

# La foulée

## du Spiridon côte d'azur



**SUPER** 



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

 *express*

57 Avenue Sainte Marguerite 06200 NICE  
85/87 Rue de France 06000 NICE



courses  
  
.com

# SOMMAIRE

Page	Article	Auteur
2	Nos partenaires	Le bureau
3	Sommaire	Le bureau
4	Editorial	Laura DI SARIO
5	Le carnet du Spiridonien	Francis VANDERSYPE
6	Le mot du président	Francis VANDERSYPE
7	La réponse de Gillou	Gilles APPOURCHAUX
8 & 9	P.V. de l'assemblée générale du 20 janvier 2018	Francis VANDERSYPE
10	Nos partenaires	Le bureau
11	Compte rendu de réunion	Coralie PRESIER
12	Compte rendu de réunion	Coralie PRESIER
13	Compte rendu de réunion	Coralie PRESIER
14	Composition du conseil d'administration 2018	Le bureau
15	Répartition des activités au sein du conseil	Le bureau
16	Nos partenaires	Le bureau
17	20 <sup>ième</sup> édition de la Ronde des Collines	Laura DI SARIO
18 à 21	Portofolio de la Ronde des Collines	Laura DI SARIO
22 & 23	Les potins de Ficanas	Francis VANDERSYPE
24	Nos partenaires	Le bureau
25	La Prom' Classic	Gilles APPOURCHAUX
26	Correspondance de nos grands auteurs	G. SAND & A. de MUSSET
27	Et si on parlait du bonheur de courir...	Gabriel GUALLINO
28	Nos partenaires	Le bureau
29	Les déplacements et animations 2018	Le bureau
30	Coup d'œil dans le rétro...	Francis VANDERSYPE
31	Les préparations de déplacements 2019	Le bureau
32 & 33	Résultats des courses du 1 <sup>er</sup> trimestre	Daniel GILLY
34 & 35	Classements route et trail	Daniel GILLY
36	Podium route	Daniel GILLY
37	Podium trail	Daniel GILLY
38	Nos partenaires	Le bureau
39	Podium trophée Jean Louis Andreotti	Daniel GILLY
40 à 50	Calendrier des courses du 1 <sup>er</sup> avril au 31 juillet	Jean Paul SPINELLI
51	Nos partenaires	Le bureau

# ÉDITO

Cela va faire 3 ans que je suis spiridonienne, au début juste pour faire partie d'un groupe, rencontrer des personnes qui comme moi aiment courir (et faire la fête !!!!) J'y ai trouvé rencontré de belles personnes.

Maintenant que je fais partie du bureau, je vois les choses différemment...

Je me rends compte que le changement est dur à accepter pour beaucoup d'entre vous, et pourtant il est essentiel à la survie du Spiridon.

L'avenir passe par la modification de certaines choses tout en gardant les points essentiels : convivialité, partage, challenge, épanouissement, car c'est cela que représente le spiridon.

Évoluer ne signifie pas renier tout ce qui s'est passé.

Évoluer signifie donner une chance au Spiridon de continuer d'exister, et sans vous tous, ça ne sera pas possible.

Alors merci à ceux qui sont présents sur quasiment toutes les courses, portant fièrement ce beau tee-shirt bleu :), à toutes les équipes participant au trophée Jean Louis Andreotti.

Merci à tous ceux qui croient encore en l'esprit Spiridon.

Laura DI SARIO



## LE CARNET DU SPIRIDONIEN 2<sup>ème</sup> TRIMESTRE 2018

1-avr.	Antibes	le Calvaire Antibois	10,00				A.M.
2-avr.	Carcés	Tour du lac de Carcés	15,30				VAR
8-avr.	Fréjus	Trail Hermés <span style="background-color: yellow; border-radius: 50%; padding: 2px;">T</span>	35,00	20,00	10,00		VAR
8-avr.	Montauroux	Les Foulées du Lac	13,20				VAR
8-avr.	Saint Jeannet	Ensemble avec Benoît <span style="background-color: red; color: white; padding: 2px;">ANNULÉ</span>					A.M.
15-avr.	Nice	Nice running day	21,10	10,00			A.M.
22-avr.	Les Arcs sur Argens	course des Chancrouns	15,00				VAR
22-avr.	Moissac Bellevue	Trail de Moissac Bellevue <span style="background-color: yellow; border-radius: 50%; padding: 2px;">T</span>	15,00	10,00			VAR
6-mai	Vence	Ascension du col de Vence	11,80				A.M.
8-mai	Saint Raphael	Montée du mont Vinaigre	16,20				VAR
10-mai	Gourdon	Ascension de Gourdon	12,60				A.M.
12-mai	Roquebillière	Rocabiera Trail <span style="background-color: yellow; border-radius: 50%; padding: 2px;">T</span>	15,50				A.M.
20-mai	Draguignan	la Ronde des Dragons	11,00				VAR
26-mai	Rimplas	Trail de Rimplas <span style="background-color: yellow; border-radius: 50%; padding: 2px;">T</span>	21,00	12,00			A.M.
2-juin	Le Suquet	le Trail de la Peïra <span style="background-color: yellow; border-radius: 50%; padding: 2px;">T</span>	13,50				A.M.
2-juin	Bormes les Mimosas	Course des plages	9,40	4,50			VAR
9-juin	Bandol	La Bandol Classic	12,40				VAR
9-juin	Cipières	La Grande Coursasse <span style="background-color: yellow; border-radius: 50%; padding: 2px;">T</span>	64,00	21,00	19,00	24,00	A.M.
10-juin	Peillon	mounta Cala de Peillon	9,00				A.M.
10-juin	Peillon	Trail Lou Camin deï Cabras <span style="background-color: yellow; border-radius: 50%; padding: 2px;">T</span>	17,00				A.M.
23-juin	Fréjus	les 10km de fréjus	10,00				VAR
24-juin	St Dalmas Valdeblore	Course des As de La Colmiane	15,00				A.M.
29-juin	La Farlède	les Foulées farlédnoise	11,00				VAR
1-juil.	Camps la Source	trail la campsoise <span style="background-color: yellow; border-radius: 50%; padding: 2px;">T</span>	15,00				VAR
1-juil.	Valberg	Trails de Valberg <span style="background-color: yellow; border-radius: 50%; padding: 2px;">T</span>	27,00	12,00			A.M.
7-juil.	Contes	les Foulées Contoises	10,00				A.M.
14-juil.	Cotignac	les Foulées de Cotignac	10,00				VAR
14-juil.	Colmars les Alpes	Ascension du col des Champs	12,60				A.H.P.

### 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  
 Internet : www.spiridon-cote-azur.fr

### ENTRAINEMENTS COLLECTIFS SPIRIDON

### PRENEZ SOIN DE VOTRE SANTÉ :

**vendredi 18 mai** : soirée Spiridon à la "BLUE COAST BREWING COMPANY"  
 18 chemin de Saquier 06200 NICE Saint Isidore.

**samedi 15 septembre** : soirée des 40 ans du Spiridon Côte d'Azur à "La Cantina"  
 8 chemin de la Glacière 06200 NICE Saint Isidore

[l'abus d'alcool est dangereux pour la santé](#)

**Renseignements Charly RACCA 06.08.61.54.56**

# LE MOT DU PRÉSIDENT

Cette année je sens comme un renouveau de notre association après une période de doute :

Avec la venue sur les courses des spiridoniens « nouvelle génération », ceux qui n'ont pas connu les balbutiements du mouvement Spiridon et qui n'en connaissent pas tous la genèse, mais qui se retrouvent dans cet esprit convivial alliant performance, convivialité et amusement.

Avec la mise en place du trophée Jean Louis Andreotti, les spiridoniens ont à cœur d'y participer. Certes l'engouement est modeste pour le moment mais je me plais à penser que ce n'est qu'un début qui annonce une participation plus importante de saison en saison.

Avec la formation d'équipes mêlant plusieurs catégories, et dont parfois les membres ne se connaissaient pas vraiment avant, participant ainsi à l'idée fondamentale de ce trophée : mieux s'apprécier.

Avec l'émulation entre les équipes du trophée qui amène ainsi de nouveaux visages sur les classements individuels des challenges « route » et « trail ». On remarquera que les « jeunes » arrivent en force. Notons à ce sujet la participation importante des « Ferbériens » qui ont tout de suite joué le jeu du trophée J.L.A. et lui ont imprimé une vigueur et une émulation amicale. Grace au dynamisme de toutes les équipes, celui-ci est parti sur de bons rails.

Avec le retour des soirées et sorties spiridoniennes organisées par nos membres du conseil, soirée restaurant créole, soirée « bière » dans une nouvelle brasserie niçoise, soirée des 40 ans du Spiridon Côte d'Azur, déplacements sportivo-festifs...

Avec la venue de nouveaux adhérents attirés par notre esprit de partage et de convivialité, palliant ainsi au départ de plus anciens qui pensent que « c'était mieux avant ». Certes avant nous n'avions pas les mêmes contraintes sur les courses, les tarifs étaient plus bas, nous prolongions l'après course plus que de raison, mais surtout nous étions « plus jeunes ».

Francis VANDERSYPE



## Réponse de Gillou, au Bilan de Coralie PRESIER édité dans la Foulée 196

Bonjour Coralie,

Je suis Gilles APPOURCHAUX, 76,5 années au compteur, plus de 40 ans de boulot de diverses natures. Toujours impliqué dans la vie sociale, politique, sportive. 869 courses à pied, marathon, triathlons, duathlons. Tout cela s'appelle l'expérience.

Comme tu l'as dit, je ne suis pas allé chercher le voisin et ne fais pas dans la dentelle non plus quand j'ai quelque chose à dire.

Tout d'abord, cet édito, appelé également bilan et constat, je le classerai plutôt dans la catégorie « sentence » d'un juge unique sans avocat pour la défense.

Tu as la certitude, tu détiens la vérité, OUI CHEF !!!

Tout le monde en prend pour son grade, les « anciens » du bureau ", les anciens normaux et le V 5, comme si ce dernier était à lui seul représentatif du Spiridon. Passons !

Quel scandale ! Des membres du bureau qui ne courent pas ? Je vais poser ce grave problème à la prochaine assemblée générale !

Quoi ? Les retraités, les « c'était mieux avant » (c'est quoi cette catégorie de taillables et corvéables à merci)) ont plus de temps pour assister aux réunions, de plus ils démotivent les nouveaux membres. Il leur tarde de finir la réunion, ils doivent être probablement vieux et fatigués et ont hâte de manger leur soupe pour regarder leur feuilleton à la Télé.

Ils sortent « les armes » (j'espère en plastique), je frémis . . . Ils racontent des histoires croustillantes, un truc à ressasser leur passé, c'est un outrage aux jeunes. Allez quel que soit votre âge il faut penser et parler « jeune » à des « jeunes », point barre !

Et toi Coralie, tu as quoi à raconter de croustillant ? Tu as rempli deux pages et demi sur la Foulée à vouloir refaire le monde que tu n'as pas connu ? Tu passes la pommade d'un côté pour mettre le feu de l'autre ? Il y a 90 % de critique négative ! Une critique peut être aussi positive.

Les anciens n'ont pas besoin d'être secoués, tu ne nous secoues pas, tu es à la limite de l'insulte !

Je me répète, c'est un constat - édito - bilan, à charge.

Les anciens sont les piliers d'une grande association, le Spiridon côte d'azur, mais de par leur âge ils sont fragiles, comme ils le sont dans toutes les associations quelles qu'elles soient. Il faut les respecter et les ménager. Ce sont des fruits mûrs qu'il faut cueillir avec délicatesse sous peine de les voir s'écraser au sol.

En tout cas, le Spiridon est une association démocratique, car de ma grande expérience, je connais beaucoup d'endroits où ton billet serait passé à la corbeille.

Vive le Spiridon côte d'azur.

Gilles APPOURCHAUX dit Gillou



L'ASSEMBLEE GENERALE ordinaire, statutaire et annuelle du SPIRIDON CÔTE d'AZUR a été dument convoquée conformément à ses statuts :

- Par annonce dans le N° 195 d'octobre 2017 de La FOULEE,
- Par courriel et courrier individuel adressé aux adhérents.

Cette Assemblée Générale s'est tenue dans la Salle des Fêtes de TOURETTES-LEVENS. L'émargement des présents et représentés mandatés par « Pouvoir » a permis d'atteindre le quorum statutaire pour délibérer valablement. Selon la feuille d'émargement 174 adhérents sont présents ou représentés.

Le Président de séance, Francis VANDERSYPE, a ouvert les débats par l'accueil et les vœux aux participants ainsi qu'aux invités présents ou représentés.

Le Président de séance a fait la présentation de l'ensemble des 14 membres du Conseil d'administration ayant assuré la responsabilité des activités du SPIRIDON pour l'exercice 2017.

**1)- RAPPORT d'ACTIVITE :** Il a été présenté, diaporama à l'appui, par chacun des membres du Conseil en charge d'un secteur d'activité :

- EFFECTIFS : 321 membres : effectif en légère baisse, aux environs de 320. La présentation graphique fait apparaître les répartitions par tranches d'âge, femmes et hommes, individuels et couples, ainsi que les origines géographiques Var et A.M.

- La FOULEE : Les quatre numéros annuels ont été assurés et diffusés. Les rubriques administratives, le calendrier, les résultats et classements, la programmation des déplacements ont été en charge de membres du Conseil. Les « articles » des adhérents occupent toujours un tiers de chaque numéro, mais le champ des rédacteurs devrait s'élargir ! Le Comité de lecture réuni régulièrement, assure cet ensemble de travail collectif. Dans un souci de communication moderne « la Foulée » est désormais en consultation dématérialisée sur le site internet du Spiridon C.A.

- Les ASSISTANCES TECHNIQUES : 12 ont été assurées au cours de l'année 2017, 2300 concurrents classés pour une moyenne de 190 coureurs par course. Ceci a demandé une grande disponibilité des équipes opérationnelles. L'Assemblée se doit d'en féliciter tous les membres. Il convient de rappeler que les Assistances Techniques représentent quasiment le tiers des ressources financières du Spiridon.

Pour 2018 : 10 Assistances Techniques sont prévues ! La compétence et la fiabilité de nos équipes est reconnue et validée par les instances officielles.

- CHALLENGE SPIRIDON : Pour 2017 il s'est disputé sur 72 épreuves. Les courses sélectionnées par le Conseil du Spiridon sont retenues pour un bon équilibre géographique Var et AM, littoral et moyen ou arrière-pays, route et trails, distances et qualité d'organisation et de déroulement. 243 spiridonniens dont 39 couples y ont participé, très régulièrement pour certains, ce qui a permis d'emporter plusieurs challenges du nombre.

Pour 2018, la sélection porte sur 44 courses sur route et 27 trails avec des nouveautés (création du trophée J.L. ANDREOTTI). Nous déclinons désormais 3 challenges parallèles : route, trail et trophée. Chaque lauréat au podium sera tenu d'avoir comptabilisé 5 courses pour le challenge route et 5 courses pour le challenge trail. Daniel GILLY fait un rappel du règlement des challenges.

- Le SITE INTERNET : Son succès est dû à sa qualité, son actualisation et ses rubriques. C'est un outil de communication et d'information devenu vitrine et référence du Spiridon CA. La « boîte » messagerie est maîtrisée pour en assurer la bonne tenue. Un travail de maintenance du site sera réalisé en 2018, ainsi que la création d'une page spécifique dédié à « la Ronde des Collines Niçoises ». A noter, le grand nombre de connexions annuelles. Notre site se situe dans le top des sites les plus réactifs.

- La RONDE des COLLINES NICOISES : Les contraintes de sécurité imposées par les autorités administratives nous ont obligé à annuler la 20<sup>ème</sup> édition de 2017. Pour 2018 les inscrits de l'an dernier pourront y participer sans autre contrainte que la présentation d'un certificat médical, aucune autre inscription ne sera prise en compte. Cette édition 2018 fera l'objet d'annonces directe aux inscrits de 2017.

- Les DEPLACEMENTS : les comptes-rendus des déplacements collectifs de l'année 2017, qui ont joint le côté sportif, (marathon et autres distances), à l'aspect touristique et festif, sont présentés à l'assemblée : le grand trail de Saint Jacques au Puy en Velay, le marathon de Vilnius en Lituanie et le réveillon à Annot... Leur succès implique une certaine rigueur dans la gestion et la prise en compte des inscriptions.

Pour 2018, un programme tout autant attractif est mis sur pied : la course des Pyramides à la Grande Motte, le marathon de Chisinau (Moldavie), et le réveillon de fin d'année.

-Présentation de la carte d'adhérent 2018 et du nouveau tee-shirt de l'année.

**Ce rapport d'activité est vivement apprécié et ponctué par des applaudissements nourris...**

**Il est adopté à l'unanimité.**

**2)- RAPPORT FINANCIER :** Le Trésorier, diaporama à l'appui présente les éléments de la gestion financière de l'exercice. La recherche d'équilibre est assurée par les trois principaux chapitres de recettes, et chacun pour un tiers du Budget : Les cotisations des adhérents, les ressources liées aux Assistances Techniques et les partenaires annonceurs de La Foulée.

L'indépendance du Spiridon s'appuie sur la non sollicitation de subventions publiques conforme à la Charte de notre Association.



Ne figurent dans ce budget aucune charge ou recette qui soient liées aux déplacements « collectifs » présentés au rapport d'activité. Il s'agit d'une gestion autonome.

Au titre des dépenses, il convient de relever essentiellement : les frais de fonctionnement, les frais de logistique pour les assistances techniques, l'organisation de l'AG et de l'apéritif dinatoire, les charges administratives ordinaires... Toutes les fonctions exercées par les membres du Conseil sont bénévoles.

Le résultat financier de l'exercice laisse apparaître un solde légèrement positif.

Le budget prévisionnel de 2018, se présente en équilibre sur la base de 19000.00€.

**Cette bonne gestion et une qualité de services rendus aux adhérents sont fortement appréciées,**

**Le Rapport financier est adopté à l'unanimité.**

**3)- RAPPORT MORAL :** Le rapport moral est présenté par le Président Francis VANDERSYPE. 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 de tout intérêt personnel.

L'esprit présidant à notre présence à la Ronde des collines, la concurrence amicale dans le challenge, la remise des nombreux trophées des « challenges du nombre » dans les courses à nos adhérents méritants au-delà des performances... c'est la concrétisation de notre Charte.

Notre indépendance à l'égard des instances fédérales nous la garantissons également par notre appréciation libre pour l'inscription des courses au Challenge et par nos exigences concernant les tarifs de participation, la qualité de l'organisation, la sécurité renforcée sur les parcours. Cela a pu se vérifier tout au long de l'année.

Nous exprimerons notre attachement à ces valeurs et ces exigences lors des rencontres Spiridon de septembre à Isola. Un rappel de la tentative de main mise sur les courses hors stade par la F.F.A. qui voit lui échapper une manne financière est effectué.

C'est aussi au nom de ce rappel que nous gérons notre site Internet qui de par sa qualité et ses très nombreuses connections, surtout extérieures à notre amicale, est devenu notre vitrine.

Notre indépendance financière résulte d'un acte volontaire de notre part, notre pratique sportive nous appartient et elle n'a pas à être financée par le contribuable.

Notre indépendance et nos valeurs s'expriment dans La Foulée, sa consultation sur notre site internet par tous nos adhérents constitue les liens de communication et d'information interactives entre nous, mais nous le savons bien cette revue est aussi lue et prise en compte en dehors de nos rangs. Nous avons là aussi un devoir de qualité. Nos efforts et réalisations sur ce point sont à la hauteur de nos ambitions et devoirs.

Si nous accueillons chaque année de nouveaux adhérents, attirés par l'esprit qui règne entre nous, nous avons également un devoir de pensée et de solidarité à l'égard de ceux qui nous quittent, ou sont touchés par les aléas et événements de la vie, pour 2017. Forts de notre fidélité à nos liens amicaux de cette année qui s'achève, le nombre important à la présente AG et l'esprit qui s'y est manifesté, nul doute que 2018 sera une bonne année, notre association fêtera ses 40 années d'existence.

**Le Rapport Moral est adopté à l'unanimité.**

**4)- RENOUELEMENT du CONSEIL :** Le renouvellement statutaire annuel par tiers du Conseil a enregistré 4 membres sortants plus 1 ne souhaitant pas continuer, ainsi que 1 poste vacant. L'appel à candidatures a été lancé dans La Foulée d'octobre 2017 et renouvelé dans les convocations à l'AG. La limite de dépôt des candidatures a été fixée au 31 décembre 2017.

A cette échéance, quatre membres sortants et un adhérent on fait acte de candidature.

Ont donc été réélus et élus pour 3 ans :  
- Michel BABBINI  
- Laura DI SARIO  
- Charles RACCA  
- Nicole TOUATI  
- Francis VANDERSYPE

Un poste du conseil reste donc vacant pour l'année 2018.

**L'Assemblée unanime valide ces élections.**

L'ordre du Jour étant accompli, le Président de séance, après avoir renouvelé les vœux du Conseil à l'ensemble des participants, déclare close l'Assemblée générale de l'exercice 2017.

Le Président de séance :  
Francis VANDERSYPE

Le Président du Spiridon CA :  
Francis VANDERSYPE



# 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



**ORDRE DU JOUR**

**L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE**

- ✓ Mise au point de l'organisation et de la logistique, répartition des tâches, mise en place matinale gérée par Mario, Jean Paul, Georges et René Roques
- ✓ Programmation de l'ordre du jour, récupération du matériel de projection (Coralie), présence à partir de 15h00 pour préparation
- ✓ Rappel des membres soumis à renouvellement lors du vote de l'assemblée : 4 se représentent et 1 candidat.
- ✓ Convocation des adhérents à l'A.G. par mailing effectuée 2<sup>ème</sup> semaine de décembre (quelques retours pour adresses obsolètes)
- ✓ Correction des différents rapports soumis lors de l'assemblée effectuée par les intervenants.
- ✓ Préparation des listings d'émargement par Daniel Gilly, remis aux responsables.
- ✓ Demande d'attestation d'assurance pour l'utilisation de la salle à la compagnie AXA

**LE BUREAU**

- ✓ Courrier reçu : vœux, accord des organisateurs de participation aux challenges, adhésions et renouvellements.
- ✓ Tee-shirt de l'année en cours de livraison.
- ✓ Livraison des cartes d'adhérents le 12/01, distribution lors de l'assemblée, étiquettes fournies.
- ✓ Point sur les renouvellements et adhésions à ce jour : 57 adhérents à ce jour.

**LES ASSISTANCES TECHNIQUES**

- ✓ L'assistance de « courir pour les droits humains » s'est bien déroulée sous une pluie battante et un froid glacial.
- ✓ Planning des assistances 2018 mis au point avec l'accord des intervenants.

**CHALLENGE SPIRIDON**

- ✓ Les récompenses du challenge 2017 seront livrées le samedi matin sur le lieu de l'assemblée.
- ✓ La sélection définitive des courses du challenge 2018 et le règlement 2018 sont insérés sur le site internet.
- ✓ Certaines épreuves pourront être annulées par refus de l'accord de déroulement par les autorités.
- ✓ A ce jour plus de la moitié des organisateurs contactés ont donné leur accord de participation à nos challenges 2018.

**CHALLENGE SPIRIDON 2018**

Représentation du bureau aux courses du challenge

Gorbio 4 février	Mario ou Laura	Opio 11 février	Mickey
Bormes les mimosas 11 février	Francis	La Colmiane 24 février	Annie
Cannes 25 février	Coralie	La Croix Valmer 25 février	A déterminer

**LA RONDE DES COLLINES NIÇOISES 2018**

- ✓ Organisation d'une réunion de préparation le 30 janvier
- ✓ Les inscrits de 2017 seront contactés par courriel avec une demande de confirmation de participation à retourner pour le 15 mars, une annonce sera insérée en page d'accueil du site précisant les modalités de participation.

**LA TRÉSORERIE**

- ✓ L'année se termine avec un solde bancaire positif, le budget prévisionnel a été respecté.
- ✓ Le budget prévisionnel 2018 sera présenté en baisse par rapport à celui de 2017.
- ✓ Toutes les assistances effectuées ont été réglées avant la fin de l'exercice.

**LE SITE INTERNET**

- ✓ La délégation de la mise à jour des différentes rubriques interviendra après l'assemblée générale. Mise au point sur les interventions de « Gillou » sur le site.

**LES DÉPLACEMENTS**

- ✓ Le réveillon montagnard s'est parfaitement déroulé. Interrogation sur la pérennité de
- ✓ Point sur le programme 2018 : pour La Grande Motte plus de 20 inscrits, annulation du déplacement à Caen, le marathon de Chisinau affiche complet. Proposition de déplacement courts à envisager.

**QUESTIONS DIVERSES**

Recherche du lieu et de la formule pour fêter les 40 ans d'existence du Spiridon Côte d'Azur.

Date et horaire de la prochaine réunion : mardi 6 février

La réunion se termine à 20h30



## COMPTE RENDU de la RÉUNION DU CONSEIL du mardi 6 février 2018 à 18h30 - hôtel Kyriad 27 avenue Verola 06200 NICE St Isidore

Mario BERNARDESCHI, Michel BABBINI, Jean-Michel BOIGEY, Annie CAMERA, Daniel GILLY, Laura DI SARIO, José MAZZAFERO, John-Lee OLIVIER, Coralie PRESIER, Charly RACCA, Jean-Paul SPINELLI, Nicole TOUATI, Francis VANDERSYPE.

### **Côte d'Azur**

#### RÉUNION DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

- Compte-rendu du déroulement de l'AG et premières impressions.  
=> Moins de participants que l'année précédente, l'AG s'est bien déroulée. La salle est toujours parfaite mais éloignée Date de la prochaine AG => 19 janvier 2019  
Recherche d'un lieu plus central et accessible ?  
=> voir pour trouver éventuellement une salle sur Nice. Les idées sont les biens venus, en discuter autour de soi
- Election et mise en place du nouveau bureau => cf tableau
- Approbation et signature du compte-rendu de l'AG
- Répartition des activités au sein du conseil => cf tableau
- Renouvellement de l'adhésion au mouvement Spiridon => l'adhésion sera renouvelée comme les autres années

#### LE BUREAU

- Courriers reçus et envoyés => RAS
- Mise à jour du trombinoscope du bureau 2018 => ok, après modification de la photo de Laura
- Point sur la remise des T-shirts (problèmes de qualité) => Charly s'est rendu chez We-Jogg le mardi après l'AG soit le 23 janvier, suite au problème de qualité des tee-shirt, Problème sur les XXXL
- Envoi ou remise des cartes de membre 2018 => en cours
- Bilan des adhésions et renouvellements au 6 février 2018 => 231 inscrits au 6 février 2018 contre 257 à la même date en 2017 - quelques inscriptions sur internet - 27 adhérents ont annoncé qu'ils ne renouvelaient pas en 2018

#### LES ASSISTANCES TECHNIQUES

- Préparation des assistances techniques :

Trail des Merveilles 04/03 Breil sur Roya	<b>Mario, Nicole</b>	Trail de la Tour du Faucon 11/03 Puget-Ville	<b>Daniel, Annie, Coralie,</b>	Tour du Lac de Carcés 02/04	<b>Daniel, Nicole, Coralie</b>
---	----------------------	--	--------------------------------	-----------------------------	--------------------------------

=> José assistera Nicole et Coralie pour l'installation du matériel de chronométrage

=> Le spiridon n'a pas été retenu pour assurer le chronométrage des Foulées comtoises

#### LE CHALLENGE SPIRIDON 2018

=> A noter que à Gorbio, de nombreux spiridoniens portaient le tee-shirt 2018 qui, de plus, est bien visible pour les photographes.

- Point sur les retours des organisateurs des courses sélectionnées au Challenge 2018=> 36 retours des organisateurs sur 62
- Validation de la sélection définitive des courses des challenges Route & Trail 2018 => trail de Moissac 22 avril mis au challenge/ La bonnette : mauvaise ambiance en 2017 / trail de roquefort les pins : à voir pour challenge 2019
- Représentation du bureau aux courses du challenge

Gorbio 4 février	<b>Laura</b>	Opio 11 février	<b>Mickey</b>
Bormes les mimosas 11 février	<b>Francis voit avec H. Bellone</b>	La Colmiane 24 février	<b>Annie - Laura</b>
Cannes 25 février	<b>Coralie</b>	La Croix Valmer 25 février	<b>Voir avec G. Laborde ?</b>

#### LA FOULÉE

- Statistique de consultation du numéro 196 de janvier 2018 => 604 click/vues au format liseuse, pas de visibilité sur le nombre de click/vue en format PDF
- Désignation des rédacteurs des éditoriaux pour 2018

197 (avril)	<b>Laura pour 26/3</b>	198 (juillet)	<b>Mario</b>	199 (octobre)	<b>John Lee</b>	200 (janvier)	<b>Daniel</b>
-------------	------------------------	---------------	--------------	---------------	-----------------	---------------	---------------

#### LA RONDE DES COLLINES NICOISES 2018

Voir réunion spécifique ARCN => Prochaine réunion RONDE DES COLLINES : 14 Mars à 18h30

=> 2063 inscrits 955 confirmés - demande de tee-shirts de la part des inscrits - Charly ne sera pas présent à la distribution le samedi - Il s'occupe de mettre un article dans Nice Matin

#### LA TRÉSORERIE

Transmission des documents au nouveau trésorier, compte rendu du rdv à la banque.

=> Transfert des informations et des éléments de la trésorerie de Mario vers Coralie. Mario reste Trésorier de l'ARC�

A ce jour, Coralie prend connaissance de la trésorerie. Elle doit se former avec Daniel GILLY sur le logiciel sous Excel SPITrésor.

Elle précise qu'elle souhaite développer les paiements et les encaissements par virement.

Le budget prévisionnel présenté pourra-t-il être tenu ?

=> il est trop tôt pour vérifier le prévisionnel 2018

#### LE SITE INTERNET et FACEBOOK

Mise en place d'un système d'inscription en ligne ? Mise en place d'un système de paiement en ligne ?

=> Opportunité d'un système de paiement en ligne pour les inscriptions à l'association (et aux courses dont nous assurons l'assistance). Dans un premier temps Daniel va travailler sur la mise en place d'un système de paiement en ligne pour les adhérents,

Animation de la page « Ronde des Collines » et du mur Facebook dédié à la Ronde.

Modération des interventions sur la boîte à messages et sur le site en général.

#### LES DÉPLACEMENTS

Tour d'horizon des déplacements proposés au cours de l'année, éventuelles propositions de déplacements courts (week-end).

=> La Grande Motte : 3 & 4 mars 2018 - 50 personnes / Trail des manges lamberts : 25 mars 2018 - sortie groupée contacter Laura / Bandas :

9 au 13 mai 2018 - 20 personnes / Moldavie : 26 Septembre au 1er octobre 2018 - 54 personnes - complet

PROJET : Marvejols Mende juillet 2019

#### QUESTIONS DIVERSES

Prochaine réunion le mercredi 7 mars 2018



**Compte Rendu de la réunion du conseil du mercredi 7 mars 2018 à l'hôtel Kyriad 27 avenue Verola 06200 NICE St Isidore à 18h30**

Présents : Mario BERNARDESCHI, Michel BABBINI, Jean-Michel BOIGEY, Annie CAMERA,, Daniel GILLY, José MAZZAFERO, Coralie PRESIER, Charly RACCA, Jean-Paul SPINELLI, Nicole TOUATI, Francis VANDERSYPE.

Excusés : Laura DI SARIO, John-Lee OLIVIER,

Invité : Yves DENOUEL

**BUREAU & SECRÉTARIAT :**

Courriers reçus et envoyés : Adhésions, Récépissé de changement de membres du bureau

Tee-shirts : environ 200 distribués - toujours en attente d'une réponse du fournisseur après 5 passages de Charly

Cartes de membres : les envois se font au fur et à mesure

251 adhésions à ce jour, arrêt des inscriptions au 30 avril.

Conduite à tenir en cas de question d'un adhérent concernant le règlement du challenge.

**LES ASSISTANCES TECHNIQUES :**

Compte rendu de l'assistance de Breil sur Roya du 4 mars : ok

Préparation de l'assistance de Puget Ville du 11 mars et de Carcés le 2 avril : en cours

**LE CHALLENGE SPIRIDON 2018**

Représentation du bureau aux courses du challenge :

Puget Ville 11/03	Coralie	Flayosc 11/03	Gillou	Hyères 18/03	?
Mougins 18/03	Francis	Puget/Argens 25/03	Francis	Roquebillière 31/03	Annie
Antibes 01/04	Mickey	Carcés 02/04	Coralie	Fréjus 08/04	Francis

Compte rendu des épreuves du challenge :

Opio 11 février	TB mais pb balisage arrivée	Bormes les Mimosas 11/02	B
La Colmiane 24 février	B	Cannes 25 février	AB mais + de 45 coureurs
La Croix Valmer 25 février	B	Breil sur Roya 4 mars	TB

**LA FOULÉE**

Préparation du n°197, collecte d'articles, de photos... idées de modification de présentation, de mise en page

**LA TRÉSORERIE**

Les Adhésions, les déplacements, et les assistances sont encaissés au fur et à mesure. La contribution d'IVS a été reçue.

Mise en place du système de paiement par carte bleue à compter de septembre/octobre 2018. Des tests doivent être effectués. Auparavant un Rdv à la Banque est nécessaire pour adhérer au système de paiement en ligne.

Dépenses : le trésorier ne peut pas approuver les factures à payer et payer ces dites factures, trop de pouvoir. L'accord doit être transmis par le Président. Pour toutes dépenses, le Président doit être avisé, un justificatif doit être présenté pour tout paiement. Pour les dépenses importantes, un devis doit être établi.

Un budget (apéritif d'accueil, cadeaux locaux, hébergement...) est entériné pour les rencontres Spiridon des 1<sup>er</sup> & 2 septembre

**LE SITE INTERNET ET RÉSEAUX SOCIAUX**

Animation et modération. Supprimer des anciennes vidéos en bas de page d'accueil. Déplacement des albums photos en page d'accueil. Rubrique Information à actualiser.

**LES DÉPLACEMENTS**

Le déplacement de la Grande Motte a été annulé suite aux intempéries. Déplacement à réitérer en 2019.

Proposition pour Trail del Moscato 23-24/09/2018. Réveillon 2018, les idées sont les biens venues. Marvejols Mende en juillet 2019. Ronde du Foie Gras à Mauvezin octobre 2019. Porto début novembre 2019, si ligne aérienne directe.

**QUESTIONS DIVERSES**

Proposition de Partenariat à une "color run" de l'EDHEC refusée

Fête des 40 ans du Spiridon, le 15 septembre 2018. Une concertation préalable avec les membres du bureau aurait été appréciée.

Proposition d'une soirée bière à la brasserie « Blue Coast » le 19 mai 2018 pour environ 20€ (à définir avec le brasseur).

Préparation des rencontres Spiridon (animations, intervenant sur un sujet à définir...).

La réunion est suivie d'un repas

Prochaine réunion le mercredi 4 avril

Réunion ARCN (Ronde des Collines Niçoises) : 14 Mars puis 18 Avril



Michel BABBINI



Mario BERNARDESCHI



Jean Michel BOIGEY



Annie CAMERA



Laura DI SARIO



Daniel GILLY



José MAZZAFERO



John Lee OLIVIER



Coralie PRESIER



Charly RACCA



Jean Paul SPINELLI



Nicole TOUATI



Francis VANDERSYPE

**LE CONSEIL  
D'ADMINISTRATION  
2018**

## RÉPARTITION DES ACTIVITÉS AU SEIN DU CONSEIL

Président	Francis VANDERSYPE
Vice Président	Charly RACCA
Trésorier	Coralie PRESIER
Secrétaire	Charly RACCA
Membres en charge de : Classements des challenges L'informatique Internet Internet Calendrier et Contacts sur site Réseaux sociaux	Daniel GILLY Nicole TOUATI, Daniel GILLY Laura DI SARIO Daniel GILLY Jean Michel BOIGEY John Lee OLIVIER
Assistances Courses	Nicole TOUATI Coralie PRESIER José MAZZAFERO
Statuts & règlement intérieur	Francis VANDERSYPE Daniel GILLY
Tenue des réunions	Coralie PRESIER
La Foulée	Francis VANDERSYPE Laura DI SARIO
Calendrier des courses	Jean Paul SPINELLI
Challenge Spiridon	Daniel GILLY John Lee OLIVIER
Manifestations & Déplacements  Rencontres Spiridon 2018 =>	Charly RACCA Annie CAMERA Francis VANDERSYPE Laura DI SARIO Michel BABBINI
Pocédures administratives	Francis VANDERSYPE



## 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**  
31 Rue de Paris  
06000 Nice  
[www.bdo.fr](http://www.bdo.fr)

**Contact :**  
[veronique.malet@bdo.fr](mailto:veronique.malet@bdo.fr)  
tél. : 04 92 17 44 44







Le 1er Mai aura lieu la 20ème édition de la Ronde des collines niçoises.

J'avais envie de faire un article sur cette course incroyable !

La 1ere fois que j'y ai participé, je n'avais jamais entendu parler du Spiridon, je suis tombée par hasard sur un lien qui parlait d'une course qui offrait du vin !! HOURRA !! et en plus il fallait être déguisé, double HOURRA !! me voici donc déguisée en bouteille de vin !!

Depuis, j'y ai participé chaque année, en essayant de trouver à chaque fois un déguisement original :), mais surtout, y participer entre amis, et passer un super moment !!

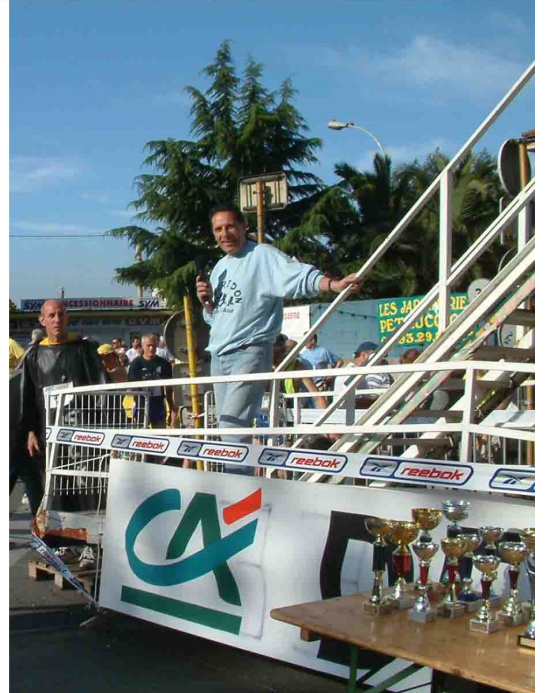
Cette course existe grâce au Spiridon, et en parcourant des centaines et des centaines d'images, on peut y voir l'ambiance fantastique, l'évolution de cette course : très peu de coureurs et de "tout petit ravitos" !!

Mais aussi des membres du bureau jeunes !! ahah ah !!

Et c'est pour cela que je vous propose un petit montage :)

Laura DI SARIO







# *Ravito de 2003*







# LES POTINS DE FICANAS

LE PASSAGE DE TMOIN : beau nom du descriptif d'un bâtonnet qui est la preuve sur une course en relais que le coureur est parti correctement, celui qui l'as transmis au coureur suivant est dans le passé, celui qui le tiens bien fort en main en courant est le présent, celui qui l'attends est le futur. Celui qui passe la ligne d'arrivée n'aurais pu le faire sans les deux autres coureurs. Passé Présent créent le Futur qui deviendra un jour Présent puis Passé.

Merci aux ANCIENS, vivons le moment présent et pour aller au mieux dans le Futur sans le vécu des ANCIENS même si tout sera différent il ne pourra avoir de points de repère.

Momon né à Grasse originaire de Lorraine



**Carnet noir** : ils nous ont quittés en ce début d'année, nous sommes de tout cœur avec leur famille

Le 4 janvier Gilbert MOULINET et Ruth PORRINI

24 janvier la maman de José MAZZAFERO

14 février la maman de Anne DELOIRE

21 février la maman de Josée RUSSO

**Carnet rose** : ils vont bientôt rejoindre le peloton...



Le 29 décembre Esteban et sa mamie Annie CAMERA



Le 18 janvier Ethan le second fils de John-Lee OLIVIER



Le 26 janvier Milo et sa grand-mère Josiane DE LOPEZ

Challenge du nombre : une importante participation à la première épreuve du challenge 2018 le 4 février à Gorbio nous a permis de remettre la coupe du challenge du nombre à notre ami Joseph PARISI.



La tradition des cartes postales a une fâcheuse tendance à disparaître avec les réseaux sociaux et leurs informations instantanées. Alors, si vous voyagez pour le plaisir ou pour participer à une épreuve sportive, renouez avec cette ancienne pratique, pensez à envoyer une carte chez notre secrétaire dévoué... !

Aux championnats départementaux de Marche Nordique, le Spiridon Côte d'Azur félicite ses valeureux représentants Francine et Jean Michel BOIGEY, qui n'ont pas fait que de la figuration. Un grand BRAVO à eux.

Voilà une discipline en pleine expansion... à suivre !



### MARCHE NORDIQUE AU BAR-SUR-LOUP

## La Papet' Nordic a régalé



Le départ du 10 km pour la centaine de concurrents, hier matin.



Pour eux, ce sera 5 km d'effort mais aussi de bonne humeur.

(Photos R.H.)

#### 5 km Open

##### Femmes

1	407	CATHERINE PONS	Masters 3	f	2	46:15	-	Open 5 km
2	404	JACQUELINE PRETOT	Masters 3	f	2	46:38	+00:23.00	Open 5 km
3	401	CORINNE MORANT	Masters 2	f	2	46:47	+00:32.00	Open 5 km
4	409	FRANCINE BOIGEY	Masters 4	f	2	47:40	+01:25.00	Open 5 km
5	402	CHRISTINE SYLVESTRE	Masters 4	f	2	1:01:00	+14:45.00	Open 5 km

##### Hommes

1	408	JEAN BOIGEY	Masters 4	m	2	53:09	+06:54.00	Open 5 km
---	-----	-------------	-----------	---	---	-------	-----------	-----------

Nombre d'inscrits: 103

# MARATHON INTERNATIONAL DU GOLFE DE SAINT-TROPEZ

Pour cette première édition quelques spiridoniens avaient fait le déplacement. Ci-dessous quelques noms relevés dans le classement. S'il y a des oublis veuillez m'en excuser.

Roberto OLIVIERI	3h43mn08
Jacques SANTONI	3h57nm51
Camille DISDIER	4h12mn06
Coralie PRESIER	4h31mn21
Frédéric FAGIANO	4h31mn22
Annie PAUL	4h33mn10
Freddy BRANDT	4h38mn27
Sophie LEROY	4h39mn32
Michel BABBINI	4h41mn14
Carole DUFFOUR	4h56mn48
Emanuele CERA	5h46mn27



# KENNEDY COIFFURE



## Freedom hair since 1975

Entrez dans l'univers des salons Kennedy.

Situés à Nice Ouest, nous effectuons de nombreuses prestations. Coupe, couleur, coiffage, mèches...

Venez avec votre rêve de coiffure, nos coiffeurs sont là pour vous écouter, vous conseiller

### **SALON ARAUCARIA**

63 avenue Sainte Marguerite  
04.93.21.02.89

### **SALON CARRAS**

256 avenue de la Californie  
04.93.21.05.04

## Nos rituels stars

Des soins d'exception à retrouver en exclusivité dans vos salons Kerastase.





## La Prom' classic ? Mais je l'adore !!!

C'est un grand rassemblement de tous les coureurs des Alpes maritimes, des départements proches, de la France entière, avec un fort contingent d'Italiens, et autres pays européens. Tous les niveaux sont représentés, licenciés ou pas, coureurs du dimanche ou habitués de la course à pied.

J'aime beaucoup les tenues vestimentaires colorées, les rassemblements des associations ou clubs, les déguisements, les retrouvailles, les échauffements seuls ou sous les ordres d'un entraîneur juché sur une estrade, ceux qui font la " queue " aux toilettes, ceux qui pissent sur la plage contre le mur ou au bord de la mer. Les hommes qui donnent des conseils à leurs compagnes novices. Ceux qui s'échauffent et ceux qui font des " fractionnés " en regardant si on les regarde.

Ceux qui prennent place au départ longtemps à l'avance de crainte de louper le top ou ne sachant pas quoi faire.

Les familles qui servent de porte-manteaux, les bisous en tous genres. De nombreux sportifs en profitent pour courir et faire du tourisme. Ils sont émerveillés par le décor.

La presse annonce 8.000 dossards attribués, alors là le bât blesse, nous sommes le jeudi 4 à midi, les inscriptions sont déjà closes, le tarif à 25 €.

Je pense que quand on veut mettre en avant une épreuve de prestige pareille dans une ville mondialement connue, on ne limite pas les dossards et on diminue sévèrement le tarif.

Point barre, parlons un peu de la course elle-même. Le départ est donné en 6 vagues mais grâce à l'électronique les temps réels seront pris.

Boum du départ, une marée humaine très colorée s'élanche à fonds les ballons pour les premières vagues, les autres subissent les bouchons, normal. De nombreuses discussions continuent, les coudes se heurtent parfois, les spectateurs encouragent les premiers, on pousse des cris, on s'interpelle.

Les premiers kms sont excitants, puis tout se calme, laissant la place aux souffles et à ceux qui souffrent. Certains prennent des photos en cours de route, le " ruban " s'étire, se tait, laisse la place aux encouragements.

Au bout de 20 minutes la rumeur annonce les champions qui ont déjà fait demi-tour à l'aéroport, je les appelle " les avions " parce qu'ils " volent " en silence sur le bitume, puis c'est un incessant chassé-croisé, nous reconnaissons de nombreux coureurs célèbres ou amis, les encouragements redoublent, de nombreux spectateurs participent, photographient.

C'est la magie de la " Prom' !!!

C'est le temps de la souffrance, pour les meilleurs parce qu'ils veulent faire des " temps ", des " chronos ", ceux qui veulent améliorer leur temps de l'année précédente et ceux qui souffrent parce qu'ils ne sont pas entraînés, ou novices ou . . . très âgés.

Qu'importe, ils finissent et sont heureux de passer sous l'arche de l'arrivée.

Pendant le dernier ravitaillement ils parlent encore de temps avec leur médaille au cou. Ils ont doublé ou été doublé " un tel ", à tel endroit et bla bla bla et bla bla bla. . .

Je l'ai faite quand même 15 fois.

Oh ! Merde. . . ! J'ai oublié d'acheter le dossard. Tant pis, j'irai faire un tour sur la Prom' quand même. Hi, Hi, Hi !!!

Gillou



## Nos grands auteurs du 19<sup>ième</sup> siècle savait manier la langue française avec finesse !!

La correspondance amoureuse de ces deux grands romantiques est du grand art. À vous de juger...

---

### Lettre de George Sand à Alfred de Musset

---

Je suis très émue de vous dire que j'ai  
Bien compris l'autre soir que vous aviez  
Toujours une envie folle de me faire  
Danser. Je garde le souvenir de votre  
Baiser et je voudrais bien que ce soit  
Là une preuve que je puisse être aimée  
Par vous. Je suis prête à vous montrer mon  
Affection toute désintéressée et sans cal-  
Cul, et si vous voulez me voir aussi  
Vous dévoiler sans artifice mon âme  
Toute nue, venez me faire une visite.  
Nous causerons en amis, franchement.  
Je vous prouverai que je suis la femme  
Sincère, capable de vous offrir l'affection  
La plus profonde comme la plus étroite  
En amitié, en un mot la meilleure preuve  
Dont vous puissiez rêver, puisque votre  
Âme est libre. Pensez que la solitude où j'ha-  
Bite est bien longue, bien dure et souvent  
Difficile. Ainsi en y songeant j'ai l'âme  
Grosse. Accourez donc vite et venez me la  
Faire oublier par l'amour où je veux me  
Mettre.



### Réponse d'Alfred de Musset

---

Quand je mets à vos pieds un éternel hommage  
Voulez-vous qu'un instant je change de visage ?  
Vous avez capturé les sentiments d'un cœur  
Que pour vous adorer forma le Créateur.  
Je vous chéris, amour, et ma plume en délire  
Couche sur le papier ce que je n'ose dire.  
Avec soin, de mes vers lisez les premiers mots  
Vous saurez quel remède apporter à mes maux.



### La Réponse de Georges Sand

---

Cette insigne faveur que votre cour réclame  
Nuit à ma renommée et répugne mon âme.

---

Le décodage de cette correspondance est à découvrir en page 50...

# Et si l'on parlait du bonheur de courir (16) ?

Ou les confessions d'un égoïste, mégalo, hypocondriaque, légèrement misogyne, n'aimant pas grand-chose, nostalgique et libidineux, râleur et ...tellement romantique

Pitain ... y en a Marre de toutes ces conneries ! Vraiment marre... !!!

L'autre jour j'allume la télé, j'ouvre une bière pour accompagner mon verre de vin et questquejevois... un groupe de filles qui font de la pub pour des Vacances entre Filles

Sont contentes, y a pas de mecs... Heureuses !

Leur explication : "On peut parler de trucs de filles" quelles disent... Cela m'énerve, j'éteins cette télé de débiles et je pars courir.... Et je rêve ... je rêve au temps pas si lointain où elles étaient normales ...car enfin:

Qu'est-ce qu'elle diraient si on faisait des courses réservées aux mecs.? Et Pourtant cela existe pour elles.

On pourrait courir pour la prostate ! ou pour nos couilles !!!

Quoi ?... j'ai écrit quoi ?...Tu sais ...on en meurt aussi...!!!...De cela....

Moi je connais pas un seul mec normal qui veut "courir entre mecs" ou alors "aller à la piscine entre mecs." et encore partir en Vacances entre mecs...

Mais qui peut donc avoir de telles idées... ?

Bon sang ..."Mon Dieu que Les femmes sont Belles " comme dit L'autre...Et quand elles sont pas là ...hé bien on s'emmerde ... !

Donc je vais créer un groupe de coureurs rarissime :

**"Les Hommes Libres qui aiment courir avec des Femmes"**

Et ce groupe acceptera toutes les femmes intelligentes et... même les autres ... en son sein ..

Car...Même si on connaît vos défauts "nous sommes suffisamment tolérants pour accepter de courir avec vous et même d'écouter vos doléances...Et jérémiades

Enfin un groupe où l'on pourra rigoler, ne pas parler que de course à pieds, de frites ou de foot, mais entendre des nouvelles de vos enfants ..petits enfants , parler de crème épilatoire , de masques d'argile, de yoga, ou plus encore de règles , et de votre poids qui déconne

Donc Mesdames, rejoignez vite le Groupe :**"Les Hommes Libres qui aiment courir avec des Femmes"**

Un groupe expérimenté, initié à toutes les pratiques les plus modernes

Gratuit pour les femmes,

Les tests et essayages ont lieu tous les mardi soir " Hôtel de la plage" chambre 12 ....

Gab :)





MARQUAGES INDUSTRIELS  
& PUBLICITAIRES

# SERIGRAPHIE

[ltd-serigraphie@wanadoo.fr](mailto: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](http://www.sols-europe.com)  
ou [www.textileurope.com](http://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 AEROPORTS

Location de véhicules avec chauffeur

Tel : +33.6.67.10.28.11  
Fax : +33.9.81.40.17.46

Email : [riviera.drivers@bbox.fr](mailto:riviera.drivers@bbox.fr)  
[www.riviera-drivers-france.fr](http://www.riviera-drivers-france.fr)



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](http://www.riviera-services.net)

2 SOLUTIONS POUR VOS TRANSPORTS PROFESSIONNELS & PARTICULIERS

( 10% de remise avec le code SPIRIDON )



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

# LES DÉPLACEMENTS 2018

**Du 9 au 14 mai** : déplacement festif, sportif et musical au « festival des Bandas » à Condom dans le Gers.



Judi 10 mai : course « Vignes et Châteaux » à Mercues-Douelle dans le Lot (10km, 20km et rando)

Vendredi 11 et samedi 12 mai : Festival de Bandas

Dimanche 13 mai : possibilité de participer au « trail de l'Auvignon » à Saint Laurent dans le Lot et Garonne (6km, 11km et 21km)

Renseignements :  
René ROQUES



[roquesre@wanadoo.fr](mailto:roquesre@wanadoo.fr) et Daniel GILLY [syldan.gilly@laposte.net](mailto:syldan.gilly@laposte.net)

**Du 26 septembre au 1<sup>er</sup> octobre 2018** : déplacement au marathon de Chisinau en Moldavie.



Dimanche 30 septembre : 42.195km, 21.0975km, 10km, 5km et 1.5km toutes les distances sont possibles.

Repas traditionnel moldave, visite de monastère, visite de caves et journée libre, tout un programme pour les sportifs et les épicuriens concocté par Charly RACCA.

Renseignements : Charly 06.08.61.54.66

**COMPLET**

## ANIMATIONS SPIRIDONIENNES

**Vendredi 18 mai** soirée « bière » à la brasserie

« BLUE COAST BREWING COMPANY »

18 chemin de Saquier 06200 NICE

**BLUE COAST**

Renseignements : Charly RACCA 06.08.61.54.66



**Samedi 15 septembre** : « Fête du Spiridon C.A. »

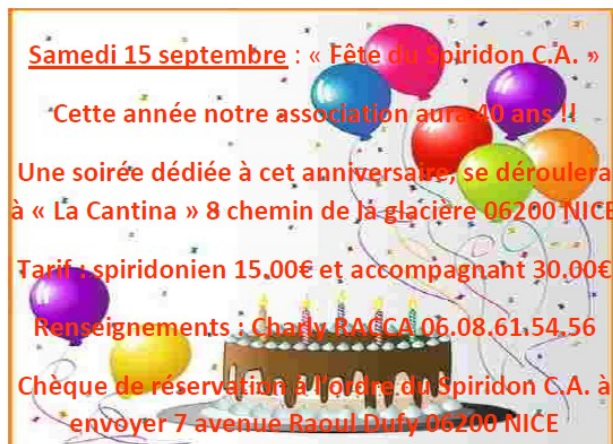
Cette année notre association aura 40 ans !!

Une soirée dédiée à cet anniversaire, se déroulera à « La Cantina » 8 chemin de Ja-glaçière 06200 NICE

Tarif : spiridonien 15.00€ et accompagnant 30.00€

Renseignements : Charly RACCA 06.08.61.54.66

Chèque de réservation à l'ordre du Spiridon C.A. à envoyer 7 avenue Raoul Dufy 06200 NICE



# COUP D'ŒIL DANS LE RÉTRO

Il y a plus de 30 ans, Charly notre « Dieu » que l'on appelait « l'élégant » à cette époque nous proposait déjà ses déplacements, pour preuve ce projet de 1994 :

**LES DEPLACEMENTS 94**

---

**BARBENTANE (13)**

le 13 MARS 1994

Le Som de "Le Montagnier" est devenu un classique pour les spiridoniens. Venez vous-même le découvrir à BARBENTANE (13). Cette course est éditée pour le plaisir de son parcours, l'ambiance qui y règne et l'accueil dont on gratifie les participants.

Epreuve comptant pour le CHALLENGE SPIRIDON 1994

7h 30 : Départ du Parking Ferber (à l'ouest de grand tourne)

10h 30 : Arrivée à Barbentane (Quartier 31re, suite du village)

14 h 00 : départ de la course (21 km marquée avec 14,2 km de piste)

17 h 00 : buffet campagnard (offerts à tous)

21h 00 : retour à Nîmes (arrivée prévue vers 22H 30)

**ATTENTION** : nombre de places limité à 54

**PRIX** : coureur : 130 francs (transport + inscription)  
Non-coureur : 100 francs (transport)

Expédier chèque à l'ordre de SPIRIDON CÔTE D'AZUR à :

Mr. Charly RACCA  
135 Av Ste Marguerite Bt D1  
06200 NICE

---

**MARATHON DE VIENNE**

le 10 AVRIL 1994

**ALLER** : Départ le Jeudi 7 Avril à 20h 55 (Aéroport de NICE)  
Arrivée à VIENNE : à 22h 40

**RETOUR** : Départ de VIENNE le Lundi 11 Avril à 16h 25  
Arrivée à l'aéroport de NICE à 20h 30

Ce séjour comprend :

- le vol direct aller/retour NICE-VIENNE
- 4 nuits avec petit déjeuner (buffet) à l'hôtel KAISERHOF (4\*) (centre ville) en chambre double partagée par deux personnes
- le transfert Aéroport-Hôtel-Aéroport
- une visite guidée en car de VIENNE
- transfert au lieu de départ du marathon

**PRIX** : coureur : 3550 francs + Dossard : 200 francs  
non coureur : 3550 francs

Le nombre de places disponibles est limité à 50.  
Inscription et réservation avant le 30 Octobre

A la réservation : chèque de 800 francs à l'ordre de JANETTOUR à expédier à :

Charly RACCA  
Le Castel Provençal D1  
135 AV. Ste Marguerite  
06200 NICE

**FRÜHLINGS MARATHON WIEN**

Pour de plus amples renseignements, s'adresser à :  
Charly RACCA : 93 83 43 49 (après 20h)  
ou à JANETTOUR : 93 31 29 49 (H.B.)

En 1993, le Spiridon Côte d'Azur se déplaçait pour participer au marathon de Florence, un aperçu des participants avec leurs performances respectives : « c'était mieux avant !! » diront certains d'entre eux... A noter la belle prestation sous les 3 heures de Éric SOUSSAN et Jean Marie SOYER.

**- Ils étaient 44 du SPIRIDON à courir au Marathon de FLORENCE :**

Denise ANDREOTTI arrêt au 25e km	Michelle MAC-CANN 3h 12'
Jean-Louis ANDREOTTI 4h 50'	Jacques MALLET 3h 17'
Joël ANDREOTTI 3h 43'	José MAZZAFERO 3h 17'
Maurice ARNAUD 4h 22'	Thierry MERELLO 3h 26'
Maurice BORGNE arrêt au 18e km	Gilbert MOULINET 3h 54'
Marie-José BOUILLON 3h 56'	Maurice NICOLLE 3h 08'
Jean-Jacques BOVET 3h 18'	Gérard PACQUELET 3h 26'
Andrew BULLEN 2h 43'	André POGGIO 4h
José COSOLETO 3h 54'	Jacques PRESIO 3h 09'
Joël COUSIN 3h 38'	Charly RACCA 3h 11'
Laurence COUTANT	Jean-Marie RIBAS 4h
Patrick FOLTETE 3h 49'	Gérard RICCI 3h 55'
Sylvain FRUCH 4h 13'	Marie RICCI 3h 55'
Alain GAMBIER 3h 47'	Didier ROUPRICH 3h 43'
Pierre GELSOMIN 3h 24'	Marcelle SCARCELLA 3h 26'
Jacqueline GIVELET 4h 45'	Eric SOUSSAN 2h 58'
Didier GUYONNET 4h 09'	Jean-Marie SOYER 2h 59'
Grégoire GUZMAN 3h 27'	Gisèle TORDO 4h 27'
François JEANNAUX 4h 50'	Jean-Pierre TORDO 3h 42'
Jean-Jacques JOANIQUET 3h 24'	Jean-Baptiste VANNI 3h 55'
Bernard JUAN	André VECCHIE 3h 31'
Francis LASSERE 3h 24'	



## MARATHON DE LA CABRE D'OR

Marathon de Cabriés 1990, Jean Louis ALLAMANDI M1 cette année là au côté de Jean VOLTZ sénior néo spiridonien.



## RECHERCHES EN COURS POUR LES DÉPLACEMENTS 2019

**Février** : le week-end du 9 & 10 marathon de la Nouvelle Orléans en Louisiane (U.S.A.), plusieurs distances (42.195, 21.100, 10 & 5 km), les dates de séjour sont à définir, l'hébergement se fera en appartement-hôtel ou en



hôtel en fonction de la demande et des disponibilités. Visite de la ville, croisière sur le Mississippi, découverte des bayous... déplacement en avion (bien sûr !) et location de véhicules sur place. Pour info, à ce jour le vol Nice – Houston (Texas) est vendu environ 700.00€ aller/retour pour un départ le 6 février et un retour le 21 février (14h30 de trajet avec escale à Roissy CDG)

**Rock'n'Roll**  
MARATHON SERIES®

Renseignements Francis : 06.09.91.55.94  
[spiridoncotedazur@gmail.com](mailto:spiridoncotedazur@gmail.com)



**Mars** : course des Pyramides à La Grande Motte, Coralie persiste et signe pour un second essai plus fructueux !

Renseignements Coralie PRESIER

**Juillet** : Marvejols – Mende « Osez la légende !! »

Partenaire principal :



Ça commence mal !!

Renseignements Coralie PRESIER



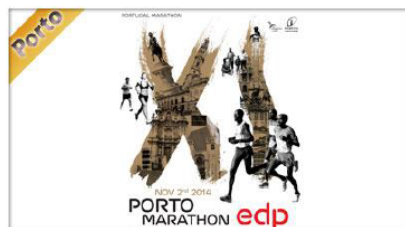
**Octobre** : Ronde des foies gras à Mauvezin

L'effort étant le même pour tous, la récompense est la même pour tous :

- une boîte de 100 g de foie gras entier de canard
- Repas " tout au canard " : servi à partir de 13h sous la halle
- Tee-shirt de la Ronde

Les participants déguisés auront une récompense supplémentaire.

Renseignements René ROQUES : [roquesre@wanadoo.fr](mailto:roquesre@wanadoo.fr)



**Novembre** : marathon de Porto en fonction de l'ouverture de ligne aérienne directe.



Renseignements Charly RACCA



# RESULTATS COURSES DU CHALLENGE SPIRIDON 2018

## 12 bornes de Gorbio

Date: 04/02/2018 distance: 12,00 nb arrivants: 318

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
18	FREDIANI GILLES	5,66%	00:47:30	15,16	307
28	BIGOUNDOU MICHEL	8,81%	00:50:13	14,34	298
29	OLIVIERI ROBERTO	9,12%	00:50:20	14,30	297
34	OCHIN STEPHANE	10,69%	00:50:39	14,22	292
64	HOAREAU HENRI	20,13%	00:54:32	13,20	264
77	RIPERT STEPHANE	24,21%	00:56:02	12,85	251
90	TORDO FREDERIK	28,30%	00:57:16	12,57	239
110	SANTONI JACQUES	34,59%	00:59:03	12,19	220
120	GEORGES ALAIN	37,74%	01:00:11	11,96	211
123	PAKINE CHRISTOPHE	38,68%	01:00:57	11,81	208
124	GUY ERIC	38,99%	01:00:58	11,81	207
142	BRANDT FREDDY	44,65%	01:02:19	11,55	190
150	LEONARDI ALAIN	47,17%	01:03:10	11,40	182
152	CAISSOTI - ONO TOMOKO	47,80%	01:03:17	11,38	181
161	ZACHLEVNIY CELIAN	50,63%	01:04:53	11,10	172
162	PERRIER NATHALIE	50,94%	01:05:03	11,07	171
167	COSSUTTA PASCAL	52,52%	01:05:59	10,91	166
168	CLAUDEL NADEGE	52,83%	01:06:00	10,91	166
178	ALVES JOSE Lourenço	55,97%	01:07:30	10,67	156
186	PAUL ANNIE	58,49%	01:08:21	10,53	149
196	PARISI JOSEPH	61,64%	01:10:00	10,29	139
199	ROUX EMMANUELLE	62,58%	01:10:20	10,24	136
205	HUYGHE GEORGES	64,47%	01:11:30	10,07	131
218	MONTANI ALEXANDRE	68,55%	01:13:10	9,84	118
224	DARNAUD ROBERT	70,44%	01:14:21	9,68	113
230	DI-SARIO LAURA	72,33%	01:15:28	9,54	107
231	ALLAMANDI JEAN-LOUIS	72,64%	01:15:43	9,51	106
237	DELOIRE ANNE	74,53%	01:16:35	9,40	100
243	LAHMER FOUZIA	76,42%	01:17:35	9,28	95
250	DE LAPEYRE DE BELLAIR ROSE-MARIE	78,62%	01:20:55	8,90	88
257	BACCARD DANIEL	80,82%	01:22:51	8,69	82
258	FIORE JEAN-PIERRE	81,13%	01:22:56	8,68	81
270	CHAMBON BERNARD	84,91%	01:27:32	8,23	69
273	FOUASSIER DOMINIQUE	85,85%	01:31:07	7,90	66
278	BACCARD BERNADETTE	87,42%	01:35:25	7,55	62
280	DE LOPEZ JOSIANE	88,05%	01:38:06	7,34	60
281	FIORE IRENE	88,36%	01:38:07	7,34	59
285	STRUYVEN CHARLES	89,62%	01:44:05	6,92	55
290	APPOURCHAUX GILLES	91,19%	01:46:39	6,75	50

## OPIO - Ronde des Fontaines

Date: 11/02/2018 distance: 10,20 nb arrivants: 291

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
19	OCHIN STEPHANE	6,53%	00:41:17	14,82	301
20	BIGOUNDOU MICHEL	6,87%	00:41:29	14,75	300
29	OLIVIERI ROBERTO	9,97%	00:42:58	14,24	291
30	BRAIS PHILIPPE	10,31%	00:43:18	14,13	289
36	COCHET HERVE	12,37%	00:44:08	13,87	283
42	GALLUCCIO SAUVEUR	14,43%	00:44:35	13,73	277
47	CHEVALIER LAURENT	16,15%	00:45:10	13,55	272
56	MILLEQUANT JEROME	19,24%	00:46:05	13,28	263
67	TORDO FREDERIK	23,02%	00:47:04	13,00	251
75	SANTONI JACQUES	25,77%	00:48:25	12,64	243
76	BALOSSI PIERRE	26,12%	00:48:28	12,63	242
84	FAGIANO FREDERIC	28,87%	00:48:53	12,52	234
85	FAGIANO THIERRY	29,21%	00:48:54	12,52	233
99	GINET JEAN-PAUL	34,02%	00:50:51	12,04	218
107	BRANDT FREDDY	36,77%	00:51:53	11,80	210
116	CAISSOTI - ONO TOMOKO	39,86%	00:52:55	11,57	201
155	GALLUCCIO SABINE	53,26%	00:56:58	10,74	161
155	CLAUDEL NADEGE	53,26%	00:56:58	10,74	161
160	GRAZIANI MARIE-CHRISTINE	54,98%	00:57:35	10,63	155
173	PRESIER CORALIE	59,45%	00:58:14	10,51	142
174	LEROY SOPHIE	59,79%	00:58:15	10,51	141
177	PASKIEWIEZ SERGE	60,82%	00:58:28	10,47	138
191	HUYGHE GEORGES	65,64%	01:00:41	10,09	123
199	ALLAMANDI JEAN-LOUIS	68,38%	01:01:36	9,94	115
200	DARNAUD ROBERT	68,73%	01:01:41	9,92	114
212	LABORDE GUY	72,85%	01:03:48	9,59	102
220	BACCARD DANIEL	75,60%	01:04:20	9,51	94
230	DE LAPEYRE DE BELLAIR ROSE-MARIE	79,04%	01:06:39	9,18	83
237	MONTANI ALEXANDRE	81,44%	01:08:20	8,96	76
240	FIORE JEAN-PIERRE	82,47%	01:09:11	8,85	73
244	DUFFOUR CAROLE	83,85%	01:10:59	8,62	69
244	BABBINI MICHEL	83,85%	01:10:59	8,62	69

## Trail de Bormes

Date: 11/02/2018 distance: 10,00 nb arrivants: 261

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
27	HOAREAU HENRI	10,34%	01:03:36	9,43	289
216	DELOIRE ANNE	82,76%	01:42:18	5,87	72

## Trail de Bormes

Date: 11/02/2018 distance: 20,00 nb arrivants: 420

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
71	BELLONE HERVE	16,90%	02:17:16	8,74	289
188	CARANTA SYLVIE	44,76%	02:39:11	7,54	206
366	DALLEAU SUZETTE	87,14%	03:24:55	5,86	79
379	PAUL ANNIE	90,24%	03:31:39	5,67	69
403	LAHMER FOUZIA	95,95%	03:48:04	5,26	52

## Snow trail de La Colmiane

Date: 24/02/2018 distance: 9,70 nb arrivants: 68

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
13	OLIVIERI ROBERTO	19,12%	00:56:45	10,26	262
21	FAGIANO THIERRY	30,88%	00:59:03	9,86	227
24	CORONA CLAUDE	35,29%	01:01:40	9,44	214
26	SOUSSAN ERIC	38,24%	01:02:44	9,28	205
34	OCCELLI GERARD	50,00%	01:06:24	8,77	169
47	SANCHEZ THIERRY	69,12%	01:14:07	7,85	112
60	DI-SARIO LAURA	88,24%	01:25:33	6,80	55

## CANNES - Semi & 10km de la Croisette

Date: 25/02/2018 distance: 21,10 nb arrivants: 1526

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
324	CHEVALIER LAURENT	21,23%	01:33:26	13,55	279
533	EPINCHARD CLAUDE	34,93%	01:39:53	12,67	237
568	DAMIER FRANCOIS	37,22%	01:40:54	12,55	231
618	LEONARDI ALAIN	40,50%	01:42:17	12,38	221
668	GINET JEAN-PAUL	43,77%	01:43:44	12,20	211
746	FAGIANO FREDERIC	48,89%	01:45:42	11,98	196
769	PASKIEWIEZ SERGE	50,39%	01:46:22	11,90	191
900	BRANDT FREDDY	58,98%	01:50:06	11,50	165
996	COSSUTTA PASCAL	65,27%	01:52:54	11,21	146
1058	PAUL ANNIE	69,33%	01:54:34	11,05	134
1086	GRAZIANI MARIE-CHRISTINE	71,17%	01:55:12	10,99	129
1189	FERNANDEZ ROBLES GUY	77,92%	01:58:56	10,64	108
1245	PRESIER CORALIE	81,59%	02:00:43	10,49	97
1246	BABBINI MICHEL	81,65%	02:00:44	10,49	97
1247	LEROY SOPHIE	81,72%	02:00:45	10,48	97
1407	DARNAUD ROBERT	92,20%	02:10:18	9,72	66
1431	DUFFOUR CAROLE	93,77%	02:12:40	9,54	61
1431	ZACHLEVNIY CELIAN	93,77%	02:12:40	9,54	61
1493	FIORE JEAN-PIERRE	97,84%	02:22:33	8,88	49

## LA CROIX VALMER - Foulées Croisiennes

Date: 25/02/2018 distance: 13,50 nb arrivants: 105

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
14	BRAIS PHILIPPE	13,33%	01:00:01	13,50	287
15	MERELLO LISEL	14,29%	01:00:27	13,40	284
29	RIPERT STEPHANE	27,62%	01:05:27	12,38	244
32	CARANTA SYLVIE	30,48%	01:05:48	12,31	236
103	GIRAUD EVELYNE	98,10%	01:38:12	8,25	33

254	FOUASSIER DOMINIQUE	87,29%	01:13:52	8,29	59
256	MANIFICAT PATRICK	87,97%	01:14:16	8,24	56
257	GILLY SYLVIE	88,32%	01:14:32	8,21	55
262	CHAMBON BERNARD	90,03%	01:16:16	8,02	50
263	BACCARD BERNADETTE	90,38%	01:17:25	7,91	49
264	EYRAUD CLAUDE	90,72%	01:17:59	7,85	48
273	DE LOPEZ JOSIANE	93,81%	01:24:35	7,24	39
273	FIORE IRENE	93,81%	01:24:35	7,24	39
275	APPOURCHAUX GILLES	94,50%	01:25:31	7,16	37
276	STRUYVEN CHARLES	94,85%	01:27:00	7,03	36



# RESULTATS COURSES DU CHALLENGE SPIRIDON 2018

## CANNES - Semi & 10km de la Croisette

Date: 25/02/2018 distance: 10,00 nb arrivants: 2044

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
220	BIGOUNDOU MICHEL	10,76%	00:38:23	15,63	288
297	OCHIN STEPHANE	14,53%	00:39:55	15,03	276
348	OLIVIERI ROBERTO	17,03%	00:41:06	14,60	269
373	GALLUCCIO SAUVEUR	18,25%	00:41:38	14,41	265
400	COCHET HERVE	19,57%	00:42:07	14,25	261
509	TORDO FREDERIK	24,90%	00:44:01	13,63	245
520	BALOSI PIERRE	25,44%	00:44:16	13,55	244
520	MILLEQUANT JERÔME	25,44%	00:44:16	13,55	244
741	SANTONI JACQUES	36,25%	00:47:18	12,68	211
855	GUY ERIC	41,83%	00:49:11	12,20	195
895	CLAUDEL NADEGE	43,79%	00:49:40	12,08	189
935	CAISSOTI - ONO TOMOKO	45,74%	00:50:27	11,89	183
987	GALLUCCIO SABINE	48,29%	00:51:17	11,70	175
1315	ALLAMANDI JEAN-LOUIS	64,33%	00:56:19	10,65	127
1381	PALOS CORINNE	67,56%	00:57:12	10,49	117
1456	MASSABIEUX BERNARD	71,23%	00:58:08	10,32	106
1536	LEROY LYDIE	75,15%	00:59:02	10,16	95
1558	RIBUOT CHRISTOPHE	76,22%	00:59:22	10,11	91
1728	CALY STEPHANE	84,54%	01:02:55	9,54	66
1819	LAHMER FOUZIA	88,99%	01:05:33	9,15	53
1884	EYRAUD CLAUDE	92,17%	01:07:30	8,89	43
1890	DE LOPEZ JOSIANE	92,47%	01:07:41	8,86	43
1921	MANIFICAT PATRICK	93,98%	01:08:43	8,73	38
1951	CHAPPAT ANDRE	95,45%	01:10:25	8,52	34
1965	FIGLIARETTI IRENE	96,14%	01:11:33	8,39	32
2023	APPOURCHAUX GILLES	98,97%	01:18:35	7,64	23
2024	STRUYVEN CHARLES	99,02%	01:18:48	7,61	23

## BREIL SUR ROYA - Trail des Merveilles

Date: 04/03/2018 distance: 25,00 nb arrivants: 188

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
10	FREDIANI GILLES	5,32%	02:37:57	9,50	334
54	OCHIN STEPHANE	28,72%	03:14:43	7,70	264
92	OLIVIERI ROBERTO	48,94%	03:33:08	7,04	203
107	CORONA CLAUDE	56,91%	03:44:35	6,68	179
156	MARTIN JEAN-YVES	82,98%	04:13:53	5,91	101

## BREIL SUR ROYA - Trail des Merveilles

Date: 04/03/2018 distance: 17,00 nb arrivants: 187

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
31	BELLONE HERVE	16,58%	01:46:31	9,58	284
34	BRIAIS PHILIPPE	18,18%	01:49:55	9,28	279
104	ALVES JOSE Lourenço	55,61%	02:19:35	7,31	167
119	GIL ANTONIO	63,64%	02:27:11	6,93	143
147	LAHMER FOUZIA	78,61%	02:43:34	6,24	98
150	MARI JEAN-EMMANUEL	80,21%	02:44:32	6,20	93
185	FIGLIARETTI IRENE	98,93%	04:06:06	4,14	37
186	FIGLIARETTI JEAN-PIERRE	99,47%	04:06:25	4,14	36

## PUGET VILLE - Trail de la Tour du faucon

Date: 11/03/2018 distance: 10,00 nb arrivants: 25

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
2	BELLONE HERVE	8,00%	00:55:39	10,78	296
10	VANDERSYPE FRANCIS	40,00%	01:09:39	8,61	200
22	DELOIRE ANNE	88,00%	01:28:22	6,79	56
24	FIGLIARETTI JEAN-PIERRE	96,00%	01:35:01	6,31	32

## PUGET VILLE - Trail de la Tour du faucon

Date: 11/03/2018 distance: 15,00 nb arrivants: 43

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
10	FAGIANO THIERRY	23,26%	01:37:08	9,27	260

181	DI-SARIO LAURA	68,56%	01:39:11	7,26	118
204	DARNAUD ROBERT	77,27%	01:43:52	6,93	92
220	DELOIRE ANNE	83,33%	01:47:06	6,72	74
224	SCHOENENBERGER MARTINE	84,85%	01:48:05	6,66	69
239	BACCARD DANIEL	90,53%	01:52:40	6,39	52
251	BOISTEAUX EDMOND	95,08%	02:02:56	5,86	39
255	BACCARD BERNADETTE	96,59%	02:09:44	5,55	34

## FLAYOSC - La Foulée Flayoscaise

Date: 11/03/2018 distance: 10,00 nb arrivants: 107

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
19	HOAREAU HENRI	17,76%	00:41:24	14,49	267
21	GALLUCCIO SAUVEUR	19,63%	00:41:53	14,33	261
29	MILLEQUANT JERÔME	27,10%	00:44:31	13,48	239
30	BALOSI PIERRE	28,04%	00:44:50	13,38	236
57	GUENARD LAURENCE	53,27%	00:50:30	11,88	160
63	GALLUCCIO SABINE	58,88%	00:52:15	11,48	143
81	HUYGHE GEORGES	75,70%	00:57:00	10,53	93
82	ALLAMANDI JEAN-LOUIS	76,64%	00:57:22	10,46	90
95	SCHOENENBERGER MARTINE	88,79%	01:01:34	9,75	54
97	LABORDE GUY	90,65%	01:03:26	9,46	48
100	DE LAPEYRE DE BELLAIR ROSE-MARIE	93,46%	01:05:52	9,11	40
106	MANIFICAT PATRICK	99,07%	01:12:41	8,25	23
107	BERNARDESCHI MARIO	100,00%	01:23:54	7,15	20

## Semi & 10km de Hyères

Date: 18/03/2018 distance: 10,00 nb arrivants: 646

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
89	BERTAGNA DANIEL	13,78%	00:39:25	15,22	279
355	PAUL ANNIE	54,95%	00:53:10	11,29	155
460	DARNAUD ROBERT	71,21%	00:58:12	10,31	106
474	PASKIEWIEZ SERGE	73,37%	00:58:27	10,27	100
476	PALOS CORINNE	73,68%	00:58:28	10,26	99
578	MANIFICAT PATRICK	89,47%	01:05:21	9,18	52

## Semi & 10km de Hyères

Date: 18/03/2018 distance: 21,10 nb arrivants: 684

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
93	OCHIN STEPHANE	13,60%	01:29:29	14,15	301
101	HOAREAU HENRI	14,77%	01:30:31	13,99	298
373	GINET JEAN-PAUL	54,53%	01:50:08	11,50	179
415	CLAUDEL NADEGE	60,67%	01:52:57	11,21	160
538	ZACHLEVNIY CELIAN	78,65%	02:02:18	10,35	106
631	SCHOENENBERGER MARTINE	92,25%	02:16:07	9,30	65
665	FIGLIARETTI JEAN-PIERRE	97,22%	02:25:48	8,68	51

## Urban Trail de Mougins

Date: 18/03/2018 distance: 15,00 nb arrivants: 317

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
23	OLIVIERI ROBERTO	7,26%	01:15:52	11,86	308
63	MILLEQUANT JERÔME	19,87%	01:22:41	10,88	270
67	BIGOUNDOU MICHEL	21,14%	01:23:11	10,82	267
69	CHEVALIER LAURENT	21,77%	01:23:24	10,79	265
91	BALOSI PIERRE	28,71%	01:26:18	10,43	244
98	GALLUCCIO SAUVEUR	30,91%	01:27:36	10,27	237
113	TORDO FREDERIK	35,65%	01:30:29	9,95	223
119	SANTONI JACQUES	37,54%	01:31:00	9,89	217
132	ALVES JOSE Lourenço	41,64%	01:32:37	9,72	205
173	CAISSOTI - ONO TOMOKO	54,57%	01:38:35	9,13	166
218	GALLUCCIO SABINE	68,77%	01:45:04	8,57	124
243	ALLAMANDI JEAN-LOUIS	76,66%	01:48:59	8,26	100
269	BERTIN PASCAL	84,86%	01:56:12	7,75	75
312	DE LOPEZ JOSIANE	98,42%	02:24:51	6,21	35

## PUGET SUR ARGENS - Trail des Mange Lamberts

Date: 25/03/2018 distance: 30,00 nb arrivants: 121

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
109	GIL ANTONIO	90,08%	05:01:41	5,97	90
115	LAHMER FOUZIA	95,04%	05:32:00	5,42	75
117	BERTIN PASCAL	96,69%	05:35:07	5,37	70

## PUGET SUR ARGENS - Trail des Mange Lamberts

Date: 25/03/2018 distance: 12,00 nb arrivants: 264

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
9	OLIVIER JOHN-LEE	3,41%	01:01:26	11,72	314
29	BRIAIS PHILIPPE	10,98%	01:07:15	10,71	291
97	BIBIANO SARAH	36,74%	01:21:57	8,79	214
106	VANDERSYPE FRANCIS	40,15%	01:24:28	8,52	204
131	BERTAUX FRANCOIS	49,62%	01:28:55	8,10	175
144	DUPONT ERIC	54,55%	01:30:41	7,94	160
169	ERETEO ANNE	64,02%	01:36:00	7,50	132

CLASSEMENT DU CHALLENGE ROUTE 2018 du SPIRIDON C.A.

Classement au 31 mars 2018

PLA	POINTS	NOM	PRENOM	CAT	Pl.Cat.	Moyenne	Courses	A	JH	SH	M1H	M2H	M3H	M4H	M5H	JF	SF	M1F	M2F	M3F	M4F	M5F	
1	1170	OCHIN	STEPHANE	V1H	1	292,5	4				1												
2	886	BIGOUNDOU	MICHEL	V1H	2	295,3	3				2												
3	857	OLIVIERI	ROBERTO	V2H	1	285,7	3					1											
4	829	HOAREAU	HENRI	V3H	1	276,3	3						1										
5	803	GALLUCCIO	SAUVEUR	V3H	2	267,7	3						2										
6	746	MILLEQUANT	JEROME	SH	1	248,7	3			1													
7	735	TORDO	FREDERIK	V1H	3	245,0	3				3												
8	722	BALOSSI	PIERRE	V2H	2	240,7	3					2											
9	676	CLAUDEL	NADEGE	V2F	1	169,0	4													1			
10	674	SANTONI	JACQUES	SH	2	224,7	3			2													
11	608	GINET	JEAN-PAUL	V2H	3	202,7	3					3											
12	576	BRIAIS	PHILIPPE	V1H	4	288,0	2				4												
13	565	CAISSOTI - ONO	TOMOKO	V1F	1	188,3	3												1				
14	565	BRANDT	FREDDY	V2H	4	188,3	3					4											
15	551	CHEVALIER	LAURENT	V1H	5	275,5	2				5												
16	544	COCHET	HERVE	V1H	6	272,0	2				6												
17	495	RIPERT	STEPHANE	V1H	7	247,5	2				7												
18	479	GALLUCCIO	SABINE	V2F	2	159,7	3													2			
19	438	PAUL	ANNIE	V3F	1	146,0	3															1	
20	438	ALLAMANDI	JEAN-LOUIS	V4H	1	109,5	4						1										
21	430	FAGIANO	FREDERIC	V2H	5	215,0	2					5											
22	429	PASKIEWIEZ	SERGE	V2H	6	143,0	3					6											
23	403	LEONARDI	ALAIN	V2H	7	201,5	2					7											
24	402	GUY	ERIC	V2H	8	201,0	2					8											
25	399	DARNAUD	ROBERT	V4H	2	99,8	4						2										
26	347	HUYGHE	GEORGES	V5H	1	115,7	3							1									
27	339	ZACHLEVNIY	CELIAN	SH	3	113,0	3			3													
28	312	COSSUTTA	PASCAL	V2H	9	156,0	2					9											
29	307	FREDIANI	GILLES	V1H	8	307,0	1				8												
30	284	MERELLO	LISEL	SF	1	284,0	1											1					
31	284	GRAZIANI	MARIE-CHRISTINE	V3F	2	142,0	2															2	
32	279	BERTAGNA	DANIEL	V3H	3	279,0	1						3										
33	254	FIGORE	JEAN-PIERRE	V4H	3	63,5	4							3									
34	239	PRESIER	CORALIE	V1F	2	119,5	2												2				
35	238	LEROY	SOPHIE	V1F	3	119,0	2												3				
36	237	EPRINCHARD	CLAUDE	V3H	4	237,0	1						4										
37	236	CARANTA	SYLVIE	V2F	3	236,0	1														3		
38	233	FAGIANO	THIERRY	V2H	10	233,0	1					10											
39	231	DAMIER	FRANCOIS	V1H	9	231,0	1				9												
40	216	PALOS	CORINNE	V2F	4	108,0	2														4		
41	211	GEORGES	ALAIN	V2H	11	211,0	1					11											
42	211	DE LAPEYRE DE BELLA	ROSE-MARIE	V3F	3	70,3	3															3	
43	208	PAIKINE	CHRISTOPHE	V2H	12	208,0	1					12											
44	194	MONTANI	ALEXANDRE	V2H	13	97,0	2					13											
45	176	BACCARD	DANIEL	V4H	4	88,0	2						4										
46	171	PERRIER	NATHALIE	V2F	5	171,0	1														5		
47	169	MANIFICAT	PATRICK	V3H	5	42,3	4						5										
48	166	BABBINI	MICHEL	V2H	14	83,0	2					14											
49	160	GUENARD	LAURENCE	V2F	6	160,0	1														6		
50	156	ALVES	JOSE Lourenço	V3H	6	156,0	1						6										
51	150	LABORDE	GUY	V4H	5	75,0	2							5									
52	148	LAHMER	FOUZIA	V3F	4	74,0	2															4	
53	142	DE LOPEZ	JOSIANE	V4F	1	47,3	3																1
54	139	PARISI	JOSEPH	V3H	7	139,0	1						7										
55	136	ROUX	EMMANUELLE	V1F	4	136,0	1												4				
56	130	DUFFOUR	CAROLE	V2F	7	65,0	2														7		
57	130	FIGORE	IRENE	V4F	2	43,3	3																2
58	125	FOUASSIER	DOMINIQUE	V2F	8	62,5	2														8		
59	119	SCHOENENBERGER	MARTINE	V3F	5	59,5	2															5	
60	119	CHAMBON	BERNARD	V3H	8	59,5	2						8										
61	114	STRUYVEN	CHARLES	V5H	2	38,0	3								2								
62	111	BACCARD	BERNADETTE	V3F	6	55,5	2															6	
63	110	APPOURCHAUX	GILLES	V4H	6	36,7	3							6									
64	108	FERNANDEZ ROBLES	GUY	V2H	15	108,0	1					15											
65	107	DI-SARIO	LAURA	V1F	5	107,0	1												5				
66	106	MASSABIEAUX	BERNARD	V3H	9	106,0	1						9										
67	100	DELOIRE	ANNE	V2F	9	100,0	1														9		
68	95	LEROY	LYDIE	V3F	7	95,0	1															7	
69	91	RIBUOT	CHRISTOPHE	V1H	10	91,0	1				10												
70	91	EYRAUD	CLAUDE	V4H	7	45,5	2							7									
71	66	CALY	STEPHANE	V1H	11	66,0	1				11												
72	55	GILLY	SYLVIE	V3F	8	55,0	1															8	
73	34	CHAPPAT	ANDRE	V4H	8	34,0	1							8									
74	33	GIRAUD	EVELYNE	V3F	9	33,0	1															9	
75	20	BERNARDESCHI	MARIO	V5H	3	20,0	1								3								

**CLASSEMENT DU CHALLENGE TRAIL 2018 du SPIRIDON C.A.**

Classement au 31 mars 2018

PLA	POINTS	NOM	PRENOM	CAT	Pl.Cat.	Moyenne	Courses	A	JH	SH	M1H	M2H	M3H	M4H	M5H	JF	SF	M1F	M2F	M3F	M4F	M5F	
1	869	BELLONE	HERVE	V1H	1	289,7	3				1												
2	773	OLIVIERI	ROBERTO	V2H	1	257,7	3					1											
3	570	BRIAIS	PHILIPPE	V1H	2	285,0	2				2												
4	487	FAGIANO	THIERRY	V2H	2	243,5	2					2											
5	404	VANDERSYPE	FRANCIS	V3H	1	202,0	2						1										
6	393	CORONA	CLAUDE	V2H	3	196,5	2					3											
7	372	ALVES	JOSE Lourenço	V3H	2	186,0	2						2										
8	334	FREDIANI	GILLES	V1H	3	334,0	1				3												
9	314	OLIVIER	JOHN-LEE	SH	1	314,0	1			1													
10	289	HOAREAU	HENRI	V3H	3	289,0	1						3										
11	270	MILLEQUANT	JEROME	SH	2	270,0	1			2													
12	267	BIGOUNDOU	MICHEL	V1H	4	267,0	1				4												
13	265	CHEVALIER	LAURENT	V1H	5	265,0	1				5												
14	264	OCHIN	STEPHANE	V1H	6	264,0	1				6												
15	244	BALOSI	PIERRE	V2H	4	244,0	1					4											
16	237	GALLUCCIO	SAUVEUR	V3H	4	237,0	1						4										
17	233	GIL	ANTONIO	V4H	1	116,5	2							1									
18	225	LAHMER	FOUZIA	V3F	1	75,0	3														1		
19	223	TORDO	FREDERIK	V1H	7	223,0	1				7												
20	217	SANTONI	JACQUES	SH	3	217,0	1			3													
21	214	BIBIANO	SARAH	SF	1	214,0	1									1							
22	206	CARANTA	SYLVIE	V2F	1	206,0	1												1				
23	205	SOUSSAN	ERIC	V2H	5	205,0	1					5											
24	202	DELOIRE	ANNE	V2F	2	67,3	3												2				
25	175	BERTAUX	FRANCOIS	V3H	5	175,0	1						5										
26	173	DI-SARIO	LAURA	V1F	1	86,5	2											1					
27	169	OCCELLI	GERARD	V2H	6	169,0	1					6											
28	166	CAISSOTI - ONO	TOMOKO	V1F	2	166,0	1											2					
29	160	DUPONT	ERIC	V2H	7	160,0	1					7											
30	145	BERTIN	PASCAL	V1H	8	72,5	2				8												
31	132	ERETEO	ANNE	V2F	3	132,0	1												3				
32	124	GALLUCCIO	SABINE	V2F	4	124,0	1												4				
33	112	SANCHEZ	THIERRY	V2H	8	112,0	1					8											
34	101	MARTIN	JEAN-YVES	V2H	9	101,0	1					9											
35	100	ALLAMANDI	JEAN-LOUIS	V4H	2	100,0	1							2									
36	93	MARI	JEAN-EMMANUEL	V2H	10	93,0	1					10											
37	92	DARNAUD	ROBERT	V4H	3	92,0	1							3									
38	79	DALLEAU	SUZETTE	V2F	5	79,0	1												5				
39	69	SCHOENENBERGER	MARTINE	V3F	2	69,0	1													2			
40	69	PAUL	ANNIE	V3F	3	69,0	1														3		
41	68	FIGLIO	JEAN-PIERRE	V4H	4	34,0	2								4								
42	52	BACCARD	DANIEL	V4H	5	52,0	1							5									
43	39	BOISTEAUX	EDMOND	V3H	6	39,0	1						6										
44	37	FIGLIO	IRENE	V4F	1	37,0	1															1	
45	35	DE LOPEZ	JOSIANE	V4F	2	35,0	1															2	
46	34	BACCARD	BERNADETTE	V3F	4	34,0	1															4	

# LES PODIUMS DU CHALLENGE ROUTE 2018

Classement au dimanche 25 mars 2018

## HOMMES



Michel BIGOUNDOU  
2ème 886 pts



Stephane OCHIN

1er 1170 pts  
SCRATCH



Roberto OLIVIERI  
3ème 857 pts

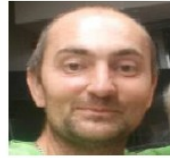


Jacques SANTONI  
2ème 674 pts



Jérôme MILLEQUANT

1er 746 pts  
SENIOR



Celian ZACHLEVNIY  
3ème 339 pts



Philippe BRIAIS  
2ème 576 pts



Frederik TORDO

1er 735 pts  
MASTERS 1



Laurent CHEVALIER  
3ème 551 pts



Jean-Paul GINET  
2ème 608 pts



Pierre BALOSI

1er 722 pts  
MASTERS 2



Freddy BRANDT  
3ème 565 pts



Sauveur GALLUCCIO  
2ème 803 pts



Henri HOAREAU

1er 829 pts  
MASTERS 3



Daniel BERTAGNA  
3ème 279 pts



Robert DARNAUD  
2ème 399 pts



Jean-Louis ALLAMANDI

1er 438 pts  
MASTERS 4



Jean-Pierre FIORE  
3ème 254 pts



Charles STRUYVEN  
2ème 114 pts



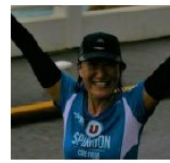
Georges HUYGHE

1er 347 pts  
MASTERS 5



Mario BERNARDESCHI  
3ème 20 pts

## FEMMES



Tomoko CAISSOTI - ON  
2ème 565 pts



Nadege CLAUDEL

1ère 676 pts  
SCRATCH



Sabine GALLUCCIO  
3ème 479 pts



Lisel MERELLO

1ère 284 pts  
SENIOR

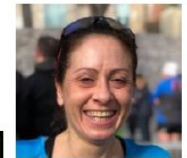


Sophie LEROY  
2ème 238 pts



Coralie PRESIER

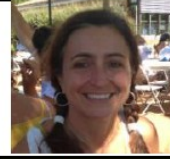
1ère 239 pts  
MASTERS 1



Emmanuelle ROUX  
3ème 136 pts



Corinne PALOS  
2ème 216 pts



Sylvie CARANTA

1ère 236 pts  
MASTERS 2



Nathalie PERRIER  
3ème 171 pts



Marie-Christine GRAZIA  
2ème 284 pts

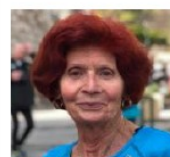


Annie PAUL

1ère 438 pts  
MASTERS 3



Marie DE LAPEYRE DE B  
3ème 211 pts

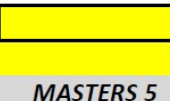


Irene FIORE  
2ème 130 pts



Josiane DE LOPEZ

1ère 142 pts  
MASTERS 4



MASTERS 5

# LES PODIUMS DU CHALLENGE TRAIL 2018

Classement au jeudi 29 mars 2018

## Hommes



Roberto OLIVIERI  
2ème 773 pts



Herve BELLONE  
1er 869 pts  
**SCRATCH**



Philippe BRIAIS  
3ème 570 pts



Jérôme MILLEQUANT  
2ème 270 pts



John-Lee OLIVIER  
1er 314 pts  
**SENIOR**



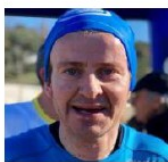
Jacques SANTONI  
3ème 217 pts



Michel BIGOUNDOU  
2ème 267 pts



Gilles FREDIANI  
1er 334 pts  
**MASTERS 1**



Laurent CHEVALIER  
3ème 265 pts



Claude CORONA  
2ème 393 pts



Thierry FAGIANO  
1er 487 pts  
**MASTERS 2**



Pierre BALOSSI  
3ème 244 pts



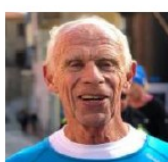
Jose-Lourenço ALVES  
2ème 372 pts



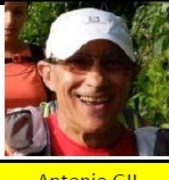
Francis VANDERSYPE  
1er 404 pts  
**MASTERS 3**



Henri HOAREAU  
3ème 289 pts



Jean-Louis ALLAMAND  
2ème 100 pts



Antonio GIL  
1er 233 pts  
**MASTERS 4**



Robert DARNAUD  
3ème 92 pts

**MASTERS 5**

## Femmes



Sarah BIBIANO  
2ème 214 pts

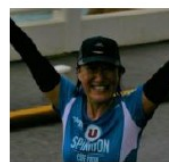


Fouzia LAHMER  
1ère 225 pts  
**SCRATCH**



Sylvie CARANTA  
3ème 206 pts

**SENIOR**



Tomoko CAISSOTI - ONO  
2ème 166 pts



Laura DI-SARIO  
1ère 173 pts  
**MASTERS 1**



Anne ERETEO  
2ème 132 pts



Anne DELOIRE  
1ère 202 pts  
**MASTERS 2**



Sabine GALLUCCIO  
3ème 124 pts



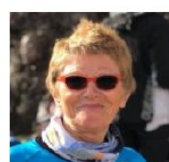
Annie PAUL  
2ème 69 pts



Martine SCHOENENBERGER  
1ère 69 pts  
**MASTERS 3**



Bernadette BACCARD  
3ème 34 pts



Josiane DE LOPEZ  
2ème 35 pts



Irene FIORE  
1ère 37 pts  
**MASTERS 4**

**MASTERS 5**



**weJogg.com**  
OF COURSE

**Convivialité, accueil, partage,**

**Conseils professionnels**

**Passion du running**

**Spécialement et en exclusivité pour le**  
**Spiridon :**  
**Toute l'année**

**-20% sur le textile**

**-20% sur la chaussure**

**-10% sur l'accessoire, la diététique et l'électronique**

**-des ventes privées réservées pour vous :  
votre magasin fermé deux heures pour vous**

**Sur présentation de votre carte Spiridon**

## Pourquoi?

Suite à nos rencontres avec des membres de votre association connue et reconnue, nous avons ressenti une vision commune des relations humaines et de notre sport passion, le running.

## Qui sommes nous?

WeJogg<sup>®</sup> est un concept unique qui envisage le sport dans sa globalité, d'une manière innovante... Un concept running créé par des coureurs au service des coureurs...

L'extrême rigueur de la préparation d'un challenge sportif ou tout simplement la pratique du jogging de loisir, forgent un mental spécifique véhiculant des valeurs et un état d'esprit particuliers. De cet état d'esprit est né WeJogg<sup>®</sup> ...

Outre la vente de produits en magasin et en ligne, WeJogg<sup>®</sup> est un véritable carrefour, une tribune, un point de rencontre privilégié entre les professionnels du sport et les sportifs.

Nous proposons un large panel de prestations annexes gravitant autour du running et du fitness : conseils techniques personnalisés & consulting en running, accompagnement sportif & coaching, conseils en micro-nutrition, management d'image d'espoirs sportifs, accompagnement d'athlètes régionaux, développement de leur image, organisation d'événements et participation à des événements sportifs existants, accompagnement sportif en entreprise, création d'une WeJogg<sup>®</sup> team...

Notre concept englobe la totalité des aspects du sport et mets à votre disposition toutes les solutions matérielles et techniques.



**19 avenue Jean Médecin, Nice**  
**mail : [contact@wejogg.fr](mailto:contact@wejogg.fr)**  
**Tel : 04.93.04.25.83**  
**Site: [wejogg.com](http://wejogg.com)**

# CLASSEMENT DU TROPHEE Jean-Louis ANDREOTTI du SPIRIDON C.A. 2018

25 mars 2018							
Place	équipe	Nom	Membres	nb épreuves	n° épreuves	Km	Points
1	6	<b>LA LEGIOUN DA FERBER</b>	FREDERIK TORDO; TOMOKO CAISSOTI - ONO; JOSIANE DE LOPEZ; MICHEL BIGOUNDOU; ROBERTO OLIVIERI;	4	1 2 5 11	235	<b>470</b>
2	5	<b>Sabine Five</b>	SABINE GALLUCCIO; SAUVEUR GALLUCCIO; JEAN-LOUIS ALLAMANDI; PIERRE BALOSSI; JÉRÔME MILLEQUANT;	4	2 5 9 11	225	<b>450</b>
3	3	<b>Les Patates Chaudes</b>	NADEGE CLAUDEL; STEPHANE OCHIN; CELIAN ZACHLEVNIY; IRENE FIORE; JEAN-PIERRE FIORE;	5	1 2 5 7 10	315	<b>447</b>
4	7	<b>LES LEGENDES DE L'OUEST</b>	MARIE-CHRISTINE GRAZIANI; LAURENT CHEVALIER; SOPHIE LEROY; FREDERIC FAGIANO; CORALIE PRESIER;	2	2 5	155	<b>310</b>
5	2	<b>Ferberians 1</b>	LAURA DI-SARIO; NATHALIE PERRIER; JOSEPH PARISI; ERIC GUY; ALAIN LEONARDI;	1	1	60	<b>120</b>
6	4	<b>A l'Est du nouveau</b>	FRANCIS VANDERSYPE; ANNE DELOIRE; HERVE BELLONE; ANTONIO GIL; JOHN-LEE OLIVIER;	2	8 12	96	<b>96</b>
7	9	<b>Les Kipchocks</b>	DOMINIQUE FOUASSIER; MARTIAL DERBANNE; BERNARD CHAMBON; JEAN-PAUL GINET; FREDDY BRANDT;	2	1 2	76	<b>76</b>
8	1	<b>Les FAYOTS</b>	GUY LABORDE; MICHEL BABBINI; MARTINE SCHOENENBERGER; ROSE-MARIE DE LAPEYRE DE BELLAIR; CAROLE DUFFOUR;	2	2 9	70	<b>70</b>

## LE PODIUM AU mardi 27 mars 2018

1



**LA LEGIOUN DA FERBER**  
470 Pts

2



**Sabine Five**  
450 Pts

3



**Les Patates Chaudes**  
447 Pts

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

**En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon**

## AVRIL 2018

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

**DIMANCHE 01/04 2018** - **Organisateur:** ASOA Antibes, Contact [athlanti2@club-internet.fr](mailto:athlanti2@club-internet.fr) J Claude Ranieri ☎ 06.23.64.60.76 – 06.68.60.05.95 Départ plage de la Salice parcours par cap d'Antibes, chapelle Notre Dame, phare de la Garoupe. Départ 9h. Engagement 12€, inscriptions sur [www.jmgchrono.com](http://www.jmgchrono.com)

**MONTEE DU FARON 8,3 KM TOULON (83)**

**DIMANCHE 1/04 2018** - **Organisateur :** Association Organisation Faron Pédestre – Renseignements, Lepreux Jacques ☎ 04.94.27.33.74 et 06.72.15.88.17 : [lepreux.jacques@orange.fr](mailto:lepreux.jacques@orange.fr) Lepreux Patricia : 06.89.55.51.76 [lepreux.patricia@gmail.com](mailto:lepreux.patricia@gmail.com) — inscriptions : magasin Terre de running à Toulon ☎04.94.91.66.37 et sur [www.kms.fr](http://www.kms.fr) par courrier et sur place le 1/04 jusqu'à 9h au gymnase des lices. Départ : 9h30 de l'Av de la victoire du 8 mai 1945 (prés jardin des lices) pour une arrivée tour Beaumont au mémorial Faron. Navette pour vestiaires, retour par téléphérique à prix spécial course – Engagement : 10€ - le jour même : 12€ dont 1€ versé au secours populaire qui fêtera ses 70 ans.

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

**LUNDI 02/04 2018** - **Organisateur :** Athlétic Club Carçois . Contact : Jean Marc Guichard 06.03.04.64.18 04.94.04.51.36 – [sylvie.trillaud2@gmail.com](mailto:sylvie.trillaud2@gmail.com) -Inscriptions : ☎04.94.59.93.32 Athlétic club Carçois et 04.94.04.59.76 office du tourisme ; par retour bulletin, téléchargeable sur [www.carces.fr](http://www.carces.fr) (rubrique Loisirs et vie Associative puis Associations sportives et Athlétic Club Carçois) ; par mail [athletic.club.carcois@gmail.com](mailto:athletic.club.carcois@gmail.com) ; en ligne sur [www.chronosports.fr](http://www.chronosports.fr) – Départ course 10h de devant la mairie, engagement 15€ et 20 le jour même. Egalement rando gourmande départ 9h engagement 10€.

**LA FOULEE DES BAOUS ANNULEE SAINT JEANNET (06)**

**DIMANCHE 8/04 2018** - **Organis** **ANNULÉE** **benoit»** [francoiseclot@ensemble-avec-benoit.com](mailto:francoiseclot@ensemble-avec-benoit.com) 06.11 83 48 68 - **Inscriptions:** par retour [ensemble-avec-benoit.com](mailto:ensemble-avec-benoit.com); par ☎ ; en ligne sur [www.timingzone.com](http://www.timingzone.com) et sur place, le jour de la c 0h07 pour le 10km – **Engagement:** 12€ et 17€ le jour même pour le 4,5 et 14 puis 19 pour le 10Km «ne» de 5km; **départ:** 9h30 - Course et animations enfants .

**LES FOULEES DU LAC 13,2 KM +Marche Nordique MONTAUROUX (83)**

**DIMANCHE 08/04 2018** **Organisateur:** E.P.F.Athlétisme – [epfathle@fre.fr](mailto:epfathle@fre.fr) - Renseignements au ☎06 72 87 12 80 et 06 71 22 63 24 – [contact@epfathle.fr](mailto:contact@epfathle.fr) Bulletin téléchargeable sur [www.jsdcourse.com](http://www.jsdcourse.com) – inscription sur [www.sportif.com](http://www.sportif.com) **Cette épreuve se court en individuel ou en relais par équipe de 3** – Départ: 9h30 aux Estérès du lac – Arrivée au collège de Montauroux – navettes pour se rendre au départ – Engagement: 13€ en individuel ou 25€ en relais de 3 coureurs – Course nature sur les rives du lac de St Cassien PLUS marche nordique–

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

**DIMANCHE 8/04 2018** Contact : Brenier Yves ☎ 06 60 04 89 55 [catherine.brenier@bbox.fr](mailto:catherine.brenier@bbox.fr) <http://www.amslfrejus.com> [amslf.athle@wanadoo.fr](mailto:amslf.athle@wanadoo.fr) 3 courses, 1 marche Nordique chronométrée, 1 randonnées pédestres et un parcours pour les enfants vous attendent dans le cadre somptueux de l'Estérel, à travers des parcours innovants, dans une ambiance sportive, conviviale et festive. L'événement est organisé par L'AMSL FREJUS . Un programme très varié a été élaboré pour que l'événement soit sportif mais aussi une fête des activités pédestres de pleine nature. Il y a 3 Trails au programme, pour tous les niveaux et avec des formules variées :8h départ des navettes de la randonnée pédestre - 8h30 : départ du TRAIL 35km - Départ et arrivée Parc de la chapelle Cocteau , 9h30 : départ du TRAIL 22 km - (1000m D+). 10h : départ du TRAIL 10km. (500m D+) des randonnées pédestre et de la marche nordique. Départ et arrivée Parc de la chapelle Cocteau. **Inscriptions :** En ligne sur le site [www.sporttips.fr](http://www.sporttips.fr) et ce jusqu'au 6 avril 2018 inclus. Par courrier: Sur le bulletin téléchargeable sur : Google.trailhermes ou sur internet : <http://trailhermes.wixsite.com/trailhermes-esterel/presentation> Sur le stand inscriptions sur place, le dimanche 8 avril avec une majoration du tarif d'inscriptions (aucune inscription et modification ne sera prise par téléphone, voir bulletin d'inscription). Tarifs : Le prix comprend l'inscription aux courses, l'accès aux ravitaillements, le Tee- shirt (pour les courses adultes) - TRAIL 35 km : 17€ jusqu'au 31/01 puis 21€ jusqu'au 12/03, puis 25jusqu'au 6/04 et 31 sur place. - TRAIL 22 km : : 13€ jusqu'au 31/01 puis 17€ jusqu'au 12/03, puis 19jusqu'au 6/04 et 26 après.- TRAIL 10 KM : : 7€ jusqu'au 31/01 puis 9€ jusqu'au 12/03, puis 11jusqu'au 6/04 et 13 après. Paella partie en supplément 10€

**MARCHE NORDIQUE THEOULE 8 et 15 KM THEOULE SUR MER (06)**

**DIMANCHE 8/04 2018** **Organisateur:** Renseignements 04.93.47.53.40 [06cannes@foulees.com](mailto:06cannes@foulees.com) Départ 9h

**NICE HARIBO 2 - 5 KM NICE (06)**

**SAMEDI 14/04 2018** - **Organisateur :** Azur Sport Organisation [mail@azur-sport.org](mailto:mail@azur-sport.org) : ☎04.93.26.19.12 Renseignements + bulletin téléchargeable sur [www.nicesemimarathon.com](http://www.nicesemimarathon.com)

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



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

### TRAIL DES LUCIOLES BY NIGHT 14,5 KM ROQUEBRUNE/ARGENT (83)

**SAMEDI 14/04 2018** - **Organisateur** : l'Association athlétique [contact@traildeslucioles.fr](mailto:contact@traildeslucioles.fr) [lucioles@portorama.fr](mailto:lucioles@portorama.fr) - **Epreuve nocturne** Renseignements : Association Athlétique ☎ 06.79.06.62.91 - Inscriptions : exclusivement en ligne sur le site [www.traildeslucioles.fr](http://www.traildeslucioles.fr) jusqu'au 10/04 (limitées à 500 dossards) - Départ : 21h - Engagement : 19€ (repas en supplément : 9€) - Majoration des inscriptions après le 12/04 pour tout dossier incomplet. Egalement parcours rando (infos sur [www.as-cs.fr](http://www.as-cs.fr)).

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

**DIMANCHE 15/04 2018** - **Organisateur** : Azur Sport Organisation [mail@azur-sport.org](mailto:mail@azur-sport.org) : ☎04.93.26.19.12 - Renseignements + bulletin téléchargeable sur [www.nicesemimarathon.com](http://www.nicesemimarathon.com) - 10 et 21Km départ 9h Promenade des Anglais Aucune inscription le jour de la course Engagement 22€ jusqu'au 16/03 puis 27€ après.

### TRAILS DES BALCONS D'AZUR 25 - 47 et 80KM MANDELIEU (06)

**SAMEDI 14 et DIMANCHE 15/04 2018** - **Organisateur** : Solidarité France Afrique et CG Sport Even - contact : ☎06.99.20.39.49 - 06.61.68.44.48 [filoude@orange.fr](mailto:filoude@orange.fr) [philippe.cordero@traildazur.com](mailto:philippe.cordero@traildazur.com) DEPART Esplanade du port de Mandelieu la Napoule, ARRIVEE : idem - **Samedi 14 avril** : petit TBA 25KM et DEFI départ 14H00, **Dimanche 15 avril** L'UTBA, 80KM et DEFI départ 5H00, le TBA, 47KM départ 7H00 Inscriptions : bulletin téléchargeable et tous renseignements sur [www.traildazur.com](http://www.traildazur.com) ou en ligne sur [www.active.com](http://www.active.com) - **Engagement** : Pour le petit TBA 25 km : 30€. Pour le TBA 47 km : 50€ Pour l' UTBA 80 km : 80€. Pour le défi des Balcons d'Azur (P'tit TBA + UTBA) : 100 Euro

### foulées Sanaryennes et Drailles du Lançon 7,4 -15-25 KM SANARY/MER (83)

**DIMANCHE 15/04/2018** - **Organisateur** : Association Sanary Running Cap Garonne partenaire CèBé [sanarycap@free.fr](mailto:sanarycap@free.fr) - Inscriptions : par ☎06.45.35.98.64 06.34.58.97.17; par mail : [cathy.sans83@gmail.com](mailto:cathy.sans83@gmail.com) chez Running Conseil à OLLIOULES Par courrier Sanary Running - 11 allée des alyscamps 83140 Six-fours en ligne [chronosport.fr/](http://chronosport.fr/) <http://www.njuko.net/bouclebleue2016> - . Trois parcours vous sont proposés : Les Drailles du Lançon - 25Km 1600D+ site : <https://www.facebook.com/Challenge-DUO-TRAIL-1571510436418> . Pour le 15Km Course nature - 15km - 428m de D+ et course la Sanaryenne réservée aux femmes. Repas compris sur réservation. Inscription : Bulletin disponible chez Running conseil Ollioulles, demandez Jeremy. Départ : 8h30 pour les drailles du Lançon 25km - 9h15 pour la Sanaryenne (course féminine 7.4Km) et 9h pour la Boucle Bleue (15Km) . Arrivées et départ Stade de la Guicharde - Engagement : La Sanaryenne : 10€ puis 11€ et 12€ le jour même - La Boucle Bleue : 14€; puis 15€ et 17€ le jour même. Les drailles du Lançon 25€ Puis 27 et 29 le jour même. Prix 2017 peuvent être modifiés.

### LA GASSINOISE 6,4 et 13,7 KM GASSIN(83)

**DIMANCHE 15/04 2018** - **Organisateur**: l'association OMACL, la Mairie et tous ses bénévoles : [festivites@mairie-gassin.fr](mailto:festivites@mairie-gassin.fr) Contact : ☎04.94.56.62.00 PUIS TOUCHE 1 ou 04.94.56.62.18 Course nature : Inscription sur [www.kms.fr](http://www.kms.fr) ou imprimez un dossier d'inscription puis déposez-le à l'accueil de la mairie. Retrouvez toutes les informations pratiques dont votre bulletin d'inscription sur le site [www.mairie-gassin.fr](http://www.mairie-gassin.fr) Départ 9h CARUBY route départementale 559 pour les 2 courses Engagement 10€ et 12 le jour même. Le plus : Apéritif champêtre

### COURSE DES CHANCRONS 15 KM LES ARCS (83)

**DIMANCHE 22/04 2018** Contact : [nico041282@gmail.com](mailto:nico041282@gmail.com) Mr Couderc ☎ 06.62.99.41.40 COURSE des chancrons. Départ 10h place Paul Simon 83460 LES ARCS SUR ARGENS profil de la course : Course nature avec un mélange de trail urbain , une marche de 8km sera organisée départ 10h05 cet événement est organisé à but caritatif le prix de la course 18 € et la rando 12 € repas compris . Inscription sur [www.sportips.com](http://www.sportips.com) ou courrier. Chaussures de trail conseillées.

### TRAIL DE MOISSAC BELLEVUE + marche 10-15 KM MOISSAC-BELLEVUE (83)

**DIMANCHE 22/04 2018** - **Organisateur** : Thierry FAGIANO ☎06.77.31.94.31 [thierryfagiano@sfr.fr](mailto:thierryfagiano@sfr.fr) Il y aura : 10 kms marche, 10 et 15 km trail. Départ de la salle des fêtes de Moissac Départ du 15 kms à 9h00. Départ du 10 km à 9h15 . Départ du 10 km marche 9h30. Tarifs du 15 km sans repas 15€ et 20 avec repas, 10 km 12€ et 17€ avec repas et 10 km marche 5€ et 10€ avec repas. Repas accompagnateur sur réservation 8€. **Pas de repas sans réservations.** Café offert le matin et bière offerte à l'issue de l'épreuve. Contact pour les inscriptions soit par téléphone 0677319431 Thierry soit par mail [thierryfagiano@sfr.fr](mailto:thierryfagiano@sfr.fr) Pas de majoration pour les inscriptions de dernières minutes. Récompenses toutes catégories pour le 15 et uniquement 1er masculin 1ere féminine pour la marche. Parking assuré devant la salle des fêtes

### SEMI MARATHON International D'EZE ANNULE EZE (06)

**DIMANCHE 22/04 2018** - **Organisateur**: 06.27.87.90.55 Toutes les informations au sujet sur site : [www.semi-marathon-d-eze.com](http://www.semi-marathon-d-eze.com) Possibilité de faire le 21Km par équipe de trois. Pour vous inscrire, rendez vous sur le site de l'épreuve, onglet «inscriptions» ou alors voici le lien : <http://booking.azurtriathle.com>

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

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

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

**DIMANCHE 29/04 2018** - **Organisateur** : AJS La Garde Athlétisme - Service des sports 04.94.84.32.40- Contact : Michel Schleger : ☎06.87.09.92.66 [michelschleger@orange.fr](mailto:michelschleger@orange.fr) - toutes infos sur [www.ajslagarde.athle.fr](http://www.ajslagarde.athle.fr) bulletin téléchargeable sur [www.jsdcourse.com](http://www.jsdcourse.com) - Départ : 9h00 pour la course et pour la marche , Av Jean Jaurès devant le stade Accusano, arrivée place de la République - Engagement : 12€ et 15€ le jour même avant 8h15 dans la limite des dossards disponibles Inscription par courrier avant le 25/04 à Maison des associations case N° 27, 95 rue Marc Delage 83130 La GARDE avec chèque de 12€ à l'ordre de « AJS La Garde Athlétisme » et certificat médical. Chez Endurance Schop ZI Toulon Est Le Panorama 151 av Alphonse Lavalée 83130 La Garde. Par internet [www.chronosport.fr](http://www.chronosport.fr)

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

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

## MAI 2018

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

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

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

**MARDI 01/05/2018** - **Organisateur** : USAM Athlétisme Toulon - <http://www.sam-toulon-athle.com/> Contact : Paoli Serge [usamtoulonathle@orange.fr](mailto:usamtoulonathle@orange.fr) ☎ 06.88.39.49.46 04.94.66.27.80 06.08.03.43.67 ou 06.26.47.48.01 - Inscriptions : par retour bulletin avant le 28 avril à USAM 95 Av des routes 83200 TOULON - au magasin « Terre de Running » ex Jogger à Toulon centre ville - Pas d'inscription par mail. Départ : 9h30 Tour Beaumont (Mémorial du Mont Faron)- Engagement : 12€ et le jour même : 14€ ; **Marche nordique** de 7Km gratuite départ 9h -

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

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

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

**SAMEDI 05/05/2018** - **Organisateur** : Contact Laurent Urban : ☎ 06.95.59.39.67 [aps.events@free.fr](mailto:aps.events@free.fr) Renseignements sur site internet : <http://www.trimarace.com/> et au 04.94.39.88.88. Les inscriptions : <http://www.timingzone.com/apps/competitions-detail.php?id=288> **Pas de course nature cette année, uniquement** : Cross Triathlon, Bike & Run et TRIFORTWO Toutes infos pour ces épreuves sur le site. : t-shirt technique pour tous et cadeaux, buffet coureurs, récompenses scratch et catégories, lots, classement,

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

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

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

**DIMANCHE 06/05 2018** - **Organisateur** : ASPTT Nice et Vence Course à pied Raymond Sanchez [raymond.sanchez3@wanadoo.fr](mailto:raymond.sanchez3@wanadoo.fr) - Renseignement : ASPTT Nice : ☎06.88.70.66.06 - 06.83.67.01.41 04.97.00.19.19- Inscriptions : Sur [www.sport-up.fr](http://www.sport-up.fr) par retour bulletin téléchargeable sur [www.ascensioncoldevence.com](http://www.ascensioncoldevence.com) ; ou à déposer chez Twinner Sport à Saint-Laurent du Var ou à l'Office du Tourisme de Vence (date limite le 04/05) - Départ : 9h00 de la place du Grand Jardin - Engagement : 12€ sur sport up, 14€ par courrier et 16€ le jour même - Course limitée à 600 participants - **Pas d'inscription par téléphone**

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

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

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

**DIMANCHE 06/05/2018** - **Organisateur** : Cap-Garonne Organisation et l'OMS du Pradet dulac.jeff@gmail.com - Renseignements : villa Diafa Saurin Christophe ☎ 06.42.70.68.46 06.80.67.60.11 [cap.garonne@gmail.com](mailto:cap.garonne@gmail.com) Inscriptions : par bulletin, téléchargeable sur <http://cap-garonne.com/> ; chez Endurance Shop à La Garde, chez terre de running centre ville Toulon et le jour même - Départ 9h30 place Paul Flamenq - Arrivée au Fort de la Gavaresse (navettes retour) - Engagement : 10€ au profit des Virades de l'Espoir -

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

**DIMANCHE 6/05/2018** - **Organisateur** : Mairie, service des sports [lamotte-sports@ville-la-motte.com](mailto:lamotte-sports@ville-la-motte.com) 06.52.07.34.03- Inscriptions : par retour bulletin, avant le 26/04 téléchargement sur [www.ville-la-motte.com](http://www.ville-la-motte.com) - par ☎04.94.84.32.40 (Mairie) heures de bureau ou ☎06.27.10.70.09 ; par mail [carole.issalys@orange.fr](mailto:carole.issalys@orange.fr) [caroleissalys.sportslamotte@gmail.com](mailto:caroleissalys.sportslamotte@gmail.com) , par courrier à : les foulées Mottoises, service des sports Mairie de la Motte 83920 La Motte en Provence règlement à l'ordre de : comité des fêtes. Et le jour de l'épreuve. Départ : 9h00 la course - Engagement : 10€ et le jour même 12€ - 10 Km Marche : départ : 9h05 engagement 5€ - course pour enfants 2€

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

**DIMANCHE 06/05 2018** - **Organisateur** : La Commune de l'Escarène et Briefing Association [madeleine.sarradell@orange.fr](mailto:madeleine.sarradell@orange.fr) - Toutes infos sur [www.lescarenais.e.wordpress.com](http://www.lescarenais.e.wordpress.com) Inscriptions : ☎04.93.79.49.67 ou 06.76.69.07.60 ou le 04.93.91.64.00 : sur site [www.le-sportif.com](http://www.le-sportif.com) , Mairie : demandez Martine ; par courrier : briefing association, 143 A chemin codecorso 06390 Contes par retour bulletin téléchargeable sur [www.escarene.fr](http://www.escarene.fr) et le jour même Départ Place Camous : 9h pour le 18Km - Engagement : 15€ - 9h30 pour le 11,5Km - Engagement : 10€ Epreuve en semi auto suffisance. Pan bagnat plus boisson 5€

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

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

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

**MARDI 8/05/2018** - **Organisateur** : Jean Ferro Serge Lopez pour Lion's Club Saint Raphaël - Contact [janola83@gmail.com](mailto:janola83@gmail.com) Inscriptions : Jean Ferro ☎06.07.21.92.93 ; en ligne sur [www.sportips.fr](http://www.sportips.fr) Parcours visible sur [www.montvinaigre.fr](http://www.montvinaigre.fr) - Départ : 8h30 du vieux port - Engagement : 15€ - à midi repas à la cantine du porfait : pique-nique vin fromage et dessert animation 12 euros *Comment s'y rendre : A8 direct Aix, sortie 38, direction Fréjus, traverser la ville et continuer sur St Raphaël parking du port.*

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

**JEUDI 10/05/2018** - **Organisateur** : L'Athlétic Philippides CBL Antoine CAU et Mairie de GOURDON - Infos : par ☎06.28.23.77.04 [fabienne.lacombe@free.fr](mailto:fabienne.lacombe@free.fr) - Inscriptions : par retour bulletin avant le 7/05, téléchargeable sur [www.athleticphilippides.com](http://www.athleticphilippides.com) ; en ligne sur [www.sport-up.fr](http://www.sport-up.fr) ; chez Intersport à Grasse - **Départ course** : 10h00 de Pont du Loup - Marche 9H45 - Engagement : 12€ , le jour même 14€ si dossards dispos, course limitée à 300 participants, remise des dossards à GOURDON à partir de 8h aire de Gourdon staff organisation au pied du village - si repas + 8€. Première navette 8h15 Dernière navette 8h40 vers le départ de Pont du Loup - La piccolo de Gourdon 1,5km, inscription sur place gratuite poussins et benjamins départ 12h.

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

**JEUDI 10/05/2018** - **Organisateur** : Mairie du Cannet Renseignements : Pôle Sports et Associations - Contact : ☎ 06.76.47.15.68 ; par mail [f.fileri@lecannetdesmaures.com](mailto:f.fileri@lecannetdesmaures.com) - Le règlement et le bulletin d'inscription peuvent être téléchargés sur le site de la commune duCannet des Maures : [www.lecannetdesmaures.com](http://www.lecannetdesmaures.com) Inscription pour la course « La Cannétoise » et la « course découverte ». Départ course à 18h. Engagement 10 € avant le 10/04, puis 15€ après- Par internet sur le site : [www.chronosport.fr](http://www.chronosport.fr) - Par courrier, accompagné du règlement par chèque libellé à l'ordre de : Trésor public à adresser à : Pôle Sports et Associations. Hôtel de Ville - 83340 Le Cannet des Maures.

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

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

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

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

## KM VERTICAL MER ET MONTAGNE 5 KM MENTON(06)

**SAMEDI 12/05 2018** - Organisateur: MENTON Marathon 04.92.10.50.48 Renseignements sur [www.menton-marathon.com](http://www.menton-marathon.com)

## LA RONDE DES PLAGES 10 KM MENTON (06)

**DIMANCHE 13/05/2018** - Organisateur : Menton Marathon Athlétisme 20 ter promenade de la mer 06500 MENTON [indi93@wanadoo.fr](mailto:indi93@wanadoo.fr) - inscription : ☎06.16.76.42.21 – 04.92.41.06.01 sur le site [www.ronde-des-plages.com](http://www.ronde-des-plages.com) [www.chronosports.fr](http://www.chronosports.fr) ; en ligne sur [www.njuquo.com](http://www.njuquo.com) ; bulletin téléchargeable sur [www.menton-marathon.com](http://www.menton-marathon.com) – Départ : 9h30 près de la frontière et arrivée près du stade Rondelli – Engagement : 12€ jusqu'au 13/04 et 15€ après – Départ course Enfants : 8h30 et Ados : 8h45 - Course limitée à 1200 participants.

## TRAIL DE MASSOINS 13 et 22 KM D+1250 MASSOINS (06)

**DIMANCHE 13/05/2018** - Organisateur: – Infos Baud Philippe ou Pessione Philippe ☎06.87.53.49.96 ; 06.11.73.23.99 - [www.massoins.fr](http://www.massoins.fr) [www.cdchs06.com](http://www.cdchs06.com) Inscription sur [www.trailen06.fr](http://www.trailen06.fr) [www.optirun.fr](http://www.optirun.fr) par retour bulletin accompagné par chèque à l'ordre de « comité des loisirs de Massoins à l'adresse suivante : comité des loisirs de Massoins, la placette 06710 Massoins ou à Fiorucci Carine 06.1535.50.23 et mail à [massoinstrail@gmail.com](mailto:massoinstrail@gmail.com) . Départ 9H pour le 22 , 10h pour le 13 et 8h pour la rando courses repas à partir de 13h30. Engagement 13€ pour le 13km 22€ pour le 22 – Repas Pasta pistou parti 10€ adultes et 7€ enfants moins de 12ans . Rando 13 km, départ 8h00 engagement 10€. Equipement obligatoire trails et rando : 500ml d'eau + barres céréales + portable.

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

**DIMANCHE 13/05 :2018** - Organisateur : Mairie du LAVANDOU [eric.plantin@le-lavandou.fr](mailto:eric.plantin@le-lavandou.fr) ☎ 07.85.62.28.88 – 06.24.49.21.97. Départ 9H pour le 25km et 9H30 pour le 12km (batons interdits) ; Infos sur [www.ot-lelavandou.fr](http://www.ot-lelavandou.fr). Inscriptions sur [www.sporttips.fr](http://www.sporttips.fr) et le jour même pas d'inscription par courrier . Engagement 12KM 14€ jusqu'au 29/04 puis 19€, pour le 25KM 27€ puis 32. Apéro et TeeShirt offerts

## COURSE POUR LA VIE 7-14 KM OLLIOULES (83)

**DIMANCHE 13/05/2018** ☎ 06.09.87.55.30 Contact : Denis Bensimon [denis.bensimon@wanadoo.fr](mailto:denis.bensimon@wanadoo.fr)  
Renseignements et inscriptions sur [www.rotaryclubtoulon.com](http://www.rotaryclubtoulon.com) Par internet jusqu'au samedi 12 mai à 12h00 - tarif 13€. Chez "Running Conseil" - Espace Mermoz, Av. Jean Mermoz - Ollioules jusqu'au vendredi 11 mai inclus. Tarif 13€. Le jour de la course sur place à partir de 8h00 - Tarif 15€ Pour les pré inscriptions par internet et chez "Running Conseil" 04.94.41.13.10, retraits des dossards possible au magasin le samedi 12 mai de 14h à 17h. Départ 9h à vérifier.

## LES TRAILS LA RONDE NANSAISE 26 - 17 - 8 KM NANS LES PINS (83)

**DIMANCHE 13/05/2018** - Organisateur : Office municipal de la Culture et l'association Bol d'Air – contact : Philippe ☎06.78.39.47.12 pour Boldair - 06.07.79.22.54 – 06.25.34.84.02 ; mail [gilbert.souci@wanadoo.fr](mailto:gilbert.souci@wanadoo.fr) – [bol-air@laposte.net](mailto:bol-air@laposte.net) - Départ du centre village : 8h45 le 26Km - 9h15 le 17Km – 9h30 le 8 – Engagement : 17€ le 26 km et 14€ le 17 et 7€ le 8km – info et inscriptions : [www.couirence.com](http://www.couirence.com)

## KM VERTICAL BELVEDERE 3,7KM BELVEDERE (06)

**SAMEDI 19/05/2018** - Organisateur Office du tourisme de BELVEDERE – Informations ET INSCRIPTIONS sur : [www.aromsazur.com](http://www.aromsazur.com) – et office du tourisme ☎ 04.93.03.51.66 – 06.88.16.85.13 Delphine Martin. [tourisme@mairie-belvedere.fr](mailto:tourisme@mairie-belvedere.fr) - Inscription par Tel au 04.93.92.01.61 ou par mail : [aromsazur@gmail.com](mailto:aromsazur@gmail.com) – Départ : 9h30 place des tilleuls. Course uniquement pour coureurs – Engagement : 10€ - *Comment s'y rendre : direct Dignes sur la D6202, puis sur la D2565, environ 55 km après, prendre la D171 vers Belvédère.*

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

**SAMEDI 19 DIMANCHE 20/05/2018** - Organisateur : [sixfourschallenge@gmail.com](mailto:sixfourschallenge@gmail.com) . Georges Luc 06.03.22.56.10 Inscriptions sur [www.njuquo.net](http://www.njuquo.net) ou bulletin téléchargeable sur [www.sixfourschallenge.com](http://www.sixfourschallenge.com) Départ de la plage de Bonne grace le **dimanche 20/05** à 10h pour le 13 et 21km. Engagement 17€ pour le 13km et 22 pour le 21km. Courir pour la mucoviscidose. Course de 6 km 100% NANA et marche nordique le samedi 19/05 départ 14h la marche nordique 14h15 courses enfants et 18h le 6km , Engagement de 10€ pour le 6km et marche nordique.

## HOLI RUN DE GRASSE ? KM GRASSE (06)

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

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

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

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

**DIMANCHE 20/05/2018** - **Organisateur** : Association La Blausascoise. Contact [stephanegiodanengo@hotmail.com](mailto:stephanegiodanengo@hotmail.com) ☎- 04.93.79.51.04- Renseignements : sur Informations ET INSCRIPTIONS <http://blausascstrail.wix.com/blausascstrail> - [www.sportips.fr](http://www.sportips.fr)  
**Départs** : 9h15 le trail des Limaces 15km ; 10h le Speed Limaces 9,5km ; 8h30 rando famille et handitrail 9,5km - **Engagements** : Speed Limaces 10€ ; Trail des Limaces 15€ ; Rando famille 5€ -- Repas coureurs 5€ ; Accompagnateurs : 8€ - enfants accompagnateurs 4€

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

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

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

**DIMANCHE 20/05/2018** - **Organisateur** : DUC Athlétisme – Inscription : par ☎04.94.47.16.12 (de 18h à 20h le mardi et le jeudi) ou ☎ 04.94.68.08.65 et 06.10.56.88.79 (après 20h00) ; par retour bulletin avant le 16/05, téléchargeable sur [www.draguignan-athle.com](http://www.draguignan-athle.com) ; - du lundi au vendredi - à partir de 18h00 au DUC - Stade Léo Lagrange à Draguignan ☎ 04 94 47 16 12 et de 18 à 20h au 0619551945 jusqu'au 18/05. Par courrier : DUC ATHLETISME 174 BLD LEO LAGRANGE 83300 DRAGUIGNAN Le bulletin devra être accompagné de votre règlement par chèque uniquement pour être valable au plus tard le vendredi 18 mai 2018 à l'ordre du **DUC Athlétisme**. – **Départs et Arrivées** : le 1km, le 2 km et le 11 km se feront sur le Boulevard Georges Clemenceau à Draguignan. 9h00 pour l'Urban Trail « la Ronde des Dragons » et le relais environ 11 kms à partir de cadet (16 ans), hommes et femmes - 9h00 pour la marche nordique, la randonnée environ 10 km à partir de cadet (16 ans), hommes et femmes. - 11 h00 : course des enfants de 1km (EA) et 2km (garçons et filles de 10 à 15 ans) poussin à minim -11h30 : fin de la course et ouverture de la route à la circulation. **Engagements** : Le 11 km, la marche nordique et la randonnée : 13€ avant – 15€ le jour de la course. Course relais : 9 € par personne et 10 € le jour de la course - 1 km et 2 km : gratuit. **(Les tee-shirts seront donnés uniquement aux 500 premiers engagés sur le 11 km)**

## VIRADA DE FALICOUN 17 KM FALICON (06)

**LUNDI 21/05/2018** - **Organisateur**: Contact 06.14.88.22.04 Ludovic Chariaunt – [faliconteamtri@free.fr](mailto:faliconteamtri@free.fr) Inscriptions en Mairie: par ☎ 04.92.07.92.70 - sur [www.optirun.fr](http://www.optirun.fr) et par courrier , départ marche 9H30h du village et course 9h. Engagement marche de 15km ou course de 17km 18€ et 20€ le jour même. Limite à 500 coureurs Apéritif d'après course.

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

**LUNDI 21/05/2018** Contact : [Benoitlebeguec@msn.com](mailto:Benoitlebeguec@msn.com) 06.84.10.91.55 Inscription en ligne sur le site de KMS, par courrier au service des sports 3 place de la liberté 83340 le luc en pr ovence par mail [b.lebeguec@mairie-leluc.fr](mailto:b.lebeguec@mairie-leluc.fr) et le jour de la course jusqu'à 30 min avant le départ. Lieu du départ : 3 place de la liberté 83340 LE LUC , départ course 10km et 6km à 10h. Retrait des dossards début 8h30 . Tarif de la course 12 € dont 2 reversés à une association. Pas de repas prévu, apéros a 12h après la remise des récompenses.

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

**SAMEDI 26/05/2018** - **Organisateur** : Panchieri Yoann 06.19.26.38.20, Poutier Wilfried 06.89.32.34.90 [isayore@orange.fr](mailto:isayore@orange.fr) toutes infos sur [www.trail-de-rimplas.fr](http://www.trail-de-rimplas.fr) . Les inscriptions s'effectueront de 4 façons: - Par courrier avec le bulletin d'engagement au dos du flyer (l'inscription sera validée sous réserve de paiement). - Par mail: [infos@trail-de-rimplas.fr](mailto:infos@trail-de-rimplas.fr) (l'inscription sera validée sous réserve de paiement). - En ligne sur le site : [www.klikego.com](http://www.klikego.com) - Sur place le jour même sous réserve de dossard (limitée à 200 pour l'ensemble des courses), les inscriptions le jour même ne pourront pas garantir l'accès au repas et seront surtaxé. Départ du fort de Rimplas à 8h pour le 21Km, 9h la rando, 10h pour le 13Km, engagement 18€ pour le 21, 15€ pour le 12, 7€ marche nordique repas compris. Repas accompagnateurs 7€.

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

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

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

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

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

**DIMANCHE 27/05/2018** - **Organisateur :** [sport@cavalaire.fr](mailto:sport@cavalaire.fr) - Renseignements et inscriptions : Ville de Cavalaire sur mer, service des sports ☎ 04.94.05.41.28 , mail [sport@cavalaire.fr](mailto:sport@cavalaire.fr) ou [www.cavalaire.fr](http://www.cavalaire.fr) [www.topchrono.biz](http://www.topchrono.biz) Bulletin à renvoyer à Mairie de Cavalaire-sur-mer / Service des sports / Place Benjamin Gaillard/83240 Cavalaire-sur-mer. Tél : 04.94.05.41.28 / Fax : 04.94.64.15.59 / [sport@cavalaire.fr](mailto:sport@cavalaire.fr) Départ 9h30 rue Pierre et Marie Curie pour les 2 courses. Engagement 6€ à 15 suivant date d'inscription le 5km et jour même, 10€ à 18 le 10km et jour même . Course pour les 8 et 9ans départ 9h

## JUIN 2018

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

**SAMEDI 02/06/2018** - **Organisateur :** Association de La Peira – Inscriptions : [lapeira@bbox.fr](mailto:lapeira@bbox.fr) , par ☎ 06.60.41.65.40 ; sur [www.sport-up.fr](http://www.sport-up.fr) par bulletin, téléchargeable sur <http://www.traildelapeira.com> ; par e-mail [eric@traildelapeira.com](mailto:eric@traildelapeira.com) et le jour même – Course 13,5km uniquement coureurs et 6km coureurs et marcheurs. Départ commun : 10h – Temps limite : 4h00 – Engagement : 15€ pour le 13,5km et 12 pour les 6km marche et course pasta party incluse - Epreuve essentiellement sur sentiers balisés, en semi auto suffisance ; chaussures trail et ceinture à boisson obligatoires ; dénivelé 13,5km+1050m et 450 pour les 6km – **Course au profit des enfants de l'institut Rossetti – Comment s'y rendre : prendre la D6202, route de Grenoble puis la D2565 jusqu'au Suquet.**

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

**SAMEDI 2/06/2018** - **Organisateur:** Associat Les va-nu-pieds - Contact: [jean-pierre.rostren@wanadoo.fr](mailto:jean-pierre.rostren@wanadoo.fr) Caroline Quinon ☎ 06.10.22.64.95 ; Inscription en ligne sur [www.chronosports.fr](http://www.chronosports.fr) et par courrier à chronosport 178 rue de Belgique 83150 BANDOL possibilité de s'inscrire sur place tout le samedi dans le sport en lumière nous aurons un stand – Départ : 20H le port - La Favière – Engagement : Pour le 10km 12€ et le jour même 15€ et pour le 4,5km 8€ et 10 le jour même.

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

**SAMEDI 02 DIMANCHE 03/06/2018** - **Organisateur :** Courir en Pays de Grasse – Contact [gerard-lopez-structure@wanadoo.fr](mailto:gerard-lopez-structure@wanadoo.fr) : ☎ 06.11.91.25.09 - Inscription : en ligne sur [www.sporttips.fr](http://www.sporttips.fr) site du club accessible sur <http://cpg.athle.org/asp.net/espaces.html/html.aspx?id=31983> Le 2/06 city trail urbain de 7km Départs : 21H30. frontale obligatoire. Le 3/06 trail 24km ; 8H30 et 10km 10H30 – Engagements : 18€ le 24km , 10€ le 10 km - 9€ le 7Km . Parking 3€ la journée – pas d'inscription sur place – matériel obligatoire pour trail: poche à eau, sifflet, couverture de survie, téléphone portable – Retrait des dossards : Samedi 3 juin de 10h00 à 18h00 : INTERSPORT Mandelieu, ZI des Tourades 2 allée Dieudonné Costes 06210 MANDELIEU et sur place le dimanche dès 7h . Départ des 3 courses Cours Honoré Cresp, en ce qui concerne le 10km arrivée Avenue Thiers.

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

**DIMANCHE 03/06/2018** - **Organisateur :** Association Trail Nature Collobrières – Contacts : Gégory ☎ 06.09.32.45.58 – Antoine ☎ 06.37.98.97.18 – Romain Allongue : 06.30.49.10.97 – 06.20.40.92.09 – [www.trail-des-maures.blogspot.fr](http://www.trail-des-maures.blogspot.fr) Renseignements et Inscriptions sur [trail.nature.collobrieres@gmail.com](mailto:trail.nature.collobrieres@gmail.com) ; en ligne sur le site partenaire [www.sporttips.fr](http://www.sporttips.fr) et par courrier – Départs : 7h00 le Trail des Maures 48km – 8h30 les Balcons des Maures 21km (coureurs et marcheurs) – 9h le Trail des Menhirs 13km - **Engagements :** 36€ le 48km repas inclus ; 26€ le 21km (coureurs et randonneurs) repas inclus sauf si inscription après le 28/05 ; 16€ le 12km sans repas – Repas accompagnateurs ou 12km 8€ à réserver en avance . Pas d'inscription sur place

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

**DIMANCHE 03/06/2018** - **Organisateur:** Club Athlétique Pugetois [c.macagno@mairie-puget-sur-argens.com](mailto:c.macagno@mairie-puget-sur-argens.com) Cyril Macagno Service Patrimoine Mairie de Puget sur Argens ☎ 04.94.45.52.80 – 06.88.77.28.92– Journée ludique sport nature course 0,8Km fait par l'enfant qui passe le relais au parent pour 6 km puis 0,8km parent enfant. Ouverture des festivités à 9h et fin vers 18h30

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

**SAMEDI 9/06/2018** - **Organisateur :** Bandol Evènements Organisation [bandolclassic@gmail.com](mailto:bandolclassic@gmail.com) ☎ 06.09.88.84.06 – 04.94.25.01.44 Toutes infos, inscriptions En ligne et bulletin téléchargeable sur [www.bandolclassic.com](http://www.bandolclassic.com) ou à la quincaillerie du Centre à Bandol ou Endurance shop à la Garde. - La Salomon Bandol classic, départ 19H allée Vivien, limitée à 1200 participants La Bandol classic au clair de lune, départ 22h30, allée Vivien, frontale obligatoire, limitée à 400 participants. Engagement idem pour les 2 courses : 15€ puis 18€ et 20€ ensuite. Pas d'inscription le jour de la course. La bandolaise départ 10h : 13€ puis 15€

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

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

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

**SAMEDI 9/06/2018**

**Organisateur:** Comité des Fêtes de Cipières. Contact : Eric Morel ☎ 06.70.93.61.01 ou 06.67.62.14.16 et 04.93.59.96.34 [rico.morel@wanadoo.fr](mailto:rico.morel@wanadoo.fr) - Inscriptions : sur [www.timingzone.com/](http://www.timingzone.com/) infos sur <https://sites.google.com/view/traildecipieres/accueil> - par Email : [contact@cipieres.org](mailto:contact@cipieres.org). Engagement : 0 € mais en contrepartie, emmenez un plat maison à partager pour le repas du soir. .

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

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

**SAMEDI 9 et DIMANCHE 10/06/2018**

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

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

**DIMANCHE 10/06/2018**

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

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

**DIMANCHE 10/06/2018**

**Organisateur :** Comité des Fêtes – Contact ☎ 06.30.97.17.82 et [olivier.bedene@gendamerie.interieur.gouv.fr](mailto:olivier.bedene@gendamerie.interieur.gouv.fr) .Pour les adultes, avec 6 km 700 à parcourir pour 310 m de dénivelé+ le montant s'élèvera à 5€. Inscriptions exclusivement par tél: 06-30-97-17-82 et sur place le jour même départ 13h15 enfants et 13h30 adultes

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

**SAMEDI 16/06/2018**

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

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

**VENDREDI/S/D 15/16/17/06 2018**

**Organisateur :** - Inscriptions : ☎ 04.93.26.19.12 Nice – Saint-Martin-Vésubie Ultra trail Côte d'Azur Mercantour **140 km** – 1000m D+. Tél : 04 93 26 19 12 Départ de NICE LE 25/08 à 17h – [communication@azur-sport.org](mailto:communication@azur-sport.org) Temps de course limité à 50h [Azur Sport](http://www.azur-sport.org) Infos et inscriptions sur [www.ultratrail06.com](http://www.ultratrail06.com) . Engagement seul, 130€ - 90Km Départ de Nice le 15/06 à 17h (sous réserve modification) Engagement 110€. 70Km Départ de St Martin Vésubie le 16/06 à 5 h (sous réserve modification) Engagement 80€. 45Km Départ de St Martin Vésubie le 17/06 à 7 h (sous réserve modification) Engagement 55€. 25Km Départ de St Martin Vésubie le 17/06 à 10 h (sous réserve modification) Engagement 30€. 12Km Départ de St Martin Vésubie le 16/06 à 10 h (sous réserve modification) Engagement 20€. KM Vertical 4,5km Départ de St Martin Vésubie le 16/06 à 12h (sous réserve modification) Engagement 15€ jusqu'au 15/05 puis 20€

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

**DIMANCHE 17/06/2018**

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

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

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

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

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

**SAMEDI 23/06/2018** - **Organisateur** : AMSL Fréjus – Contact : ☎ 06.60.04.89.55 et 04.94.51.55.39 [catherine.brenier@bbox.fr](mailto:catherine.brenier@bbox.fr) [amslf.athle@wanadoo.fr](mailto:amslf.athle@wanadoo.fr) – Inscriptions sur [www.sportips.fr](http://www.sportips.fr), par courrier et sur place le samedi, télécharger bulletin sur « événements » sur [www.basnaturefrejus.fr](http://www.basnaturefrejus.fr) Engagement 12€ jusqu'au 1/06 16 après et 20 sur place. Départ 20h pour le 10 km, 19h30 courses enfants, 18h30 départ du Kid'run et family'run

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

**DIMANCHE 24/06/2018** - **Organisateur** : Contact : Olivier BERZAL ☎ 06.09.52.41.11 - 06.95.59.39.67 – mail : [aps.events@free.fr](mailto:aps.events@free.fr) [associationplus2sport@gmail.com](mailto:associationplus2sport@gmail.com) -Renseignements et inscriptions sur : [www.l7street.com](http://www.l7street.com) [www.timingzone.com](http://www.timingzone.com) <https://www.facebook.com/home.php> course à la mémoire des deux femmes gendarmes assassinées en juin 2012 Le Samedi 24 Juin 2017 - 19h00 départ HOLI COULEUR Non chronométrée avec jet de couleur. Le Dimanche 24 Juin 2018 - 10h départ La Foulée d'Audrey et Alicia Exclusivement féminine 5km chronométrée - 10h 30 départ La Foulée des Etoiles Bleues 10km chronométrée ouvert à tous Départ et arrivée au domaine de la GARDONNE, vignoble privé, course au milieu des vignes , pas de goudron. **Vérifiez les heures de départs qui vont certainement changer pour éviter la chaleur subie en 2017**

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

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

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

**VENDREDI 29/06/2018** - **Organisateur** : Club d'Athlétisme de la Vallée du Gapeau avec le concours de la Mairie de La Farlède [michelschleger@orange.fr](mailto:michelschleger@orange.fr) – Inscriptions : par mail à Michel Schleger, par retour bulletin téléchargeable sur [www.lafarlede.fr](http://www.lafarlede.fr) (rubrique Sports) ; par ☎06.87.09.92.66 ; chez Terre de running 7 bis rue Berthelot 83000 Toulon ; en ligne sur [www.chronosports.fr](http://www.chronosports.fr) et le jour de la course – Départ : 20h00 de la salle des fêtes – Engagement : 12€ ; le jour même 14€ - 5Km départ 20H05 Engagement : 5€ ; le jour même 8€ , 9.8Km marche nordique départ 19h30 Engagement : 5€ ; le jour même 8€ Course gratuite pour enfants – Départ : 18h30 place de la Liberté. Grand buffet d 'après course. *Comment s'y rendre : A8 direct. Aix puis A57 direct. Toulon, sortie 6 et continuer sur D554*

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

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

**JUILLET 2018**

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

**DIMANCHE 1/07/2018** - **Organisateur**: – [www.biot-ac.net](http://www.biot-ac.net) Inscriptions: par ☎; par mail: [andres.garcia2@wanadoo.fr](mailto:andres.garcia2@wanadoo.fr) [andres.garcia@wanadoo.fr](mailto:andres.garcia@wanadoo.fr) Course en deux boucles de 4Km. Inscription soit en ligne sur le site du Club [www.biot-ac.net](http://www.biot-ac.net) ou par courrier avec la fiche d'inscription ou par e-mail [info@biot-ac.net](mailto:info@biot-ac.net) le droit d'engagement est de 8€ sur site et 10€ le jour même payable uniquement au retrait du dossard. Le départ est prévu à 18 heures. Le départ et l'arrivée auront lieu au complexe sportif Pierre Operto à Biot.

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

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

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



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

### LA CAMPSOISE

TRAIL 15 KM

CAMPS LA SOURCE (83)

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

### LA COURSE DU SOLEIL

5 - 10 KM

LA LONDE DES MAURES (83)

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

### LES FOULEES CONTOISES

10 Km

CONTES(06)

**SAMEDI 07/07/2018** - **Organisateur**: - [lesfouleescontois06@gmail.com](mailto:lesfouleescontois06@gmail.com) : David Donge 06.63.88.94.65 Inscription sur [www.optirun.fr](http://www.optirun.fr) Départ à 19H du théâtre de l'hélice traversée du village, sur routes et arrivée au même endroit que le départ. Engagement 12€ hors repas et spectacle. Retrait des dossards Le jeudi 5 et vendredi 6 juillet au Décathlon Boulevard Fuon Santa 06340 La Trinité de 17 à 19h. Course d'environ 10 km sur routes ( 300 D+) . ouverte aux hommes et femmes, licenciés ou non (certificat obligatoire) à partir des juniors suivi d'un repas et spectacle facultatif + 10€, à réserver lors des inscriptions 300 coureurs max, inscription possible le jour même si dossard dispos. Course enfants à 18h

### CROMAGNON TRAIL

30 - 80 - 115km

LIMONE Italie / BREIL MENTON

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

### HOLI RUN DE VILLENEUVE-LOUBET

5 KM

VILLENEUVE LOUBET (06)

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

### FOULEE DE COTIGNAC

10 KM

COTIGNAC (83)

**SAMEDI 14/07/2018** - - **Organisateur** : Cap Garonne Organisation – ☎ 06.80.67.60.11 [dulac.jeff@gmail.com](mailto:dulac.jeff@gmail.com) [cap.garonne@gmail.com](mailto:cap.garonne@gmail.com) Renseignements : villa Diafa Saurin Christophe ☎ 06.42.70.68.46 06.80.67.60.11 - Inscriptions : par retour bulletin, téléchargeable sur <http://cap-garonne.com/> (rubrique : nos courses) – chez Endurance Shop à La Garde (Z.I. Toulon Est), chez Running Conseil à Ollioules – en ligne sur [www.kms.fr](http://www.kms.fr) sur place le jour même - Départ : 18h cours Gambetta – Engagement : 12€, le jour même : 15€ - Courses enfants gratuites : départs : 17h00 – Repas et bal du 14 juillet organisé par la Mairie, ne fait pas parti de la course, à réserver à la Mairie si intéressé

### ASCENSION DU COL DES CHAMPS

12,6KM

COLMARS LES ALPES (83)

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

### AURON MOUNTAIN TRAIL

6 et 12KM

AURON (06)

**DIMANCHE 15/07/2018** - **Organisateur**: - [www.mountain-trail.fr](http://www.mountain-trail.fr) [contact@mountain-trail.fr](mailto:contact@mountain-trail.fr) ☎ 06.68.37.28.15 Modalités d'inscription (site, adresse courrier, N° téléphone, mail, contacts).- [www.mountain-trail.fr](http://www.mountain-trail.fr). Place Centrale d'Auron - Trail 12 et 6 Km. Départ Dimanche 15 Juillet 9h30. - Cross pour enfant, 1km, 2km et 3km, départ 14H00 Samedi 14 Juillet. Engagement : Trail 12 Km : 15€ (buffet froid inclus) - Trail 06 Km : 10€ (buffet froid inclus) - [contact@mountain-trail.fr](mailto:contact@mountain-trail.fr) // [inscription@mountain-trail.fr](mailto:inscription@mountain-trail.fr). Cross 1km/2km/3km : 4€ **Infos prix à vérifier**

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

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

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

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

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

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

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

**DIMANCHE 22/07/2018** - Organisateur: - Renseignements : [www.caussols.fr](http://www.caussols.fr) ☎ 06.10.28.80.22 [charles.baldaccini@hotmail.fr](mailto:charles.baldaccini@hotmail.fr) - [letraildessommetsdecaussols@orange.fr](mailto:letraildessommetsdecaussols@orange.fr) : Inscriptions sur site [www.sport-up.fr](http://www.sport-up.fr) ou [www.athle.org](http://www.athle.org) avant le 7/07 ou par courrier avant le 1/07 avec chèque à l'ordre de « trésor public » à Mairie de Caussols 76 place Derégnaucourt 06460 Caussols. 29,5 Km , 25€ départ 9h - 15 Km , 15€ départ 9h - 6 Km, 8€ départ 10h - 18,5Km marche, 15€ départ 8h15. Inscriptions possibles le jour de la course, supplément 5€. Départs du prés en face Mairie. Pasta partie comprise dans le prix de toutes les courses, accompagnateurs 10€. Course en semi auto suffisance, gobelet obligatoire. Remise récompenses à 15h suivit de concerts. Aucune inscription par téléphone.

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

**DIMANCHE 29/07/2018** - Organisateur : Association pour la route de la Bonette - Renseignements : Nathalie et Hervé Jacquot ☎ 06.62.46.25.93 ou 06.12.49.08.64 - Inscriptions : par retour bulletin téléchargeable sur [www.auron.com](http://www.auron.com) ou [www.saintetiennedetinee.fr](http://www.saintetiennedetinee.fr) par mail [course\\_bonette@orange.fr](mailto:course_bonette@orange.fr) ; en ligne sur [www.le-sportif.com](http://www.le-sportif.com) ; ou sur place au PC course le samedi 29/07 de 15h à 19h et pas d'inscription le matin de la course - **Aucune inscription par téléphone** - Départ : 7h00 - Engagement : 15€ ; le samedi : 20€ - Temps limite : 4h30 - Limité à 300 participants

Les courses du calendrier sont sujettes à modifications de la part des 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 pour vous inscrire afin de lui faciliter le travail ; vous éviterez ainsi le "racket" de la surtaxe lors de l'inscription sur place le jour de la course.

CALENDRIER ÉTABLIT LE 27 mars 2018

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

### Décodage de la correspondance de la page 26

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

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

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



MARQUAGES INDUSTRIELS  
& PUBLICITAIRES

**.SERIGRAPHIE**

[ltd-serigraphie@wanadoo.fr](mailto:ltd-serigraphie@wanadoo.fr)

☎ 04 93 73 60 03 - Fax 04 93 73 46 70

➤ **ADHÉSIFS**

➤ **CARTES P.V.C.**

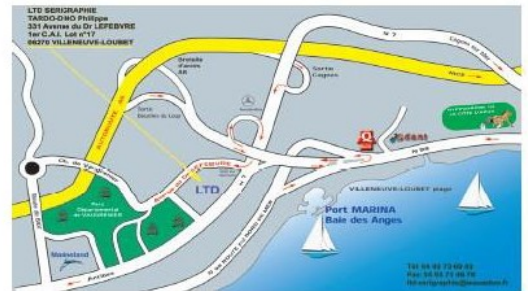
➤ **OBJETS PUBLICITAIRES**

➤ **1.2.3.4 COULEURS - QUADRI**

➤ **SIGNALÉTIQUES - PANNEAUX**

➤ **TEE-SHIRTS / SWEATS / POLOS...** *sur [www.sols-europe.com](http://www.sols-europe.com)  
ou [www.textileurope.com](http://www.textileurope.com)*

➤ **LETTRES PRÉDÉCOUPÉES ADHÉSIVES**



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

Les Jardinerias PETRUCCIOLI  
528 Bd du Mercantour  
06200 NICE

LTD SERIGRAPHIE  
31 ave du Dr Lefèbvre  
06270 VILLENEUVE LOUBET

BDO Nice  
Expertise Comptable  
31 rue de Paris 06000 NICE

WE JOGG OF COURSE  
19 ave Jean Médecin 06000 NICE

Carrosserie RAMELLA  
58 Bd René Cassin 06200 NICE

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

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

KENNEDY COIFFURE  
62 ave Ste Marguerite  
256 ave de la Californie  
06200 NICE