

ARRIDO
Côte d'Azur

La Foulée





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

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



SOMMAIRE



Page	Article	Auteur
2	Nos partenaires	Le bureau
3	Sommaire	Francis VANDERSYPE
4	Editorial	John-Lee OLIVIER
5	Carnet du Spiridonien	Francis VANDERSYPE
6	Le mot du président	Francis VANDERSYPE
7	Convocation à L'assemblée générale	Le bureau
8 & 9	Compte rendu de réunion	Francis VANDERSYPE
10	Animations 2018	Le bureau
11	Déplacements 2019	Le bureau
12	Nos partenaires	Le bureau
13	Bulletin d'adhésion 2019	Le bureau
14 & 15	Rencontres Spiridon à Isola	Francis VANDERSYPE
16	Nos partenaires	Le bureau
17 à 19	Marathon de Chisinau	Francis VANDERSYPE
20	Et on parlait du bonheur de courir	Gabriel GUALLINO
21	Ficanas	Francis VANDERSYPE
22	Nos partenaires	Le bureau
23 à 25	Résultats des épreuves du challenge	Daniel GILLY
26 & 27	Les podiums spiridoniens à Chisinau	Francis VANDERSYPE
28 & 29	Escapade au Mexique	Patrick LAUDANSKI
31 à 33	Les classements au 7 octobre	Daniel GILLY
34 à 36	Les podiums	Daniel GILLY
37 à 39	Trekking dans les Pyrénées	François BERTAUX
40 à 46	Le calendrier du 4 ^{ième} trimestre	Jean Paul SPINELLI
47	Nos partenaires	Le bureau

ÉDITORIAL

Fin de l'été ! A-t-il été plutôt farniente ou plutôt dynamique ?

Au Spiridon Côte d'Azur, il a été dynamique et riche en émotions depuis le dernier numéro de la foulée.

L'occasion de se retrouver pour fêter la victoire lors de la dernière coupe du monde de football mais surtout pour fêter les 40 ans de l'association. 40 ans ce n'est pas tous les jours qu'une association fête ses 40 ans ! Malheureusement je n'ai pas pu être présent car j'avais rendez-vous avec un certain Kilian Jornet au pays du kilt et du whisky.

Il y a eu aussi plus récemment, le déplacement en Moldavie.

Et pourtant comment une assos' aussi ancienne est-elle aussi peu connue ou reconnue, notamment chez les jeunes ?

Quels sont les freins au renouvellement de l'effectif ?

L'adhésion peut être, et la peur de devoir appartenir à un groupe ? Des déplacements pas assez attractifs ? Mettre en place des récompenses challenge d'un autre type ?

Pourtant ce ne sont pas les coureurs qui manquent, il n'y a qu'à regarder les courses chaque week-end, ni l'esprit Spiridon qui est partagé par la plupart des coureurs.

La communication externe est importante.

Les nouveaux adhéreront plus par affinité que si on leur soumet l'idée d'adhérer.

Les moyens de communication sont là, le site internet et la boîte à message, la page Facebook du groupe ou vous pouvez mettre vos photos et interagir sur divers sujets, ou encore prendre la parole avec un article dans la foulée.

Mais le plus important reste le bouche à oreille.

A nous de faire la pub pour que vive le Spiridon Côte d'Azur !

John-Lee OLIVIER



LE CARNET DU SPIRIDONIEN

4^{ème} TRIMESTRE 2018

14-oct.	Antibes Juan les Pins	Courir pour une fleur	20,00	9,70			A.M.
14-oct.	Fayence	les 10km de Fayence	10,00				VAR
14-oct.	Gorbio	Trails de Gorbio	42,00	16,00			A.M.
20-oct.	La Londe des Maures	Marathon des Dix Vins	42,00	22,00	10,00	5,00	VAR
21-oct.	Saint Tropez	la Saint Tropez Classic	16,00				VAR
28-oct.	Falicon	Trail de la Ratapignata	13,00	9,00			A.M.
4-nov.	Collobrières	Course de la Chataigne	15,00				VAR
4-nov.	Nice	marathon des Alpes Maritimes	42,195				A.M.
11-nov.	Tourves	Montée de Saint Probase	12,50				VAR
11-nov.	Tourves	Trail des Gorges du Caramy	26,00				VAR
18-nov.	Bargemon	La Course des 3 Villages	18,00				VAR
18-nov.	Beaulieu	les Boucles Berluganes	9,00				A.M.
25-nov.	Cap d'Ail	tour trail de Cap d'Ail	19,00				A.M.
25-nov.	Berre les Alpes	Panettone Trail de Berre les Alp	30,00	17,00			A.M.
9-déc.	Valbonne	Courir pour les Droits Humains	4,00	11,00			A.M.

Le 19 janvier 2019 se tiendra notre assemblée générale annuelle à la salle des fêtes de Tourrette-Levens
accueil des adhérents à partir de 17h00
Venez nombreux participer à la vie de votre association

samedi 13 octobre : soirée "choucroute" à la brasserie artisanale "Blue Coast" à Nice Saint Isidore
réservation et renseignements : Charly RACCA 06.08.61.54.66

**lundi 15 octobre : ouverture des inscriptions à la
"21^{ème} Ronde des Collines Niçoises" sur le site www.spiridon-cote-azur.fr**

PRENEZ SOIN DE VOTRE SANTÉ FAITES RÉGULIÈREMENT UN TEST Á L'EFFORT

Une équipe médicale est au service de tous les sportifs au parc des sports Charles Ehrmann
155 boulevard du Mercantour 06200 NICE tél : 04.93.18.08.98



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

LE MOT DU PRÉSIDENT

En ce premier week-end de septembre nous avons l'honneur d'organiser les rencontres « Spiridon » bisannuelles souhaitées par Jean-Louis.

C'est notre ami Michel BABBINI dit « Mickey » qui a pris en main l'organisation de celles-ci.

Grâce à son intervention et à celle d'Alain LEONARDI, la municipalité d'Isola nous a offert la salle polyvalente d'Aquavallée avec tous ses équipements multimédias.

L'accueil des participants a débuté le vendredi après-midi au centre de vacances « le Foehn » où nous avons établi notre camp de base, celui-ci offrant les possibilités d'hébergement et de restauration en un seul lieu.

Le Spiridon Mellois est arrivé bien tard vers 22h00 après quelques péripéties dues à un appareil GPS polisson qui de Nice les a menés vers Massoins et Tournafort pour rejoindre Saint Sauveur et enfin Isola et une nuit de repos. Cette mésaventure leur a valu d'être malicieusement raillé pendant tout le week-end par les organisateurs et les participants déjà présents.

Après ces aventures et l'arrivée du Spiridon du Tarn, les rencontres ont débuté samedi à 14h00 par un hommage à Jean-Louis ANDREOTTI et la remise d'un bouquet de fleur à son épouse Denise qui le représentait.

A noter que malgré l'éloignement huit associations régionales étaient représentées, soit avec le Spiridon Côte d'Azur pas moins de 79 participants présents pour ces échanges amicaux.

Nous avons continué par la projection du film « Free to Run » qui a ouvert le débat sur l'avenir de l'Esprit Spiridon dans notre société et au sein de nos associations. Le principal constat malgré le dynamisme de chaque association régionale est un manque de communication autour du nom « Spiridon » qui après avoir bouleversé la pratique hors stade de notre sport n'est plus reconnu à sa juste valeur. Il nous faut donc réaffirmer la diffusion de nos valeurs sur les épreuves auxquelles nous participons ainsi que sur celles que nous organisons.

L'esprit « Spiridon » n'appartient pas uniquement aux Spiridons mais n'oublions pas que nous en sommes les ambassadeurs et qu'il nous appartient de le faire vivre et perdurer.

Le dimanche, les participants ont pu découvrir le village d'Isola et ses alentours, 2 groupes étaient formés : les coureurs et les marcheurs. Les premiers sous la houlette de John-Lee, les seconds au retour accompagnés de Mickey. Les deux groupes se sont rejoint au niveau de la cascade de Louch pour amorcer la descente sur le centre de vacances où après un apéritif offert par le Spiridon Côte d'azur et le mouvement Spiridon nous avons pris le dernier repas en commun avant que chacun retourne dans sa région. Notons que le Spiridon Mellois ne s'est pas perdu mais il a quand même été pris dans un bouchon dans les derniers kilomètres... !

Ces rencontres ont été l'occasion de réaffirmer notre devise : La perf' d'accord, la fête d'abord !

Puisse notre association continuer longtemps à faire partager ces valeurs.

Francis VANDERSYPE



CONVOCACTION À L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU SPIRIDON CÔTE D'AZUR LE SAMEDI 19 JANVIER 2019

SALLE DES FÊTES MUNICIPALE DE TOURRETTE – LEVENS

1 chemin du Dr Arthur Mauran 06690 Tourrette Levens

Accueil des adhérents à partir de 17h00 : <ul style="list-style-type: none">• Émargement de la feuille de présence• Adhésions et renouvellements• Distribution du tee-shirt et de la carte• La boutique du Spiridon• Mot d'accueil du président	Début de l'Assemblée Générale à 18h00 : <ul style="list-style-type: none">• Rapport d'activités• Rapport financier• Rapport moral• Élection du tiers renouvelable du conseil du bureau• Présentation des activités 2019
18h45 : récompenses des Challenge Route, Trail Spiridon 2018 et remise du trophée J.L. Andreotti	19h30 : Apéritif offert par le Spiridon à l'ensemble des participants adhérents.

Conformément aux statuts, **il sera procédé au renouvellement du tiers des membres du Conseil** : 5 postes sont à pourvoir (par élection ou réélection). Les membres sortants peuvent se représenter.

Nous faisons d'ores et déjà APPEL À CANDIDATURE.

ACTE DE CANDIDATURE

Je soussigné, Nom : Prénom :
Adresse :
Téléphone : Courriel :

Déclare faire acte de candidature au CONSEIL DU SPIRIDON CÔTE D'AZUR, à l'occasion de son Assemblée Générale du 19 janvier 2019.

Date : Signature :

NOTA : Ce bulletin est à retourner avant le 31 décembre 2018 à SPIRIDON C.A. 7 avenue Raoul Dufy 06200 NICE

Les membres du Conseil sont élus pour 3 ans (trois ans) renouvelables.

En cas d'impossibilité de participer, il vous est possible d'être représenté par un autre membre comme prévu aux statuts de l'association, à cette fin, vous devez compléter le pouvoir, dont modèle ci-joint, et le remettre à la personne qui vous représentera ou l'adresser au Secrétariat de l'association afin qu'il lui soit parvenu au plus tard le jour de la tenue de l'assemblée générale, **l'adresser avant le 15 janvier 2019 au secrétaire : Charly RACCA « le Dufy » 7 avenue Raoul Dufy 06200 NICE**

POUVOIR: Conformément aux statuts de l'association Spiridon Côte d'Azur

Je soussigné donne pouvoir à M de me représenter et prendre part au vote en mes lieu et place sur les questions portées à l'ordre du jour de l'assemblée générale du 19 janvier 2019.

Fait à le **Signature** (précédée de la mention manuscrite « Bon pour Pouvoir »)

PLAN D'ACCÈS À TOURRETTE-LEVENS

Venant de l'autoroute A8 : Sortie Nice Est – Saint André-de-la-Roche

RD 19 TOURRETTE-LEVENS (24 km)





COMPTE RENDU de la RÉUNION DU CONSEIL du mercredi 5 septembre 2018

Présents : Mario BERNARDESCHI, Michel BABBINI, 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.

Côte d'Azur BUREAU & SECÉTARIAT :

Courriers reçus : règlement des déplacements

Tee-shirts 2019 : faire un inventaire du stock de tee-shirts « Diadora ». Voir pour fabrication de débardeurs.

Assemblée générale du 19 janvier : accueil des adhérents à partir de 17h00, début assemblée 18h00. Choix des récompenses à effectuer début novembre.

Renouvellement de mandat du conseil 2019 : Daniel Gilly ne se représente pas. Nous sommes à la recherche de candidats...

LES ASSISTANCES TECHNIQUES :

Compte rendu de l'assistance du Thoronet le 4 août : bon déroulement mais peu de participants.

Assistance de Saint Laurent du Var le 14 octobre : Mario contacte les organisateurs.

LE CHALLENGE SPIRIDON :

Compte rendu des épreuves

La Farlède 29 juin	Bien	Valberg 1 ^{er} juillet	Bien
Camps la Source 1 ^{er} juillet	Très bien	Contes 7 juillet	Très bien
Cotignac 14 juillet	Bien	Colmars les Alpes 14 juillet	Pas de représentants !!
Beauvezer 22 juillet	Passable	Le Thoronet 4 août	Bien
Sauze 4 août	Très bien	Saint Anastasie 12 août	Très bien
Puget Ville 15 août	Annulé	Pélasque 19 août	Bien
Néoules 26 août	Bien	Isola 26 août	Bien
Saint Maximin 2 septembre	Reporté	Bevédère 2 septembre	Bien

Représentation du bureau aux épreuves à venir

La Turbie 9 septembre	Laura & Jean Michel	Touët de l'Escarène 15 sept.	Laura
Sospel 16 septembre	?	Tourrettes/Loup 23 sept.	Laura & John-Lee
Saint Maximin 23 sept.	?	Bagnols en Forêt 30 sept.	?
Six Fours Le Brusca 30 sept.	?	Juan les Pins 7 octobre	Francis
Fayence 14 octobre	?	Gorbio 14 octobre	Laura

En 2019, retour à un seul challenge et choix plus réduit du nombre d'épreuves.

LES RENCONTRES SPIRIDON :

Plébiscite concernant l'organisation générale de Mickey. Débat autour de l'esprit Spiridon et son avenir. Constat d'un déficit de communication autour du concept « Spiridon ».

LA FOULÉE :

Le n°199 paraîtra pour le 10 octobre, nous sommes à la recherche d'articles... ! Prochain éditorial par John-Lee.

LE SITE INTERNET ET FACEBOOK :

Boîte à messages : compte rendu de la manipulation par Daniel fin juillet pour éviter les messages toxiques.

Quel remède pour améliorer la consultation du site ? Prévoir un envoi systématique animations et déplacements par mail, ainsi que de la « Foulée ».

Transmission et prise en main du classement et des podiums par John-Lee. Mise en place sur le site d'un paiement par carte bancaire pour toutes transactions (adhésions, déplacements, animations...).

LA TRÉSORERIE :

Le budget prévisionnel est suivi, le solde bancaire est positif.

LA RONDE DES COLLINES NIÇOISES :

Préparation du flyer et démarches administratives en cours. Une réunion spécifique est à prévoir en novembre

LES DÉPLACEMENTS ET ANIMATIONS :

Préparation des soirées du 15 septembre (fête des 40 ans) et du 13 octobre (soirée choucroute), préparation du réveillon de fin d'année à Annot par Annie et Nicole. Dernier point sur le déplacement à Chisinau. Déplacements prévus en 2019 (La Nouvelle Orléans (complet), Marvejols-Mende, ronde des Foies Gras, marathon de Sofia)

QUESTIONS DIVERSES : commémoration de la disparition de Jean-Louis le 13 septembre, prévision d'un déplacement groupé pour le « marathon des dix vins » le 20 octobre par Laura.

Prochaine réunion le mercredi 3 octobre



COMPTE RENDU de la RÉUNION DU CONSEIL du mercredi 3 octobre 2018

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

ORDRE DU JOUR

BUREAU ET SECRÉTARIAT :

Réception de cartes postales des spiridonniens en vacances, ainsi que du compte rendu des rencontres Spiridon à Isola.

Nous recherchons des candidats pour étoffer le conseil de 2019 et faire vivre le Spiridon Côte d'Azur.

LES ASSISTANCES TECHNIQUES :

Préparation de l'assistance d'Amnesty International à Valbonne : Coralie, Nicole, Mario...

En 2019 toujours les mêmes pour les assistances : Coralie, Nicole, Daniel, Mario, José, Jean Paul et l'aide ponctuelle de Georges.

LE CHALLENGE SPIRIDON :

Compte rendu des épreuves du challenge

La Turbie 9 septembre	Bien	Touët de l'Escarène 15 sept.	BIEN
Sospel 16 septembre	Passable	Tourrettes/Loup 23 sept.	Très Bien
Saint Maximin 23 sept.	Passable	Bagnols en Forêt 30 sept.	Bien
Six Fours Le Brusca 30 sept.	Aucun Spiridonien !!		

Représentation du bureau aux épreuves à venir

Antibes Juan les Pins 14 oct.	Charly	Fayence 14 octobre	Francis
Gorbio 14 octobre	?	La Londe des Maures 20 oct.	Laura / Francis
Saint Tropez 21 octobre	Martine S.	Falicon 28 octobre	John-Lee
Collobrières 4 novembre	Jean Paul	Nice 4 novembre	Charly
Tourves 11 novembre	Jean Paul / Francis		

La transmission de la délégation des classements à John-Lee avance lentement, choix des récompenses du challenge 2018 le 6/11.

En 2019, nous reviendrons aux origines avec un seul classement regroupant route et trail, une diminution du nombre d'épreuves prises en compte avec un challenge d'assiduité et pour le trophée J.L.A. nous aurons des équipes de 4 sans obligation de catégorie.

Le challenge 2019 paraîtra dès que les calendriers de la CDCHS seront définitifs (Var & A.M.).

LE SITE INTERNET ET FACEBOOK :

L'animation du site est modeste pourtant la consultation des pages est importante et assidue.

Mise en place du paiement par carte bancaire courant octobre, construction d'une page « boutique » dans laquelle on trouvera les adhésions, les déplacements, les animations...

LA TRÉSORERIE :

Point sur les rentrées et les dépenses, suivi du budget prévisionnel. Premier bilan de la fête des 40 ans. Recherche d'un nouveau type de revenus dans la mesure où le nombre d'assistances diminue.

LA FOULÉE :

La mise en ligne sera effective le 11 octobre après collecte des derniers articles et résultats.

LES DÉPLACEMENTS :

Le déplacement à Chisinau fut une réussite. Préparation de la soirée choucroute du 13 octobre (40 inscrits à ce jour). Préparation du réveillon à Annot par Annie et Nicole.

LA RONDE DES COLLINES NIÇOISES 2019 :

Distribution du flyer, sollicitation des partenaires, organisation sur le parking d'arrivée. Les inscriptions débureront le 15 octobre sur le site du Spiridon C.A.

Prochaine réunion le mercredi 7 novembre.

ANIMATIONS 2018

Le samedi 13 octobre : soirée choucroute à la Brasserie artisanale « Blue Coast » 18 chemin de Saquier 06200 NICE

Réservation : Charly RACCA 06.08.61.54.66



Du dimanche 30 décembre 2018 au mardi 1^{er} janvier 2019 : arrivée au Pré Martin pour un pique-nique tiré du sac le dimanche, départ le mardi après-midi.

Logement en chalet 4/5 personnes au Pré Martin, situé à 1h30 de Nice

Chalets de 36 m2 entièrement aménagés avec deux chambres, salon, kitchenette et terrasse. Les couvertures et draps jetables sont fournis.

Thème de la soirée de Saint Sylvestre : CHAMPIONS DU MONDE !!!

Séjour 2 nuits : 190.00€ par personne tout compris (all inclusive chez les habitués des croisières...)

Séjour 1 nuit : 140.00€ par personne du lundi après-midi au mardi après-midi, tout compris

Pour les enfants :

- **Moins de 12 ans** 100.00€ pour 2 nuits et 80.00€ pour 1 nuit
- **Plus de 12 ans** 140.00€ pour 2 nuits et 120.00€ pour 1 nuit

Réservation par chèque de 100.00€ par personne à l'ordre du Spiridon C.A. à adresser au siège de l'association : 7 avenue Raoul Dufy 06200 NICE



Renseignements et inscription : Nicole TOUATI tél 06.03.13.09.81
Courriel : ntcoq@live.fr

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), l'hébergement se fera en appartement hôtel ou en hôtel en fonction de la demande et de la disponibilité. Déplacement en avion, location de véhicule sur place. Déplacement prévu du 7 au 21 février 2019.



COMPLET

Tarif : 2620.00€ par personne (hors dépenses personnelles)

Renseignements Francis : 06.09.91.55.94
spiridoncotedazur@gmail.com

Rock'n'Roll
MARATHON SERIES®

Juillet : Marvejols – Mende « Osez la légende !! » 47^{ième} édition

Renseignements Coralie PRESIER : cp.spiridon@gmail.com



Octobre : 28^{ième} édition de la Ronde des foies gras à Mauvezin le 13 octobre (date à confirmer)

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

Octobre : Marathon de Sofia en Bulgarie le 13 octobre (date à confirmer)

Renseignements : Charly RACCA 06.08.61.54.66





MARQUAGES INDUSTRIELS
& PUBLICITAIRES

SERIGRAPHIE

ltd-serigraphie@wanadoo.fr

☎ 04 93 73 60 03 - Fax 04 93 73 46 70

► **ADHÉSIFS**

► **CARTES P.V.C.**

► **OBJETS PUBLICITAIRES**

► **1.2.3.4 COULEURS - QUADRI**

► **SIGNALÉTIQUES - PANNEAUX**

► **TEE-SHIRTS / SWEATS / POLOS... sur www.sols-europe.com
ou 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

RIVIERA SERVICES DRIVERS

TRANSFERTS - MISES À DISPOSITION - CONGRÈS - SERVICES AÉROPORTS

Location de véhicules avec chauffeur



Tel : +33.6.67.10.38.11
Fax : +33.9.81.40.17.46

Email : riviera-drivers@bbox.fr

www.riviera-drivers-france.fr



2 SOLUTIONS POUR VOS TRANSPORTS PROFESSIONNELS & PARTICULIERS

(10% de remise avec le code SPIRIDON)

LA SOLUTION EN EXPRESS POUR VOS ENVOIS

RIVIERA SERVICES

TRANSPORT TOUTES DISTANCES PL - VL

COURSES - MESSAGERIE

NAVETTE

Votre solution express pour vos envois

ESPACE CARROS - Z.I. - 06510 CARROS

TEL 06.16.53.38.27 - FAX 09.81.4.17.46

www.riviera-services.net



Tél. 04 93 29 88 82

Fax 04 93 18 12 49

Jardinerias
Petruccioli

528 route de Grenoble

06200 NICE

Heures d'ouverture

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

8h-18h le samedi



CARROSSERIE

RAMELLA

FRERES

58 BOULEVARD RENÉ CASSIN - 062000 NICE

TÉL. 04.93.83.52.90 - FAX. 04.93.83.60.65

<u>INDIVIDUEL ou 1^{er} MEMBRE DU COUPLE</u>	<u>2^{ème} MEMBRE DU COUPLE</u>
Nom :	Nom :
Prénom :	Prénom :
Date de naissance :	Date de naissance :
Sexe :taille tee-shirt :	Sexe :taille tee-shirt :
Adresse :	Adresse :
.....
Code postal & ville :	Code postal & ville :
e-mail :	e-mail :
téléphone fixe :	téléphone fixe :
téléphone mobile :	téléphone mobile :
licencié/Club :	licencié/Club :
.	association :
association :	profession :
.	
profession :	

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

☎04.93.83.02.50

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

30.00€ adhésion individuelle (trente euros) ou **50.00€** adhésion couple (cinquante euros)



EN 2019 REJOIGNEZ-NOUS AU SPIRIDON CÔTE D'AZUR

Créé en 1978 le Spiridon Côte d'Azur reste avec une moyenne de 350 membres la seule amicale de coureurs sur route ouverte à tous (licenciés ou non).

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

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

Mieux se connaître, mieux s'apprécier, mieux se détendre, mieux s'informer grâce à « La Foulée » seule publication azuréenne paraissant régulièrement depuis plus de 40 ans (4 numéros par an, consultables sur le site internet) avec ses rubriques, ses classements, son calendrier des courses sur route et des trails, ses infos, ses potins, ses photos.

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

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

Et surtout connaître et partager « l'Esprit Spiridon ».

XIVe Rencontres Spiridon

1er et 2 Septembre 2018

Isola Village (06)



Organisation Mouvement Spiridon et Spiridon côte d'Azur







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® 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® ...

Outre la vente de produits en magasin et en ligne, WeJogg® 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® 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

Tel : 04.93.04.25.83

Site: wejogg.com



Mercredi 26 septembre, une nuée de polaires rouges est réunie autour de son gourou pour une escapade en Moldavie, direction Chisinau via Vienne, pour un déplacement sportivo-œnologique.



A l'arrivée un car nous conduit à l'hôtel en centre-ville. La traversée de la campagne environnante nous donne un aperçu de la vie encore difficile dans cette ancienne république soviétique.

Première journée, visite du modeste centre-ville de Chisinau accompagnés de guides francophones, retour à notre hôtel vers midi et départ en bus pour la visite des plus grandes caves souterraines du monde, les caves de Cricova.



Visite suivie d'un repas que l'on qualifiera de gargantuesque tant le nombre des mets est important, le tout accompagné de la dégustation de

8 vins différents proposés sans retenue : les spiridoniens dans leur ensemble ont plus qu'apprécié ces agapes. Belle ambiance dans ces caves à plusieurs mètres sous terre où chacun a entonné un petit refrain repris en cœur par l'assemblée. Une journée qui restera mémorable à noter dans les annales du Spiridon Côte d'Azur.



Deuxième jour, embarquement matinal dans le car qui nous emmène découvrir le monastère orthodoxe de Curchie (prononcer cour) réhabilité, après la période soviétique, par des dons populaires et par une sorte de mécénat.



Notre matinée se poursuit vers le complexe viticole de Branesti où furent tournées certaines scènes d'un film sur Dracula !! Changement de décor : ces caves sont tapissées d'une couche de moisissure composée

de dérivés de la pénicilline qui leur confère une atmosphère particulièrement saine aidant à la maturation du vin pétillant. La majeure partie de la production de cette cage est destinée à l'exportation (Chine et Kazakhstan). Ici encore, notre visite se termine par un repas avec dégustation des vins à « l'Epoca de Piatra ».



Repas typiquement moldave moins pantagruélique que la veille mais tout aussi dépaysant dans une ancienne carrière.



La journée continue avec la découverte de Orheiul-Vecchi, un village typique au pied d'un monastère, qui domine un cirque calcaire et une vallée fertile.



Le samedi sera consacré aux dossards et à la visite libre de la capitale de la Moldavie, notamment la somptueuse cathédrale orthodoxe pendant l'office au milieu des fidèles, des chants et des processions.



Rendez-vous est donné à 10h00 au village marathon pour le retrait des dossards où chacun se débat avec la langue locale, heureusement quelques mots d'anglais et un sourire nous sont bien utiles. Notre délégation attire la curiosité et nous sommes abondamment photographiés. Après avoir déambulé dans le modeste village marathon nous partons à la découverte de Chisinau et de ses marchés en plein air. Quel meilleur lieu pour connaître la manière de vivre de la population locale ?



Dimanche, c'est le grand jour !! Tous sont présents pour le petit déjeuner. À l'extérieur la température ne nous rassure pas, il fait 9°C, heureusement que le soleil fera son office dans la matinée.

Après la traditionnelle photo avant le départ chacun regagne le sas qui lui est assigné. Comme d'habitude il y a ceux qui veulent « faire péter un temps » qui se fauillent en tête de la ligne.



9h00, le signal est donné, plus de 10000 participants s'élancent, toutes distances mélangées. Comme l'épreuve consiste en une boucle de 10km à parcourir plusieurs fois pour ceux ayant opté pour les longues distances (semi et marathon), nos accompagnateurs ont tout le loisir de nous encourager.



Après l'arrivée et la bière offerte, chacun se prépare pour la remise des prix plutôt décevante car seuls les premiers au scratch sont appelés et récompensés.



La Moldavie est un pays fait de contrastes. Pour nous, ce voyage restera inoubliable, de belles découvertes dans un pays méconnu très rural.



Encore « merci » à « Dieu » pour ce joyeux dépaysement.



Et si l'on parlait du bonheur de courir (21)?

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

A Quoi tu penses quand tu cours ? A-t-elle demandé...

J'ai répondu : A rien, je ne pense à Rien... et en fait ce n'est pas vrai

Quand je cours... quelquefois je pense à elle...

Elle qui a la sortie du parc, poussant le fauteuil, s'arrête pour me laisser passer... elle et son petit sourire, elle et son regard triste

Je passe me retourne, je dis merci... et je vois l'enfant et son handicap

Et moi je cours...libre...profitant du soleil

Je pense à elle, clouée tout comme l'enfant à un fauteuil...vie entre parenthèses

Je pense aux moments où tout s'effondre ou l'on apprend, ou l'on constate l'inconcevable, ce moment où la vie change

Mes pensées vers mes compagnons de route, Emmanuel, Jean Louis, Roger, Jean Claude...

Tous foudroyés ...

Tous ayant connu ce moment où tout s'arrête et où la vie ne devient plus la même...

Tout comme pour cette femme et son enfant...le temps est devenu lourd,

Ces moments d'injustice profonde où l'on se dit Pourquoi Moi ? Ce temps où la peur s'installe et où il faut continuer...à essayer de vivre.

Essayer de continuer...pour ne pas voir les regards des autres...ne pas entendre ... essayer de garder espoir.

Je pense à la souffrance immense des proches, femmes, frères, enfants et vrais amis ...pour eux aussi le temps est devenu sourd, tremblotant, immatériel

Tu seras Cherchant, Souffrant et Persévérant m'a-t-on dit un jour...je n'avais pas compris...puis le temps s'est chargé de m'instruire

Lorsqu'un amour, un frère, un être cher est frappé ...intérieurement tu deviens un fantôme ...dehors tu es resté le même ; mais dedans tu te vides...

Alors s'installe l'angoisse de la rencontre ...il nous faut être toujours normaux, ne pas montrer notre peur...vivre ces mois, ces années de terrible solitude

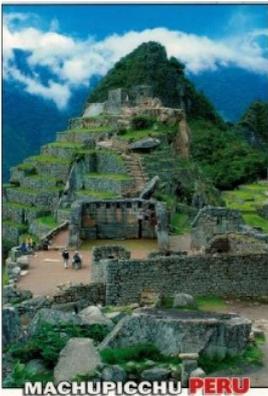
Puis se reconstruire seul...

Alors je cours, je vis le plus possible l'instant présent, j'écoute Beethoven Piano Concerto No.2. Adagio, je regarde ce qui est beau, je fuis les minables les êtres méprisables, ceux qui savent ... je cours avec mes amis, mes amours ; je sens le vent sur ma peau, et j'aime ceux qui m'aiment...

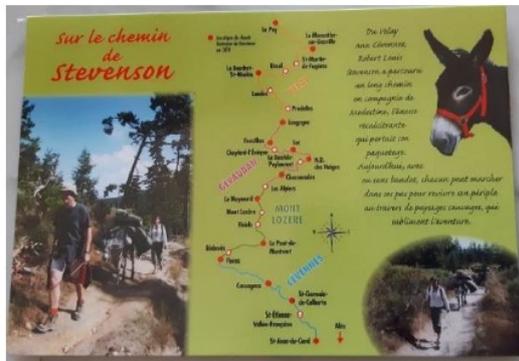
Gabriel



LES POTINS DE FICANAS



Bernadette et Daniel BACCARD étaient au Pérou

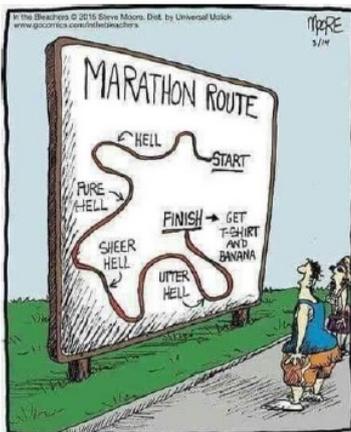


Gillou a suivi le chemin de Stevenson



AMSTERDAM

Le commandant et sa famille étaient à Amsterdam



« Dieu » Charly RACCA envisage une reconversion dans la catégorie « gueux », et opte désormais pour la sobriété ?? Du jamais vu dans les annales du Spiridon C.A. !!



Début septembre Michel RANCÉ dit « Baguettes d'argent » est vainqueur dans sa catégorie au marathon d'Omaha aux U.S.A. Toutes nos félicitations à notre champion pour son premier podium international !!!



Parc d'Activité Logistique zone 9
06200 NICE Saint ISIDORE
tél : 04 93 29 94 80



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



RESULTATS COURSES DU CHALLENGE SPIRIDON 2018

LA FARLEDE - les Foulées farlédoise

Date: 29/06/2018 distance: 10,10 nb arrivants: 408

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
38	BRIAIS PHILIPPE	9,31%	00:44:12	13,71	292
40	BERTAGNA DANIEL	9,80%	00:44:16	13,69	291
70	HOAREAU HENRI	17,16%	00:46:29	13,04	269
135	SANTONI JACQUES	33,09%	00:51:15	11,82	221
220	PASKIEWIEZ SERGE	53,92%	00:57:31	10,54	158
264	PAUL ANNIE	64,71%	01:01:19	9,88	126
274	PRESIER CORALIE	67,16%	01:02:14	9,74	119
312	PALOS CORINNE	76,47%	01:05:05	9,31	91
353	DISDIER CAMILLE	86,52%	01:09:12	8,76	61

CAMPS-LA-SOURCE - trail la campoise

Date: 01/07/2018 distance: 15,00 nb arrivants: 309

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
27	HOAREAU HENRI	8,74%	01:21:42	11,02	304
59	BRIAIS PHILIPPE	19,09%	01:27:46	10,25	273
153	VANDERSYPE FRANCIS	49,51%	01:45:55	8,50	181
207	GINET JEAN-PAUL	66,99%	01:56:40	7,71	129
209	DALLEAU SUZETTE	67,64%	01:57:17	7,67	127
258	LAHMER FOUZIA	83,50%	02:07:09	7,08	80
308	DE LOPEZ JOSIANE	99,68%	03:04:32	4,88	31

Trails de Valberg

Date: 01/07/2018 distance: 28,00 nb arrivants: 173

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
53	DONADEY ISABELLE	30,64%	04:09:36	6,73	264
102	BIBIANO SARAH	58,96%	04:48:16	5,83	179

Trails de Valberg

Date: 01/07/2018 distance: 12,00 nb arrivants: 271

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
9	OCHIN STEPHANE	3,32%	01:06:51	10,77	314
33	BELLONE HERVE	12,18%	01:17:05	9,34	287
84	GEORGES ALAIN	31,00%	01:25:56	8,38	231
94	GALLUCCIO SAUVEUR	34,69%	01:27:24	8,24	220
113	BOURION MAURICE	41,70%	01:30:23	7,97	199
150	GUALLINO GABRIEL	55,35%	01:39:00	7,27	158
168	ROUX EMMANUELLE	61,99%	01:42:41	7,01	138
169	GIL ANTONIO	62,36%	01:42:45	7,01	137
170	GALLUCCIO SABINE	62,73%	01:43:02	6,99	136
218	CLAUDEL NADEGE	80,44%	01:54:41	6,28	83
219	ALLAMANDI JEAN-LOUIS	80,81%	01:58:17	6,09	82
236	FIORE JEAN-PIERRE	87,08%	02:03:44	5,82	63
267	FIORE IRENE	98,52%	02:39:24	4,52	28

CONTES - les Foulées Contoises

Date: 07/07/2018 distance: 10,00 nb arrivants: 184

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
11	BIGOUNDOU MICHEL	5,98%	00:45:22	13,23	302
14	OLIVIERI ROBERTO	7,61%	00:46:28	12,91	297
18	BRIAIS PHILIPPE	9,78%	00:47:26	12,65	291
20	HOAREAU HENRI	10,87%	00:47:43	12,57	287
47	GALLUCCIO SAUVEUR	25,54%	00:52:07	11,51	243
52	BRANDT NICOLAS	28,26%	00:52:36	11,41	235
59	TORDO FREDERIK	32,07%	00:54:07	11,09	224
85	BRANDT FREDDY	46,20%	00:56:52	10,55	181
87	HOUARA NADIA	47,28%	00:57:15	10,48	178
93	PASKIEWIEZ SERGE	50,54%	00:58:01	10,34	168
94	GUY ERIC	51,09%	00:58:03	10,34	167
103	GINET JEAN-PAUL	55,98%	00:59:24	10,10	152
104	PERRIER NATHALIE	56,52%	00:59:31	10,08	150
106	VANDERSYPE FRANCIS	57,61%	01:00:19	9,95	147
120	GALLUCCIO SABINE	65,22%	01:03:44	9,41	124
122	POUILLEY MIREILLE	66,30%	01:03:56	9,38	121
127	MALET-VIGNEAUX VERONIQUE	69,02%	01:05:00	9,23	113
128	BABBINI MICHEL	69,57%	01:05:03	9,22	111
136	HUYGHE GEORGES	73,91%	01:06:56	8,96	98
149	PALOS CORINNE	80,98%	01:09:51	8,59	77
161	ALLAMANDI JEAN-LOUIS	87,50%	01:12:57	8,22	58
177	FOUASSIER DOMINIQUE	96,20%	01:22:37	7,26	31
182	STRUYVEN CHARLES	98,91%	01:34:15	6,37	23
183	APPOURCHAUX GILLES	99,46%	01:38:42	6,08	22

COTIGNAC - les Foulées de Cotignac

Date: 14/07/2018 distance: 12,70 nb arrivants: 140

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
12	HOAREAU HENRI	8,57%	00:57:45	13,19	300
14	OCHIN STEPHANE	10,00%	00:58:10	13,10	295
26	CHEVALIER LAURENT	18,57%	01:04:22	11,84	270
67	GINET JEAN-PAUL	47,86%	01:15:19	10,12	182
92	PAUL ANNIE	65,71%	01:22:12	9,27	128
102	CLAUDEL NADEGE	72,86%	01:25:52	8,87	107
104	HUYGHE GEORGES	74,29%	01:26:12	8,84	103
117	FURTADO DEBORAH	83,57%	01:31:34	8,32	75
130	SCHOENENBERGER MARTINE	92,86%	01:39:44	7,64	47
131	FOUASSIER DOMINIQUE	93,57%	01:40:28	7,58	45

COTIGNAC - les Foulées de Cotignac

Date: 14/07/2018 distance: 5,00 nb arrivants: 38

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
38	APPOURCHAUX GILLES	100,00%	00:48:18	6,21	10

COLMARS-LES-ALPES - Ascension du col des Champs

Date: 14/07/2018 distance: 12,60 nb arrivants: 83

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
10	DEVILLERS DAVID	12,05%	01:06:51	11,31	289
71	VECCHIE ANDRE	85,54%	01:48:14	6,98	69

BEAUVEZER - Trail des Mélézes

Date: 22/07/2018 distance: 25,00 nb arrivants: 207

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
84	CHEVALIER LAURENT	40,58%	04:26:54	5,62	228
108	CAILLEUX THIERRY	52,17%	04:40:14	5,35	193
166	GIL ANTONIO	80,19%	05:24:34	4,62	109
186	LAHMER FOUZIA	89,86%	05:41:18	4,39	80
188	VECCHIE ANDRE	90,82%	05:45:36	4,34	78

LE THORONET - la foulée des mille pattes

Date: 04/08/2018 distance: 10,60 nb arrivants: 71

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
8	HOAREAU HENRI	11,27%	00:44:58	14,14	287
27	SANTONI JACQUES	38,03%	00:52:58	12,01	207
57	FURTADO DEBORAH	80,28%	01:10:42	9,00	80
64	FOUASSIER DOMINIQUE	90,14%	01:21:12	7,83	51
71	STRUYVEN CHARLES	100,00%	01:40:08	6,35	21

SAUZE - Course de Saint Honorat

Date: 04/08/2018 distance: 17,00 nb arrivants: 32

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
6	CHEVALIER LAURENT	18,75%	01:27:21	11,68	278
15	HUYGHE GEORGES	46,88%	02:02:55	8,30	193
18	ALLAMANDI JEAN-LOUIS	56,25%	02:15:12	7,54	165
19	DE LAPEYRE DE BELLAIR ROSE-MARIE	59,38%	02:18:18	7,38	156
19	SCHOENENBERGER MARTINE	59,38%	02:18:18	7,38	156
25	BACCARD DANIEL	78,13%	02:58:00	5,73	100
25	BACCARD BERNADETTE	78,13%	02:58:00	5,73	100
27	BABBINI MICHEL	84,38%	02:59:00	5,70	81
27	DUFFOUR CAROLE	84,38%	02:59:00	5,70	81
29	NENCINI GEORGES	90,63%	03:00:00	5,67	62
29	NENCINI JOCELYNE	90,63%	03:00:00	5,67	62
29	APPOURCHAUX GILLES	90,63%	03:00:00	5,67	62
29	DE LAPEYRE DE BELLAIR BRUNO	90,63%	03:00:00	5,67	62

SAINTE ANASTASIE - les boucles de l'Issole Marche

Date: 12/08/2018 distance: 9,00 nb arrivants: 12

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
6	LORANG MARIE-LINE	50,00%	02:15:00	4,00	168

RESULTATS COURSES DU CHALLENGE SPIRIDON 2018

SAINTE ANASTASIE - les boucles de l'Issole

Date: 12/08/2018 distance: 11,20 nb arrivants: 223

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
17	DEVILLERS DAVID	7,62%	00:45:45	14,69	300
25	HOAREAU HENRI	11,21%	00:45:46	14,68	289
27	BRIAIS PHILIPPE	12,11%	00:46:59	14,30	286
58	GALLUCCIO SAUVEUR	26,01%	00:52:04	12,91	244
68	VIENCO LAURENT	30,49%	00:53:01	12,68	231
115	BRANDT NICOLAS	51,57%	00:59:15	11,34	168
134	GALLUCCIO SABINE	60,09%	01:02:26	10,76	142
137	HUYGHE GEORGES	61,43%	01:02:51	10,69	138
153	PAUL ANNIE	68,61%	01:04:43	10,38	117
182	DARNAUD ROBERT	81,61%	01:10:29	9,53	78
185	LABORDE GUY	82,96%	01:11:37	9,38	74
190	FURTADO DEBORAH	85,20%	01:12:36	9,26	67
192	DE LAPEYRE DE BELLAIR ROSE-MARIE	86,10%	01:12:59	9,21	64
197	GIRAUD EVELYNE	88,34%	01:14:17	9,05	57
199	DELOIRE ANNE	89,24%	01:15:08	8,94	55
205	FOUASSIER DOMINIQUE	91,93%	01:19:51	8,42	47
218	APPOURCHAUX GILLES	97,76%	01:35:02	7,07	29

PELASQUE - Trail Gaudissard

Date: 19/08/2018 distance: 14,00 nb arrivants: 103

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
12	MERELLO LISEL	11,65%	01:32:00	9,13	293
14	SEVAL PHILIPPE	13,59%	01:33:44	8,96	287
30	SOUSSAN ERIC	29,13%	01:42:07	8,23	241
30	FREDIANI GILLES	29,13%	01:42:07	8,23	241
33	BRIAIS PHILIPPE	32,04%	01:42:21	8,21	232
48	GEORGES ALAIN	46,60%	01:49:14	7,69	188
61	BRANDT NICOLAS	59,22%	01:57:19	7,16	150
63	DONADEY ISABELLE	61,17%	01:57:35	7,14	145
64	VANDERSYPE FRANCIS	62,14%	01:58:18	7,10	142
66	BERTAUX FRANCOIS	64,08%	02:00:00	7,00	136
75	GIL ANTONIO	72,82%	02:12:26	6,34	110
76	ROUX EMMANUELLE	73,79%	02:12:30	6,34	107
93	HUYGHE GEORGES	90,29%	02:40:02	5,25	57
94	ALLAMANDI JEAN-LOUIS	91,26%	02:41:13	5,21	54
96	FIGOIRE JEAN-PIERRE	93,20%	02:44:49	5,10	48
103	FIGOIRE IRENE	100,00%	03:24:45	4,10	28

ISOLA - Course de Louch

Date: 26/08/2018 distance: 13,20 nb arrivants: 118

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
4	OLIVIER JOHN-LEE	3,39%	00:55:02	14,39	316
8	BRIAIS PHILIPPE	6,78%	00:57:07	13,87	306
10	OCHIN STEPHANE	8,47%	00:58:05	13,64	301
17	SEVAL PHILIPPE	14,41%	01:00:22	13,12	283
28	TORDO FREDERIK	23,73%	01:03:19	12,51	255
34	SANTONI JACQUES	28,81%	01:07:07	11,80	240
35	GALLUCCIO SAUVEUR	29,66%	01:07:26	11,74	237
36	BRANDT NICOLAS	30,51%	01:07:33	11,72	235
43	BRANDT FREDDY	36,44%	01:09:18	11,43	217
44	PERRIER NATHALIE	37,29%	01:09:24	11,41	215
48	VANDERSYPE FRANCIS	40,68%	01:12:34	10,91	204
51	CAISSOTI - ONO TOMOKO	43,22%	01:13:00	10,85	197
52	GAY EDOUARD	44,07%	01:13:27	10,78	194
55	GALLUCCIO SABINE	46,61%	01:14:47	10,59	187
61	CLAUDEL NADEGE	51,69%	01:17:33	10,21	171
63	HUYGHE GEORGES	53,39%	01:17:58	10,16	166
66	VECCHIE ANDRE	55,93%	01:19:47	9,93	159
69	BABBINI MICHEL	58,47%	01:22:16	9,63	151
77	BOUGON JEAN-CLAUDE	65,25%	01:25:40	9,25	131
81	ALLAMANDI JEAN-LOUIS	68,64%	01:27:47	9,02	120
90	CHAMON BERNARD	76,27%	01:33:46	8,45	98
91	FIGOIRE JEAN-PIERRE	77,12%	01:34:37	8,37	95
92	NICOLAS ALAIN	77,97%	01:34:54	8,35	93
100	GAY CHANTAL	84,75%	01:48:44	7,28	72
100	DERBANNE MARTIAL	84,75%	01:48:44	7,28	72
104	APPOURCHAUX GILLES	88,14%	01:51:49	7,08	62
105	FIGOIRE IRENE	88,98%	01:53:21	6,99	59
105	DE LOPEZ JOSIANE	88,98%	01:53:21	6,99	59
107	STRUYVEN CHARLES	90,68%	01:55:39	6,85	54

NEOULES - Les Foulées Néoulaises

Date: 26/08/2018 distance: 13,00 nb arrivants: 252

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
27	HOAREAU HENRI	10,71%	00:51:32	15,14	294
34	BERTAGNA DANIEL	13,49%	00:53:47	14,50	286
51	VIENCO LAURENT	20,24%	00:56:49	13,73	265
157	PAUL ANNIE	62,30%	01:08:42	11,35	139
188	DARNAUD ROBERT	74,60%	01:14:40	10,45	102
190	FURTADO DEBORAH	75,40%	01:14:42	10,44	100
191	LABORDE GUY	75,79%	01:14:45	10,43	99
203	GIRAUD EVELYNE	80,56%	01:18:05	9,99	84
208	SCHOENENBERGER MARTINE	82,54%	01:20:01	9,75	78
234	DELOIRE ANNE	92,86%	01:45:31	7,39	47

BELVEDERE - Trail Per Cami

Date: 02/09/2018 distance: 27,00 nb arrivants: 94

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
4	FREDIANI GILLES	4,26%	03:21:19	8,05	341
23	CORONA CLAUDE	24,47%	04:07:57	6,53	281
53	DONADEY ISABELLE	56,38%	04:36:57	5,85	185
68	GEORGES ALAIN	72,34%	04:54:55	5,49	137

BELVEDERE - Trail Per Cami

Date: 02/09/2018 distance: 13,00 nb arrivants: 117

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
18	FAGIANO THIERRY	15,38%	01:40:58	7,73	280
35	SOUSSAN ERIC	29,91%	01:54:17	6,83	236
66	BERTAUX FRANCOIS	56,41%	02:14:05	5,82	157
74	GALLUCCIO SAUVEUR	63,25%	02:18:42	5,62	136
85	CARMINO SYLVIE	72,65%	02:26:50	5,31	108
94	GALLUCCIO SABINE	80,34%	02:39:37	4,89	85
104	DE LAPEYRE DE BELLAIR ROSE-MARIE	88,89%	02:53:47	4,49	59
108	HUYGHE GEORGES	92,31%	03:04:15	4,23	49
110	FIGOIRE JEAN-PIERRE	94,02%	03:05:26	4,21	44
111	DURERO CLAUDINE	94,87%	03:06:47	4,18	41
114	ALLAMANDI JEAN-LOUIS	97,44%	03:20:20	3,89	34
117	FIGOIRE IRENE	100,00%	03:53:15	3,34	26

LA TURBIE - Course du Trophée Course, marche et relais

Date: 09/09/2018 distance: 14,50 nb arrivants: 212

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
7	BIGOUNDOU MICHEL	3,30%	01:01:06	14,24	319
11	HOAREAU HENRI	5,19%	01:04:14	13,54	313
12	BRIAIS PHILIPPE	5,66%	01:04:28	13,50	312
38	TORDO FREDERIK	17,92%	01:13:08	11,90	275
41	SANTONI JACQUES	19,34%	01:13:53	11,78	271
55	BALOSSI PIERRE	25,94%	01:16:16	11,41	251
65	BRANDT NICOLAS	30,66%	01:18:21	11,10	237
72	PERRIER NATHALIE	33,96%	01:19:28	10,95	227
73	PILETTTE EMMANUEL	34,43%	01:19:35	10,93	226
79	GUY ERIC	37,26%	01:20:59	10,74	217
87	BRANDT FREDDY	41,04%	01:23:00	10,48	206
104	COSSUTTA PASCAL	49,06%	01:27:11	9,98	182
111	HUYGHE GEORGES	52,36%	01:28:43	9,81	172
113	POUILLEY MIREILLE	53,30%	01:29:22	9,74	169
114	MALET-VIGNEAUX VERONIQUE	53,77%	01:29:40	9,70	168
115	VECCHIE ANDRE	54,25%	01:29:50	9,68	166
125	FURTADO DEBORAH	58,96%	01:34:51	9,17	152
133	LABORDE GUY	62,74%	01:37:36	8,91	141
134	DI-SARIO LAURA	63,21%	01:37:41	8,91	139
142	ALLAMANDI JEAN-LOUIS	66,98%	01:40:09	8,69	128
144	DE LAPEYRE DE BELLAIR ROSE-MARIE	67,92%	01:41:35	8,56	125
146	DARNAUD ROBERT	68,87%	01:43:51	8,38	122
147	SCHOENENBERGER MARTINE	69,34%	01:44:28	8,33	121
148	FOUASSIER DOMINIQUE	69,81%	01:46:27	8,17	120
156	FIGOIRE JEAN-PIERRE	73,58%	01:50:15	7,89	108
157	CHAMON BERNARD	74,06%	01:50:44	7,86	107
164	DE LOPEZ JOSIANE	77,36%	01:53:25	7,67	97
168	FIGOIRE IRENE	79,25%	02:02:06	7,13	91
170	BACCARD BERNADETTE	80,19%	02:02:47	7,09	88
177	STRUYVEN CHARLES	83,49%	02:12:48	6,55	79
177	APPOURCHAUX GILLES	83,49%	02:12:48	6,55	79
184	BERNARDESCHI MARIO	86,79%	02:22:00	6,13	69
190	LAFON DELPHINE	89,62%	02:25:49	5,97	60
191	CEREA EMANUELE	90,09%	02:26:43	5,93	59

RESULTATS COURSES DU CHALLENGE SPIRIDON 2018

LA TURBIE - Course du Trophée		Marche nordique		
Date:	09/09/2018	distance:	10,00	nb arrivants: 13

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
12	BOIGEY FRANSCINE	92,31%	01:48:19	5,54	43
13	BOIGEY JEAN-MICHEL	100,00%	01:48:20	5,54	20

TOUET DE L'ESCARENE - ascension du col de Braus				
Date:	15/09/2018	distance:	9,00	nb arrivants: 132

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
35	BRIAIS PHILIPPE	26,52%	00:51:38	10,46	238
56	SANTONI JACQUES	42,42%	00:56:18	9,59	191
99	CHAMBON BERNARD	75,00%	01:13:33	7,34	93
104	PALOS CORINNE	78,79%	01:16:50	7,03	82
105	PASKIEWIEZ SERGE	79,55%	01:16:52	7,03	79
109	ALLAMANDI JEAN-LOUIS	82,58%	01:19:00	6,84	70
119	STRUYVEN CHARLES	90,15%	01:28:07	6,13	48

SOSPEL - Trail des Alpes Maritimes				
Date:	16/09/2018	distance:	13,00	nb arrivants: 137

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
29	SOUSSAN ERIC	21,17%	01:24:17	9,25	262
46	CAISSOTI - ONO TOMOKO	33,58%	01:33:26	8,35	225
90	GUALLINO GABRIEL	65,69%	01:49:35	7,12	129
137	FIORE IRENE	100,00%	02:31:39	5,14	26

SOSPEL - Trail des Alpes Maritimes				
Date:	16/09/2018	distance:	25,00	nb arrivants: 111

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
110	FIORE JEAN-PIERRE	99,10%	05:10:48	4,83	53

SOSPEL - Trail des Alpes Maritimes				
Date:	16/09/2018	distance:	45,00	nb arrivants: 67

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
1	FREDIANI GILLES	1,49%	04:48:13	9,37	386

SAINT MAXIMIN - Semi & 10km des vignobles				
Date:	23/09/2018	distance:	21,10	nb arrivants: 254

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
30	HOAREAU HENRI	11,81%	01:30:01	14,06	307
185	PAUL ANNIE	72,83%	01:59:44	10,57	124
229	POUILLEY MIREILLE	90,16%	02:13:59	9,45	72

SAINT MAXIMIN - Semi & 10km des vignobles				
Date:	23/09/2018	distance:	10,00	nb arrivants: 326

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
21	DEVILLERS DAVID	6,44%	00:38:44	15,49	301
42	BERTAGNA DANIEL	12,88%	00:41:22	14,50	281
77	VIENCO LAURENT	23,62%	00:44:58	13,34	249
104	GALLUCCIO SAUVEUR	31,90%	00:48:16	12,43	224
199	GALLUCCIO SABINE	61,04%	00:55:23	10,83	137
239	LABORDE GUY	73,31%	00:59:10	10,14	100
273	SCHOENENBERGER MARTINE	83,74%	01:03:39	9,43	69

TOURRETTES/LOUP - Trail de Tourrettes				
Date:	23/09/2018	distance:	36,00	nb arrivants: 135

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
116	OLIVIER JOHN-LEE	85,93%	07:04:02	5,09	114
123	BERTIN PASCAL	91,11%	07:12:33	4,99	99

TOURRETTES/LOUP - Trail de Tourrettes				
Date:	23/09/2018	distance:	15,00	nb arrivants: 336

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
45	BRIAIS PHILIPPE	13,39%	01:46:46	8,43	290
74	CHEVALIER LAURENT	22,02%	01:54:21	7,87	264
104	BRANDT NICOLAS	30,95%	02:00:39	7,46	237
126	BIBIANO SARAH	37,50%	02:05:25	7,18	218
167	BERTAUX FRANCOIS	49,70%	02:14:39	6,68	181
189	BRANDT FREDDY	56,25%	02:18:30	6,50	161
220	ROUX EMMANUELLE	65,48%	02:26:46	6,13	134
256	CARMINO SYLVIE	76,19%	02:36:56	5,73	101
267	GRAZIANI MARIE-CHRISTINE	79,46%	02:38:45	5,67	92
295	MARI JEAN-EMMANUEL	87,80%	02:48:29	5,34	67
299	CHRISTOPHE MURIEL	88,99%	02:49:59	5,29	63

BAGNOLS-EN-FORET - ronde de la Picholine				
Date:	30/09/2018	distance:	20,40	nb arrivants: 131

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
27	HOAREAU HENRI	20,61%	01:49:26	11,18	279
100	LAPORTE BRUNO	76,34%	02:29:08	8,21	112

BAGNOLS-EN-FORET - ronde de la Picholine				
Date:	30/09/2018	distance:	12,70	nb arrivants: 224

place	nom prénom	%	temps	moy	pts
15	BRIAIS PHILIPPE	6,70%	00:58:37	13,00	305
19	OCHIN STEPHANE	8,48%	00:59:32	12,80	300
25	CHEVALIER LAURENT	11,16%	01:03:13	12,05	292
34	VIENCO LAURENT	15,18%	01:06:14	11,50	280
38	BRANDT NICOLAS	16,96%	01:07:24	11,31	275
46	MILLEQUANT JERÔME	20,54%	01:08:51	11,07	264
63	BALOSI PIERRE	28,13%	01:12:31	10,51	241
72	BRANDT FREDDY	32,14%	01:14:43	10,20	229
96	GINET JEAN-PAUL	42,86%	01:20:01	9,52	197
116	CLAUDEL NADEGE	51,79%	01:23:11	9,16	170
131	GRAZIANI MARIE-CHRISTINE	58,48%	01:24:59	8,97	150
164	LABORDE GUY	73,21%	01:30:00	8,47	106
165	DARNAUD ROBERT	73,66%	01:30:11	8,45	104
187	FOUASSIER DOMINIQUE	83,48%	01:37:04	7,85	75
188	ALLAMANDI JEAN-LOUIS	83,93%	01:37:10	7,84	74
222	APPOURCHAUX GILLES	99,11%	02:10:59	5,82	28

LES LAURÉATS SPIRIDONIENS DU MARATHON DE CHISINAU



Jany BOIS 3^{ième} de sa catégorie sur le 10km



Sylvaine SPINELLI 3^{ième} de sa catégorie sur le 10km



Monique COUDON 1^{ère} de sa catégorie sur le 10km



Rose-Marie DE LAPEYRE de BELLAIR 2^{ième} de sa catégorie sur le semi-marathon



Martine SCHOENENBERGER 1^{ère} de sa catégorie sur le marathon

LES MARATHONIENNES



Irène FIORE 1^{ère} de sa catégorie sur le marathon



Jacques MALLET 1^{er} de sa catégorie sur le 10km



Francis LASSERRE 3^{ème} de sa catégorie sur le 10km



Charles STRUYVEN 2^{ème} de sa catégorie sur le 10km



Claude CORONA 1^{er} de sa catégorie sur le semi-marathon



Francis VANDERSYPE 3^{ème} de sa catégorie sur le semi-marathon



André VECCHIE 1^{er} de sa catégorie sur le semi-marathon



Jean-Pierre FIORE 1^{er} de sa catégorie sur le marathon

Toutes nos félicitations aux spiridoniens enthousiastes présents à Chisinau qui ont couru, encouragé, photographié lors de ce déplacement très réussi.

DECOUVERTE DU Mexique en 2018

Bonjour vous tous, suite à un voyage familial, j'ai découvert un formidable pays : « Le Mexique » en juillet 2018. Nous sommes allés avec mon amie retrouver le fils et sa famille pour l'anniversaire de son petit-fils Mathéo qui fêtait ces 18 ans le 14 juillet 2018 : C'est un bébé de l'an 2000

Grace à ce prétexte nous avons découvert des lieux où peu de touristes vont. La seconde ville mexicaine GUADALAJARA, puis une ville de construction de voiture pour les usa PUEBLA, la capitale en coup de vent MEXICO et enfin la côte pacifique PUERTO VALLARTA .



GUADALAJARA donc est la seconde ville du Mexique. Elle est très étendue, mais possède un centre-



ville ancien très historique qui rappelle la conquête espagnole. ; Dans les environs il y a un village typique nommé TEQUILA producteur d'un fameux alcool, connu mondialement que l'on fabrique à partir d'un cactus l'Agave bleu.





Ensuite, nous sommes allés passer quelques jours à PUEBLA est une petite ville à 250 km au sud de de la capitale, empreinte elle aussi de la culture espagnole. Où l'on ressent bien l'emprunt de la civilisation aztèque. On a découvert sa magnifique cathédrale. L'anecdote est que cette ville as 355 églises. L'autre pôle d'attraction est le volcan Popocatépetl qui est toujours en activité.



Coté sport ils ont une piste cyclable tout à fait original : En effet elle surplombe en partie la voie rapide de la ville



Puis étant à deux heures de la capitale MEXICO nous avons fait une visite éclair de 3 jours suffisante pour découvrir des sites incontournables : .Les pyramides du soleil et de la lune à TEOTIHUACAN, la Venise mexicaine XOCHIMILCO , la basilique de notre dame de ND GUADALUPE patronne du Mexique et enfin la cathédrale.



Et pour finir, nous sommes allés sur la côte du pacifique dans une station balnéaire réputée PUERTO VALLARTA. Ou Il y a beaucoup de surfeurs et une immensité de plages paradisiaque à quelques kilomètres de la grande ville.



Il reste encore beaucoup à découvrir et ce serait t un rêve que le SPIRIDON d'organise un déplacement pour participer à un Marathon, semi-marathon ou 10 km pendant une semaine au minimum. Hasta luego !!

Patrick Et Monique



21^{ème} **ronde des collines niçoises**
10,8 km de fête à travers les vignobles de Bellet

1^{er} mai 2019
NICE LINGOSTIÈRE

Limité à 1500 dossards

Lots exceptionnels par tirage au sort des dossards rentrants

DÉPART ALLURE LIBRE 9 H 00
5 RAVITAILLEMENTS FESTIFS
www.spiridon-cote-azur.com

U express
 Nice 5^{ème} Marguerite
 DÉPARTEMENT DES ALPES-MARITIMES
LEROY MERLIN
MÉTROPOLE NICE CÔTE D'AZUR
VILLE DE NICE
UBALDI
JARDINERIE PETRUCCIOLI
Expert & finance
 Château + Crémant
Domaine de Toasc

OUVERTURE DES INSCRIPTIONS LE 15 OCTOBRE
sur le site www.spiridon-cote-azur.fr

CLASSEMENT DU CHALLENGE ROUTE 2018 du SPIRIDON C.A.

Classement au 2 octobre 2018

PLA	POINTS	NOM	PRENOM	CAT	Pl.Cat.	Moyenne	Courses	JH	SH	M1H	M2H	M3H	M4H	M5H	JF	SF	M1F	M2F	M3F	M4F	M5F	
97	112	LAPORTE	BRUNO	V3H	16	112,0	1					16										
98	95	LEROY	LYDIE	V3F	8	95,0	1												8			
99	93	NICOLAS	ALAIN	V3H	17	93,0	1					17										
100	91	RIBUOT	CHRISTOPHE	V1H	17	91,0	1			17												
101	91	EYRAUD	CLAUDE	V4H	11	45,5	2						11									
102	72	GAY	CHANTAL	V3F	9	72,0	1												9			
103	62	NENCINI	GEORGES	V4H	12	62,0	1						12									
104	62	NENCINI	JOCELYNE	V4F	5	62,0	1													5		
105	62	DE LAPEYRE DE BELLA	BRUNO	V3H	18	62,0	1					18										
106	61	DISDIER	CAMILLE	V2H	18	61,0	1				18											
107	60	LAFON	DELPHINE	V1F	7	60,0	1										7					
108	55	GILLY	SYLVIE	V3F	10	55,0	1												10			
109	54	SANCHEZ	THIERRY	V2H	19	54,0	1				19											
110	53	DALLEAU	SUZETTE	V2F	12	53,0	1											12				
111	48	RUSO	PIERRE	V4H	13	48,0	1						13									
112	45	BOISTEAUX	EDMOND	V3H	19	45,0	1					19										
113	43	BOIGEY	FRANCINE	V4F	6	43,0	1													6		
114	43	GULLINO	CELINE	SF	3	43,0	1									3						
115	42	CHIKHAOUI	HASSEN	V2H	20	21,0	2				20											
116	34	CHAPPAT	ANDRE	V4H	14	34,0	1							14								
117	27	LASSERRE	FRANCIS	V4H	15	27,0	1							15								
118	20	BOIGEY	JEAN-MICHEL	V4H	16	20,0	1							16								

CLASSEMENT DU CHALLENGE TRAIL 2018 du SPIRIDON C.A.

Classement au 2 octobre 2018

PLA	POINTS	NOM	PRENOM	CAT	Pl.Cat.	Moyenne	Courses	JH	SH	M1H	M2H	M3H	M4H	M5H	JF	SF	M1F	M2F	M3F	M4F	M5F	
1	2252	FREDIANI	GILLES	V1H	1	321,7	7			1												
2	2237	CORONA	CLAUDE	V2H	1	248,6	9				1											
3	2065	BRIAIS	PHILIPPE	V1H	2	258,1	8			2												
4	1945	SOUSSAN	ERIC	V2H	2	243,1	8				2											
5	1834	FAGIANO	THIERRY	V2H	3	262,0	7				3											
6	1689	BELLONE	HERVE	V1H	3	281,5	6			3												
7	1617	OLIVIERI	ROBERTO	V2H	4	269,5	6				4											
8	1505	CHEVALIER	LAURENT	V1H	4	250,8	6			4												
9	1478	BIBIANO	SARAH	SF	1	184,8	8									1						
10	1225	VANDERSYPE	FRANCIS	V3H	1	153,1	8					1										
11	1185	OCHIN	STEPHANE	V1H	5	296,3	4			5												
12	1054	SEVAL	PHILIPPE	V2H	5	263,5	4				5											
13	1001	GEORGES	ALAIN	V2H	6	200,2	5				6											
14	976	DONADEY	ISABELLE	V1F	1	195,2	5										1					
15	956	BERTAUX	FRANCOIS	V3H	2	159,3	6					2										
16	828	GIL	ANTONIO	V4H	1	118,3	7						1									
17	720	OLIVIER	JOHN-LEE	SH	1	240,0	3			1												
18	641	BRANDT	NICOLAS	SH	2	213,7	3			2												
19	640	LAHMER	FOUZIA	V3F	1	80,0	8													1		
20	630	MILLEQUANT	JEROME	SH	3	210,0	3			3												
21	612	CARMINO	SYLVIE	V2F	1	122,4	5												1			
22	609	ALLAMANDI	JEAN-LOUIS	V4H	2	101,5	6						2									
23	597	ROUX	EMMANUELLE	V1F	2	119,4	5										2					
24	593	HOAREAU	HENRI	V3H	3	296,5	2					3										
25	593	GALLUCCIO	SAUVEUR	V3H	4	197,7	3					4										
26	586	BOURION	MAURICE	V4H	3	195,3	3						3									
27	549	BIGOUNDOU	MICHEL	V1H	6	274,5	2			6												
28	505	BABBINI	MICHEL	V2H	7	126,3	4				7											
29	470	OCCELLI	GERARD	V2H	8	156,7	3				8											
30	454	SANCHEZ	THIERRY	V2H	9	151,3	3				9											
31	443	IORE	JEAN-PIERRE	V4H	4	44,3	10						4									
32	437	GALLUCCIO	SABINE	V2F	2	109,3	4												2			
33	413	ERTEO	ANNE	V2F	3	137,7	3												3			
34	406	BALOSI	PIERRE	V2H	10	203,0	2				10											
35	397	CAILLEUX	THIERRY	V2H	11	198,5	2				11											
36	391	CAISSOTI - ONO	TOMOKO	V1F	3	195,5	2										3					
37	382	DALLEAU	SUZETTE	V2F	4	95,5	4															
38	372	ALVES	JOSE Lourenço	V3H	5	186,0	2					5										
39	342	BRANDT	FREDDY	V2H	12	171,0	2				12											
40	322	DI-SARIO	LAURA	V1F	4	80,5	4										4					
41	305	BERTIN	PASCAL	V1H	7	76,3	4			7												
42	304	IORE	IRENE	V4F	1	38,0	8														1	
43	301	GRAZIANI	MARIE-CHRISTINE	V3F	2	150,5	2												2			
44	293	MERELLO	LISEL	SF	2	293,0	1									2						
45	293	LAPORTE	BRUNO	V3H	6	146,5	2					6										
46	287	GUALLINO	GABRIEL	V4H	5	143,5	2						5									
47	285	BACCARD	DANIEL	V4H	6	95,0	3						6									
48	285	DELOIRE	ANNE	V2F	5	71,3	4												5			
49	272	FAGIANO	FREDERIC	V2H	13	272,0	1				13											
50	264	DUVIVIER	JEAN	V4H	7	132,0	2						7									
51	263	ROBINI	ALEXANDRE	V3H	7	263,0	1					7										
52	261	LEROY	CECILE	V2F	6	87,0	3												6			
53	258	DERBANNE	MARTIAL	V3H	8	258,0	1					8										
54	253	PAUL	ANNIE	V3F	3	126,5	2													3		
55	223	TORDO	FREDERIK	V1H	8	223,0	1			8												
56	222	HOUARA	NADIA	V1F	5	222,0	1										5					
57	218	MARABOTTI	LORENZO	V1H	9	218,0	1			9												
58	217	SANTONI	JACQUES	SH	4	217,0	1			4												
59	209	GILLY	DANIEL	V3H	9	209,0	1					9										
60	206	CARANTA	SYLVIE	V2F	7	206,0	1												7			
61	197	PETOLICCHIO	ROBERT	V2H	14	197,0	1					14										
62	195	RAMIERE	MICHEL	V3H	10	195,0	1					10										

CLASSEMENT DU CHALLENGE TRAIL 2018 du SPIRIDON C.A.

Classement au 2 octobre 2018

PLA	POINTS	NOM	PRENOM	CAT	Pl.Cat.	Moyenne	Courses		JH	SH	M1H	M2H	M3H	M4H	M5H	JF	SF	M1F	M2F	M3F	M4F	M5F	
63	189	HUYGHE	GEORGES	V5H	1	47,3	4								1								
64	183	PASCALONE	HENRI	V2H	15	183,0	1					15											
65	169	BACCARD	BERNADETTE	V3F	4	56,3	3														4		
66	160	DUPONT	ERIC	V2H	16	160,0	1					16											
67	160	MARI	JEAN-EMMANUEL	V2H	17	80,0	2					17											
68	143	APPOURCHAUX	GILLES	V4H	8	71,5	2							8									
69	142	RUSSO	JOSEE	V3F	5	142,0	1														5		
70	129	GINET	JEAN-PAUL	V2H	18	129,0	1					18											
71	124	DAMIER	FRANCOIS	V1H	10	124,0	1				10												
72	118	MOUTTON	HENRI	V3H	11	118,0	1						11										
73	116	CHRISTOPHE	MURIEL	V2F	8	58,0	2												8				
74	112	PERRIER	NATHALIE	V2F	9	112,0	1												9				
75	111	MALLET	JACQUES	V4H	9	111,0	1							9									
76	111	EPRINCHARD	CLAUDE	V3H	12	111,0	1						12										
77	105	DUFFOUR	CAROLE	V2F	10	52,5	2												10				
78	101	MARTIN	JEAN-YVES	V2H	19	101,0	1					19											
79	97	GEORGES	MARTINE	V2F	11	97,0	1												11				
80	96	RUSSO	PIERRE	V4H	10	96,0	1							10									
81	93	DE LAPEYRE DE BELLA	ROSE-MARIE	V3F	6	46,5	2														6		
82	92	DARNAUD	ROBERT	V4H	11	92,0	1							11									
83	88	TARDO-DINO	PHILIPPE	V2H	20	88,0	1					20											
84	83	CHRISTOPHE	LAURENT	V2H	21	83,0	1					21											
85	83	CLAUDEL	NADEGE	V2F	12	83,0	1												12				
86	81	FERNANDEZ ROBLES	GUY	V2H	22	81,0	1					22											
87	79	TOUATI	NICOLE	V4F	2	79,0	1															2	
88	78	VECCHIE	ANDRE	V4H	12	78,0	1							12									
89	75	TOUATI	GEORGES	V4H	13	75,0	1							13									
90	69	SCHOENENBERGER	MARTINE	V3F	7	69,0	1														7		
91	66	DE LOPEZ	JOSIANE	V4F	3	33,0	2															3	
92	60	ZACHLEVNIY	CELIAN	SH	5	60,0	1			5													
93	52	SPINELLI	SYLVAIN	V3F	8	52,0	1														8		
94	48	GILLY	SYLVIE	V3F	9	48,0	1														9		
95	46	MASSABIEAUX	BERNARD	V3H	13	46,0	1						13										
96	41	DURERO	CLAUDINE	V2F	13	41,0	1													13			
97	39	BOISTEAUX	EDMOND	V3H	14	39,0	1						14										
98	29	TORDO	JEAN-PIERRE	V4H	14	29,0	1							14									
99	27	BERNARDESCHI	MARIO	V5H	2	27,0	1								2								
100	12	SPINELLI	JEAN-PAUL	V3H	15	12,0	1						15										

LES PODIUMS DU CHALLENGE ROUTE 2018

Classement au mardi 9 octobre 2018

HOMMES



Philippe BRIAIS
2ème 4427 pts



Henri HOAREAU
1er 4477 pts
SCRATCH



Stephane OCHIN
3ème 3872 pts



Jérôme MILLEQUANT
2ème 2340 pts



Jacques SANTONI
1er 2989 pts
SENIOR



Nicolas BRANDT
3ème 1803 pts



Frederik TORDO
2ème 2276 pts



Laurent CHEVALIER
1er 2400 pts
MASTERS 1



Laurent VIENCO
3ème 1737 pts



Pierre BALOSSI
2ème 2709 pts



Freddy BRANDT
1er 2896 pts
MASTERS 2



Roberto OLIVIERI
3ème 2616 pts



Martial DERBANNE
2ème 1451 pts



Sauveur GALLUCCIO
1er 3526 pts
MASTERS 3



Daniel BERTAGNA
3ème 1445 pts



Robert DARNAUD
2ème 1509 pts



Jean-Louis ALLAMANDI
1er 1628 pts
MASTERS 4



Guy LABORDE
3ème 902 pts



Charles STRUYVEN
2ème 457 pts



Georges HUYGHE
1er 1427 pts
MASTERS 5



Mario BERNARDESCHI
3ème 176 pts

FEMMES



Nadege CLAUDEL
2ème 1966 pts



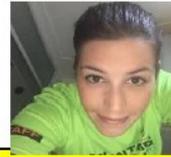
Sabine GALLUCCIO
1ère 2027 pts
SCRATCH



Annie PAUL
3ème 1681 pts



Lisel MERELLO
2ème 860 pts



Deborah FURTADO
1ère 1132 pts
SENIOR



Celine GULLINO
3ème 43 pts



Coralie PRESIER
2ème 568 pts



Tomoko CAISSOTI - ONO
1ère 1288 pts
MASTERS 1



Sophie LEROY
3ème 365 pts



Corinne PALOS
2ème 959 pts



Nathalie PERRIER
1ère 1618 pts
MASTERS 2



onique MALET-VIGNEAUX
3ème 657 pts



Marie-Christine GRAZIA
2ème 918 pts



Martine SCHOENENBERGER
1ère 1064 pts
MASTERS 3



Marie DE LAPEYRE DE B
3ème 689 pts



Irene FIORE
2ème 425 pts



Josiane DE LOPEZ
1ère 537 pts
MASTERS 4



Marie-Line LORANG
3ème 203 pts

MASTERS 5

LES PODIUMS DU CHALLENGE TRAIL 2018

Classement au mardi 9 octobre 2018

HOMMES



Claude CORONA
2ème 2237 pts



Gilles FREDIANI
1er 2252 pts
SCRATCH



Philippe BRIAIS
3ème 2065 pts



Nicolas BRANDT
2ème 641 pts



John-Lee OLIVIER
1er 720 pts
SENIOR



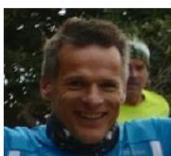
Jérôme MILLEQUANT
3ème 630 pts



Laurent CHEVALIER
2ème 1505 pts



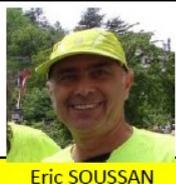
Herve BELLONE
1er 1689 pts
MASTERS 1



Stephane OCHIN
3ème 1185 pts



Thierry FAGIANO
2ème 1834 pts



Eric SOUSSAN
1er 1945 pts
MASTERS 2



Roberto OLIVIERI
3ème 1617 pts



Francois BERTAUX
2ème 956 pts



Francis VANDERSYPE
1er 1225 pts
MASTERS 3



Henri HOAREAU
3ème 593 pts



Jean-Louis ALLAMAND
2ème 609 pts



Antonio GIL
1er 828 pts
MASTERS 4



Maurice BOURION
3ème 586 pts



Mario BERNARDESCHI
2ème 27 pts



Georges HUYGHE
1er 189 pts
MASTERS 5

FEMMES



Isabelle DONADEY
2ème 976 pts



Sarah BIBIANO
1ère 1478 pts
SCRATCH



Fouzia LAHMER
3ème 640 pts



Lisel MERELLO
1ère 293 pts
SENIOR



Tomoko CAISSOTI - ONO
2ème 391 pts



Emmanuelle ROUX
1ère 597 pts
MASTERS 1



Laura DI-SARIO
3ème 322 pts



Sabine GALLUCCIO
2ème 437 pts



Sylvie CARMINO
1ère 612 pts
MASTERS 2



Anne ERETEO
3ème 413 pts



Annie PAUL
2ème 253 pts



Marie-Christine GRAZIAN
1ère 301 pts
MASTERS 3



Bernadette BACCARD
3ème 169 pts



Nicole TOUATI
2ème 79 pts



Irene FIORE
1ère 304 pts
MASTERS 4



Josiane DE LOPEZ
3ème 66 pts



MASTERS 5

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

9 octobre 2018

Place	équipe	Nom	Membres	nb épreuves	n° épreuves	Km	Points
1	5	Sabine Five	SABINE GALLUCCIO; SAUVEUR GALLUCCIO; JEAN-LOUIS ALLAMANDI; PIERRE BALOSSI; JÉRÔME MILLEQUANT;	16	2 5 9 11 14 17 19 24 27 32 34 38 39 49 50 56	752	1 153
2	3	Les Patates Chaudes	NADEGE CLAUDEL; STEPHANE OCHIN; CELIAN ZACHLEVNIY; IRENE FIORE; JEAN-PIERRE FIORE;	13	1 2 5 7 10 14 15 24 27 28 32 38 49	700	897
3	6	LA LEGIOUN DA FERBER	FREDERIK TORDO; TOMOKO CAISSOTI - ONO; JOSIANE DE LOPEZ; MICHEL BIGOUNDOU; ROBERTO OLIVIERI;	10	1 2 5 11 14 17 22 39 49 51	464	699
4	7	LES LEGENDES DE L'OUEST	MARIE-CHRISTINE GRAZIANI; LAURENT CHEVALIER; SOPHIE LEROY; FREDERIC FAGIANO; CORALIE PRESIER;	5	2 5 17 22 28	282	502
5	1	Les FAYOTS	GUY LABORDE; MICHEL BABBINI; MARTINE SCHOENENBERGER; ROSE-MARIE DE LAPEYRE DE BELLAIR; CAROLE DUFFOUR;	8	2 9 14 17 26 28 44 51	350	400
6	9	Les Kipchocks	DOMINIQUE FOUASSIER; MARTIAL DERBANNE; BERNARD CHAMBON; JEAN-PAUL GINET; FREDDY BRANDT;	10	1 2 15 17 24 26 39 49 51 56	400	400
7	2	Ferberians 1	LAURA DI-SARIO; NATHALIE PERRIER; JOSEPH PARISI; ERIC GUY; ALAIN LEONARDI;	5	1 14 17 22 51	210	270
8	4	A l'Est du nouveau	FRANCIS VANDERSYPE; ANNE DELOIRE; HERVE BELLONE; ANTONIO GIL; JOHN-LEE OLIVIER;	4	8 12 14 27	172	172

LE PODIUM AU mardi 9 octobre 2018

1



Sabine Five
1153 Pts

2



Les Patates Chaudes
897 Pts

3



LA LEGIOUN DA FERBER
699 Pts

Randonnée dans les Pyrénées

Cet été j'ai effectué une randonnée de 5 jours dans les Pyrénées fin juillet.

Tout le monde connaît ou a entendu parler du Cirque de Gavarnie, impressionnantes murailles de montagne d'où tombe une cascade de plus de 400 mètres de haut. Mais le versant espagnol est beaucoup moins connu. Il s'agit du Parc d'Ordesa avec un superbe canyon et de magnifiques falaises que l'on peut parcourir en certains endroits si on n'a pas le vertige...

J'avais déjà randonné dans le secteur il y a 15 ans avec un groupe d'amis et j'en gardais un tel souvenir que j'ai voulu le revoir en modifiant un peu les itinéraires.

J'ai choisi la légèreté donc un sac avec le minimum de vêtements et objets indispensables, et le choix de dormir en refuge en formule demi-pension tous les soirs ; il faut réserver tôt car certains sont très vite complets.

Je suis parti seul ce qui permet de s'arrêter où et quand on veut, et de marcher à son rythme. On est aussi plus proche de la nature. D'autre part, en refuge, on lie très facilement conversation avec ses voisins pendant les repas.

1^{er} jour :

Il a été surtout occupé par le trajet Nice- Gavarnie en voiture. De Gavarnie, parti vers 16h j'ai rejoint le refuge des Espuguettes d'où la vue sur le Cirque est magnifique ...quand il fait beau ! Je suis monté sous la bruine et n'ai fait qu'entendre les cloches des vaches et des moutons. Le refuge était à peine à moitié plein.

2^{ème} jour :

Toujours la bruine et le brouillard. IL faut trouver un col pour passer en Espagne. La pluie s'arrête mais les sommets restent invisibles. Après un premier col, j'en rejoins un second, puis descends un immense éboulis. Je crois être arrivé en Espagne et me rends compte de mon erreur que redescendu très bas. Il faut alors tout remonter. Je vois des traces dans la neige, le suis, mais la pente se redresse de plus en plus, et je n'ai pas emporté de crampons. Avec l'aide des bâtons et en tapant bien des pieds je grimpe sur un dénivelé d'une vingtaine de mètres et rejoins un col où est construit le refuge de Tuquerouye. Ce n'est qu'un simple abri, mais le plus haut refuge des Pyrénées à 2666m. IL est déjà plus de 15h et je dois redescendre, en Espagne cette fois, un dénivelé de 1400m !

Après une descente très raide dans les éboulis, je longe le lac glacé du Marboré dominé par le Mont Perdu, perdu dans les nuages !

Descente interminable, je me dépêche et arrive au refuge Pineta, 1200m, à 18h30 pour apprendre que le repas n'est servi qu'à 20h30 !

Refuge Tuquerouye côté Espagne



Lac glacé du Marboré



3^{ème} jour :

Je pars tôt peu après 7h30 car je suis inquiet n'ayant pu réserver au prochain refuge : Goriz.

Il faut commencer par traverser un torrent glacé pieds nus. Je trouve un passage peu profond. Puis très vite c'est un chemin très raide heureusement en sous-bois.

Après environ 1200 mètres de rude montée, j'atteins le col de la Niscle un peu avant 11h.

De là l'itinéraire normal fait descendre dans la vallée de la Niscle pour remonter à un col, puis rejoindre le refuge. Un parcours plus rapide, mais plus technique, emprunte une vire dans la falaise. Avec un peu d'appréhension, je le choisis ayant effectué l'itinéraire normal il y a 15 ans.



La vire est visible au-dessus de la paroi rocheuse.

L'itinéraire sans être très difficile demande une attention soutenue : passages sur des rochers glissants, câbles et chaînes à agripper pour franchir des dalles ou des barres rocheuses.

Au passage j'admire de belles touffes de génépi mais nous sommes dans un parc national !

Plus loin je peux contempler le magnifique canyon d'Ordesa que je vais longer demain.

Suis au refuge Goriz vers 14h et soulagé d'apprendre qu'il reste une place pour y dormir et y manger.

Un peu de lessive s'impose ! Au repas du soir je fais connaissance d'un couple de Nantais très sympas qui vont chaque année randonner dans les Pyrénées. Ils ont pu gravir le Mont Perdu 3ème plus haut sommet des Pyrénées ; j'ai renoncé à y aller : il était trop tard et c'est fortement déconseillé sans crampons.



4^{ème} jour :

Je pars dès 7h car j'ai un long parcours que je ne connais pas bien. Mon objectif est de parcourir 2 ou 3 vires au-dessus du canyon d'Ordesa. Ce sont des chemins dans les falaises souvent très aériens sans pourtant être excessivement dur. Il est recommandé de ne pas être sujet au vertige !

Des photos valent mieux qu'un long discours !



Le premier parcours est la vire des fleurs « Faixa de las Flores » longue de 2 km et demi.

C'est quasiment horizontal.



Je remonte un vallon, passe un col et parcours l'après-midi une autre vire la « Faixa Cabieta » (ou Escuzana). Elle est moins longue mais plus accidentée.

J'ai croisé quelques randonneurs mais beaucoup plus jeunes que moi : la trentaine contre 68 ans !

Il me faut encore rejoindre un col, Boucharo, en évitant de me perdre, avant une longue descente de 1000m jusqu'au refuge de Bujaruelo atteint à 17h.

J'y retrouve les Nantais et leur dit que j'aimerais gravir un sommet de plus de 3000m pour mon dernier jour. Ils me conseillent le Taillon qui devrait pouvoir s'atteindre sans franchir trop de névés...



5ème et dernier jour :



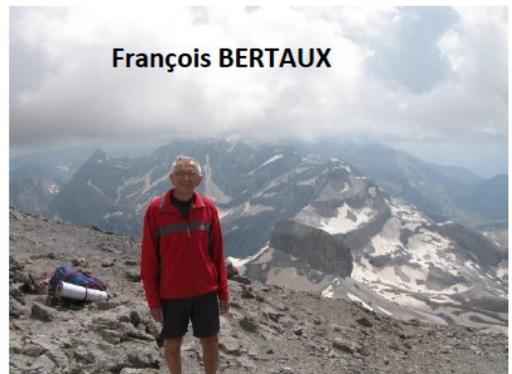
Départ encore matinal vers 7h ; une longue étape m'attend puisqu'il me faut monter de 1300m environ à 3146m puis redescendre à 1300m.

Mais je vais passer par 2 sites très connus : la Brèche de Roland et le Cirque de Gavarnie.



Tout se passe comme prévu : je suis au sommet vers midi et de retour à Gavarnie à 17h30. Un peu de frayeur tout de même car certains névés à franchir étaient bien pentus ; et un orage m'a surpris dans la descente vers le Cirque.

Et pour finir quoi de mieux que quelques vers de Victor Hugo.



CALENDRIER DES COURSES OCTOBRE 2018 à JANVIER 2019

En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon

OCTOBRE 2018

LA RONDE DES VIGNOBES 10Km CUERS(83)

SAMEDI 06/10/2018 - Organisateur : Association ronde des vignobles – Contact toulon@enduranceshop.com www.creasports83.com - Inscriptions : par bulletin sur site. Course , départ 14h45 du centre de Cuers, pas de classement, grand tirage au sort pour tous, une bouteille pour les déguisés. Engagement : 16€ jusqu'au 01/10 puis 20€ après et sur place dans la limite des dossards disponibles Contact: www.rondedesvignobles@sfr.fr
-Le tel et le site internet n'est plus d'actualité

TRAIL DE L'ESCARELLE 13 ET 24 KM LA CELLE (83)

DIMANCHE 07/10/2018 - Organisateur : Renseignements : ☎06.74.84.93.25 traildelaloube@gmail.com
Inscription sur Sporttips.fr ou par courrier à Roctrail, 18 rue G.Clémenceau, 83136 La roquebrussanne. Contact : Florent Rouffignac 06 74 84 93 25 ou traildelaloube@gmail.com<mailto:traildelaloube@gmail.com>Trail : 24km 1250D+ départ 9.00 du château de l'Escarelle / 25€ repas compris (jusqu'au 30 sept) Trail : 13km 450D+ départ 9.30 du château de l'Escarelle / 15€ sans repas Marche Nordique : 13km 450D+ départ 9.35 du château de l'Escarelle 15€ sans repas. Infos diverses : page facebook.com/traildel'escarelle. Blog : traildelescarelle.blogspot.fr

LES 10 KM DE TAMARIS 10 KM LA SEYNE SUR MER (83)

DIMANCHE 07/10/2018 - Organisateur : CSM Seynois ; section Athlétisme – Contact : Laurent Sanchez ☎ 06.17.45.52.52 - 09.67.48.16.49 - athle@csmseynoie.fr csmsathle@gmail.com Départ 9h: les sablottes, 15€

Les foulées de MANDELIEU 5 et 10KM MANDELIEU (06)

DIMANCHE 07/10/2018 - Organisateur : 06cannes@foulees.com 04.93.47.53.40 – Départ 9h le 10 km et 9h15 le 5. Départ port de Mandelieu la Napoule
Engagement 15€ le 10km , 8€ le 5km Inscription chez running zac la canardiere 131 Av MI Lyautey 06210 MANDELIEU

LA FOULEE ROSEE Rando et course 10 KM PUGET SUR ARGENS (83)

DIMANCHE 07/10/2018 - Organisateur: Contact office de tourisme service patrimoine, Mr Macagno ☎ 06.88.77.28.92 - Mairie 04.94.45.52.80 - 04.94.19.55.29 Course départ 10h place Armand Sallieres, engagement 13€ et 17 sur place . Rando départ 8h30 place Armand Sallieres, engagement 5€ et 7 sur place Inscriptions sur www.sporttips.fr

KM VERTICAL 5,4 KM 1017D+ GORBIO (06)

SAMEDI 13/10/2018 - Organisateur : A.S.Gorbio – Renseignements ☎ 04.92.10.91.26 – 06.77.41.72.99 – 06.68.26.80.47 asgorbio@orange.fr 06.77.41.72.99 ou 06.68.26.80.47 – Inscriptions : par bulletin téléchargeable sur www.asgorbio.com et sur www.timingzone.com 1^{er} départ 8h45 puis toutes les 30 secondes LIMITE A 150 dossards.
Engagement 12€

COURIR POUR UNE FLEUR 9,6 KM - 21,1 KM JUAN LES PINS (06)

DIMANCHE 14/10/2018 - Organisateur : Le service des sports de la Ville d'Antibes E.R.A Antibes sports.manifs@ville-antibes.fr athlanti2@club-internet.fr Renseignements : ☎04.92.90.53.40, 06.68.60.05.95 Inscriptions : bulletin téléchargeable sur www.antibes-juanlespins.com ou en ligne dès fin juillet sur www.sport-info.com www.le-sportif.com Départ commun : 10h00 du square Gould à Juan les Pins 8€ - courses gratuites mais limitées en nombre pour les enfants : premier départ à 8h30 - Aucune inscription sur place – limité à 4000 participants pour les 2 épreuves - Une ou deux boucles suivant la distance choisie, en grande partie en bord de mer autour du cap d'Antibes. Remise des dossards le samedi 13/10 de 14 à 19h avec possibilité de dernières inscriptions. Retrait des dossards le jour même de 7h30 à 9h45

TRAIL Endurance Shop DE GORBIO 9,5 - 16 - 42 KM GORBIO (06)

DIMANCHE 14/10/2018 - Organisateur : A.S.Gorbio – Renseignements : ☎ 04.92.10.91.26– 06.77.41.72.99 – 06.68.26.80.47 asgorbio@orange.fr 06.77.41.72.99 ou 06.68.26.80.47 – Inscriptions : par bulletin téléchargeable sur www.asgorbio.com à retourner avant le 09/10 ; sur internet : www.timingzone.com – Départs : 7H30 pour le 42km, 2900m d+ ; 9h30 pour le 16km marche ; 10h30 pour le 16km course, 900m d+ ; 11h00 pour le 9.5km course, 587d+ - Engagements : 23€ pour le 42km ; 11€ pour les 16km marche et 16€ pour les 16 km course ; 12€ pour le 9.5km – courses natures en semi autosuffisance –

GRAND PRIX DE GAIRAUT 12.6 KM NICE (06)

DIMANCHE 14/10/2018 - Organisateur : Pierre Astraud Comité Intérêts de Gairaut ; ☎ 04.93.01.56.79 ou 06.98.23.73.37 – aspigiel@orange.fr - Départ : 9h15 cascade de Gairaut – Engagement : 10€ - une boucle vallonnée de 6.3 km à effectuer 2 fois – Un parcours de une boucle départ même heure est organisé pour les féminines qui désirent le faire ainsi que les benjamins. Pas de classement par catégorie pour la course d'une boucle. Challenge Métropole – Courses enfants : A partir de 11h

CALENDRIER DES COURSES OCTOBRE 2018 à JANVIER 2019

En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon

10 KM DU PAYS DE FAYENCE

10 KM

FAYENCE (83)

DIMANCHE 14/10/2018 - **Organisateur :** E.P.F. athlétisme Fayence - . Renseignements : ☎06.71.22.63.24 ou par email epfathle@free.fr - Course pédestre. Renseignements : ☎06.71.22.63.24 ou par email epfathle@free.fr - Inscriptions avant le 12/10 sur www.le-sportif.com - 10Km, 15€ Départ 9h45 collège de Fayence. Egalement marche nordique de 7,2Km et parcours libre de 5,25km à 9h15, 12€.

AVIVA TRAIL

5 - 10 - 21 KM

HYERES (83)

DIMANCHE 14/10/2018 - **Organisateur :** Association Hyères Running – Infos sur : ☎04.94.65.19.75 eymery-navaro@aviva-assurances.com et sur www.aviva-trail-de-hyeres.fr Inscriptions sur www.sporttips.fr -par courrier, bulletin téléchargeable sur le site – Chez AVIVA 36 Avenue des Iles d'or 83400 Hyeres – Sur place au Park Hotel 83400 Hyères de 10 à 17h le 13/10 – le jour même sur place si dossards disponibles. Départ commun place Clemenceau 9h. Engagement 21Km : 18€ et 23€ le jour même - 10Km : 13€ puis 17€- 5Km : 7€ puis 10€.

Les boucles LAURENTINES

10Km

ST LAURENT DU VAR(06)

DIMANCHE 14/10/2018 **Organisateur :** contact : sl-athle@club-internet.fr G Corniglion 04.89.08.60.54 stade Laurentin Athlétisme. Infos page facebook 20^e boucles Laurentines dimanche 14/10 2018 18h Inscriptions: 12€ avant le 12/10, 14€ sur place. Infos et lien sur page Facebook : stade laurentin athlétisme. Mail de renseignements : stadelauterintin.athletisme@yahoo.fr

LES DIX VINS

5 - 12 - 21 et 42 KM

LA LONDE LES MAURES (83)

SAMEDI 20/10/2018 - **Organisateur :** Service sport et loisir de la commune de La Londe en partenariat Avec la cave et domaines viticoles ☎04.94.01.57.80 06.23.17.53.03 lbrazillier@lalondelesmaures.fr . Infos sur site www.ot-lalondelesmaures.fr www.lesdixvins-lalonde.com Inscriptions sur www.sporttips.fr , au 04.94.01.55.00 ou sur place le jour même Possibilité d'envoyer le règlement par courrier et par chèque (renseignement sur le site sporttips) - départ cave coopérative de La Londe, course nature autour et dans les domaines viticoles. Un parcours de 5 km ouvert aussi au marcheur Prix : 5€ pour le 5km - 10€ pour le 12 km - 21€ pour le 21km – 42€ pour le 42, majoration de 5€ le jour même. Départ :9h le 42,10h45 le 21, 11h30 le 12, 11H45 le 5

TRAIL DE TENDE

KM vertical (3,5km) - 2,5 - 13 - 23 KM

TENDE (06)

SAMEDI/DIMANCHE 20/21/10/2018 - **Organisateur :** – Renseignements : ☎04.92.14.57.98 Infos sur site www.trailtende.fr stephaneg13@hotmail.com Gounay Stéphane 32 Av des martyrs de la résistance 06140 St Dalmas de Tende tns06.club@gmail.com inscriptions sur site www.lesportif.com possible à partir site de Tende et par courrier. Tende le Samedi 20 octobre à 13h00 pour KMV et Mini-trail (Inscription en ligne seulement) et le dimanche 21 Octobre à 9h30 départ place de la Mairie Inscription sur le sportif.com et Optirun (repas du trailer de dimanche inclus dans le prix - Pâtes sauce bolognaise faite maison (avec cèpes) , dessert (tartes) + boissons)- repas accompagnateur 10 Euros

LE TRAIL DES MONTS

15 KM 900 m D+

ASPREMONT (06)

DIMANCHE 21/10/2018 - **Organisateur :** ASYM Contact sdayne@9online.fr Renseignements : 04.93.81.09.92 – 06.12.78.59.67 Départ 10 h salle des fêtes d'Aspremont infos et inscriptions sur : www.engage-sport.com par courrier adresse a s var mer 23 avenue Sainte Colette 06100 nice, téléphone 06 19 02 54 04, mail, sdayne@9online.fr contacts Simone Dayné. Départ course, 10h devant la salle des fêtes d'Aspremont- engagement: dossards à partir de 8h15. Engagement course 15€. 2 ravitaillements liquide et solide sur le parcours et à l'arrivée marche, repas si prévus. Repas après course prévu pour les inscrits sur internet. Ouverture des inscriptions début septembre

GRAND PRIX DU CAVIGAL

10,5 KM

NICE MONT BORON (06)

DIMANCHE 21/10/2018 - **Organisateur :** Nice Cavigal Athlétisme – Contact : ☎ 04.93.85.45.25 athletisme-cavigal-nice@wanadoo.fr Inscriptions : par ☎06.87.10.97.33 ; par retour bulletin ou à remettre chez Andurance shop à Nice ; en ligne sur www.athletismecavigalnice.fr – Départ : 10h00 le 10km ; 9h30 une course de 3km (de benjamins aux minimes) et une course Poussins, gratuite, départ 11h30- Engagement : 3€ le 3km ; 10€ le 10km (sur place 11€) ; 20€ le 10km par équipe de trois –

COURSE DU CAMPANIN

14 KM

MENTON (06)

DIMANCHE 21/10/2018 - **Organisateur :** Mairie de Menton, Service Sports et Animations christophe.nulli@ville-menton.fr - Christophe Nulli, service des sports Inscriptions : ☎ 04.92.10.50.48 et sur place le matin – remplir Le bulletin et l'envoyer avec le paiement au Service des Sports (Mairie de Menton, 17 Rue de la République, 06500 Menton) – Départ : 9h30 stade Rondelli – Engagement : 13€ - Course ouverte à partir des cadets.

CALENDRIER DES COURSES OCTOBRE 2018 à JANVIER 2019

En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon

SAINT-TROPEZ CLASSIC 8 - 16 KM SAINT -TROPEZ (83)

DIMANCHE 21/10/2018 - **Organisateur :** Comité d'Organisation de la "Saint-Tropez Classic" ; renseignements : ☎ 06.82.31.75.51 - 06.12.84.11.29 cosaint course.saint.tropez.classic@orange.fr - Inscriptions : par retour bulletin chèque à l'ordre de C.O St Tropez Classic à renvoyer à Chronosport 178 rue de Belgique Pierreplane 83150 Bandol, En ligne sur www.sainttropezclassic.com - Départ : 9h30 sur le port - Engagement : Tarif unique : 15 € jusqu'au 30/06 , 19€ du 1/07 au 31/08 (par courrier ou internet) et uniquement sur internet 23€ du 1/09 au 18/10 sous réserve de dossards disponibles. Epreuve limitée à 1500 participants - Courses minots : inscription de 7h à 10h00, départ à 11h15.

Courir ou marcher pour le cœur 1 - 5 KM - 10 KM CANNES (06)

DIMANCHE 28/10/2018 - **Organisateur :** ODYSSEA - Renseignements : ☎04.93.47.03.54 - site www.athle-cannes.com mail ac.cannes@wanadoo.fr Inscriptions : par retour bulletin (avant le 23/09) téléchargeable sur www.odyssea.info Départ 10KM à 9h15 et 5Km à 11h15 pour adultes et enfants, engagement 12€ pour le 5 adultes et 15 le jour même et 10Km et 15 € et 18 le jour même et 4 puis 5€ pour le 1km enfants . Infos sur le site - Epreuves organisées par la fédération Française de cardiologie.

URBAN TRAIL au bout du monde 10 et 16 KM BORMES LES MIMOSAS (83)

DIMANCHE 28/10/2018 - **Organisateur :** ☎ 06.18.08.92.13 scott-83@orange.fr Infos: courses 06.16.13.81.60 lescarapates@gmail.com Inscription en ligne sur le site www.courirenfrance.com à partir du 01 Juin 2018 bulletin d'inscription sur : www.carapates.com et l'envoyer par courrier à courir en France les bulletins sont dispo chez Boutique de Running "Foulées Hyéroises" à Hyères les Palmiers, à l'office du tourisme à Bormes les mimosas et de la Londe les Maures . Distance 16km pour +900m départ à 9h30 et 10km pour +450m Départ 10h de la place St François à Bormes les Mimosas. Prix Inscription : 10€ pour le 10km et 17€ pour le 16km jusqu'au 27/10/2018 et 15€ pour le 10km et 22€ pour le 16km le jour de la course. Tee-shirts à tous les participants , et surprises car l'URBAN Trail est toujours basé sur Halloween .

TRAIL DE LA FREMA ET RATAPIGNATA 21 et 13KM FALICON (06)

DIMANCHE 28/10/2018 - **Organisateur :** Falicoun trail plaisir - Inscriptions : jusqu'au 23/10 par courrier avec chèque à l'ordre de « falicoun trail plaisir à envoyer à falicoun trail plaisir 31 rue Nicolas Andrea 06950 FALICON. et 27/10 sur www.optirun.fr 15€ et 20 avec pan bagnat et boisson d'halloween. Règlement sur site : falicoun trail plaisir Hervé BELLONE 06.77.50.11.78 - 31 route Nicolas Andréa 06950 Falicon mail: laurence.bellone@free.fr .21km départ 8h30, 18€ - 13km 9h , 15€. - Le samedi , ½ KM vertical, 2,2km rendez vous 14h départ 15h. Pas d'augmentation pour le SPIRIDON

CHUONG RACE 6 et 13KM HYERES (83)

SAMEDI ET DIMANCHE 27 et 28/10/2018 - **Organisateur :** Association Hyères Running - Infos sur : ☎04.94.65.19.75 <https://chuong-race.deorum.com/> Trail nocturne 13Km le samedi avec pasta party 15€. La course Hors Stade : "Chuong race" se déroule le dimanche 28 octobre 2018 dans la ville de Hyeres en Var (83). 4 épreuves et distances différentes avec obstacles vous sont proposées. Parking, navette, douches, vestiaires, buffet, massage sont à votre disposition

FOULEES EN VIGNES 6 - 12 KM FLAYOSC Chateau de Berne(83)

DIMANCHE 30/10/2018 - **Organisateur** toulon@enduranceshop.com 04.94.23.59.50 Samuel Bonaudo Voir sur site www.chateaudeberne.com www.le-sportif.com Départ 6 et 12 km à 10h pas de réponse Endurance shop

NOVEMBRE 2018

TRAIL DES BAOUS 12 - 21KM SAINT JEANNET (06)

SAMEDI 03/11/2018 - **Organisateur :** Nature Sport Events - Renseignements : Mickael CROUIN ☎06.32.61.38.61 - Inscriptions : par retour bulletin ou téléchargeable sur www.traildesbaous.com ; par mail traildesbaous@gmail.com ; en ligne sur le site et sur place le matin sous réserve de dossard disponibles (majoration 5€) - Départs : 12km engagement 15€ et + 5€ le jour même départ 14h - 21km engagement 25€ et + 5€ le jour même départ 16h en 2 boucles:- Randonnée sportive : 12km, départ 14h15

COURSE DE LA CHATAIGNE 15 KM COLLOBRIERES (83)

DIMANCHE 04/11/2018 - **Organisateur :** AOCPC Mairie de Collobrières **CONTACT :** l'Office de Tourisme de Collobrières ☎04.94.48.08.00 contact@collobrieres-tourisme.com - Inscriptions : par retour bulletin ou téléchargeable sur www.collobrieres-tourisme.com (rubrique Evénements) ; en ligne sur www.chronosports.fr ; à l'Office de Tourisme de Collobrières ☎04.94.48.08.00 ; sur place si dossards dispos - Départ : 9h45 - Engagement : 13€ et 14 le jour même

CALENDRIER DES COURSES OCTOBRE 2018 à JANVIER 2019

En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon

MARATHON DES ALPES-MARITIMES 42.195 KM NICE-CANNES (06)

DIMANCHE 4/11/2018 - **Organisateur** : Azur Sport Organisation -04.93.26.19.12 communication@azur-sport.org info@marathon06.com marathon en individuel, marathon à deux (2 x 21.1km), marathon relais par équipe de 6 coureurs - Inscriptions : www.sport-up.fr par retour bulletin téléchargeable sur www.marathon06.com (+ tous les renseignements de cette épreuve sur ce site) - Départ : 7h 57 handisport 8h00 élites 8h03 pour le reste du peloton - Engagement : marathon : 80€ du 16/06 au 31/08 ; 90€ du 1/09 au 31/10 - Pack 2 marathons : 100€ les 50 premiers inscrits, 120 jusqu'au 31/10 et 140 après relais à deux (2 x 21.1) : 120€ du 16/06 au 31/08 ; 140€ du 1/09 au 31/10 - relais à 6 coureurs : 290€ jusqu'au 31/10/11 -

ENTRE CIEL ET MER 12 KM HYERES l'Almanarre (83)

DIMANCHE 04/11/2018 - **Organisateur** : Association Les Bougainvilliers de San Salvador infos tarifs et inscriptions : Patricia LEPREUX Contact : 06.72.15.88.17 lepreux.patricia@gmail.com . Départ 9h30, RDV rond point de l'Almanarre route du sel Hyeres infos inscriptions www.terrederunning.com www.kms.fr et par mail ou courrier à Patricia Lepreux60 impasse Eugène Boudin 83130 La Garde.

LI RELAIS DOÙ PAN BAGNAT 4 X 4.5 KM NICE (06)

DIMANCHE 11/11/2018 - **Organisateur** : l'Association défense des collines Magnan. : 06.67.94.72.07 info@relaisdupanbagnat.com ADI et les Running Bottles - Course par équipe de 3 coureurs, dont le 1^{er} relayeur doit être une féminine - Départ 10h, engagement 15€ ; Tous les renseignements sur www.relaisdupanbagnat.com -

LA MOUGINOISE 6 - 11,5KM MOUGINS étang de font merle (06)

DIMANCHE 11/11/2018 - **Organisateur** : Lopez Gérard : e-mail gerard-lopez-structure@wanadoo.fr - 06.11.91.25.09 - 04.93.47.53.40 - 06cannes@foulees.com - Inscriptions soit : Par courrier à l'adresse : Foulées Cannes Mandelieu 131 Avenue Maréchal Lyautey 06210 ZAC la Canardière Mandelieu, Sur le site www.timingzone.com , pas d'inscription sur place le jour même- Course limitée à 350 coureurs ; Course enfants 1,1Km et 2,55Km : départ 9h et 9h15 4€ - Cross 3Km et 5,5Km: départ 10h30 engagement 8€ - Cross 11,5Km: départ 11h engagement 11 €.

LA COURSE DES VIGNES 7 - 10.5 KM LA CADIERE D'AZUR (83)

DIMANCHE 11/11/2018 - **Organisateur** : Mairie de La Cadière d'Azur 04.94.98.25.25 - infos tarifs et inscriptions : www.ot-lacadieredazur.fr tourismecadiere@orange.fr - Inscriptions Office de Tourisme 04.94.90.12.56 ; otsicad@free.fr en ligne sur www.kms.fr et sur place le matin - règlement sur www.lacadieredazur.fr -

TRAIL des gorges du CARAMY 26KM et montée St Probase 12KM TOURVES (83)

DIMANCHE 11/11/2018 - **Organisateur** : La Foulée Tourvaine - Contact : 06.03.02.17.57Le trail des Gorges de CARAMY et Montée Saint Probase par retour bulletin ou téléchargeable sur <http://lafouleetourvaine.free.fr> ; par mail lafouleetourvaine@orange.fr ; en ligne sur www.sporttips.fr ; sur place le jour même (+ 2 €) - Départ trail 26KM: 8h45 Engagement : 22 puis 25€ - Montée SAINT PROBACE départ 9h engagement 12€ et 15 sur place. Restauration incluse sauf si inscription après le 9/11

CROSS DU LARVOTTO 3 - 4 - 5 - 6,3 KM MONACO

DIMANCHE 18/11/2018 - **Organisateur** : AS Monaco Athlétisme - Contact : 377.92.05.40.66 fma@fma.mc - Toutes infos sur Site : www.fma.mc - <http://asmonaco.athle.org/>

COURSE DES TROIS VILLAGES 18,6KM BARGEMON (83)

DIMANCHE 18/11/2018 - **Organisateur** : Bargemon Multi Sports 04.94.47.81.73 - Inscriptions : Yves Segura 06.62.74.66.76 ; e-mail : yvessegural@gmail.com ; sur le site de <http://bargemon-multi-sports.fr> www.lesportif.com et le jour même - Départs et arrivée salle polyvalente André Delpuis BARGEMON : marcheurs 8h30 ; coureurs 9h30 - Engagement : 10€ course hors repas . repas 10€ **Pour l'organisation des repas, s'inscrire avant le 10/11**

LA BOUCLE BERLUGANE 9 KM BEAULIEU sur mer (06)

DIMANCHE 18/11/2018 - **Organisateur** : Beaulieu Athlétisme Club et le Service des Sports - Contact : Grégory Petitjean 06.83.73.70.82- Inscriptions : Bureau des Sports : 04.93.01.32.31 ou par retour bulletin d'inscription à : bureau service jeunesse et sport, boucles Berluganes, rue Jean Gastaut 06310 Beaulieu. Engagement 10€ départ à 8h30 - Courses gratuites pour enfants de 3 à 12 ans - Site : www.beaulieuendurance.fr

CROSS DE LA SEYNE LA SEYNE SUR MER Fabrégas (83)

DIMANCHE 18/11/2018 - **Organisateur** : CSMS Athlétisme - Contact ; site : <http://csms.athle.com> - 09.67.48.16.49 Pascal 06 88 97 36 44 - pascal.boutreau@orange.fr Valérie 06 73 17 06 40 - valo.boutreau@orange.fr Mail du CSMS : Athlé - csmsathle@gmail.com infos et inscriptions sur www.csmseynoies.fr

CALENDRIER DES COURSES OCTOBRE 2018 à JANVIER 2019

En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon

LA 83430 **6 et 12,6 KM** **SAINT MANDRIER (83)**

DIMANCHE 18/11/2018 - Organisateur : La Mairie de St Mandrier – rblanc@ville-saintmandrier.fr
Renseignement : office du tourisme: ☎ 04.94.63.61.69 – 04.94.11.51.75; par mail : courirasaintmandrier@gmail.com ; par retour bulletin ou téléchargeable sur www.ville-saintmandrier.fr (rubrique Office de Tourisme) Départ 10h 12€

LOU TRAIL DES ROUCASSIERO **8,3 - 13,5 KM** **LE TIGNET (06)**

DIMANCHE 18/11/2018 - Organisateur : Le Tignet course à pied – regine.06@orange.fr
Renseignements sur www.letignetcourseapied.com : Joël Lejeune ☎06.10.48.88.82 ; email : tignetcourseapied@gmail.com
Inscriptions UNIQUEMENT en ligne sur le site : www.running06.com limité à 250 coureurs sur le 16 et 200 sur le 8,3km, inscriptions sur place possible – Départ : 9h00 du stade pour le 13,5 et 9h30 pour le 8. Engagement : 17€ puis 22 après le 15/10 pour le 13,5 et 13€ et 17 après le 15/10 pour le 8 - pasta party offerte aux participants.

NO FINISH LINE - TROPHEE 24 HEURES **MONACO**

DU SAMEDI 10 AU DIMANCHE 18/11 - Organisateur : Children Future – Contact : philippe@nofinishline.com ☎ 377.92.16.59.03 Inscriptions : par ☎06.07.93.50.81 et ☎06.80.8635.57 ; bulletin téléchargeable sur www.nofinishline.com (+ tous les renseignements de cette épreuve sur ce site). Il s'agit d'une épreuve de 24h, marche et course, organisée dans le cadre de la No Finish Line, épreuve non stop de 8 jours et 8 nuits au cours de laquelle chacun peut venir 1 fois ou 15 fois durant la semaine au chapiteau de Fontvieille, 1 h ou 35 heures, seul ou en équipe, Notre association s'engage à reverser 1€/km parcouru pour des projets en faveur d'enfants, en 2014, 12500 inscrits,

VITRAIL **annulée** **MANDELIEU (06)**

DIMANCHE 25/11/2018 - Organisateur : 06Cannes@foulées.com 04.93.47.53.40

TRAIL DES CAPS **16 - 36KM** **CAVALAIRE/MER(83)**

DIMANCHE 25/11/2018 - Organisateur : ☎06.07.68.97.37 ; e-mail : cap-orn@orange.fr Inscriptions sur site www.cap-orn.org et mail cap-orn@orange.fr . Transport en bus de Cavalaire départ de la maison de la mer à 8H30 pour le 36km et départ de la course à 9h30 de la plage des Canoubiers à St Tropez, engagement : 40€ plus 10 si transport bus et 50 plus 10 si bus à partir du 14/11. Transport en bus de Cavalaire départ de la maison de la mer à 9H45 pour le 16km et départ de la course à 10h30 plage de l'Escalet à Ramatuelle, engagement : 20€ plus 7 si transport bus et 30 plus 7 si bus après 14/11.

L'AYGUADOISE **5 et 10 KM** **HYERES L'AYGUADE (83)**

DIMANCHE 25/11/2018 - Organisateur : ☎06.74.85.29.76 ; e-mail : sylgwen2@aol.com
www.hyeres.asptt.com asptt-hyeres@wanadoo.fr renseignements au 04.94.66.44.45 et sur www.ayguadoise.asptt.com, inscriptions sur site ou www.sporttips.fr ou au magasin Décathlon La Garde ou le jour même place Daviddi de 8h30 à 9h30. Engagement 14€ et 16 sur place. Départ 10h plage l'ayguade, course en bord de mer

28° tour de CAP D'AIL **10 et 19KM** **CAP D'AIL (06)**

DIMANCHE 25/11/2018 - Organisateur : capdail-macadam guy.duvoid@sfr.fr - Renseignements : ☎04.93.35.87.65 Inscriptions sur www.chronosport.fr ou par courrier ou à Décathlon Monaco rayon running ou sur place le jour même si dossards dispos. 19km départ 9h15 engagement 16€ - 10km départ 10h15 engagement 12€ . Départs et arrivées plage marquet. Veuillez vérifier les heures de départs.

Trail Event Les Saint Cyriennes **10 - 17 - 28 KM** **SAINT CYR SUR MER (83)**

DIMANCHE 25/11/2018 - Organisateur : Contact : lessaintcyriennes@yahoo.fr davidcesca@sfr.fr ☎ 06.73.18.55.92 Inscription : par retour bulletin ou téléchargeable www.trail-event-saintcyrsummer.fr avant le 20/11 et sur www.sporttips.fr - Départs du port des Lecques quai Gelu : départ 8h30 le 28km, 9h le 17, 9h15 le 10 - Engagement : 10km 10€ jusqu'au 1/11 15€ après - 17km : 18€ et 25€ après le 1/11 - 28km : 29€ et 35€ après le 1/11 - Toutes infos sur le site

Panettone trail de Berre-les-Alpes **17 - 30 KM** **BERRE LES ALPES (06)**

DIMANCHE 25/11/2018 - Organisateur : ☎06.13.76.05.44 teampanettonetrail@gmail.com
www.facebook.com/PanettoneTraildeberre/ Départ place de Berre inscriptions sur www.timingzone.com Départ du 17 km les arbusiers à 10h engagement 15€ paella offerte . Départ du 30 km La Potiade à 9h engagement 25€ paella offerte

DECEMBRE 2018

NOEL MAGIC RUN **6 et 10 KM** **CENTRE VILLE HYERES (83)**

DIMANCHE 02/12/2018 - Organisateur : ☎04.94.23.59.50 toulon@enduranceshop.com Pas de réponse d'Endurance shop Veuillez vous renseigner sur site : www.hyeresrunningdays.com

CALENDRIER DES COURSES OCTOBRE 2018 à JANVIER 2019

En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon

TRAIL DU SOLEIL LEVENS 8,7 - 15,2 et 30KM LEVENS (06)

DIMANCHE 02/12/2018 - Organisateur : contact benjamin.nast@edhec.com 06.59.46.60.97
contact-trail-soleil-levens@raidedhec.com ☎06.34.25.12.47, Pierre Yves Gaillou site : www.raidedhec.com Inscriptions sur le site et sur www.sportif.com

CROSS DES ILES 9,9KM CANNES (06)

DIMANCHE 02/12/2018 - Organisateur : A.C. Cannes - Renseignements : par contact ac.cannes@wanadoo.fr ☎ 04.93.47.03.54 -Inscriptions par retour bulletin ou téléchargeable sur <http://www.athle-cannes.com> ou en ligne sur www.sport-up.fr - pas d'inscription par téléphone - Payant pour les non licenciés - Nombreuses courses, sur des distances variées selon les catégories.

TRAIL DE NOEL LA TURBIE 10 - 20 - 30KM LA TURBIE (06)

DIMANCHE 9/12/2018 - Organisateur : - Renseignements : Contact : coach@cedric-amand.com ☎ 06.27.87.90.55 toutes infos sur www.trail-laturbie-06.com Lien vers inscriptions : www.booking.azurtriathlon.com . De 7h à 8h45 : Retrait des dossards, 7h30 : Départ Marche Sportive - le Pèlerinage du Sanctuaire 20km (départ directement au Sanctuaire de Laghet où vous devez vous rendre par vos propres moyens), 8h : Départ la Via Roma - Trail 30km (**Attention** : départ fictif à La Turbie 7h40 - départ réel 8h au Sanctuaire de Laghet). 8h : Départ Marche Sportive le tracé d'Auguste - Marche 10km (Départ à La Turbie), 8h30 : Départ le Pèlerinage du Sanctuaire - Trail 20km individuel et par équipe de 2 (**Attention** : départ fictif à La Turbie 8h10 - départ réel 8h30 au Sanctuaire de Laghet, 9h : Départ la course d'Auguste - Trail 10km. Inscriptions : Par internet sur site, Par courrier : renvoyer le bulletin FLYER dûment rempli à : Association Azur TriAthle TEAM - 3 rue centrale 06440 Peille, accompagné de votre chèque à l'ordre de "Azur TriAthle TEAM". Engagement : Trail de 30km : 35 euros -Trail de 20km : 25 euros - Tarif Trail de 20km par équipe de deux : 50 euros (soit 25 euros/personne - Trail de 10km : 20 euros - Les randonnées sportives 10km ou 20km : 20 euros

Cross courir pour LES DROITS HUMAINS 1-4-11Km SOPHIA ANTIPOLIS (06)

DIMANCHE 09/12/2018 - Organisateur : - Contact crossamnesty@yahoo.fr : ☎ 06.24.46.16.15 - Inscriptions en ligne sur <http://crossamnesty.org/> : - Nom de la course : Cross Courir pour les Droits Humains (33ème édition)- Les inscriptions peuvent se faire sur le site web (<http://crossamnesty.org/>), par courrier (Amnesty International - 288 Chemin Saint Claude - 06600 Antibes), par mail (crossamnesty@yahoo.fr) des renseignements peuvent être obtenus au 06.24.46.16.15 - Lieu : Valbonne Sophia Antipolis, départ de la Ferme Bermond (1 rue de la Vigne Haute, 06250 Valbonne)- Horaires : départ 1Km enfants : 10H00, départ 4Kms : 10H30, départ 11 Kms : 11H15)- Engagement : 10€ avec pré-inscription et paiement sur site Web, 12€ sur place- Le 11Km est inscrit au Challenge 06 du CDCHS06 - Nombreux lots pour les coureurs mis à disposition par les partenaires du cross- Buvette sur place **infos départs et engagement à vérifier sur site**

TRAIL DE NOËL & la trace des lutins 16 KM et 26 KM OLLIOULES (83)

DIMANCHE 09/12/2018 - Organisateur : Trail Club d'Ollioules tco83@free.fr ☎ 06.13.72.18.15 - 06.76.67.49.48 - Inscriptions sur www.traildenoel.tco83.fr avant le 05/12 ; en ligne sur www.chronosports.fr - 2 épreuves pour un Départ commun : 9h00 du centre-ville - Engagement : 20€ avant le 5/12 puis 25€ après (Trace des Lutins 16km) ; 54€ le 26km par équipe de 2 coureurs (27€ par coureurs) 60€ (30 par coureur après le 5/12) - Equipement trail obligatoire sur le 29 (sifflet, tel, couv/survie, etc)

CROSS DU PAYS DE FAYENCE 1,4 6 ,9 et 9 KM MONTAUROUX (83)

DIMANCHE 09/12/2018 - Organisateur : E.P.F. contact@epfathle.fr - ☎ 06.71.22.63.24 - Informations sur : www.running06.com <http://epfathle.free.fr>, inscriptions sur www.le-sportif.com Cross départ 10h. Engagement 10€ et 12 sur place. Course des As 9km départ 12h45 et course des As Féminines avec juniors Masculins, 5,18 km départ 12h15 Inscription par retour bulletin sur flyer, par mail, ou sur site.

LA FOULEE NOCTURNE 5,4 KM BANDOL (83)

SAMEDI 14/12/2018 - Organisateur : Courir pour le Téléthon - Contact : ☎06.09.88.84.06 fouleesbandol83@gmail.com - www.fouleesbandolaises.com . Inscriptions sur le site Le départ est à **19h** sur du port devant la Mairie version NOEL . Parcours ouvert à toutes et tous, coureurs comme marcheurs. Tarif : 12 € , puis 15€ sur place dans la limite des dossards dispos) .

GRASSE PAR RUES ET PARFUMS 7,5KM GRASSE (06)

SAMEDI 15/12/2018 - Organisateur : - Contact Coyottes.grasse@laposte.net : ☎ 06.16.61.54.04 Gilles Rondoni 04.97.05.54.50 www.facebook.com/coyottes.grasse Départ 7,5km 18h Bd du jeu de ballon, engagement 7€ Course enfants 1km départ 16h et 16h30 pour le 2km de la place Aires

CALENDRIER DES COURSES OCTOBRE 2018 à JANVIER 2019

En rouge : courses comptant pour les Challenges Spiridon

U GIRU DE NATALE 10 KM MONACO

DIMANCHE 16/12/2018 - Organisateur : A.S.S.P.de Monaco - Contact asspmc@aol.com :
☎06.13.21.33.87 - site www.ugirudenatale.com Inscriptions : 15€ frais d'inscription e en ligne sur www.le-sportif.com ;
15€ chez Planet Jogging à Nice ou City Sport Center à Monaco avant le 13/12 - Départ : 10h30 - Inscriptions sur place port
Hercule les vendredi 14 et samedi 15 de 10h à 17h, 20€ en numéraire dans la limite des dossards dispo (limité à 2100
participants) Course poussins à 9h et Benjamins et minimes à 9h30 Attention . Départ arrivée port Hercule

Hyeres running days courses et marche Nordique- trail de 22km,etc HYERES (83)

8/9/15/16/12/2018 - Organisateur : ☎04.94.23.59.50 toulon@enduranceshop.com
www.hyeresrunningdays.com toutes infos et inscriptions sur ce site

LOU MOUNTA CALA 10 KM VILLEFRANCHE (06)

DIMANCHE 16/12/2018 - Mail charlyrigouchi@gmail.com :Inscription : Par téléphone ☎ 04.93.76.33.51 ou
06.13.09.72.50 WEEJOOEE of course Bd Victor Hugo NICE., par courrier à : Sacré Cœur 3 Avenue du Général DE
GAULLE Villefranche sur Mer . 10 km Départ 9H30 au fond de la plage des marinières . Engagement : 15€ et à 11H »à,
bain de Noel avec distribution de vin chaud et friandises

Christmasrun de Cavalaire 3 - 5 et 10 KM CAVALAIRE SUR MER (83)

DIMANCHE 16/12/2018 - Organisateur : Cap'orn Organisation 04.93.26.19.12 -
<http://www.christmasrun.fr> www.azurrunningtour.org www.sport-up.fr Inscriptions ; par mail : mail@azur6sport.org
cap-orn@orange.fr; en ligne sur www.cap-orn.org **Aucune info au 20/09 veuillez vous renseigner sur les sites**

La corrida de Saint Paul 9km e 2 boucles SAINT PAUL DE VENCE (06)

SAMEDI 29/12/2018 - Organisateur : - Contact david.barrois@hotmail.fr 06.20.66.43.20 : Course sur
route, départ dans le village place du jeu de boule distance entre 9km en 2 boucles. Départ 10h engagement 12€ tee shirt et
socca compris. Course enfants, départ 10h30. Départ course enfants de 7 à 11ans à 9h30 infos sur site :
www.lacorridadesaintpaul.org

JANVIER 2019 seules les dates et KM sont certifiés

SNOW TRAIL DU NOUVEL AN 9,5 KM D+360m VALBERG (06)

MARDI 01/01 2019 - Organisateur : Club des Sports des Portes du Mercantour - Inscriptions : Office du
Tourisme - www.valbergtrail.com ou valbergtrail@gmail.com - mail koppe.jean-loup@orange.fr ☎ 04.93025245 ou
06.18.94.20.94 07 78 19 05 12 Départ : en bas du Garibeuil face à l'ESF suivant libération des pistes - Engagement : ??€ -
Lampe frontale obligatoire.

PROM CLASSIC 10 KM NICE (06)

DIMANCHE 06/01 2019 - Organisateur : Azur Sport Organisation - Renseignements : ☎ 04.93.26.19.40
- mail@azur-sport.org Inscriptions : bulletin téléchargeable et/ou en ligne sur www.promclassic.com - **Départ commun** :
9h00 en 6 vagues Retour de la course sur la PROM- Engagement : ??€ du 21/10/2018 au 04/01/2019 uniquement sur
internet : - **Attention** : **Aucune inscription sur place, par mail, fax ou téléphone** - Limitée à 10000 participants.

THE CORREN'S TRAIL 9 - 14 KM CORRENS (83)

DIMANCHE 06/01 2019 - Organisateur : Contact: ☎ 06.85.12.68.85 ; par Email
m.dumesny@hotmail.fr. Course de 9 et 14Km départ ??h engagement ??€. www.timingzone.com et chronométrage à
puces. Infos: Site internet: <https://correnssportnature.wordpress.com/> et page face book :
<https://www.facebook.com/Correns-Sport-Nature-564787606988541/?ref=bookmarks>

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

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

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



MARCHE U

85/87 rue de France 06000 NICE
57 av. Ste Marguerite 06200 NICE
1 rue du 8 mai 1945 06130 BEAULIEU

Les jardineries PETRUCCIOLI
208 route de Grenoble 06200 NICE

IVS PARODIS

Parc d'Activité Logistique zone 9
06200 NICE SAINT ISIDORE

WEJOGG.COM

of course
19 avenue Jean Médecin NICE

COFIDEX

Expertise Comptable
31 rue de Paris 06000 NICE

LTD SERIGRAPHIE

31 av. du Dr Lefebvre
06270 VILLENEUVE LOUBET

Carrosserie RAMELLA

58 bd René Cassin 06200 NICE

KENNEDY COIFFURE

63 av. Ste Marguerite
256 av. de la Californie
06200 NICE

RIVIERA SERVICES

Espace Carros Z.I. 06510 CARROS

BAGUETTES D'ARGENT

26 rue d'Angleterre 06000 NICE