

DECEMBRE

- **Trail de Noël aux Saisies le dimanche 15 décembre** par Dominique Castelnau

Parcours 30kms, en réel 27,8 kms avec beaucoup de parties de neige non damée

7ème et 1er V2 **Philippe CLARET** en 2h43mn07

19ème **Emmanuel GAUCHER** en 2h58'59

Parcours 10kms, en réel 11,8 kms D+ 500m avec presque 2,5kms en neige non damée (gobelets) enfoncement très varié ,chutes nombreuses ,du spectacle et quelques "rallies" de la part de beaucoup de concurrents

1er **Nathan JOVET** ex aequo avec Gilles Segris en 57mn55

28ème et 3ème femme **Perrine BOURGEOIS** en 1h16mn43

50ème et 3ème cadet **Théo LEUNIS** en 1h23mn22

101ème **Dominique CASTELNAU** en 1h35mn05

165ème **Corinne GODIN** en 2h01mn44

170ème **Christelle KERJEAN** en 2h03mn05

Les résultats : <http://www.sports-lessaisies.com/fr/trail/resultats-des-courses-trail-noel-les-saisies-290.html>

- **Corrida des lumières à Aix les Bains le samedi 14 décembre**

6ème édition de cette corrida , comme d'habitude beaucoup de monde avec des africains au départ .
Température idéale (2-3 degrés) , parcours sec .

Chez les femmes , 1ère Magali Bernard de Grenoble devant les africaines .

Chez les hommes 7,2kms 1er Benjamin Cherruyiot kényan d'Aix les Bains .

68ème **Fabien MINGEON** en 26'51 (24sec en moins qu'en 2012)

315ème **Philippe BOUVET** en 39'12

Les résultats : <http://www.nicolaclusaz.com/wp-content/uploads/2013/12/7.5.pdf>

- **Saintélyon le samedi 07 décembre**

60ème édition pour cette course de 75kms dont le départ a lieu à minuit . Cette année , les températures étaient fraîches et le terrain glissant .

Sur la Saintexpress 46kms

1539ème et 22ème V2 **Nathalie RUFFIER** en 6h51'16

Les résultats sur : <http://saintelyon.livetrail.net/passages.php>

- **FestiTrail d'Autrans (38) le samedi 07 décembre**

Premier trail blanc de l'hiver avec 2 parcours au programme (24kms et 12kms)

Sur le 24kms

1er **Alexandre DAUM** en 2h02'26

22ème **Sam MORRIS** en 2h32'00

Les résultats : <http://www.festitrail-autrans.com/Festitrail2013-24kms-hommes.pdf>

NOVEMBRE

- **Corrida Albertville le samedi 23 novembre**

Comme en 2010 , la corrida a été annulée à cause de la neige

- **Marathon du Beaujolais à Fleurie le samedi 23 novembre**

Première expérience pour Bernard sur marathon , parcours avec 340m de dénivelé+ et 450m de dénivelé- .
1672 classés sur le Marathon
108ème et 21ème V2 **Bernard BLANC** en 3h20'47 (temps puce)
Sur le semi marathon 2819 classés
2293ème **Roseline BLANC** en 2h17'05

Les résultats :

http://www.terrederunning.com/medias/news_medias/215/MARATHON_Scratch_Puce.pdf

- **La Sange Run à St Jean d'Arvey le dimanche 17 novembre**

Dernier trail de l'année en Savoie , avec 2 parcours : un 22km avec 1350m de dénivelé+ et 11km avec 550m de dénivelé+ .

Sur le 22km du Mont Peney :

115ème **Marie Pierre CHENU** en 3h32mn31

Sur le 11km Petit Sangerin :

83ème **Dominique CASTELNAU** en 1h29mn57 , 105ème **Corinne GODIN** en 1h56mn11

Les résultats : <http://www.courzyvite.fr/13Resultats/TrailSangerun2013.pdf>

- **Trail des Brosses à Chantraine le dimanche 17 novembre**

Dans les Vosges , sur ce trail de 35kms avec 1150m de dénivelé+ .

1er **Alexandre DAUM** en 2h42mn19 , 6 minutes d'avance sur le 2ème qui avait fini 4ème à la 6000D

Les résultats : http://media.wix.com/ugd/ab8acf_22db76a2e0274c548d77f191018f53b8.pdf

- **Cross Bayard à Pontcharra le dimanche 17 novembre**

Course Hommes 8,1kms :

15ème et 3ème V1 **Marc MAROUD** en 28'40

Course Femmes 4,6kms :

5ème **Stéphanie DUC** en 17'48

Les résultats : <http://courzyvite.fr/13Resultats/CrossPonchara2013.pdf>

- **Trail de Montagnole le dimanche 10 novembre**

Pour la 6ème édition de ce trail , le tracé a été modifié suite aux fortes pluies et à la neige présente sur le sommet du parcours . Une boucle de 10kms à effectuer 2 fois avec des sentiers transformés en ruisseau .

24ème **Emmanuel GAUCHER** en 1h55'06

40ème **Sam MORRIS** en 1h58'27

46ème **Joel PELLICIER** en 1h59'38 qui s'est perdu

232ème **Laurent EMPRIN** en 2h30'21

Les résultats : http://www.trail-de-montagnole.com/documents/resultats/traildemontagnole_scratch2013.pdf

- **Le Cross de la Tarine le samedi 02 novembre**

Pour le cross organisé par le club , 170 coureurs au départ sous une météo médiocre , la pluie a cessé juste avant les courses .

Course 1 Eveil Athlétique 500m :

2ème **Guerlin GAUCHER** en 2'25 / 4ème **Anton COUX** en 02'30 / 14ème **Thomas TERRAZ** en 3'02

Course 2 Poussins 1000m :

3ème Yann BONNEFOND en 04'31 / 5ème Norris PELLICIER en 04'39
11ème Pierre CHAVARD en 4'51 / 16ème et 3ème fille Tiffanie BOCH en 4'59
23ème Kylian BARINGO en 5'14 / 31ème Brice EMERY en 5'38
34ème et 12ème fille Léane VIVET GROS en 5'45 / 35ème Antoine LECOMTE en 5'50

Course 3 Benjamins Minimes F 2000m :

9ème Loan PELLICIER en 9'23 / 19ème Julian COUX en 10'06

Course 4 Minimes H et Cadets 2700m :

6ème Tom JOVET en 11'23 / 23ème Thomas LESOING en 16'01

Course 5 femmes 5,4kms :

1ère Stéphanie DUC en 23'06 (3ème victoire d'affilée) / 4ème Cécile CAULLIREAU en 27'33

Course 6 Hommes 6,8kms :

1er Sébastien FAYOLLE en 25'31 (3ème victoire d'affilée)
3ème et 2ème V1 Marc MAROUD en 26'18 / 10ème Fabien MINGEON en 28'57
19ème et 1er V2 Daniel ARPIN en 32'17 / 20ème et 4ème junior Tom PONCET en 32'23
22ème et 1er V3 Yvon VIAL en 32'45 / 28ème et 3ème V2 Philippe BOUVET en 42'40

OCTOBRE

- **La Chambérienne le samedi 26 octobre**

Cette course se déroulait cette année en nocturne avec un départ à 18h30

Sur le 10kms avec 300m de dénivelé +

3ème et 1er cadet Nathan JOVET en 46'48 / 153ème Matthieu LESOING en 1h11'59
155ème Gwendoline MAROUD en 1h12'05 / 166ème Dominique CASTELNAU en 1h13'13
262ème Corinne GODIN en 1h23'47

Sur le 21kms avec 950m de dénivelé + :

25ème et 2ème V2 Jean Jacques BIDEAU en 1h58'22 / 29ème et 3ème V2 Yves PAYN en 1h59'06
38ème Marc MAROUD en 2h00'18 qui s'est perdu / 241ème Philippe LESOING en 2h45'43
282ème et 3ème V3 Georges CRESSEND en 3h17'23
292ème et 1ère V2 Nathalie RUFFIER en 3h28'52 / 293ème Murielle LESOING en 3h28'53

Les résultats : <http://lachamberienne.com/resultats-30.html>

- **Festival des templiers à Millau du vendredi 25 au dimanche 27 octobre**

C'est 12 courses qui sont au programme de l'évènement annuel du trail en France avec plus de 8000 coureurs présents .

Sur l'**ENDURANCE TRAIL** de 97,8 kms avec 4600m de dénivelé + , départ vendredi à 4h du matin
Bernard BLANC a abandonné (dernier pointage km 74,2 il était 93ème et 7ème V2 en 10h04)

Sur la **MONNA LISA** de 27kms avec 1100m de dénivelé + , départ samedi à 12h15

3ème au scratch et 1ère femme **Stéphanie DUC** en 2h42mn06

414ème **Roseline BLANC** en 5h03mn27

Sur le **MARATHON DES CAUSSES** de 37kms avec 1700m de dénivelé + , départ samedi à 13h15

190ème et 15ème femme **Aurélié DAUM** en 4h43mn17

Sur le **GRAND TRAIL DES TEMPLIERS** 73kms avec 3400m de dénivelé + , départ dimanche à 5h15

17ème comme l'année dernière **Alexandre DAUM** en 7h41mn45

Les résultats : <http://www.vo2.fr/actualite/trail-festival-des-templiers-2013-les-resultats-des-courses-26102013-7855.html>

- **Les relais de Moutiers le dimanche 20 octobre**

Sous les nuages a eu lieu cette course où seulement 25 équipes de 2 coureurs étaient au départ .

Chaque coureur devait faire (800m et 2 X 2100m) pour un total de 10km :

3 coureurs du club étaient présents :

4ème et 1ère équipe mixte **Nathan JOVET** et Maylis Mercat en 37'00

5ème Mathieu Nombret et **Fabien MINGEON** en 38'22

20ème **Cindy COMBAZ** et Simon Luttier en 51'26

Les résultats :

http://club.quomodo.com/asmoutiers/les_relais_de_moutiers_/resultat_des_relais_de_moutiers_2013.html

Grande course du lac à Aix les Bains le dimanche 20 octobre

C'est sous une météo exécrationnelle (fortes pluies et orages) qu'a eu lieu ce trail de 57kms avec 1700m de dénivelé + , dont le parcours fait le tour du lac du Bourget .

8ème **Emmanuel GAUCHER** en 5h48mn03 sur 85 classés

Les résultats :

http://www.grandcoursedulac.com/fichiers_site/a1762gra/contenu_pages/Categories.pdf

Kilomètre vertical de Fully (Suisse) le samedi 19 octobre

C'est sous la chaleur qu'avait lieu ce kilomètre vertical de 1,9kms pour 1000m de dénivelé + , le plus raide au monde sur le tracé d'un ancien funiculaire , et l'un des plus relevé .

Course remporté par l'italien Urban Zemmer en 30'54

99ème **Sébastien FAYOLLE** en 40'54 , il a souffert à cause de la chaleur et de la forte pente .

Les résultats : <http://www.mso-chrono.ch/results/257-kilometre-vertical-de-fully/2465/categorie>

La diagonale de fous à la Réunion du jeudi 17 au dimanche 20 octobre

Après avoir fini l'UTMB , **Bernard VINSON** était à la Réunion pour cet ultra trail (l'un des plus difficile au monde) avec 163,5kms et quasiment 10 000m de dénivelé + .

Il se classe 703ème en 50h54mn53

Plus d'infos : <http://coureurs-grandraid.sfr.re/scratch.jsp?dossard=1706>

Les 10 kms de st Jean de Maurienne le dimanche 13 octobre

Sur ce 10kms , 118 coureurs au départ .

85ème **Philippe BOUVET** en 52'28

Les résultats : <http://bases.athle.com/asp.net/liste.aspx?>

[frmbase=resultats&frmmode=1&frmespace=0&frmcompetition=128948](http://bases.athle.com/asp.net/liste.aspx?frmbase=resultats&frmmode=1&frmespace=0&frmcompetition=128948)

Les foulées nature du crossey à st Etienne du Crossey le dimanche 13 octobre

Ce week-end avait lieu la sortie club avec un déplacement sur 2 jours :

Samedi :

Départ à 13h d'Aime du bus , direction Voiron pour une partie « endiablée » de laser game .

18h Départ vers notre gîte avec des chambres de 13 et 15 personnes .

Après un bon repas sous un chapiteau , la nuit fût plutôt agitée avec de la musique d'un anniversaire .

Dimanche :

Avec une météo fraîche et humide , un 28kms , 14kms , 8kms et les courses des enfants .

Beaucoup de podiums dans toutes les catégories .

Après le pique-nique , visite intéressante du musée du monastère de st Pierre en Chartreuse .

Sur le Trail 28kms avec 1000m de déniv + :

1er et 1er V1 **Marc MAROUD** 2h06'02 / 12ème **Fabien MINGEON** 2h26'08

13ème et 1er V2 **Jean Jacques BIDEAU** 2h26'15 / 14ème et 2ème V2 **Yves PAYN** 2h27'44

20ème et 3ème V2 **Jean Marie GERMAIN** 2h30'17 / 23ème **Roland BONNEFOND** en 2h35'39

31ème et 4ème V2 **Bernard BLANC** 2h39'53 / 39ème et 2ème V3 **Yvon VIAL** 2h42'57

54ème **Jean Christophe MARTINEZ** 2h50'39 / 89ème **Eric ANXIONNAZ** 3h06'16

125ème **Philippe LESOING** 3h25'07 / 143ème **Georges CRESSEND** 3h47'02

Sur le mini trail de 14kms avec 450m de déniv + :

1er **Sébastien FAYOLLE** 57'01 / 44ème 2ème femme et 1ère sénior **Cécile CAULLIREAU** 1h21'35

62ème **Hervé JANIN** 1h25'48 / 94ème **Marie Pierre CHENU** 1h33'00

111ème **Gwendoline MAROUD** 1h36'40 / 122ème **Céline BONNEFOND** 1h37'35

138ème **Magali ANXIONNAZ** 1h40'14 / 142ème **Dominique CASTELNAU** 1h40'36
145ème **Nathalie RUFFIER** 1h41'18 / 152ème et 2ème V2 **Roseline BLANC** 1h42'18
165ème **Marie Laure BRIANCON MARJOLLET** 1h44'16
167ème et 1er V3 **Gilbert NOGUES** 1h44'53 / 171ème **Céline FAYOLLE** 1h45'51
179ème **Murielle LESOING** 1h48'05 / 183ème **Christelle KERJEAN** 1h51'31
190ème **Corinne GODIN** 2h02'39 / 191ème et 2ème V3 **Jean Paul DURAIN** 2h02'41
Olivier LECOMTE abandon blessure

Sur le 3,5kms minime :

2ème **Tom LECOMTE** 12'02 / 10ème **Thomas LESOING** 16'34

13ème et 4ème fille **Julie CHENU** 18'12

Sur le 2,5kms benjamin :

24ème **Nicolas CHENU** 12'10 / 38ème **Marie BONNEFOND** 13'14 / 43ème **Samuel MINGEON** 14'51

Sur le 1,5kms poussin né en 2002 :

1er **Loan PELLICIER** 3'19 / 7ème **Julian COUX** 4'20

Sur le 1,5kms poussin né en 2003 : 1er **Yann BONNEFOND** 5'17

Sur le 1km né en 2004 : 1er **Norris PELLICIER** 4'21 / 9ème **Max LECOMTE** 5'56

Sur le 1km né en 2005 : 5ème **Anton COUX** 6'25

Sur le 0,5 km né en 2007 : 4ème et 3ème garçon **Clément COUX** 4'40

Les résultats : [http://www.soudecrossey.fr/lesou/index.php?](http://www.soudecrossey.fr/lesou/index.php?option=com_content&view=article&id=19&Itemid=95)

[option=com_content&view=article&id=19&Itemid=95](http://www.soudecrossey.fr/lesou/index.php?option=com_content&view=article&id=19&Itemid=95)

Regarder aussi les photos sur le site de la course

- **La Ronde du bout du lac à Doussard le dimanche 13 octobre**

Sur cette course de 14kms au bord du lac d'Annecy :

3ème et 2ème V1 **Joel PELLICIER** en 52'17

134ème **Cindy COMBAZ** en 1h35mn00

Les résultats : <http://www.nicolaclusaz.com/wp-content/uploads/2013/10/14km.pdf>

- **La Chautagnarde à Chindrieux le dimanche 13 octobre**

Sur le 23,5kms avec 950m de dénivelé + : la course des Nants

60ème **Laurent EMPRIN** en 2h52mn55 (Première course avec le club)

Les résultats : <http://www.lachautagnarde.com/>

- **Foulées de Drumettaz le dimanche 06 octobre**

Pour la 31ème édition de cette classique pédestre en Savoie .

Sur le 10kms :

230ème **Philippe BOUVET** en 56'24

Les résultats : <http://www.fouleededrumettaz.com/classement.html>

- **Trail des Glières à Thorens Glières le dimanche 06 octobre**

Sur ce trail de 50kms avec 3000m de dénivelé + , 354 coureurs au départ .

180ème **Freddy OUGIER** en 8h04mn46

Les résultats : <http://www.nicolaclusaz.com/wp-content/uploads/2013/10/50km.pdf>

- **La Gapen'cimes à Gap le dimanche 06 octobre**

Ce week-end avait lieu le premier championnat de France de Trail , avec deux distances : un 24kms avec 1450m de dénivelé + et un 57kms avec 3200m de dénivelé + . Les meilleurs traileurs français étaient quasiment tous au départ .

Sur le trail court de 24kms remporté par Julien RANCON (3ème au championnat du monde)

15ème **Sébastien FAYOLLE** en 1h59mn05

20ème **Alexandre DAUM** en 2h01mn12

40ème et 8ème V1 **Marc MAROUD** en 2h06mn40
Sur le trail Long de 57kms remporté par Sébastien SPEHLER (vainqueur de la 6000D 2013)
36ème et 1ère femme **Stéphanie DUC** en 6h29mn28
Les résultats : <http://www.genialp.com/evenements/Gapencimes>

SEPTEMBRE

– Rainkopf Trail à La Bresse Hohneck le dimanche 29 septembre

Trail de 27 kms avec 1300m de dénivelé + dans les Vosges
83ème 4ème femme et 3ème sénior **Aurélié CROUVISIER DAUM** en 3h21'44
Les résultats : <http://clubalpin-hautes-vosges.jimdo.com/rkt-rainkopftrail-2013/classement-2013/>

– Trail des Aiguilles Rouges à Chamonix le dimanche 29 septembre

Pour ce trail de 52kms avec 4000m de déniv + avec un départ de Chamonix et l'arrivée à Vallorcine ,
643 coureurs au départ .
54ème et 2ème V2 **Bernard BLANC** en 8h38mn18 qui a gagné des places au fil de la course
Les résultats : <http://tar.livetrail.net/classement.php>

– Trail D'Albertville le dimanche 22 septembre

Grand beau temps et record de participants sur cette 9ème édition .
Sur **la Belle étoile 10kms** avec 600m dénivel + 193 arrivants :
16ème et 2ème V1 **Jean Claude LEFEBVRE** en 57'05
31ème **Théo LEUNIS** en 1h01'44
152ème et 1ère V2 **Noele LEUNIS** en 1h26'47
Sur **les balcons de Mercurey 21kms** avec 1270m de dénivel + 372 arrivants :
2ème ex-aequo **Sébastien FAYOLLE** et **Aurélien ROMANET** en 1h48'02 à 44 sec du vainqueur
Frédéric Thérissod .
19ème et 1ère femme **Stéphanie DUC** en 1h59'21
27ème et 1er V2 **Jean Marie GERMAIN** en 2h04'16
33ème et 2ème V2 **Jean Jacques BIDEAU** en 2h06'04
76ème et 1er V3 **Yvon VIAL** en 2h21'17
102ème 6ème femme 1ère V1 **Claude CHENAL** en 2h26'16
117ème 8ème femme **Flora ROMANET** en 2h29'14
206ème **Eric ANXIONNAZ** en 2h46'36
Sur **le Trail D'Albertville 34kms** avec 2500m de dénivel + 263 arrivants :
129ème **Fabien MINGEON** en 4h54'34 qui a eu un coup de moins bien dans la montée du parc au
mouton .
Les résultats : <http://caf.albertville.free.fr/php/spip.php?article236>

– Courir pour des pommes à St Romain en Jarez le dimanche 22 septembre

Pour participer au championnat de trail court à Gap , il faut faire une épreuve du TTN . Du coup Marc
était sur ce trail de 35kms avec 1230m de dénivel + .
5ème et 1er V1 **Marc MAROUD** en 2h38'28
Le site de la course : <http://courirpourdespommes.com/Index.htm>

– Dynafit MOONtain Races à Courchevel le mardi 17 septembre

Pour la 4ème et dernière épreuve de l'été à Courchevel 1650 sur ce trail de 9,3kms en nocturne avec une arrivée au refuge du Grand Plan .

51 coureurs au départ avec des températures fraîches et la neige au sommet .

33ème 4ème femme et 1ère V1 **Claude CHENAL** en 1h16mn55

Les résultats :

http://www.courchevelsportsalpinisme.fr/fileadmin/csa/Resultats_DMRC_2013/Resultats_DMRC_17_septembre_2013.pdf

- **Verticale du Grand Serre à Cholonge (38) le samedi 14 septembre**

Sur ce kilomètre vertical , le plus court de France 1,9kms pour 1000m de dénivelé + avec une arrivée à 2141m

5ème **Sébastien FAYOLLE** en 36'28 qui améliore son temps de Manigod de 2mn (38'28)

Le site de l'épreuve : <http://verticalgrandserre.free.fr/>

- **Tor des géants à Courmayeur du dimanche 8 au samedi 14 septembre**

On connaissait l'UTMB , La diagonale des fous , ... et bien voilà une autre course de « dingues » , Le Tor des Géants 330kms avec 24 000m de dénivelé + dans la Vallée D'Aoste . 705 coureurs au départ . Course remportée par Iker Karrera en 70h21

160ème **Claude SCHNEIDER** en 127h01mn03sec (soit 5 jours et 7h)

Un grand bravo , et bonne récupération .

Les résultats : <http://www.tordesgeants.it/live/app/webroot/classifica.htm>

- **Trail de Combe Bénite à Granier le dimanche 8 septembre**

Pour la 5ème édition de ce trail , de plus en plus d'inscrits , mais par contre une météo pas terrible comparée aux éditions précédentes et des chronos améliorés .

Parcours de 27kms 64 partants

1er **Aurélien ROMANET** qui conserve son titre en 2h41mn44 (13mn20 de moins qu'en 2012)

6ème **Marc MAROUD** en 2h59mn27 , 2ème V1

26ème **Fabien MINGEON** en 3h39mn51 (49mn51 de moins qu'en 2012 où il avait eu une insolation)

28ème **Yvon VIAL** en 3h42mn04 , 1er V3

36ème et 1ère femme **Flora ROMANET** en 3h50mn29 . Belle 1ère victoire

59ème **Philippe LESOING** en 4h39mn39 (40mn08 de moins qu'en 2012)

Parcours 19kms 84 partants

12ème **Jean Jacques BIDEAU** en 2h05mn06 , 1er V2 (39sec de moins qu'en 2012)

17ème **Jean Claude LEFEBVRE** en 2h14mn23 (4mn43 de moins qu'en 2012)

23ème **Freddy OUGIER** en 2h18mn17

31ème **Boris CHENAL** en 2h26mn21

32ème et 1ère femme **Claude CHENAL** en 2h27mn16

35ème **Jean Christophe MARTINEZ** en 2h29mn33

42ème **Eric ANXIONNAZ** en 2h36mn04 (11mn45 de moins qu'en 2012)

67ème **Dominique CASTELNAU** en 3h04mn25

71ème **Magali ANXIONNAZ** en 3h08mn01

78ème **Noelle LEUNIS** en 3h20mn09

80ème **Murielle LESOING** en 3h33mn45 (15mn35 de moins qu'en 2012)

81ème **Gwendoline MAROUD** en 3h33mn51

82ème **Sandrine MINGEON** en 3h47mn41 (1mn39 de moins qu'en 2012)

Corine GODIN abandon sur blessure

Bravo également à nos jeunes qui avaient leur course cette année et qui ont aussi fait des podiums .

Les résultats : <http://traildecombebenite.fr/index.php?lng=fr>

Ce samedi 7 septembre Céline REGERAT et Sébastien FAYOLLE se sont mariés .
Tous les membres du club leurs souhaitent du bonheur .



- **Ultra trail du Vercors à Villard de Lans le samedi 7 septembre**

Sur ce trail de 86kms avec 4500m de déniv. + , Stéphanie DUC et Alexandre DAUM participaient avec leur « Team » Terre de Running à cette course en relais de quatre coureurs .
2ème au scratch l'équipe avec **Alexandre DAUM** , F . ANTOLINOS , E . DAVID et J . MASCIOTRA
14ème et 1ère équipe féminine **Stéphanie DUC** , F . LEGAT , C . DEWALLE et **Aurélié DAUM** qui complétait l'équipe .

Le site de l'épreuve : http://www.ultratrailvercors.com/index.php?option=com_content&view=category&layout=blog&id=3&Itemid=30

Petit message de Bernard VINSON qui a fini l'UTMB

Le week-end a été bien rempli puisque j'ai eu la chance de participer à l'UTMB.
Les conditions météorologiques étaient excellentes, même s'il faisait froid la nuit sur les cols d'altitude.
Il y avait une ambiance formidable au départ comme à l'arrivée... Au départ, j'ai mis dix minutes pour quitter Chamonix (déjà que je ne vais pas vite...)
Mes nombreux déplacements ne m'ont pas permis de m'entraîner comme je l'aurai souhaité si bien que j'ai suivi les conseils de Jeannot : le repos sur les quinze derniers jours. Et cela a encore marché merci professeur ! Certes, je finis dans le milieu de tableau 1219 ième 180ième en V2 H, en 43 heures et X minutes, mais l'essentiel était de finir en bonne forme. Tout ceux qui franchissent l'arrivée, ont le sentiment d'avoir gagné et c'est cela, la magie de l'UTMB.
A l'arrivée, la foule était tellement dense que je ne savais pas dans quelle ruelle je devais me diriger !

Bref, des souvenirs pleins la tête pour de nombreux mois, un bon entrainement pour la diagonale des fous mi octobre :)
Sportivement et amicalement
Bernard
Dossard 4520

- **La 38ème Montée du Revard à Aix les Bains le dimanche 1er septembre**

3 distances au programme avec le traditionnel semi marathon , le 6ème trail de 18kms et la 3ème course de Montagne de 14kms .

Sur le trail : 9ème et 2ème femme **Stéphanie DUC** en 1h58mn14 à 3mn de la 1ère .

Les résultats : http://www.la-montee-du-revard.com/article.php3?id_article=78

AOUT

- **La TDS et L'UTMB à Chamonix du jeudi 29 aout au dimanche 1er septembre**

Ce week-end à Chamonix avait lieu l'UTMB et ses courses habituelles : la TDS et la CCC sous un beau soleil et des températures de saison .

Jedi sur la TDS de 119kms avec 7250m de dénivelé + avec un départ de Courmayeur à 7h :

Emmanuel GAUCHER a abandonné aux Contamines km 95,1 en 16h29 alors qu'il était 96ème

Vendredi sur l'UTMB de 168kms avec 9600m de dénivelé + avec un départ à 16h30

Bernard VINSON le termine en 43h35mn20 à la 1219ème place

Au départ il y avait 2469 partants et il y a eu 1686 arrivants .

Bravo à Bernard et à Emmanuel et bonne récupération .

Les résultats : <http://www.utmb.livetrail.net/>

- **L'UT4M à Grenoble du vendredi 23 au samedi 24 Aout**

Pour la 1ère édition de cet ultra , l'UT4M (l'Ultra Tour des 4 Massifs : Vercors , Taillefer , Belledone et Chartreuse) , un 160kms et un 90kms étaient au programme .

Sur le 90kms avec 4660m de déniv + , belle course de **François FENECK** pour son 1er ultra et avec peu d'entrainement , il termine 29ème et 11ème V1 en 13h08mn47 sur 151 classés.

Les résultats : <http://ut4m.fr/>

- **Le bélier à La Clusaz le dimanche 25 Aout**

Sur ce trail de 27kms , 760 classés .

44ème et 2ème femme 1ère sénior **Stéphanie DUC** en 2h22mn34 à 14mn de la 1ère Aline

Camboulives

68ème et 7ème V2 **Jean Marie GERMAIN** en 2h28mn17

Les résultats : <http://www.nicolaclusaz.com/wp-content/uploads/2013/08/Le-B%C3%A9lier.pdf>

- **Kilomètre vertical à Manigod le mercredi 21 Aout**

Pour le 4ème rendez vous de l'été à Manigod , le départ de la course a été donné à 20h30 avec une belle pleine lune . 209 coureurs étaient au départ .

6ème **Sébastien FAYOLLE** en 38'28

Les résultats : <http://www.nicolaclusaz.com/wp-content/uploads/2013/08/manche-4-.pdf>

- **Semi du Mont Cenis à Val Cenis le dimanche 18 Aout**

Pour la 3ème édition , de ce semi marathon le plus haut d'Europe , 233 participants .

4ème et 1er V1 **Marc MAROUD** en 1h22mn22

228ème **Philippe BOUVET** en 2h41mn35

Les résultats : http://savoie.athle.com/upload/ssites/000032/exports/resultats_semi.pdf

- **Trail du Galibier à Valloire le dimanche 18 Aout**

Sur ce trail de 45kms avec 2630m de dénivelé + , victoire ex aequo de Fabien Antolinos et de Lionnel Bonnel .

25ème et 3ème V2 **Bernard BLANC** en 6h40mn14 , il finit avec la 1ère femme

Sur le trail des Aiguilles de 21,8kms avec 1330m de dénivelé + ,

129ème et 4ème V2 **Roseline BLANC** en 3h43mn12

Les résultats : <http://www.votrecourse.com/resultat-trail-du-galibier-603.html>

- **La Sauvage à Pralognan le dimanche 18 Aout**

Dernier « gros trail » estival en Savoie avec le 6ème Tour de la Grande Casse de 62,7kms avec 3860m de dénivelé+ et la 3ème Sauvage 27,6kms avec 1100m de dénivelé + (départ de Val Claret et arrivée à Pralognan)

Pas énormément de traileurs : 279 (178 sur le TGC et 101 sur la Sauvage)

Sur la Sauvage remportée par Emilien Bochet en 2h32mn22

23ème et 1er V2 **Daniel ARPIN** en 3h17mn59

26ème et 2ème femme **Aurélie DAUM** en 3h20mn45 à 1mn30 de la première

- **Kilomètre vertical du Mirantin à Arêches le samedi 17 Aout**

Pour son 1er kilomètre vertical , **Sébastien FAYOLLE** est allé à Arêches sur cette montée de 2,5kms où il y avait les meilleurs skieurs alpinistes .

Il se classe **9ème en 41'52** à 6 mn du vainqueur William Bon Mardion .

- **Trail Ubaye Salomon à Barcelonnette le dimanche 11 Aout**

Sur ce trail avec 3 parcours (42kms , 23 et 12) avec 1115 inscrits

3ème et 2ème sénior **Alexandre DAUM** 4h04mn23 (11mn derrière le 1er Stéphane Ricard le vainqueur de la 6000D)

59ème et 12ème V1 **Jean Claude LEFEBVRE** qui a couru le 23kms en 2h29mn49 sur 539 classés remporté par Fabien Antolinos en 1h52mn07

Les résultats : <http://www.trailubayesalomon.com/>

- **Trail du Grand Bec à Champagny le dimanche 11 Aout**

Parcours raccourci cette année à 14kms (à cause d'une coupe forestière) , mais plus raide . Jérôme Bosch , le multiple (12) vainqueur de l'épreuve était absent . 83 coureurs au départ . Températures normale , même un peu fraîche .

1er **Aurélien ROMANET** 1h35mn32 (2ème en 2012) il a survolé l'épreuve avec 9mn d'avance sur le second

19ème **Fabien MINGEON** 1h57mn34 , qui a retrouvé « ses jambes »

21ème et 2ème V2 **Jean Jacques BIDEAU** 1h59mn34 , bonne course après son abandon à la 6000D

29ème et 1er V3 **Yvon VIAL** 2h10mn21 , qui se rassure après son abandon à l'UTB

39ème et 2ème femme **Flora ROMANET** 2h14mn59 , 2mn50 derrière Sylvie Négro

40ème **Thomas MINARY** 2h18mn36

49ème **Bernard VINSON** 2h23mn30

Les résultats :

http://93.187.42.3/sitramultimedia/WebServices/Site_356/documents/sitraEVE428712_371151_gbc_lassementcourse-scratch2013-resultat.pdf

- **Verticale Val Tho à Val Thorens le samedi 10 Aout**

Gros succès pour ce kilomètre vertical au départ de la station avec une arrivée dans la neige à la cime Caron à 3200 mètres . 219 inscrits pour cette montée de 4,3kms .
19ème **Yves PAYN** en 55mn01 et 2ème V2

Les résultats : <http://www.valthorens.com/pdf/ete/events/resultats-verticale-valthotrophy-2013.pdf>

- **EDF Cenis Tour à Val Cenis le dimanche 04 Aout**

Sur cet évènement qui commence à prendre de l'ampleur , 3 parcours (un 50 , 30 et 15 kms)

Sur le 50kms avec 2600m de dénivelé :

51ème **Claude SCHNEIDER** en 6h49mn47 en pleine préparation pour le Tor des Géants

Les résultats : <http://www.nicolaclusaz.com/wp-content/uploads/2013/08/Resultat-EDF-Cenis-Tour-50Km.pdf>

- **Cross des crêtes à Megève le dimanche 04 Aout**

33ème édition pour cette course de 12,8kms avec 920m de dénivelé + (qui fait parti du challenge national des courses en montagne)

37ème **Joel PELLICIER** en 1h12mn41 (il a eu une blessure au mollet dans le dernier kilomètre)

Les résultats : http://www.csportsmegeve.com/images/stories/RESULTATS_OFFICILS.pdf

- **Courchevel X Trail le dimanche 04 Aout**

Pour ce trail avec 4 courses au programme : 54kms , 33kms , 20kms et 9kms . Au total , 622 coureurs au départ sous le soleil .

Sur le trail express de 9kms avec 250m de dénivelé + (65 partants) 2ème édition

41ème **Cindy COMBAZ** en 1h19mn09

Sur le Trail de 33kms avec 2200m de dénivelé + (200 partants) 9ème édition

69ème **Thomas MINARY** en 4h50mn50

- **Trail frison roche à Beaufort le samedi 03 Aout**

Pour oublier son abandon sur l'UTB , **Bernard BLANC** a couru ce trail de 40kms avec 2650m de dénivelé + , il se classe 16ème et 1er V2

Les résultats : <http://www.areches-beaufort.com/images/PDF/resultat-frison-roche-2013/resultat-40km.pdf>

JUILLET

- **Montée au fort du Mont à Albertville le dimanche 28 Juillet**

Pour la 29ème édition de cette montée pédestre de 11kms , 103 coureurs au départ .

15ème et 1ère femme **Stéphanie DUC** en 54'22

Les résultats : http://www.jumelage-mirantin.fr/uploads/resultats/resultats_2013.pdf?PHPSESSID=4jjlujkj5h458e3j4a3h83sei1

- **La 6000D à Aime le samedi 27 Juillet**

C'est sous la canicule que s'est déroulée cette 24ème édition avec le passage par la piste de bob et le glacier encore bien enneigé . Record de participants : 1978 avec 1207 partants sur la 6000D , 612 sur

les 2 Lacs , 159 sur la 6Découverte

Sur la 6Découverte 11kms :

17ème **Alban DUCHOSAL** en 1h20'51 / 57ème et 1ère Cadette **Elfy SILVESTRE** en 1h36'19
61ème **Céline REGERAT** en 1h36'29 / 62ème **Magali ANXIONNAZ** en 1h36'34

Sur le trail des 2 lacs 22kms :

1er **Sébastien FAYOLLE** en 1h50'30 / 3ème **Alexandre DAUM** en 1h51'40
4ème **Aurélien ROMANET** en 1h54'50 / 24ème et 1er V2 **Jean Marie GERMAIN** en 2h13'44
96ème et 4ème femme **Flora ROMANET** en 2h36'01 / 100ème **Daniel ARPIN** en 2h36'21
120ème **Jean Claude LEFEBVRE** en 2h39'06 / 127ème **Aurélien DAUM** en 2h40'21
163ème **Thomas MINARY** en 2h46'39 / 253ème et 4ème V1 **Marie Agnès SILVESTRE** en 2h59'12
317ème **Myriam TARNOLDI** en 3h07'07 / 353ème **Mathieu LESOING** en 3h12'48
460ème **Céline BONNEFOND** en 3h31'19 / 530ème **Tony FASSY** en 3h44'48
533ème **Sandrine TAFFIN** en 3h46'08 / 579ème **Corine GODIN** en 4h08'18

Sur la 6000D 63,5kms :

8ème et 2ème V1 **Marc MAROUD** en 6h40'57 / 91ème **Emmanuel GAUCHER** en 8h23'05
231ème **Fabien MINGEON** en 9h22'07 / 283ème **Freddy OUGIER** en 9h37'55
541ème **Yann CLAVILLIER** en 10h46'38

Abandon : **Georges CRESSEND** et **Sandrine MINGEON** à Plagne Centre

Marie Pierre CHENU à Roche de Mio

Murielle et **Philippe LESOING** au col de la Chiaupe (retour) Hors délai

Jean Jacques BIDEAU au Carroley

Les résultats : <http://www.la6000d.com/fr/les-courses/resultats-2013/90-resultats-2013.html>

- **La Courch' à pied à Courchevel le samedi 20 Juillet**

Pas de challenge national de la montagne cette année à Courchevel et du coup peu de participants

Sur le 11,5kms avec 920m de dénivelé + : 29 partants

3ème **Joel PELLICIER** en 1h09mn42 1er V1

Les résultats : <http://courzyvite.fr/13Resultats/CourchAPied2013.pdf>

- **Ultra Tour du Beaufortain à Queige le samedi 20 Juillet**

A 4h du matin , le départ de la 5ème édition de la course la plus longue de Savoie fut donné .

Au menu 103kms avec 6200m de dénivelé + . Un trail très technique et difficile , avec encore quelques passages dans la neige cette année et un orage pour finir en beauté .

Course remportée comme l'année dernière par Sébastien Gérard en 13h26

50ème **Olivier LECOMTE** en 19h21 (en 2012 18ème en 16h30)

Bernard BLANC abandon au col de La Giittaz km64

Yvon VIAL abandon au Col des Sauces km53 (il n'arrivait pas à s'alimenter)

Claude CHENAL non partante (tendinite au genou)

413 partants (201 classés , 175 abandons et 37 hors délais)

Les résultats : http://www.ultratour-beaufortain.fr/wp-content/uploads/2013/07/130721_ClasementProvisoire-1.pdf

- **Montée Landry-Peisey-Vallandry le dimanche 14 Juillet**

Comme d'habitude , c'est sous la chaleur que s'est déroulée cette épreuve de 12,8kms , avec 56 partants (37 en 2012) :

1er **Sébastien FAYOLLE** en 55'24

3ème **Marc MAROUD** en 1h00mn02 1er V1

36ème et 4ème femme **Flora ROMANET** en 1h24mn57 2ème sénior

39ème et 5ème femme **Cécile CAULLIREAU** en 1h27mn17 3ème sénior

48ème **Myriam TARNOLDI** en 1h39mn49 3ème V1

54ème **Céline REGERAT** en 1h48mn52

55ème ex aequo **Murielle et Philippe LESOING** en 1h53mn30

Sur la course des jeunes :

4ème **Tom LECOMTE** en 20'14

9ème et 1ère fille **Clémence CHENAL** en 22'52

16ème et 4ème fille **Julie CHENU** en 29'35

Les résultats : <http://courzyvite.fr/13Resultats/PeseyVallandry2013.pdf>

– **Ice Trail Tarentaise à Val D'Isère le dimanche 14 Juillet**

A l'ITT, le trail le plus haut d'Europe avec le passage au sommet de la Grande Motte (65kms avec 4900m de dénivelé +, dont c'était la 3ème édition, le meilleur et la meilleure mondiale étaient présents, et ce sont eux qui l'ont emporté : Kilian Jornet chez les hommes et Emelie Forsberg chez les dames.

32ème **Yves PAYN** en 10h47mn03 2ème V2 (l'année dernière, il avait fini 8ème mais cette année le niveau était plus relevé) et il a trouvé la course plus dure vu la neige qu'il restait.

Robin ABBATE a à priori abandonné au Refuge du fond des fours (km 41,6)

Sur l'Altispeed 32kms avec 2500m de déniv +, remporté comme l'année dernière par Alexis Traub

16ème **Emmanuel GAUCHER** en 3h58mn34 (9ème en 2012)

Les résultats : <http://itt.livetrail.net/classement.php>

– **Cervino X Trail en Italie le 7 Juillet**

Alexandre DAUM était au départ de ce trail de 55kms, n'ayant pas de bonnes sensations, il a préféré abandonné

– **Championnat du monde de Trail au Pays de Galles du 6 Juillet**

Ce samedi avait lieu les championnats du monde de trail, sur un parcours roulant de 77kms avec une boucle de 15kms à effectuer 5 fois.

Malgré le fait que cette course était un championnat, peu de « grands traileurs » étaient au départ.

Seule l'équipe de France a envoyée ses meilleurs éléments.

Chez les hommes : Julien Rancon 3ème, Thierry Breuil 5ème, Fabien Antolinos 6ème.

Classement par équipe 2ème derrière la Grande Bretagne

Chez les femmes : 1ère Nathalie Mauclair qui a survolée l'épreuve, 2ème Aurélia Truel.

Et 6ème **Stéphanie DUC** qui s'est fait chipé la 5ème place au finish.

Les filles sont championnes du monde par équipe.

Bravo à Stéphanie qui n'avait jamais couru d'épreuve aussi longue.

Plus d'infos : <http://www.trails-endurance.com/actus/trail/mondiaux-de-trail-femmes-mauclair-telle-leclair/>

JUIN

– **Week-end Tour des Glaciers de la Vanoise le 29 et 30 juin à Pralognan**

Pour la 10ème édition du TGV qui fait habituellement 73kms, les organisateurs proposaient 3 courses : un kilomètre vertical au Mont Bochor, le tour de l'Aiguille de la Vanoise et le TGV.

Les parcours habituels ont été modifiés à cause de l'enneigement encore présent.

Sur le tour de l'aiguille de la Vanoise de 23kms remporté par Jérôme Bosch :

44ème **Eric ANXIONNAZ** en 3h20mn56

135ème **Dominique CASTELNAU** en 4h25mn58

185ème **Corinne GODIN** en 5h36mn39

Sur le TGV sous le soleil, de 65kms avec 3700m de dénivelé + :

188ème **Jean Christophe MARTINEZ** en 11h40mn23

– **Week-end Marathon du Mont Blanc du 28 au 30 juin à Chamonix**

Ce week-end à Chamonix , il y avait un 80 kms , un Kilomètre vertical Vendredi , le cross du Mont Blanc 24kms le Samedi et le Marathon le Dimanche avec les meilleurs traieurs mondiaux .
Sur le kilomètre vertical de 3,8kms vendredi sous le soleil
29ème **Marc MAROUD** en 42'23 4ème V1
Sur le cross du Mont Blanc de 24,3 kms avec 1450m de dénivelé + samedi sous la pluie
5ème **Sébastien FAYOLLE** en 2h00mn54 4ème sénior . Très belle performance .

Les résultats : <http://www.mbm.livetrail.net/>

- **Dynafit MOONtain Races à Courchevel le mardi 25 juin**

Comme l'année dernière , ce trail nocturne de 9,3kms avec 800m de dénivelé + , avec un départ à 20h30 en contre la montre , qui relie Courchevel 1650 au refuge de Grand Plan à 2280m tous les mardis de pleine lune .

1ère étape de l'année remporté par Erik Clavery Team Adidas en 49'57 (64 classés)

7ème **Marc MAROUD** en 54'14 3ème V1

19ème et 1ère femme **Stéphanie DUC** en 59'49

20ème **Jean Marie GERMAIN** en 1h01'51 1er V2

36ème **Yvon VIAL** en 1h09'00 1er V3

37ème **Yann CLAVILLIER** en 1h09'34

Les résultats :

http://www.courchevelsportsalpinisme.fr/fileadmin/csa/Resultats_DMRC_2013/Resultats_DMRC_25_juin_2013.pdf

- **Samoens Trail Tour le dimanche 23 juin**

Sur ce trail de 57kms avec 4100m de dénivelé + dont c'était la 1ère édition , **Manu GAUCHER** se classe 2ème .

Les résultats : <http://www.trail-running-savoie.fr/wp-content/uploads/2013/06/R%C3%A9sultats-Esprit-Angolon.pdf>

- **La Saintinoise à Brison st Innocent le dimanche 23 juin**

C'est avec une ambiance disco qu'avait lieu cette 16ème saintinoise avec un trail de 20,9kms et une course de 9,6kms . Un hommage a été rendu au départ avec une minute de silence en la mémoire de Bernard Donzel . La course s'est déroulée sous quelques gouttes de pluie et des températures lourdes.
Sur le trail remporté par Greg Vollet :

28ème **Fabien MINGEON** en 2h08 pas au top de sa forme .

106ème **Bernard VINSON** en 2h36mn10

Sur la course des châteaux :

130ème **Philippe BOUVET** en 50'13

163ème **Cindy COMBAZ** en 56'37

Les résultats : <http://lasaintinoise.blogspot.fr/search/label/05.%20Classement%202013>

- **Trail du Verdon à Alguines (83) le samedi 15 juin**

En vacances , **Claude SCHNEIDER** en a profité pour effectuer cet ultra trail de 100kms avec 6500m de déniv + , il se classe 62ème en 23h59mn31 .

Le site de la course : <http://www.trailverdon.com/index2.php?lang=fr>

- **13ème Trail de Faverges Icebreaker le samedi 15 juin**

C'est enfin avec un grand soleil et des températures de saison qu'a eu lieu ce trail .

Malgré cela , les organisateurs ont dû modifier leurs parcours à cause de l'enneigement sur les sommets .

Sur le **Maratrail** de 43,6kms avec 2550m de dénivelé + (rallongé cette année car il faisait parti du challenge TTN Long) , remporté par Patrick BRINGER (vainqueur de la 6000D 2012) en 3h48mn40 :
25ème et 1ère femme **Stéphanie DUC** en 4h45mn27 (elle vient d'être sélectionnée pour les championnats du Monde de Trail qui auront lieu au Pays de Galles le 6 Juillet) ,
elle devance de 2 mn Christel Dewalle (la championne de France de Course en Montagne)
96ème et 1er V2 **Bernard BLANC** 5h48mn35
154ème et 3ème V1 **Claude CHENAL** en 6h09mn56
193ème **Freddy OUGIER** en 6h27mn37
343ème **Bernard VINSON** en 7h30mn30

Sur le **Trail des sources du lac** de 29kms avec 1400m de dénivelé + (parcours nouveau cette année) :
1er **Sébastien FAYOLLE** en 2h28mn06 qui a profité de l'erreur du leader à 2km de l'arrivée .
2ème et 1er V1 **Marc MAROUD** en 2h30mn28
7ème et 2ème V1 **Joel PELLICIER** en 2h43mn50 de retour de blessure
23ème et 1er V2 **Jean Marie GERMAIN** en 2h56mn06 , course de reprise
33ème et 2ème V2 **Yves PAYN** en 3h00mn29
68ème **Jean Claude LEFEBVRE** en 3h13mn40
335ème **Philippe LESOING** en 4h08mn38
458ème **Murielle LESOING** en 4h38mn47
522ème **Roseline BLANC** en 5h04mn55
546ème et avant dernière **Sandrine MINGEON** 6h08mn21

Les résultats : <http://www.votrecourse.com/resultat-trail-de-faverges-597.html>

- **29ème tour du lac d'Aiguebelette le dimanche 9 juin**

Pour cette course la plus populaire de la Savoie avec 1600 coureurs au départ de ce 17 kms .
10ème **Marc MAROUD** en 58'59 , 6ème V1
1147ème **Philippe BOUVET** en 1h34'10
1508ème **Cindy COMBAZ** en 1h49'36

Les résultats : http://www.votrecourse.com/medias/resultats/6000f_Classement.pdf

- **L'arbarine à St Alban d'Hurtières le dimanche 2 juin**

C'est en Maurienne que sont allés Jean Claude , Fabien et Yvon pour participer à la 5ème édition de ce trail de 28kms , il y avait également un 19kms .

Le parcours du 28kms a été légèrement modifié à cause de l'enneigement conséquent , les coureurs ont effectués environ 5kms en alternant la neige et les sentiers .

Peu de coureurs (120) mais du bon niveau 1er Ludovic Pommeret .

Sur le 28kms :

18ème **Fabien MINGEON** en 3h35mn48

22ème **Yvon VIAL** en 3h48mn25 1er V3 en pleine préparation pour l'Ultra Tour du Beaufortain

29ème **Jean Claude LEFEBVRE** en 3h57mn21

Très beau trail typé montagne , belle petite organisation . Cette course mériterait plus de participants .

Les résultats : <http://www.goodpeoplerun.com/trail-de-l-arbarine/2013/trail-28-km-6146/results>

- **Odysée à Chambéry le samedi 1er juin**

Course de 8kms dont l'intégralité des bénéfices est reversée pour la lutte contre le cancer du sein .

226ème **Philippe LESOING** en 40'03

347ème **Joel PELLICIER** en 42'54 , il accompagnait une jolette

387ème **Matthieu LESOING** en 43'47

413ème et 3ème espoir **Nicolas LESOING** 44'27

444ème **Murielle LESOING** en 46'00
743ème **Sandrine MINGEON** en 52'34

Les résultats : <http://www.odyssea.info/chambery/editions-precedentes-chambery/>

- **La Vitam'Run à Neydens (74) le samedi 1er juin**

Sur cette course de 8kms à côté de St Julien en Genevois :

3ème **Marc MAROUD** en 28'36 et 1er V1

Les résultats : http://www.votrecourse.com/medias/resultats/d796b_Hommes.pdf

MAI

- **Maxi-Race à Annecy le dimanche 26 mai**

Ce dimanche devait avoir lieu la Maxi Race à Annecy avec plusieurs trails au programme (84kms , 42 et 16kms) . Plus de 4000 participants devaient prendre le départ dont **Bernard BLANC** , **Nathalie RUFFIER** , **Alexandre DAUM** ... Mais la préfecture a décidé d'annuler l'épreuve à cause du mauvais temps , les secours ne pouvaient accéder à certaines parties du parcours .

- **Grand Raid 73 et Petit Savoyard à Cruet le samedi 25 mai**

Encore un week-end pluvieux et même neigeux , (limite pluie-neige à 900 mètres dans les Bauges) . Pour ce 10ème Grand Raid de 73kms , les organisateurs avaient déjà dû changer de parcours dans la semaine vu les conditions météo annoncées en évitant les sommets . Et ils ont même dû modifier le matin juste avant le passage des coureurs .

Sur le petit Savoyard 23kms :

1er **Sébastien FAYOLLE** en 2h08mn55 , bien reposé après une semaine de vacances (5 minutes d'avance sur le 2ème Antoine Janin)

24ème **Emmanuel GAUCHER** en 2h39mn19

Sur le Grand Raid 73 (de 58kms avec 3000m de dénivelé +) :

86ème 4ème femme et 4ème V1 **Claude CHENAL** en 10h06mn03

Les résultats : <http://www.grandraid73.fr/>

- **28ème course pédestre de Tresserve le dimanche 19 mai**

Pour cette course de 13,6kms qui s'est déroulée sous la pluie .

91ème **Bernard VINSON** en 1h06mn57

130ème **Philippe BOUVET** en 1h15mn07

Les résultats : <http://www.nicolaclusaz.com/wp-content/uploads/2013/05/13km2013.pdf>

- **Les Gendarmes et les voleurs de temps à Ambazac le dimanche 19 mai**

Sur le Grand Trail du Limousin de 68kms avec 2130m de dénivelé + qui comptait pour le classement du TTN Long , où il faisait froid .

16ème **Stéphanie DUC** et 1ère féminine en 6h48mn12

- **La Grimpée du Semnoz à Quintal le dimanche 19 mai**

Sur cette montée de 16,5kms avec 1100m de dénivelé + avec environ 2 kms sur de la neige .

15ème **Marc MAROUD** en 1h14mn51 5ème V1

Les résultats : <http://www.lagrimpeedusemnoz.fr/resultats2013.html>

- **La Chambottine à St Germain la Chambotte le dimanche 12 mai**

Sur ce trail de 25kms avec 1200m de dénivelé + au bord du lac du bourget .
63ème **Bernard VINSON** en 2h53mn32

Les résultats : <http://www.lachambottine.net/documents/Scratch-Trail-1.pdf>

Ce week-end avait lieu un stage d'entraînement , il y avait une trentaine de coureurs du club de présents .

Samedi après midi , nous avons effectués un Test VMA pour voir notre vitesse maximale , ensuite nous avons fait un TMI puis une petite récupération suivi d'une séance d'étirements .

Dimanche matin , une sortie trail était au programme avec deux groupes et deux parcours ou une Séance VMA avec Julien . Après le pique nique , quelques courageux ont fait une petite sortie en vélo .
Merci à **Olivier LECOMTE** et à **Julien DELAMUR** pour l'organisation de ce week-end sympathique .

- **Kilomètre vertical de St Pierre de Chartreuse le jeudi 09 mai**

Eric ANXIONNAZ a participé à ce kilomètre vertical de 4,5kms où il y avait 239 coureurs .
Il se classe 132ème en 59'13 .

Les résultats : http://www.stationdetrail.com/IMG/pdf/3JC_resultats_KMV_2013.pdf

- **Le Trail du Nivolet Revard à Voglans le dimanche 05 mai**

Ce trail ne fait plus parti du TTN (Trail Tour National) donc moins de coureurs de bon niveau national .

Sur le Malpassant 27kms :

159ème **Jean Claude LEFEBVRE** en 3h13'26 / 212ème **Freddy OUGIER** en 3h19'38

329ème **Bernard VINSON** en 3h44'02 / 338ème **Philippe LESOING** en 3h47'19

425ème **Murielle LESOING** en 4h17'45

Sur le Nivolet Revard 50kms :

45ème **Jean Jacques BIDEAU** en 5h51'48 2ème V2 derrière Patrice Gibaud

112ème **Claude CHENAL** en 6h23'06 6ème femme et 2ème V1

315ème **Claude SCHNEIDER** en 7h54'51

Les résultats : <http://www.votrecourse.com/resultat-trail-du-nivolet-revard-578.html>

- **La Montée d'Ezy à Noyarey (38) le dimanche 05 mai**

Course de 10,4 kilomètres qui a la particularité de comporter 620 mètres de dénivelé dans les 7 derniers kilomètres . Epreuve remportée par Guillaume Bouret en 43'45 .

2ème **Marc MAROUD** en 46'34 1er V1

70ème **Gwendoline MAROUD** en 1h14'28 9ème femme et 4ème sénior

Le site de la course : <http://lamonteedezy.free.fr/>

AVRIL

- **La Monte et Sue à Césarches le dimanche 28 avril**

C'est sous un temps humide et frais qu'a eu lieu la 10ème édition de cette montée pédestre de 12,8kms . 156 coureurs étaient au départ . Course remportée par Gilles Segris en 50mn40 .

118ème **Philippe BOUVET** en 1h25mn22

Les résultats : http://lamonteetsue.fr/Files/27_resultats_2013.pdf

- **Trail Mont St Michel à Barby le dimanche 21 avril**

Suite aux fortes pluies et à la fonte des neiges , le parcours de 24kms a été raccourci à 21kms
2ème **Sébastien FAYOLLE** en 1h42mn05 derrière Antoine Janin qui fini en 1h40mn18
22ème **Jean Jacques BIDEAU** en 2h02mn12 1er V2
98ème **Freddy OUGIER** en 2h27mn58
151ème **Philippe LESOING** en 2h47mn03
173ème **Marie Pierre CHENU** en 3h10mn00
176ème **Murielle LESOING** en 3h15mn20
182ème **Sandrine MINGEON** en 3h52mn10

Les résultats : <http://trailmsm.e-monsite.com/medias/files/resultats-trail-2013.pdf>

- **10kms de Nice le dimanche 21 avril**

Sur ce 10kms où il y a 2 petites bosses selon Julien , 2105 concurrents au départ .
69ème **Julien DELAMUR** en 38'45 (passage au 5ème km en 19'05) meilleur chrono depuis 3ans
Séverine GILLIER était sur le 5kms réservé aux femmes , elle termine 26ème en 24'34

Les résultats : <http://www.sport-up.fr/website9/partenaire/resultats/resultat-20130419145778-0-50.htm>

- **Dynafit X3 Courchevel le samedi 20 avril**

Ce samedi sous la neige avait lieu un triathlon des neiges avec un départ en vélo du Carrey à 830m pour 13,9kms jusqu'à Courchevel 1850 , 6,3kms de trail puis 4,8kms de ski alpinisme pour arriver au sommet de la Saulire à 2710m . 137 concurrents solos au départ .
20ème et 1ère femme **Stéphanie DUC** en 2h35mn47 (53mn15 vélo , 34mn50 trail et 1h02mn21 ski alp .)

118ème **Claude SCHNEIDER** en 3h40mn11 (1h11mn40 vélo , 40mn29 trail , 1h39mn24 ski alp .)
Céline REGERAT était dans une équipe de filles qui a fini 3ème , elle a disputé le trail en 41mn52

- **Trail du Noyarey le dimanche 14 avril**

Pour cette 1ère édition de ce trail à côté de Grenoble , deux distances 21 et 12kms . Marc MAROUD était sur le grand parcours , alors qu'il était 1er , il a mal été aiguillé et du coup il a perdu pas mal de temps .

19ème **Marc MAROUD** en 2h16mn08

Les résultats : <http://traildenoyarey.free.fr/ClassementTrailLong2013.pdf>

- **Duathlon d'Albertville le dimanche 14 avril**

Ce dimanche avait lieu un duathlon avec (4,5kms de course à pied ,25kms de vélo et 4,5kms de course à pied) .

Stéphanie DUC termine 20ème au scratch et 1ère femme en 1h41mn25

Les résultats : http://www.chronoconsult.fr/result_duathlon_albertville_2013.html

- **Trail Drôme Lafuma à Buis les Baronnies le dimanche 14 avril**

C'est sous une forte chaleur qu'a eu lieu ce trail de 37 kms

43ème **Alexandre DAUM** en 4h25mn20 en petite forme (soucis dentaires)

Les résultats : <http://www.traildrome.fr/docs/fr/actualites/Buis%2037%20%281%29.pdf>

- **Les 10kms du lac à Aix les Bains le dimanche 14 avril**

1ère édition pour ce 10kms et beaucoup de participants 544 , avec un parcours qui suit la piste cyclable le long du lac en allant jusqu'au croisement de Tresserve . Parcours pas très roulant avec pas mal de faux plats .

33ème **Fabien MINGEON** en 37'42 juste devant la 1ère féminine .

Les résultats : <http://www.nicolaclusaz.com/wp-content/uploads/2013/04/10km-dAix.pdf>

- **Urban Trail de Lyon le dimanche 14 avril**

Pour la 6ème édition de ce trail urbain où il faut enchaîner les montées et les descentes d'escaliers , 4 membres du club étaient présents sur le 23kms avec 1100m de dénivelé + .

47ème **Nicolas ANDRIEUX** en 2h02mn11

88ème **Julien DELAMUR** en 2h09mn05

133ème **François FENECK** en 2h13mn31

210ème **Claude CHENAL** en 2h18mn32 9ème femme et 4ème V1

Les résultats : <http://www.sportcommunication.info/CHRONO/LUT/2013/resultatfin.php?inter=&parcours=2&cat=1>

- **Mountain Azur Run à Boulouris du vendredi 12 au dimanche 14 avril**

Pour cette 1ère édition de cet évènement qui se déroule dans le Var , il y avait 3 épreuves (un trail urbain de 12kms le vendredi , un trail de 40kms le samedi et un trail de 25kms le dimanche) . Un classement final englobant les 3 épreuves a été réalisé .

Sébastien FAYOLLE a participé à 2 courses

Sur le trail urbain , il fini **1er** en 46mn08

Sur le trail du massif de l'Esterel 25kms avec 900m de déniv. + , où il s'est perdu , il finit **3ème** en 2h01

Le site de la course : <http://www.mountainazurun.com/>

- **10kms de Grignon le dimanche 07 avril**

C'est sous une météo idéale que s'est déroulée cette 14ème édition avec une température de 8°C . 145 coureurs de présents . Course remportée par Ludovic PELLE en 32'09 .

6ème **Marc MAROUD** en 34'36 3ème V1

8ème **Joel PELLICIER** en 35'04 4ème V1

24ème **Fabien MINGEON** en 37'18 Nouveau record (ancien record 37'42 Grignon 2010)

27ème **Stéphanie DUC** en 37'32 1ère femme Nouveau Record (ancien record 37'33 Grignon 2012)

62ème **Nicolas PELLICIER** en 42'25

74ème **Séverine GILLIER** en 43'37 5ème femme 3ème sénior Nouveau Record (44'15 Annecy 2012)

75ème **Julien DELAMUR** en 43'37

116ème **Marie Pierre CHENU** en 52'23 Nouveau Record (55'11 Grignon 2009)

119ème **Philippe BOUVET** en 52'32

123ème **Philippe LESOING** en 54'20

124ème **Murielle LESOING** en 54'20

130ème **Gwendoline MAROUD** en 56'44 un peu malade .

Les photos de Roseline Pellicier :

<https://plus.google.com/photos/116319978750875371299/albums/5864116136636103777>

MARS

- **Pierra Menta à Arêches du jeudi 21 au dimanche 24 mars**

Sébastien FAYOLLE et **Aurélien ROMANET** participait à cette 28ème édition de cette course de ski alpinisme avec plus de 10 000m de dénivelé + et environ 70kms à parcourir sur 4 jours .

Étape 1 2350 m de déniv. + : 36ème en 3h01mn53

Étape 2 2580 m déniv. + : 48ème en 3h55mn21 . Séb a eu une petite hypoglycémie .

Étape 3 2625 m déniv. + : 40ème en 3h35mn18

Étape 4 1560 m déniv + : 46ème en 1h51mn55

Classement général 41ème en 12h24mn27

Les résultats : <http://www.pierramenta.com/index.php>



Le récit de Sébastien sur son site : <http://www.monts-et-sommets.com/>

– **Trail du Ventoux à Bédoin le dimanche 24 mars**

Alexandre DAUM courait ce trail de 44kms avec 2400m de dénivelé + où il ne sont finalement pas allés au sommet du Ventoux vu l'épais manteau neigeux encore présent .

Après un bon départ , Alex s'est perdu . Il finit 32ème en 4h41mn36

Les résultats : <http://trailduventoux.fr/images/resultats/ventoux-46km-2013.pdf>

– **Run'n Trail à Chambéry le dimanche 24 mars**

Pour cette 1ère édition , deux courses étaient au programme : un 10kms route (plutôt 10,3) et un trail urbain de 20,4kms avec environ moitié route et chemins (très gras) . Il y a eu quelques soucis sur le 10kms dû à la circulation , aussi non le trail était pas mal organisé . Par contre , il y a un décalage sur le chrono , il faut rajouter 1mn45 au temps du classement .

Les membres du club ont tous optés pour le trail qui s'est déroulé sous une légère pluie .

10ème **Marc MAROUD** en 1h33mn05 (chrono réel) 2ème V1 . 1er podium en V1

22ème **Joel PELLICIER** en 1h38mn17 de retour après seulement 2 semaines d'entrainements

41ème **Fabien MINGEON** en 1h45mn01

73ème **Yvon VIAL** en 1h53mn42 et 1er V3 . 1er podium en V3

207ème **Gwendoline MAROUD MINGEON** en 2h25mn57 qui a discuté tout le long avec son poursuivant

208ème **Philippe LESOING** en 2h26mn27 qui s'est fait lâché sur le plat

215ème **Marie Pierre CHENU** en 2h32mn19

227ème **Nicolas LESOING** en 2h38mn58 . 1ère course aussi longue pour lui .

238ème **Murielle LESOING** en 2h46mn15

248ème **Sandrine MINGEON** en 3h04mn38 dernière de la course mais comme d'habitude avec le sourire .

La journée s'est poursuivie avec une pasta party dans l'appartement de Nicolas Lesoing .

Les résultats : <http://www.runtrailchambery.com/inscrits-resultats>

- **Trail des Cabornis à Chasselay le dimanche 10 mars**

Pour ce trail se déroulant dans les monts d'Or , il y avait soit un 27kms ou un 40kms selon l'envie du coureur après une bifurcation au kilomètre 15 . Un gros niveau avec pas mal de « teams » au départ dont le team Terre de Running-Rohnill dont fait partis Stéphanie et Alexandre .

Stéphanie DUC était au départ du 27kms et termine 15ème et 2ème femme en 2h22'33 à 1mn45 de Céline Lafaye .

Il y avait aussi un 10 kms et c'est **Alexandre DAUM** qui l'emporte en 49'21

Résultats : <http://www.terrederunning.com/#/news>

FEVRIER

- **Trail la fée blanche aux Aillons Margériaz le samedi 23 février**

C'est sous de faibles chutes de neige et par une température glaciale -12°C qu'avait lieu ce trail des neiges de 10,5kms , remporté par Ludovic Pommeret .

Une seule représentante du club pour cette 2ème course du challenge des bauges .

80ème **Claude CHENAL** 2ème femme en 1h02'19 , 5 minutes derrière Anne Lise Chamiot Poncet

Résultats : http://www.lesaillons.com/documents/Trail/Scratch_Fee_Blanche_2013.pdf

- **3ème Belledonne Gelon Raidlight trail à Bourget en huile le dimanche 17 février**

Alors qu'il avait fini 3ème l'an dernier sur ce trail des neiges , **Alexandre DAUM** a remporté la course cette année damée uniquement par les traces de raquettes durant les 31kms . Il a 6 minutes d'avance sur le 2ème .

Résultats : http://www.raidlight.com/sites/raidlight-international/IMG/417_document_resultat_23340.pdf

- **Trail givré à Montanay (69) le dimanche 3 février**

Après avoir participé la veille au **championnat de France de Vertical Race de ski alpinisme** , où il se classa 7ème et 6ème français (**Stéphanie DUC** 10ème et 8ème française) , **Sébastien FAYOLLE** est allé disputé cette 1ère manche du TTN Court où **Joel PELLICIER** n'était pas présent , il est légèrement blessé .

Sur le 21kms : 7ème **Sébastien FAYOLLE** en 1h18'47

Sur le 9kms : 138ème **Céline REGERAT** en 51'40

Résultats : France KV :

http://www.courchevelsportsalpinisme.fr/fileadmin/csa/Chpt_France_2013/resultats_VR_courchevel_Sc_ratch.pdf

21kms : http://trailgivre.free.fr/2013_resultats_21km.htm

9kms : http://trailgivre.free.fr/2013_resultats_09km.htm



- **Trail blanc du semnoz le samedi 2 février**

130ème **Claude CHENAL** et 3ème femme en 56mn15 et 1ère V1 de cette 1ère course du challenge du massif des Bauges remportée par Anne Lise Chamiot Poncet en 50mn50 où il y avait 500 coureurs .

Résultats : http://trailblancdusemnoz.fr/Resultats/Resultats2013/Trailblanc2013_scratch.pdf

JANVIER

- **Promenade des Zittieux le 30 janvier à Séz**

Ce n'était pas une course à pied qui avait lieu ce mercredi mais une vertical race de ski alpinisme entre Séz et La Rosière avec 900m de dénivelé + , et vu le nombre de coureurs du club de présents , cela méritait un petit résumé : 92 skieurs au départs à 18h30 sous quelques gouttes de pluie .

2ème **Sébastien FAYOLLE** en 49'43 / 3ème **Aurélien ROMANET** en 52'21

21ème **Robin ABBATE** en 1h01'57 / 30ème **Bernard BLANC** en 1h05mn04

57ème **Aurélié CROUVISIER-DAUM** en 1h16'58 3ème femme

62ème **Yvon VIAL** en 1h18'22 / 64ème **Fabien MINGEON** en 1h21'09

67ème **Alain BONIN** en 1h22'04 / 73ème **Jean Christophe MARTINEZ** en 1h26'23

78ème **Céline REGERAT** en 1h29'29 / 82ème **Eric ANXIONNAZ** en 1h34'35

86ème **Dominique CASTELNAU** en 1h48'32 / 88ème **Roselyne BLANC** en 1h58'49

Après une bonne tartiflette , certains sont redescendus en ski sous la pluie et d'autres en bus .

Samedi prochain certains seront au championnat de France à Courchevel .

- **Raidlight winter trail le 27 janvier à St Pierre de Chartreuse**

Ce week-end avait lieu un trail sur neige dans la «station de trail de chartreuse» , site sur lequel il y a une dizaine de tracés spécifiquement pour les coureurs .

Sur le parcours de 28,5kms avec 1500m de dénivelé +:

Alexandre DAUM se classe 2ème en 2h47mn18

Résultats : http://www.stationdetrail.com/IMG/pdf/28KM_-_Raidlight_Chartreuse_Winter_Trail_2013.pdf

- **Semi marathon de Marrakech le 27 janvier**

En 2012 , Julien et Séverine étaient venus sur cette course et cette année ils y sont revenus mais accompagnés .

Julien DELAMUR termine en 1h28mn56 , **Séverine GILLIER** 19ème femme en 1h37mn31 ,
Cécile CAULIREAU en 1h46mn34 , **Murielle LESOING** en 2h02mn11 et **Sandrine MINGEON** en
2h24mn12

Résultats : <http://www.racetimer.se/fr/race/show/1098?layout=racetimer>