget Ville	Trail de la Tour du faucon (T)	24,00	15,00	10,00	VAR
9	7-mars	Flayosc	La Foulée Flayoscaise	20,00	10,00	5,00	VAR
10	20-mars	Saint Jeannet	La Foulée des Baous	10,00			A.M.
11	20-mars	Roqueblières	Trail Nocturne des Abeilles (T)	9,00			A.M.
12	21-mars	Hyères	Semi marathon et 10km	21,10	10,00	5,00	VAR
13	28-mars	Sigale	Trail des Canyons de l'Estéron (T)	27,00	15,00		A.M.
14	4-avr.	Antibes	Le Calvaire Antibois	10,00			A.M.
15	5-avr.	Carcés	Semi marathon du ANNULÉ	21,10	10,00		VAR
16	11-avr.	Fréjus	Trail Hermés (T)	35,00	22,00	10,00	VAR
17	18-avr.	Nice	Semi marathon et 10km	21,10	10,00	5,00	A.M.
18	25-avr.	Cantaron	Course du Muguet trail et nature (T)	17,00	11,00		A.M.
19	25-avr.	Les Arcs sur Argens	La Course des Chancrouns	15,00			VAR
20	2-mai	Vence	18ième ascension du col de Vence	11,80			A.M.
21	8-mai	Saint Raphaël	La Montée du Mont Vinaigre	16,20			VAR
22	23-mai	Draguignan	Draguignan Urban Trail (T)	10,50	7,00		VAR
23	29-mai	Rimplas	Trail de Rimplas (T)	21,00	12,00		A.M.
24	5-juin	Le Suquet d'Utelle	Trail de la Peïra (T)	13,50	6,00		A.M.
25	6-juin	Peillon	Trail et Mounta Cala de Peillon (T)	17,00	9,00		A.M.
26	12-juin	Bandol	Salomon Bandol Classic	11,50	5,70		VAR
	12-juin	Cipières	La Grande Coursasse (T)	64,00			A.M.
27	19-juin	Fréjus	Les 10km de Fréjus	10,00			VAR
28	20-juin	Nice	Souvenir Jean Sassone	11,30			A.M.
29	25-juin	La Farlède	La Foulée Farlèdoise	11,00			VAR
30	27-juin	Valberg	Valberg Trail (T)	30,00	19,5		A.M.
31	14 juill.	Cotignac	La Foulée de Cotignac	12,70			VAR
32	15 juill.	La Colle sur Loup	Village Trail (T)	12,00	8,00		A.M.
33	18 juill.	Caussols	Trail des Sommets de Caussols (T)	21,00			A.M.
34	25 juill.	St Etienne de Tinée	Ascension de la Bonette	27,00			A.M.
35	8-août	Sainte Anastasie	Les Boucles de l'Issole	11,20			VAR
36	21-août	Pélasque	Trail Gaudissart (T)	14,00			A.M.
37	29-août	Néoules	Les Foulées Néoulaises	13,00			VAR
38	5 sept.	Belvédère	Trail Per Cami (T)	27,00	13,00		A.M.
39	12 sept.	Le Pradet	Eco Trans Bleue	16,50	9,40		VAR
40	12 sept.	La Turbie	La Course du Trophée	15,00			A.M.
41	18 sept.	Touët de l'Escarène	Ascension du Col de Braus	9,00			A.M.
42	25 sept.	Saint Laurent du var	22 ^{ième} Boucles Laurentines	10,00	5,00		A.M.
43	3 oct.	Puget sur Argens	La Foulée Rosée	10,00			VAR
44	3 oct.	Mandelieu	Urban Trail de Mandelieu (T)	12,00	5,00		A.M.
45	10 oct.	Collobrières	Course de la Chataigne	10,00			VAR
46	10 oct.	Antibes	Courir pour une Fleur	21,00	9,00		A.M.
47	10 oct.	Gorbio	Trail de Gorbio (T)	30,00	16,00	9,50	A.M.
48	17 oct.	Saint Tropez	La Saint Tropez Classic	16,00	8,00		VAR
49	24 oct.	Falicon	Trail de la Ratapignata (T)	21,00	13,00		A.M.
50	31 oct.	Grasse	Semi marathon et 10km	21,10	10,00		A.M.
51	21 nov.	Cap d'Ail	Tour Trail de Cap d'Ail (T)	19,00	10,00		A.M.
52	21 nov.	Berre les Alpes	Panettone Trail (T)	30,00	17,00		A.M.
53	12 déc.	Valbonne	Courir pour les Droits Humains	11,00	4,00		A.M.

20 trails et 33 courses sur route ; 20 épreuves dans le Var et 33 dans les Alpes Maritimes

Spiridon devient désormais une marque commerciale !!

Spiridon, renaissance d'une marque mythique du running avec une stratégie de vente en ligne.

Pour les amateurs de running, Spiridon c'est la quintessence de l'esprit libertaire qu'offre cette discipline sportive. Née dans les années 1970 sous la forme d'un magazine et l'impulsion du Suisse Noël Tamini, cette marque renaît grâce à la ténacité de Franck Tuil. Cet entrepreneur français dont le parcours professionnel l'a fait passer par le divertissement (Warner), la mode (Comme des Garçons) et le digital (Alchimie) relance une ligne de vêtements directement inspirés par les graphismes de l'époque.

LÀ OÙ TOUT (RE)COMMENCE

Dans les années 1970 et 1980, la revue internationale Spiridon a milité pour démocratiser la course à pied (et notamment y inclure les femmes). Des centaines de milliers de personnes, en Europe et aux États-Unis, ont couru avec les T-shirts Spiridon pour marquer leur soutien à ce mouvement, porté par un incroyable groupe de coureurs-poètes-militants.

Leur slogan : "**Courez tous avec nous !**"

Leur philosophie : **liberté, solidarité, plaisir, partage, inclusion.**

Grâce aux nombreux documents d'archives mis à notre disposition par ces pionniers de la course libre, nous sommes fiers de célébrer leur histoire à travers nos vêtements. Une histoire d'hommes, de femmes et de passion qui fut à l'origine d'une véritable révolution sportive et culturelle.

« En 2016, j'ai vu le documentaire "Free to Run" et comme beaucoup, j'ai été marqué par le rôle clé de Spiridon dans l'évolution du running, raconte Franck Tuil. A l'époque, je ne me retrouvais pas dans les marques qui se positionnaient sur cette discipline, et dès que j'ai eu du temps, je me suis lancé dans le projet de faire renaître cette marque. » Lorsqu'il commence à plancher sur le sujet, il décide d'abord de mener la logique écologique jusqu'au bout. L'ensemble des vêtements créés, « lifestyles » ou « techniques », seront confectionnés en Europe. « Nous allons jusqu'à utiliser du fil fabriqué dans le nord de l'Italie et issu du recyclage des bouteilles en plastique, précise l'entrepreneur. Tout notre process doit être transparent, c'est d'ailleurs l'un des arguments qui a convaincu Noël Tamini pour nous autoriser à utiliser la marque. »

Les ayant-droits de l'emblématique petit bonhomme libertaire aux pieds nus ont cédé leurs droits d'exploitation en exclusivité à une entreprise Spiridon, en France, maintenant marque déposée d'une collection de mode vestimentaire et sportive !

Le nouveau patron de cette entreprise qui a pour objectif de **faire du fric avec « notre petit bonhomme »** changerait même les noms de Spiridon et l'expression Free To Run !

Que peut faire le Mouvement Spiridon France ?

Défendons notre « petit bonhomme et son esprit » ! Qu'en pense Noël Tamini ?

Les propos de Pierre DUFAUD président du mouvement Spiridon France

Revenons à notre petit bonhomme Spiridon qui, selon une société parisienne, doit redonner un sens à ses foulées ! C'est à croire que depuis 40 ans maintenant nous aurions « foulé » sa philosophie ! Quelle injustice !

En colère avec la création d'une entreprise SPIRIDON qui veut, en vendant de nouveaux tee-shirts Spiridon, donner du sens à nos foulées ! J'ai répondu à cet entrepreneur que l'on ne l'avait pas attendu pour mettre du sens à nos foulées !

Colère aussi parce que cette société s'est emparée de notre philosophie-avec l'accord de Noël Tamini- sans nous l'annoncer ! Le nom Spiridon n'étant pas protégé juridiquement, tout le monde peut s'en servir ! Une société de luminaires à Paris se nomme Spiridon ! Et on pourrait ouvrir un restaurant Spiridon à Grenoble...Mais la moindre des politesses aurait été de nous avertir Monsieur le Président de l'entreprise SPIRIDON !

Voici la réflexion d'Etienne SANCHES

Dans ce feuilleton cynique, j'ai mal à mon Spiridon.

Cette histoire de tee-shirt (s) éco-responsables (s) me fatigue.

Ta réponse, Pierre, est presque trop polie.

La position du Spiridon Romand rejoint la mienne : j'ai TOUJOURS milité et œuvré pour la gratuité de la course "hors stade" et tenu 25 ans d'organisation selon ce principe.

C'était sans doute une utopie que j'ai tenu faire vivre... (Même devant les tribunaux administratifs avec Gérard, Hubert et l'ANCPHS face à une fédé d'opportunistes et d'affairistes.)

Elle me semblait coller à la philosophie "Spiridon" sans la prendre en otage.

Les temps changent comme disait Robert Zimmerman.

Les coureurs libertaires ont fait place à des bipèdes connectivores.

Voir notre petit bonhomme en logo commercial, fût-il vertueux (!), n'y changera rien.

Que pèse un maillot Spiridon face à la kyrielle d'accessoires connectés qui font ressembler les coureurs d'aujourd'hui à des cosmonautes des années 70 ? Loin des idées libertaires du mouvement Spiridon de ces mêmes années.

En **1990** j'avais écrit à Noël Tamini pour lui proposer cette image du mot **SPIRIDON** :

"**Se Perdre Ici, Repère Idyllique, Divine Offrande Naturelle.**" Cela lui avait plu.

En **2020**, je dirais plutôt : **SPIRIDON** :

"**Savoir Produire. Importants Revenus. Détourner l'Or (du)Nom.**"

Moins poétique certes, mais plus terre à terre. Dans l'air du temps.

Sans moi. Vieux con et fier de l'être.

Humeur de Jacques DECOMBAZ dans la revue « le mmmille pattes » du Spiridon Suisse Romand

Le mouvement Spiridon et sa revue rebelle aux normes en vigueur il y a quelque cinquante ans ont fait souffler un vent de liberté sur les amateurs de course à pied, amorçant une ère nouvelle pour la pratique de l'exercice le plus naturel à l'homme. L'été passé, les ayants-droits de l'emblématique petit bonhomme libertaire aux pieds nus ont cédé leurs droits d'exploitation « en exclusivité » à une entreprise Spiridon, en France, maintenant **marque déposée d'une collection de mode vestimentaire technique et sportive**, « durable, éco-responsable, pratiquant son commerce en ligne sur un site dédié ».

A ses origines, la vente de matériel pour coureurs, à Salvan, soutenait un mouvement jeune en croissance. Aujourd'hui, elle vient se greffer sur un vaste marché potentiel, comme égarant une lettre de sa devise FREE TO RUN et deux lettres du nom de son héros tutélaire SPIRIDON, qui figurent fièrement sur le maillot orange. L'entité héritière resterait, *cum grano salis*, avec un slogan modernisé : « **F EE TO RUN** » et « **PIR DON** », ce qui peut être compris comme « **payer pour courir, le pire don** ». Il existe donc un « président de Spiridon » qui n'est pas exactement membre de la confrérie de tous les présidents des Spiridon clubs de France.



P.S. Le président en question aurait souhaité censurer cette « humeur ». Nous l'avons édulcorée.

La course que nous continuons à aimer est désormais courtisée par les rapaces de la finance. Contrairement à ce que clame ce groupe commercial Spiridon, nous ne les avons pas attendu pour faire vivre l'esprit et la communauté spiridonienne. Attention à vos propos Monsieur TUIL !!

CALENDRIER DU VAR 1^{er} TRIMESTRE

DATE	NOM DE LA COURSE	LIEU	DISTANCE			TELEPHONE	E-MAIL
31/1	Championnats Départementaux de Cross	MONTAUROUX	de 2500 m à 8500 m			04 94 46 27 56	cd83athle@orange.fr
14/02	Championnats Régionaux de Cross	FREJUS	de 2500 m à 9000 m			06 60 04 89 55	yves.brenier@bbox.fr
14/02	3ème Course Nature de Carqueiranne	CARQUEIRANNE	16,3Km			06 22 56 63 34	nathalie.triacademy@gmail.com
21/02	La 33ème Foulée Croisienne	LA CROIX VALMER	14Km			04 98 11 48 87	claire.degardin@lacroixvalmer.fr
21/02	Drailles du Lançon	SANARY SUR MER	24Km	14Km	5Km	06 45 35 98 64	sanarycap@free.fr
07/03	Trail de la Tour du Faucon	PUGET VILLE	24km	15Km	10Km	06 77 25 55 59	cap.pugetville83390@gmail.com
07/03	La Foulée Flayoscaise	FLAYOSC	20Km	10Km	5Km	06 27 89 79 05	jeanmichel.henry@flayosc.fr
13/03	La Foulée Pradétane	LE PRADET	6 Km			06 60 27 91 32	cap.garonne@gmail.com
13/03	15ème Mini Ekiden (Relais Enfants)	TOULON	600m	1200m		06 72 15 88 17	lepreux.patricia@gmail.com
14/03	23ème Ekiden de Toulon (Relais)	TOULON	42,195km			04 94 27 33 74	lepreux.jacques@orange.fr
21/03	Trail des Mange Lamberts	PUGET / ARGENS	11Km	21Km	31Km	06 88 77 28 92	c.macagno@mairie-puget-sur-argens.com
21/03	10 Km et Semi Marathon de Hyères	HYERES	21,1Km	10 Km	5,3Km	06 23 12 51 95	athletisme.osh@sfr.fr
21/03	La Gassinnoise	GASSIN	13,7Km	6,4Km		08 92 68 33 13	festivites@mairie-gassin.fr
28/03	6ème Trail de Cuers	CUERS	42Km	25Km	10Km	06 86 79 07 64	catalan.christophe@wanadoo.fr
28/03	3è Marathon International du Golfe St-Tropez	SAINTE-MAXIME	42,195Km	2X21Km	relais	04 93 26 19 12	mail@azur-sport.org
04/04	45ème Montée Pédestre du Faron	TOULON	12,150Km			04 94 27 33 74	lepreux.jacques@orange.fr
11/04	16ème Les Foulées du Lac	MONTAUROUX	13,2km	1,5Km		06 71 22 63 24	epfathle@gmail.com
11/04	Trail Hermès Fréjus Esterel	FREJUS	35Km	22Km	10Km	06 60 04 89 55	yves.brenier@bbox.fr
11/04	Course pour la Vie	OLLIOULES	14Km	7Km		06 09 87 55 30	denis.bensimon@orange.fr

CALENDRIER DES ALPES MARITIMES DU 1^{er} TRIMESTRE

DATE	NOM DE LA COURSE	DISTANCE	LIEU	TELEPHONE
30/1	Championnat Dptal de Marche Nordique	km	OPIO Parc des Loisirs	04 93 71 86 05
31/1	Trail des Neiges Casterino	10 km(250 m)	Hameau de Casterino (Tende)	
31/1	Cannes Urban Trail	9, 15, 26 km	Cannes	04 93 26 19 12
31/1	Championnat Dptal de Cross 2020/2021	6 km	OPIO Parc des Loisirs	04 93 71 86 05
7/2	Course du Soleil	19km&10km	Cap d'Ail	06 17 33 38 88
7/2	Trail Du Soleil Levens	30 km	Levens	06 67 26 50 26
7/2	Trail Du Soleil Levens	15 km	Levens	06 67 26 50 26
14/2	Trail d Eze Alpes Maritimes	30 km(1500 m)	Col d Eze Oppidum	06 27 87 90 55
14/2	Trail d Eze Alpes Maritimes	19 km(1000 m)	Col d Eze Oppidum	06 27 87 90 55
14/2	Trail d Eze Alpes Maritimes	11 km(500 m)	Trail d Eze Alpes Maritimes	06 27 87 90 55
14/2	RONDE DES FONTAINES 2021	10 km	OPIO	
14/2	MONACO RUN	10 km(200 m)	MONACO	377 92 05 68 07
		5 km		
		1 km		
21/2	12 BORNES DE GORBIO	12 km(280 m)	Gorbio	04 92 10 91 26
28/2	Snow Trail de St Dalmas	21 km(850 m)	Saint Dalmas le Sauvage	06 16 59 17 57
28/2	Snow Trail de St Dalmas	10 km(400 m)	Saint Dalmas le Sauvage	06 16 59 17 57
7/3	Trail des Merveilles	17 km(800 m)	Breil-sur-Roya	06 45 04 56 43
7/3	Trail des Merveilles	25 km(1600 m)	Breil-sur-Roya	06 45 04 56 43
14/3	Urban Trail de Mougins	30 km	Mougins	04 93 47 53 40
		15 km		
		8 km		
14/3	Trail des neiges (Snow Day Challenge)	9,2 km(500 m)	Auron	
		4 km(250 m)		
20/3	TRAIL NOCTURNE DES ABEILLES	9 km(540 m)	ROQUEBILLIERE	06 15 81 48 50
20/3	LA FOULEE DES BAOUS	10 km(180 m)	SAINT JEANNET	06 34 01 32 77
		4 km		
27/3	COURSE DES ESCALIERS	350 km(80 m)	BEAUSOLEIL	04 93 41 72 81
28/3	Marathon du Golfe de Saint-Tropez	10, 21, 42 km	Ste Maxime - Cavalaire	04 93 26 19 12
28/3	Trail des canyons de l'Estâillon	27 km(1800 m)	Sigale	06 31 53 19 92
		15 km(1000 m)		
4/4	Le CALVAIRE ANTIBOIS	10km km	ANTIBES	06 23 64 60 76

CALENDRIER DES COURSES DU 1^{er} JANVIER AU 16 AVRIL 2021

En rouge : courses comptant pour le Challenge Spiridon.

JANVIER 2021

CANNES URBAN TRAIL **reporté fin Avril** **9 - 15 - 26KM** **CANNES (06)**

DIMANCHE 31/01 2021 - **Organisateur** : Contact : ☎ 04.93.26.19.12 Inscriptions sur www.sport-up.fr départ Palais des Festivals à Cannes **Arrivée** Palais des Festivals **mixte** 70% Urbain / 30% Trail. Départ 26km 9h 15 - 27 à 35€ - 15Km 8h - 22 à 26€ en chronométré. 8Km **REPORTÉ** en chronométré. Toutes infos et inscriptions sur le site <http://www.cannesurbantrail.com>

LES FOULEES MAXIMOISES **10 - 21KM** **SAINTE MAXIME (83)**

DIMANCHE 31/01 2021 - . Contact : organisateur 06.14.09.45.99 infos sur www.fouleesmaximoises.com et Inscriptions sur site ou sur www.sport-up.fr Départ Sainte Maxime

FEVRIER 2021

LA COURSE DU SOLEIL **19 KM** **CAP D'AIL (06)**

DIMANCHE 7/02 2021 - **Organisateur** : Association Course du Soleil – Cap d'Ail Macadam ☎04.93.35.87.65 – Renseignements : guy.duvoid@sfr.fr – **Inscriptions** :En ligne www.njuko.net et par retour bulletin, téléchargeable – **pas d'inscription sur place** - limitée à 1300 concurrents - **Départ** : Port de Nice (côté quai du Commerce) arrivée à Cap D'AIL – transport des sacs – navettes pour le retour.

LA RONDE DES FONTAINES **1 et 10 KM** **Parc des loisirs OPIO (06)**

DIMANCHE 14/02 2021 - **Organisateur** : -Mairie de OPIO, contact : g.dutto@mairie-opio.fr 06.70.80.81.40 asco.opio@gmail.com Inscription Point Info Tourisme Centre Commercial La Font Neuve 06650 OPIO tel ☎04.93.77.23.18 – Inscriptions sur : www.asco-opio.com ou www.facebook.com/asco/opio/ .. Dossier d'inscription et règlement sont téléchargeables sur www.athleticphilippides.com et www.mairie-opio.fr Départ et arrivée : Parc de Loisirs « Marcel PERRISSOL » Rond Point Coluche 06650 OPIO

FOULEE CROISIENNE **14 KM** **LA CROIX VALMER (83)**

DIMANCHE 21/02 2021 - **Organisateur** : Service des sports La Croix-Valmer – **Inscriptions** : www.kms.fr service des sports 04.98.11.48.88 service.sport@lacroixvalmer.fr en ligne sur facebook service des sports de la croix valmer et sur place le jour même –.

LES 12 BORNES DE GORBIO **12 KM** **GORBIO (06)**

DIMANCHE 21/02 2021 - **Organisateur** : A.S.G gorbio asgorbio@orange.fr – Contacts : ☎ 06.77.41.72.99 ou 06.68.26.80.47 - **Inscriptions** : Date limite avant le 22/02 a 23h59, bulletin téléchargeable sur www.asgorbio.com/ ou en ligne sur www.timingzone.com **Départs**: **9h00** les Marcheurs ; **10h00** les Coureurs –**Engagement** : 12€ -

MARS 2021

LE SEMI DE CANNES **reporté fin avril** **10 et 21.1 KM** **CANNES (06)**

DIMANCHE 07/03 2021 - **Organis** **REPORTÉ** Renseignements athle-cannes@orange.fr : ☎04.93.47.03.54 – **Inscriptions**: En ligne sur le site www.semi-cannes.com le jour de la course

LA FOULEE FLAYOSCAISE **5 - 10 - 20 KM** **FLAYOSC (83)**

DIMANCHE 07/03 2021 – **Contact** : veronique.gerard@flayosc.fr 06.22.82.91.36 Infos : jeanmichel.henry@flayosc.fr 06.18.80.10.36 Bulletin téléchargeable sur site de la Mairie. Inscription www.chronosport.fr . Départ 5km 10h - 10km 10h - 20km 9h. Toutes infos sur : <https://www.facebook.com/lafouleeflayoscaise/>

TRAIL DE LA TOUR DU FAUCON **10 15 et 24 KM** **PUGET-VILLE (83)**

DIMANCHE 7/03 2021 - **Organisateur**: Cap Puget Ville – Contact : Christophe Druant christophe.druant83136@orange.fr : ☎ 06.77.25.55.59 : cap.pugetville83390@gmail.com Roux Jean Pierre 06.78.19.84.51 nicolle.didier@orange.fr Inscriptions: Par courrier avec bulletin d'inscription téléchargeable sur le site www.cap-puget.fr correctement remplie et signé, photocopie de la licence FFA ou certificat médical, un chèque à l'ordre du CAP à l'adresse suivante CAP MAIRIE DE PUGET VILLE 368 rue de la Libération 83390 PUGET VILLE. Par internet sur www.chronosports.fr Par mail cap.pugetville83390@gmail.com

CALENDRIER DES COURSES DU 1^{er} JANVIER AU 16 AVRIL 2021

En rouge : courses comptant pour le Challenge Spiridon.

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

SAMEDI 20/03 2021 - **Organisateur** : Renseignements: Mairie ☎ 04.93.03.60.60 - traildesabeilles@gmail.com Contact : ☎ Alex Robini 06.15.81.48.50 alexrobini06@gmail.com contact@vesubietrailclub06.com Info sur site www.vesubietrailclub06.com . Remise des dossards à 18H sur la place du village à Roquebillière. Départ : 20h15 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

LA FOULEE DES BAOUS 10 KM SAINT JEANNET (06)

DIMANCHE 20/03 2021 - **Organisateur**: Commerces de la GAUDE aecglagaude@gmail.com 06.34.01.32.77 - **Inscriptions**: en ligne sur www.timingzone.com et sur place, le jour de la course – **Départ**: 10h00 pour le 4,5km; 10h15 pour le 10km

SEMI-MARATHON ET 10 KM 21 - 10 - KM HYERES (83)

DIMANCHE 21/03 2021 - **Organisateur** : O.S.Hyerois Athlétisme – athletisme.osh@sfr.fr ☎ 04.94.38.69.09 **Inscriptions** : par retour du bulletin, téléchargeable sur www.hyeres-athle.fr; chez "Endurance Shop" Z.I. Toulon-Est à La Garde et en ligne sur www.semi-hyeres.fr avec toutes infos. 5km ouvert à tous, **départ** commun à **9h00 pour les 5-10 et 8h30 pour le 21 km**. Pas d'inscription le Dimanche pour l'ensemble des épreuves

TRAIL DES CANYONS DE L'ESTERON 15 - 27KM SIGALE (06)

DIMANCHE 28/03 2021 - **Organisateur** : Site <http://traildescanyons.blogspot.com> assdusoleil@gmail.com Départ 9h : Trail 27 km pour 1500m. Départ 9h15 trail des Lones de 15 km pour 900m+ et rando 16km. Course des Fourmis de Sigale 9h30 (pour enfants). Départs groupés sur la place de Sigale. Inscriptions directement sur le site internet ci-dessus ou par mail. Vérifiez les heures de départ car celles mentionnées ci-dessus sont celles de 2020. Toutes infos sur site.

AVRIL 2021

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

DIMANCHE 04/04 2021 - **Organisateur**: .ASOA Antibes, Contact atlanti2@club-internet.fr J Claude Ranieri ☎ 06.23.64.60.76 – 06.68.60.05.95 crossasoa06@sfr.fr 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

TOUR DU LAC DE CARCES ANNULEE 21 KM 10 CARCES (83)

LUNDI 5/04 2021 - **Organisateur** : Athlétic Club Carçois. Contact : Jean Marc Guichard 06.48.50.14.84 04.94.04.51.36 – sylvie.trillaud2@gmail.com Inscriptions : ☎ 04.94.59.91.11 Carçois et 04.94.04.59.76 office du tourisme ; par retour bulletin, téléchargeable sur www.carces.fr (rubrique Loisirs) ou par mail athletic.club.carcois@gmail.com ; en ligne sur **KMS** – **ANNULÉE**

TRAIL HERMES 10 - 22 - 35 KM FREJUS (83)

DIMANCHE 11/04 2021 Contact : Brenier Yves ☎ 06.60.04.89.55 catherine.brenier@bbox.fr <http://www.amslfrejus.com> amslf.athle@wanadoo.fr Toutes infos sur : <http://www.trailhermes.fr/>
3 courses. Une rando et marche Nordique non chronométrée 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 : 8h départ des navettes de la randonnée pédestre

Les courses du calendrier sont sujettes à modifications de la part des Organisateur. 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.

ÉDITION 2021



LA CHARTE

ÉDITORIAL

Pourquoi une charte ? Voilà bien la question que vous vous posez sûrement.

La réponse est simple et complexe à la fois car son intérêt réside dans la compréhension des adhérents à savoir pourquoi ils se reconnaissent et aiment l'esprit spiridonien de notre amicale.

Son but consiste essentiellement à présenter notre association, son histoire, son objet, ses ambitions, ses moyens et bien sûr les hommes qui la composent et s'y réfèrent.

Elle doit permettre à chaque nouvel adhérent de mieux comprendre et de connaître l'association qu'il vient de rejoindre. Pour cela notre tâche est de vous présenter un document simple et compréhensible sans être rébarbatif. Une première charte éditée en 1990 avait permis de matérialiser cette volonté. Son actualisation et sa simplification devenait impérative. En 2004, la seconde édition permit une évidente et nécessaire actualisation pour tenir compte de l'évolution du cadre et des contraintes liés à la pratique de notre sport favori. En 2006, nous l'avons actualisé en fonction de l'évolution de notre Amicale dans le tissu sportif non-institutionnel. En 2018, nous avons fêté les quarante ans de notre association, pourtant une chose n'a toujours pas changé : notre devise « *la perf d'accord, la fête d'abord* » illustre parfaitement notre approche de la course à pied qui doit rester « *la plus importante des choses secondaires* ».

Vous trouverez dans cette charte, tous les détails de nos structures et de nos activités. De la parution de notre bulletin de liaison trimestriel « *La Foulée* », du **challenge Spiridon** à nos **déplacements**, en visitant notre site **Internet**, de notre traditionnelle **assemblée générale** à nos **assistances techniques** et **l'organisation** de nos courses, toute la panoplie de nos actions vous est proposée.

Nous espérons qu'après la lecture de ce document, vous en saurez un peu plus sur le **Spiridon Côte d'Azur** et qu'ainsi vous vous reconnaîtrez pleinement dans votre attachement à notre amicale.

HISTORIQUE

Février 1972 marque la parution du premier numéro de la revue **SPIRIDON**, du nom de **Louys Spiridon**, vainqueur du marathon des premiers Jeux Olympiques rénovés de l'ère moderne, en 1896 à Athènes. Les suisses Noël TAMINI et Yves JEANNOTAT en furent les fondateurs. Son ton particulier, ses idées nouvelles, son format inhabituel, son style brillant firent de ce bulletin un élément moteur essentiel dans la renaissance des courses sur route dans leur forme actuelle où se côtoient sur la même ligne de départ, femmes et hommes, jeunes et vétérans dans un esprit festif. A l'époque la pratique de la course à pied ne se concevait que dans le cadre confiné d'une arène sportive et réservé aux seuls athlètes sur piste sous l'égide de la fédération.

En France, son impact fut tel qu'il engendrât la création des dizaines d'associations **SPIRIDON** au travers de chaque région avec pour objectif de propager sur le terrain une certaine idée du sport différente de celle du culte de la vedette ou de la recherche systématique de la performance. Ainsi, naquirent des épreuves qui sont devenues aujourd'hui des "classiques" de la course sur route. La Côte d'Azur n'échappa pas à cet engouement, et en **1978**, une dizaine de coureurs créèrent le **SPIRIDON COTE D'AZUR**, association à but non lucratif régie dans le cadre de la loi du 1er juillet 1901.

Pierre MAURO en fut le président-fondateur. Attentif à ce qu'il se passait

hors département, le **Spiridon Côte d'Azur** devint rapidement l'association de référence dans le domaine des courses sur route ralliant de plus en plus d'adeptes à ses convictions, et ses compétences en ont fait un partenaire recherché. Il fut ainsi à l'origine, directement ou indirectement, de la plupart des épreuves du département. Sa principale force est sa totale indépendance : financière car il s'interdit toute demande de subvention d'argent public, n'assurant son fonctionnement que sur la base des cotisations de ses adhérents, de prestations d'assistance technique auprès d'organismes de course et aussi de partenariat auprès de quelques sponsors : mais aussi autonomie de pensée et d'action qui lui autorise une totale liberté de choix.

Du côté des coureurs, le **S.C.A.** forme bien souvent le corps des pelotons où les nombreux maillots colorés de notre amicale animent les courses. A côté des organisateurs de courses, il défend le strict respect des lois et les droits des organisateurs indépendants à but non lucratif. Toujours à l'écoute des coureurs et soucieux des contraintes liées à l'organisation des courses, le **Spiridon Côte d'Azur** se veut être le garant de la pérennité de notre liberté de courir.

DE LA CRÉATION DE L'ASSOCIATION À AUJOURD'HUI

1978 Création du Spiridon Côte d'Azur. **10** adhérents. Président : **Pierre Mauro**.

1979 Parution du premier numéro de « **La Foulée** ». **30** adhérents.

1981 Création du Challenge Spiridon : **10** épreuves.

Co-organisation de course (Sospel-Turini). **47** adhérents.

1984 Assistances techniques. Challenge 21 épreuves. Président : **Daniel Mertens** (5 mois).

1985-1987 Reprise en main de l'association par **Thierry Merello**.

Le SCA s'impose comme l'association la plus représentative et devient la référence (**126** adhérents en 1985, **199** en 1987). Informatisation des assistances techniques. Déplacements collectifs (**Castres, Valréas, Marseille-Cassis**).

1989 Développement de l'informatisation. **324** adhérents. Déplacements aux marathons de **Londres** et **Venise**.

1990 Changement de présidence par **Eddie Gritteret**. **350** adhérents. Challenge 39 épreuves. Déplacements aux marathons du **Médoc, Amsterdam** et **Gigondas**. Parution de la première **Charte Spiridon**. Création de l'A.N.C.P.H.S.

1991 Déplacement au marathon de **New-York**. **394** adhérents.

1992 Mise en service du minitel 36.15 Spiridon. **414** adhérents
Déplacements aux marathons du **Médoc, Bruxelles** et **New-York**.

1993 **435** adhérents. Première édition des 24 heures du Spiridon à Beaulieu.
Déplacements aux marathons de **Londres** et **Florence**.

1994 Adhésion au Centre Médico Sportif de La Fontonne pour le test à l'effort.
Création du challenge Couple. 2ème édition des 24 Heures à Beaulieu.
Déplacements aux marathons de **Vienne** et **Venise**. **454** adhérents. Challenge 41 courses.

1995 Déplacement au marathon de **Berlin** et aux **Balcons de Belledonne**. Annulation des 24 Heures prévues sur la Promenade des Anglais à Nice. **449** adhérents.

1996 Déplacements aux marathons de **Rome** et **Florence**. **444** adhérents.

1997 Changement de présidence par **Jean-Louis Andreotti**. Parution du 100ème numéro de **La Foulée**. **404** adhérents. Déplacement au marathon de **New-York**. Challenge 38 courses.

1998 1^{ère} **Ronde des Collines Niçoises**. Déplacements aux marathons de **Malte** et du **Lubéron**. Sortie en montagne. Le Spiridon C.A. fête ses 20 ans à **Gigondas**. **357** adhérents. Challenge 40 courses.

1999 1ères Foulées de la Fleur à Cagnes sur mer. Création du **site Internet** du S.C.A. Déplacements aux marathons du **Lubéron** et **Florence**. **376** adhérents.

2000 Déplacements aux marathons de **Las Vegas** et **Bourgogne**. Dernière participation à **Gigondas**. **401** adhérents. Arrêt du minitel 36.15 Spiridon. Challenge 42 courses.

2001 1^{er} Esclapa l'œil Trail de Cipières. Déplacements à **Martigues-Carro, Millau** et marathon de **Bourgogne**. **381** adhérents. Réveillon montagnard. Challenge 43 courses.

2002 5^e **Ronde des Collines Niçoises**, 4^e Foulées de la fleur, 2^e Esclapa l'œil Trail. Déplacements à **Mèze, Millau** et **Roquefort la Bédoule**. Sortie estivale en montagne et réveillon montagnard. **392** adhérents. Challenge 58 courses.

2003 Le SCA fête ses **25 ans**. Nouveau site Internet (18000 connexions annuelles). Déplacements à **Mèze, Millau**, une semaine dans le Sud-Ouest (**Mauvezin, Ariège, Larzac**). Challenge 57 courses. **412** adhérents.

2004 Stabilité générale des effectifs (**401** adhérents). Présence massive à toutes les épreuves régionales et augmentation du nombre des déplacements (**Padoue, Millau, Chicago, Lubéron**). Le site internet devient un outil essentiel. 60 courses.

2005 8^{ème} **Ronde des Collines** mais annulation provisoire des Foulées de la Fleur. Sorties raquettes, randonnées et réveillon montagnard. Déplacements à **Ferrara, Belledonne, Padoue, Mèze, Rio de Janeiro, Médoc, Millau, Anduze**. Parution d'un fascicule mensuel « *En attendant la Foulée* ». Création d'un **classement trail**. Challenge 64 courses. **419** adhérents.

2006 Nouvelle progression des effectifs (**423** adhérents). Parution du 150ème numéro de **La Foulée**. Déplacements à **Marrakech, Annecy, Espelette, San Francisco, Millau, Mauvezin, la Réunion, Marathon du Beaujolais**. Fête de rentrée de septembre.

2008 30^{ème} anniversaire de l'association. Stabilité des effectifs avec **406** adhérents. Déplacements aux marathons de **Madrid, Mont St Michel** et retour à la **Diagonale des Fous** à **La Réunion**. Challenge 74 courses. Nouveau site Internet avec plus de 375.000 connexions.

2009 **410** adhérents. Déplacements aux marathons d'**Alsace** et de **Luxembourg**. Déplacement commun en **Argentine** avec le Spiridon Aurillac. Challenge 68 courses. Site Internet à plus de 600.000 connexions. 10^{ème} édition du réveillon montagnard. 18 assistances techniques.

2010 **432** adhérents. Déplacements aux marathons de **Verdi** et de **Florence**. La **Champenoise** à **Damery** puis semaine pyrénéenne avec le **trail du Cassoulet** de **Verfeil** et la **Ronde des Foies Gras** de **Mauvezin**. 3^{ème} participation à la **Diagonale des Fous** de **La Réunion**. Challenge 69 courses avec 316 classés. 18 assistances techniques.

2011 **419** adhérents. 14^{ème} édition de la **Ronde des Collines Niçoises** (1250 arrivants). Déplacements aux marathons de **Vérone** et **lac de Garde**. La **Champenoise** à **Damery** et les **100km de Millau**, puis semaine atlantique avec le marathon du **Cognac**. Rencontres Spiridon à Chichilianne. Reprise de la rando estivale. Réveillon montagnard à Moustiers Ste Marie. Challenge 74 courses avec 312 classés. 18 assistances techniques. Le site internet approche la barre du million de connexions.

2012 **420** adhérents. 15^{ème} édition de la **Ronde des Collines Niçoises** (1500 arrivants). Déplacements aux marathons de **Arles-Alpilles** & de **Budapest**, à **Mèze, la 6000D** à **La Plagne** et 4^{ème} participation à la **Diagonale des Fous** de **La Réunion**. Réveillon montagnard à Gréolières. Challenge 77 courses avec 305 classés. 18 assistances techniques. Le site internet dépasse la barre du million de connexions.

2013 35^{ème} anniversaire de l'association. **406** adhérents. 16^{ème} édition de la **Ronde des Collines Niçoises** (1800 arrivants). Déplacements aux marathons de **Naples, Bratislava** & **Québec**, à **Pralognan** et **Espelette**. Rencontres Spiridon à St-Ours-les-Roches. Réveillon montagnard à Montmeyan. Challenge 75 courses avec 284 classés. 20 assistances techniques.

2014 **405** adhérents. Déplacements aux marathons du mont Blanc et de saint Pétersbourg, course du Gaillac primeur

2015 **385** adhérents. Déplacements aux marathons de Riga, du Mont Blanc et du lac Majeur. Réveillon montagnard à Annot.

2016 **357** adhérents. 19^{ème} édition de la **Ronde des Collines Niçoises** (1800 arrivants). Déplacements à Pralognan, aux Foulées du vignoble à Puy l'Evêque, au marathon de Tallinn et au trail des Falaises de Bonifacio. 21 assistances techniques.

2017 **321** adhérents. Changement de présidence par **Francis VANDERSYPE**. Dématérialisation de La Foulée consultable uniquement sur internet. Report de la 20^{ème} édition de la **Ronde des Collines Niçoises**. Déplacements au trail de St Jacques au Puy en Velay et au marathon de Vilnius. Réveillon montagnard à Annot. 12 assistances techniques.

2018 le SCA fête ses **40 ans**. 20^{ème} édition de la **Ronde des Collines Niçoises** Déplacements à Puy l'Evêque et au festival de bandas à Condom, le marathon de la Liberté à Caen et celui de Chisinau en Moldavie. Réveillon montagnard à Annot. 8 assistances techniques. 273 adhérents.

2019 21^{ème} et dernière édition de la **Ronde des Collines Niçoises** Déplacements aux marathons de La Nouvelle Orléans, de Barcelone et de Sofia. 235 adhérents.

2020 « **annus horribilis** », la pandémie de la Covid 19 bouleverse toutes les prévisions d'activités. Seules 11 épreuves sur 54 ont pu être disputées au challenge. Tous les déplacements sont annulés. 200 adhérents. Rencontres Spiridon à Limoges annulées.

ACTIVITÉS ET SERVICES AUX ADHÉRENTS

Adhérer au **Spiridon Côte d'Azur** ce n'est pas uniquement « **courir** ». En effet, en devenant membre de notre association vous pourrez :

- Consulter sur notre site internet la **revue trimestrielle**, « **La Foulée** », qui permet à tous les adhérents de s'y exprimer. Elle détaille les résultats des courses du challenge, le classement complet du challenge, annonce les futurs déplacements et autres manifestations que nous organisons, édite un calendrier complet des courses du trimestre de la région avec tous les renseignements pour y participer. Vous y trouverez aussi diverses rubriques et le compte-rendu des activités du Bureau.
- Porter le **tee-shirt** du **Spiridon** remis lors de votre adhésion, signe de reconnaissance dans les pelotons et sur nos parcours d'entraînement.
- Acquérir des équipements de course dans notre « **Boutique** » (short, maillot, débardeur, coupe-vent, collant, etc....) aux meilleures conditions.
- Bénéficier de **réductions** attractives chez nos partenaires.
- Participer aux **entraînements** collectifs, sources de progression mais surtout de convivialité.
- Être assuré lors de nos entraînements collectifs.
- Voyager grâce à nos **déplacements** sportifs et/ou festifs tant en France qu'à l'étranger.
- Participer à nos **Challenges sportifs** au travers de courses sélectionnées avec soin sans oublier le **Trophée Jean Louis Andreotti** qui vous permettra de partager votre passion de la course à pied avec vos partenaires et le **Challenge Spiridon individuel**.
- Apporter bénévolement votre aide lors de nos **assistances techniques**.
- Participer à nos **fêtes** annuelles telles que notre très attendue Assemblée Générale, les soirées dansantes, les sorties en montagne, le réveillon montagnard, etc....
- Vous tenir informé rapidement des activités de l'association grâce à notre **secrétariat**, notre site **Internet**, ainsi que nos pages **Facebook** et **Instagram**
- ... Et surtout connaître et apprécier « **l'Esprit Spiridon** ».

Comme vous pouvez le constater, les possibilités sont nombreuses et variées, sans oublier que vous pouvez aussi « **courir** » !

Le **Bureau** du **Spiridon Côte d'Azur** se charge quant à lui, des relations extérieures auprès des organisateurs de course, des clubs et associations, de la F.F.A., du ministère de la Jeunesse et des Sports, de l'A.N.C.P.H.S. et des autres associations Spiridon et affinitaires à travers l'hexagone, regroupées au sein du **Mouvement Spiridon**.



La perf d'accord, la fête d'abord

SUPER U



1 Rue du 8 mai 1945 06310 BEAULIEU sur MER
23 Route de Valbonne 06130 PLASCASSIER

U express

57 Avenue Sainte Marguerite 06200 NICE

85/87 Rue de France 06000 NICE

courses



.com



IVS PARODIS
Parc d'Activités logistiques Zone 9
06200 NICE St ISIDORE

LTD SERIGRAPHIE
31 ave du Dr Lefèbvre
06270 VILLENEUVE LOUBET

SUPER MARCHÉ U
57 ave Ste Marguerite 06200 NICE
85/87 rue de France 06000 NICE
1 rue du 8 mai 1945 06310 BEAULIEU
23 route de Valbonne 06130 PLASCASSIER

BDO Nice
Expertise Comptable
2 rue du Congrès 06000 NICE

Carrosserie RAMELLA
58 Bd René Cassin 06200 NICE