

DECEMBRE

- Corrida des lumières

2000 coureurs à Aix les Bains , où comme d'habitude un gros plateau avec quelques africains .

Course Cadet 3kms : 19ème **LESOING Matthieu** 17ème Cadet en 12'58

Course Junior 4,5kms : 3ème **LESOING Nicolas** en 21'29

Course femme 6kms : (166 coureuses)

10ème **DUC Stéphanie** en 22'44 7ème sénior 6ème française / 34ème **GILLIER Séverine** en 27'20

66ème **LESOING Murielle** en 31'25 / 97ème **CHENU Marie Pierre** en 33'45

145ème **MINGEON Sandrine** en 38'07

Course Vétérans Hommes 6kms : (196 coureurs)

87ème **VIAL YVON** en 25'38 17ème V2 / 96ème **BONIN Alain** en 26'11

149ème **LESOING Philippe** en 29'08

Course Séniors 7,5kms : (7,8 au GPS) 151 coureurs

51ème **MINGEON Fabien** en 29'05 / 69ème **DELAMUR Julien** en 30'31

DUPUY Alexandre (abandon ?????)

Résultats : www.votrecourse.com

- Barbython le 4 décembre

A Barby avait lieu un 10kms très vallonné dans le cadre du Téléthon (160 partants)

Julien Delamur 25ème en 42mn00 15ème sénior / **André Duret** 47ème en 46'59 **2ème V3**

Séverine Gillier 47mn03 48ème **3ème femme et 1ère sénior** (voir photo podium dans l'album photo)

Marie Pierre Chenu 116ème 7ème V1 en 1h01mn42

- SaintéLyon le 3 décembre

A minuit était donné le départ de la SaintéLyon , course reliant St Etienne à Lyon . Cette année sous la pluie et pas sous la neige comme l'année dernière .

Sur la **SaintéLyon** de 68 kms :

Gilles Perriollat 152ème en 6h45mn26

Claude Chenal 272ème en 7h04mn12 et **5ème femme et 2ème V1**

Franck Chenal qui devait prendre le départ a renoncé s'étant blessé quelques jours avant la course

Sur la **Saintexpress** 44kms Départ à 23h :

Georges Cressend 996ème en 5h32mn10

Nathalie Ruffier 997ème en 5h32mn10

Résultats : <http://www.sportcommunication.info/CHRONO/saintelyon/2011/live.php>

- Remise des prix du 5ème challenge des trails du Massif des Bauges

Vendredi 2 décembre avait lieu la remise des prix de ce challenge regroupant 10 courses sur 6 évènements :

le trail blanc du Semnoz (13kms) / le trail blanc des Aillons Margériaz (11kms)

le Nivolet Revard (51 ou 26kms) / le Grand Raid 73 (73 ou 23kms) / le trail de Faverges (42 ou 28kms)

le trail d'Albertville (32 ou 20kms)

Pour être classé , il fallait au moins participer à 3 ou 4 courses .

Claude Chenal se classe **2ème** du classement féminin

Joël Pellicier remporte le challenge où 102 coureurs sont classés

Sébastien Fayolle est 3ème / Bernard Vinson 65ème / André Duret 91ème

Résultats du challenge : <http://www.parcdesbauges.com/developpement-touristique/activites-de-pleine-nature/challenge-des-trails-du-massif-des-bauges.html>

NOVEMBRE

- Corrida d'Albertville du 26 novembre

A 17h40 , 235 coureurs se sont élancés dans le centre ville pour effectuer 4 boucles pour une distance totale de 7.6 kms . Course qui a été très relevée où il y a eu des problèmes de comptage des tours

Joël Pellicier après un bon départ a dû abandonner ressentant une douleur au mollet

Fabien Mingeon 32ème en 26'30 / **Stéphanie Duc** 1ère en 26'57 36ème au scratch

Julien Delamur en 27'57 51ème / **Guillaume Brun** 58ème en 28'15

Claude Chenal 80ème et 6ème femme en 29'25 et **2ème V1**

Séverine Gillier 90ème en 30'02 qui a mal été aiguillée / **Alain Bonin** 99ème en 30'37

André Duret 122ème en 32'37 **3ème V3**

Franck Chenal et un petit nouveau **Alexandre Dupuy** 151ème et 152ème en 35'15 et 35'16 qui ont pris le départ en retard de 3 ou 4 minutes , ils ont dû retourner chercher le certificat médical d'Alexandre .

Nicolas Lesoing 159ème en 36'07 **2ème junior** / **Philippe Lesoing** 161ème en 36'16

Murielle Lesoing 164ème en 37'14 / **Sandrine Mingeon** 201ème en 43'07

Et enfin sur la course de 2,7kms **Clémence Chenal 3ème Benjamine** en 11'45

Résultats : http://www.uoat.fr/pdf/2011_2012/RES_CORRIDA_2011_7200m.pdf

Photos : <http://www.uoat.fr/galerie/#album=12>

- 10kms d'Annemasse par Sébastien

De retour des 10kms d'Annemasse , sous une météo très agréable . Un peu plus de niveau cette année et 600 coureurs au départ .

Pelloche retrouve la fougue de sa jeunesse et remonte 5 ans en arrière en terminant **13ème (2ème V1)** avec un superbe chrono de **33'18** .

Pour ma part je me rassure après les 10kms désastreux de Grenoble (34'08) en terminant **10ème en 32'47** . Donc fin de saison encourageante pour nous deux .

Voir photos dans l'album photos **Résultats** : www.votrecourse.com

- Cross de Pontcharra 13 Novembre :

600 participants et 2 coureurs de VEO .

Stéphanie Duc l'emporte chez les femmes en 17mn53

Marc Maroud termine 19ème en 30mn08

- Trail de Montagnole 13 Novembre

Pour ce trail de 22kms juste à côté de Chambéry , 465 coureurs inscrits sur un parcours boueux dont 9 Plagnards .

15ème Meunier Dominique en 1h57mn04 / 17ème Emmanuel Gaucher en 1h57mn21

163ème Alain Bonin en 2h24mn26 / 221ème André Duret en 2h31mn32

309ème Freddy Ougier en 2h43mn31

Arrive ensuite le Groupe VEO avec :

420ème Nathalie Ruffier en 3h05mn52 / 421ème Georges Cressend en 3h05mn53

422ème Murielle Lesoing en 3h05mn53 / 423ème Philippe Lesoing en 3h05mn54



" Pendant ce temps Sandrine et nos garçons ont fait la rando 9km qui leurs a bien plus (sympa et convivial) . Très beau trail , changeant de nos montagnes mais bien boueux . Un bon pik nik au lac de challes pour clore cette journée ". par Murielle Lesoing

OCTOBRE

- Marseille-Cassis le 30/10/2011 par Sonia David

Voici mon résultat de la course de Marseille-Cassis d'aujourd'hui : 1h37'11" pour une place de 1652/ + de 15 000 inscrits (bien moins en finishers je pense, vu la quantité de gens tombés ou évanouis sur les côtés). Et 43ème/ 1113 SF et 73ème / 2838 femmes

- LA NOCTURNE DES TEPPEES à SAINT GERMAIN LA CHAMBOTTE le 29/10/2011

Cette première édition a été animée par de nombreuses erreurs de parcours que nos Plagnards auront su déjouer pour prendre de très bonne place au classement général .

* 35 KM INDIVIDUEL

2 - PAYN Yves 03:18:30 __ 1erV2M
3 - MEUNIER Dominique 03:18:39__ 1erV1M
21 - CHENAL Claude 03:43:45 __ 2èmeV1F

* 35 KM RELAIS

4 - "Les Tarins de Veo2000" CHENAL - DELAMUR 03:16:44

Résultats complets : <http://www.lanocturnedestepes.com/>

- l'Ekiden des 4 Hameaux du 23 octobre 2011

- 1er : Team Vuki (Equipe élitaire de l'Athlé Saint-Julien 74) en 2h25mn18.
- 2ème : Arve Athlétisme Bonneville Pays Rochois en 2h26mn14 qui est bien revenu sur la fin.
- 3ème : Evian Off Course en 2h33mn55 qui était parti en tête.
- 4ème : **AS de Course à pied VEO 2000 la Plagne** en 2h36mn31. Avec **Julien Delamur** en 1er relais puis **Marc Maroud, Yvon Vial, Dominique Meunier, fabulous**, enfin **Jannot Germain**. On échoue à 9 secondes de notre temps de 2009 où on avait fini aussi 4ème.

Et en mixte :

- 1er : Faucigny Athlétic de Club de Cluses.

L'équipe mixte de Veo2000 termine 3ème avec Serge Costaz , Stéphanie Duc , Hervé Janin , Nathalie Ruffier , Jean Paul Durain et Georges Cressend .

Les résultats sont disponibles sur : <http://www.votrecourse.com/>

Ekiden bien organisé. On a pu voir le match de rugby sur un écran géant dans une salle ou dehors sur une télé, un oeil sur le rugby, un autre sur la course à pied.

- Trail La Chambérienne le 23/10/2011

Sur le 22 kms : Sebastien Fayolle 2ème en 1h38:52 / Joel Pellicier 11ème en 1h46:45

Sonia David 8ème SF en 2h21:18

Et sur le 10 kms Céline Régerat 67ème F et 31ème SF en 1h12:43
Dédé Duret 94ème et 3ème V3 en 58:25

Résultats complets : <http://www.lachamberienne.com/resultats-6.html>

- LA CEPIENNE à St Jean la porte le 16/10/2011

CLASSEMENT 8 Kms

26- DURET ANDRE 2ème V3 en 56:31

- CLASSEMENT 20 Kms

22- PERRIOLLAT GILLES 2ème V1 02:26:34 / 33- DUSSOT FREDERIC 3ème V1 02:37:07

Résultats complets : <http://lacepienne.perso.neuf.fr/resultat/resultat.html>

- 10 kms SAINT JEAN DE MAURIENNE le 16/10/ 2011

5- PELLICIER Joël 2ème V1M 34:11 / 29- DUC Stéphanie 3ème SEF 37:53

120- BOUVET Philippe 13ème V2M 48:02

Résultats : <http://sd-2.archive->

host.com/membres/up/99151110451433804/10_km_2011_SAINTE_JEAN_SCRATCH.pdf

- Bernard Vinson était à la diagonale des fous :

J'ai fait la Diagonale des fous le 13 octobre dernier :

48% d'éliminés sur les 2350 raideurs au départ.

Je finis :

356ème VINSON Bernard

le 15/10 à 18:28 en 44h28mn30s

35ème en V2 ! Mon meilleur classement dans ma catégorie... Comme quoi plus on vieillit, plus on se bonifie

- Marathon de Chicago

Franck Chenal se classe 2119ème en 3h21mn39 (Record personnel)

- 20 Kms de Paris le 9/10/2011

Sonia David viens de participer aux 20 km de Paris ce week-end. " Dur dur le bitume tout le long ! "

Au final, voici les résultats : le chrono : 1h35'41"

Classement réel à l'arrivée 3444 / 20811

Classement réel dans la catégorie 73 / 2774

- La Gapencimes à Gap le 2/10/2011

1er et 2 octobre 2011, la sortie club annuelle conduit une quarantaine de plagnards dans les Alpes du Sud à Gap pour le Trail de la Gapencimes. 3 parcours sont proposés: 12kms, 25 kms et 48kms. Arrivée en plusieurs groupes le samedi à l'hôtel, retrait des dossards dans la ville, et test Asics pour certains qui apprendront qu'ils ont quelques kilos à perdre ou à prendre s'ils souhaitent gagner le lendemain... Ca tombe bien, arrive à 19h30 le menu 'sportif et diététique' avec tomates farcies, légumes laxatifs et clafoutis aux prunes et sa chantilly ! On met tout le monde au lit, chambres spacieuses de 25m² avec écrans plats, baignoire, etc. Dommage, il faut se lever à 5h00 du matin pour certains. Premier départ donné à 7h00 sous les premiers rayons du soleil pour le 48kms, puis cela s'enchaîne dans la matinée jusqu'au départ du 12kms. Des circuits magnifiques avec de beaux parcours de crêtes et un soleil radieux qui tape fort. Bonne organisation avec des épreuves qui s'enchainent, une remise des prix rapide et deux belles courses pour les enfants. A noter aussi un niveau particulièrement relevé avec la présence en force des coureurs de la Team Asics, Salomon, Scott, etc.

En conclusion, une belle sortie club sur une manifestation parfaitement bien organisée, le tout dans un air de vacances d'été !

Un grand merci à Mone, Gilbert et Franck pour le reportage photo dans ce cadre splendide.

Sébastien FAYOLLE.

- TRAIL DE LA BRECHE 12 kms / 750m+ (282 arrivants)

1 - FAYOLLE Sébastien VEO 2000 La Plagne 00h33'04 (3) 00h58'29 / 1° SeH
21- PERRIOLLAT Gilles 00h43'03 (29) 01h15'14 / 2° V1
78- COSTAZ Serge 00h50'22 (78) 01h31'32 / 7° V2H
79- MINGEON Gwendoline 00h50'38 (83) 01h31'33 / 6° SeF
172- REGERAT Celine 01h01'04 (169) 01h51'35 27° / SeF
184- NOGUES Gilbert 01h03'28 (198) 01h55'11 / 5° V3H
190- MINGEON Claudie 01h05'40 (215) 01h57'22 / 31° SeF
191- DEBULOIS Nathalie 01h06'56 (221) 01h57'22 / 25° V1F
239- CHENU Marie-Pierre 01h14'37 (254) 02h09'00 / 38° V1F
271- MINGEON Sandrine 01h30'25 (278) 02h37'51 / 49° V1F

- TRAIL DES CRETES 25 kms / 1500m+ (559 arrivants)

15- MEUNIER Dominique VEO 2000 La Plagne 02h27'48 / 4° V1H
91- CHENAL Claude VEO 2000 La Plagne 02h57'14 / 4° V1F
101- DELAMUR Julien VEO 2000 La Plagne 02h59'20 / 48° SeH
129- DAVID Sonia VEO 2000 La Plagne 03h07'49 / 5° SeF
278- GALLIAN Odile VEO 2000 La Plagne 03h33'15 / 21° SeF
426- LESOING Murielle VEO 2000 La Plagne 04h02'27 / 29° V1F
427- GILLIER Severine VEO 2000 La Plagne 04h02'30 / 45° SeF
445- CRESSEND Georges VEO 2000 La Plagne 04h06'22 / 13° V3H
446- RUFFIER Nathalie VEO 2000 La Plagne 04h06'22 / 32° V1F
448- LESOING Philippe VEO 2000 La Plagne 04h07'17 / 126° V1H

- TRAIL EDELWEISS 48 kms / 3000m+ (304 arrivants)

- 2- DAUM Alexandre VEO 2000 La Plagne 05h01'11 / 2° SeH
- 3- MAROUD Marc VEO 2000 La Plagne 05h02'00 / 3° SeH
- 24- GERMAIN Jean-Marie VEO 2000 La Plagne 05h44'09 / 1° V2H
- 35- VIAL Yvon VEO 2000 La Plagne 05h53'46 / 4° V2H
- 91- GATINE Véronique VEO 2000 La Plagne 06h33'42 / 2° V1F
- 117- MINGEON Fabien VEO 2000 La Plagne 06h47'07 / 62° SeH

Résultats complets : <http://clascycle.com/resultats/frameepr.php?epreuve=Gapencimes>

Photos et diaporamas du jour :

<http://photo.opusfocus.fr/albums/d1846949d1a84d928adcdd49f0ec47b7/> par "Mone" Germain
<http://photo.opusfocus.fr/albums/4c725b7f873f49de970b5411ca7234e1/> Par Franck Chenal

SEPTEMBRE

- Trail d'Albertville du 25/9/2011

- BALCONS DE MERCURY (21.500 kms) 235 classés

- 2- FAYOLLE SEBASTIEN (1 SEM/ 2M) en 01:45:04 à découvert le parcours contrairement à Fred Thérissod qui le devance au terme d'une belle bagarre, mais un podium de plus pour Seb.
- 10- PAQUIER Patrice (8 SEM / 10M) en 01:54:39 de retour après sa blessure à l'Utmb, mais il avait trop envie de courir à la maison .
- 14- DUC Stéphanie (1 SEF /1 F) en 01:57:27 victoire facile mais avec la manière tout de même après l'abandon de Céline Lafaye sa principale rivale.
- 125- DURET ANDRE (2 V3M /113M) en 02:38:22 et encore un podium pour Dédé qui avait déjà couru à St Michel de Maurienne la veille.

- TRAIL D'ALBERTVILLE (34.000 kms) 186 classés

- 3- PELLICIER JOEL (2 V1M /3M) en 03:30:19 sur le podium après une belle lutte.
- 56- CHENAL CLAUDE (4 V1F/ 4 F) en 04:32:33 tout près du podium mais très beau résultat tant au scratch que féminin.
- 144- VINSON BERNARD (18 V2M/ 131M) en 05:33:55 encore mal remis de son Utmb mais il a terminé au courage.

Photos et résultats complets sur www.trail-albertville.fr

- Trail du Bugey à Belley du 18/9/2011

Manu Gaucher de retour après deux années de blessures a pris très belle 4ème place du trail de 56kms remporté par Lucas Humbert devant Benoit Nave et Bruno Beaufiles. Bravo Manu !

Résultats : <http://www.belleysportpedestre.org/wp-content/uploads/2010/07/resultats-trail-2011-56km.pdf>

- La Bialle à Grésy sur isère du 18/9/2011

Sous la pluie 117 coureurs étaient au départ de la 5ème édition de La Bialle à Fréterive . Sur un parcours de 8.6kms raccourci pour la sécurité des coureurs .

9 coureurs de VEO ... Et 9 podiums

Il n'y avait pas de cumuls des podiums .

1er Sébastien Fayolle qui l'emporte en 29'55 1er sénior

2ème Joel Pellicier en 30'45 1er V1

7ème Jeannot Germain en 32'56 1er V2

9ème Fabien Mingeon en 33'39 5ème sénior mais 3ème en tenant compte du cumul

34ème Sonia David en 39'31 3ème femme et 2ème sénior

49ème André Duret en 41'37 3ème V3 battu au sprint par le 2ème

53ème Véronique Gatine déguisée en "Vamp" 42'29 6ème femme et 3ème V1

79ème Vanessa Silvestre en 47'53 17ème femme et 2ème cadette

Et 80ème Céline Régerat en 48'13 18ème femme 5ème sénior finalement 3ème avec le cumul .

- Triathlon d'Aix les bains du 11/09/2011

Julien, Marie-Pierre, Séverine et Mumu ont participé à cette épreuve .

- FOULEES MAGLANCHARDES du 11/9/2011

11- LAFON FRANCK 50:58.05 (4ème V1) / 12- DUC STEPHANIE 51:23.38 (1ère femme)

Résultats complets : <http://lesfouleesmagland.blogspot.com>

- Trail de Combe bénite du 11/9/2011

- Parcours A (23 km)

11- Payn Yves 02:54:02 (1V2) / 18- Mingeon Fabien 03:15:00

22- Chenal Claude 03:19:15 (1ère femme) / 35- Brun Guillaume 03:41:09

37 - Gatine Veronique 03:42:31 (3ème femme) / 39 - Bonin Alain 03:44:28

52- Ougier Freddy 04:18:01 / 61- Ruffier Nathalie 04:52:54 / 61-Cressend Georges 04:52:54

- Parcours B (16 km)

1 - Fayolle Sebastien 01:26:16 / 2 - Maroud Marc 01:33:17 / 3 - Pellicier Joel 01:33:18

10 - Pellicier Nicolas 01:54:31 / 15 - Dussot Frederic 02:01:17 / 18 - David Sonia 02:04:44

23 - Villien Martine 02:11:28 / 27 - Duret Andre 02:13:05 / 33 - Lesoing Philippe 02:20:12

41 - Arnoult Jacky 02:39:53 / 43 - Regerat Celine 02:51:15 / 47 - Mingeon Sandrine 03:16:56

Résultats complets : <http://traildecombebenite.fr>

- 10 kms de GRENOBLE le 4/9/2011

3 plagnards se sont déplacés à Grenoble pour les 10kms route. Une édition à vite oublier pour tous avec des chronos loin des records et de la déception à l'arrivée! On se rattrapera à Granier le we prochain...

15- FAYOLLE SEBASTIEN 34:08 / 26- MAROUD MARC 35:16

218- GILLIER SEVERINE 44:48 (15ème femme)

Seb FAYOLLE.

AOUT

- Ronde des sapins à La Féclaz le 28/8/2011

- 21 kms (91 classés) :

10- **MEUNIER DOMINIQUE** 1h30:18 (2v1) / 32 - **CHENAL FRANCK** 1h44:18

33 - **CHENAL CLAUDE** 1h45:58 (2v1) / 46 - **DAVID SONIA** 1h52:43 (1SF)

- 10 kms (114 classés) : 10 - **LAFON FRANCK** 38:56 (3V1) / 28 - **WEISROCK REMI** 41:52

- 5 kms (41 classés) : 25 - **SILVESTRE VANESSA** 23:41 (5 cadette)

- 1km (62 classés) : 42 - **CHENAL EDOUARD** 09:08 (9 EA)

Résultats complets : <http://www.skinordiquelafeclaz.org/modules/news/index.php?storytopic=12>

- UTMB 2011

Sur le **Trail Des Ducs De Savoie** remarquable 59ème place pour **Yvon VIAL** (7ème V2) en 20:57:41 sur les 781 arrivants en sachant que plus de 33% des coureurs au départs ont abandonné. Respect Yvon.

Sur l'**UTMB**, **Patrice Paquier** après un départ sage et une 129ème position au premier pointage, il n'a cessé de grimper au classement jusqu'à la 36ème à Martigny (km 138) ou il a dû s'arrêter à cause d'une forte douleur au mollet l'empêchant de poser le pied. Dommage pour Patrice qui aurait mérité d'aller au bout au vu des soucis rencontrés cette année. Respect Patrice

Bernard Vinson termine 481ème après 40h21'02" ainsi que **Claude Schneider** 738ème en 42h46'34", bravo à nos 2 guerriers qui sont allés au bout de l'effort. RESPECT à vous deux

- Le Bélier à La Clusaz le 28/8/2011

12ème **Joel Pellicier** 1er V1 en 2h07'00" / 17ème **Marc Maroud** en 2h09'56"

29ème **Jeannot Germain** en 2h17'37" / 33ème **Stéphanie Duc** 3ème femme en 2h18'39"

sur les 622 classés.

Résultats complets : <http://www.lebelier-laclusaz.com/upload/wysiwyg/scratch.pdf>

- Week-end du 6/7/aout 2011

* Championnat de France de course en montagne à Tardets

Seb Fayolle prends la 30ème place sur un parcours très boueux rendant les descentes difficiles et montées très raides et au final il est frustré et déçu car il n'a pas eu l'impression d'avoir couru .

Résultats : http://www.courir7374.fr/Files/France_montagne_2011/hommes2.pdf

* Grand bec à Champagny

3- Marc Maroud 2h14:44 / 5- Yves Payn 2h16:09 / 10- FabienMingeon 2h21:15

Résultats : http://courir7374.fr/Files/trail_alpin_grand_bec/classementcourse2011.pdf

* Cross des crêtes de Megève

13- Franck Lafon 3ème v1 en 1h12:18

Résultats : <http://www.courir7374.fr/Files/cross%20crete%20megeve/2011%20scratch.pdf>

JUILLET

- Montée du fort du mont du 31 juillet

15- Fabien Mingeon 54:51 / 19- Rémy Weisrock 56:27

Présent également : André Duret 3ème V3 + Philippe Bouvet mais je n'ai pas les résultats .

- Week-end 6000D à La Plagne les 30 et 31 Juillet

- Sur la 6 Découverte_10 kms (72 classés) : **DELAMUR JULIEN** 4ème en 1h12:33

- SUR le Trail des 2 lacs 22 KMS (388 classés) :

GERMAIN JEANNOT 7ème en 1h59:44 / **MEUNIER DOMINIQUE** 8ème en 2h00:16

DUC STEPHANIE 19ème et 1ère femme en 2h04:13 / **PERRIOLLAT GILLES** 37ème en 2h11:43

VIAL YVON 40ème en 2h12:50 / **BRUN GUILLAUME**47ème en 2h18:43

PELLICIER NICOLAS 76ème en 2h26:59 / **COUX SEVERINE** 80ème et 2ème senior F en 2h27:20

BONIN ALAIN 83ème en 2h27:38 / **DAVID SONIA** 87ème et 3ème senior F en 2h28:03

OUGIER FREDDY 121ème en 2:38:30 / **JANIN HERVE** 167ème en 2:46:33

VILLIEN MARTINE 197ème en 2h50:56 / **RUFFIER NATHALIE** 219ème en 2h58:06

CRESSEND GEORGES 220ème en 2h58:07 / GISLOT PASCAL 230ème en 2h59:40
LESOING MURIELLE 250ème en 3h04:26 / NOGUES GILBERT 293ème en 3h18:26
FASSY ANTOINE 298ème en 3h19:24 / MINGEON SANDRINE 361ème en 3h57:40

- SUR la 6000D_ 60 KMS (809 classés) :

MARC MAROUD 10ème en 6h11:29 / JOEL PELLICIER 13ème en 6h22:29
PATRICE PAQUIER 19ème en 6h31:42 / JOHANN GREBOVAL 82ème en 7h38:38
CLAUDE CHENAL 125ème et 10ème femme en 8h01:49 / FRANCK CHENAL 278ème en 8h49:37
YANN CLAVILLIER 306ème en 8h59:36 / BERNARD VINSON 336ème 9h09:53

- Grimpée du Montoncel (Auvergne) le 24/7/2011

2 plagnards ont testé les montagnes auvergnates pour cette nouvelle édition de la Grimpée du Montoncel (Allier) 16kms - 850m D+ et - : Franck LAFON et Sébastien FAYOLLE (Et Céline au top pour les encouragements!). Une épreuve comptant pour la Coupe de France de Course en montagne et support des Championnats d'Auvergne de la discipline.

Départ donné par une température de 7°, avec 160 participants. 5ème course en 5 semaines pour ma part mais les sensations restent bonnes ce qui me permet de terminer 5ème. Franck LAFON, qui commençait à retrouver ses jambes perdues depuis plusieurs semaines est rentré dépité, victime d'une erreur de parcours. Courage Franck, tout vient à point à qui sait attendre...

Pour la suite, 2 petites semaines de repos avant les Championnats de France en montagne dans les Pyrénées le 7 Août. <http://www.montoncel-lavoine.com/Grimpee.html>

Seb FAYOLLE

- Trail de Valmorel le 24/7/2011

Le temps maussade aura découragé bon nombre de coureurs cette année, et 53 coureurs sur le 20kms et 39 sur le 8 kms seront classés. Sur le 8 kms Vanessa Sylvestre réalise la performance de terminer 23ème au scratch en 55'44" mais aussi première femme et donc première cadette. Un peu devant elle on retrouve Pascal Gislot 20ème en 54'39" pour sa première course de l'année. Sur le 20 kms heureusement pas de pluie mais un sol digne d'un cross sur la première partie, puis avec la neige au col de la madeleine accompagné d'un vent violent et une patinoire de boue dans la descente. Evelyne Leissus a fait parti de cette expédition et termine 9ème femme en 2h31'11, tandis que Joel Pellicier venu pour se jauger avant la 6000D termine second en 1h43'23" derrière Michel Barralon 1h41'19" après avoir entre autres laissé une chaussure dans la boue au 6ème km et pris un vol boueux dans le final.

- Ultra Tour du Beaufortain 2011 le 16/7/2011

Véronique Gatine et Patrice Paquier étaient les porte-drapeau du club sur cet exigeante épreuve de 102 kms disputée dans de bonnes conditions.

Véronique a pu s'exprimer dans le premier tiers de la course ou elle était encore 4ème, mais un passage à vide et de fréquentes nausées l'empêchant de s'alimenter convenablement viendront à bout de ses forces et c'est aux Saisies avant la dernière difficulté et la descente finale qu'elle à abdiqué envahie par le sommeil. Bravo tout de même Véro, tu as perdu une bataille mais pas la guerre.

Patrice quand à lui était à cours d'entraînement suite à des soucis de santé au printemps et la dent de sagesse arrachée en début de semaine pouvait le faire douter un peu plus.

Mais il n'en fût rien et il a pris ses responsabilités en se positionnant avec la tête de course composée de belles pointures. Longtemps second, il a perdu une place en se trompant de parcours dans la descente finale (comme bien d'autres). Au final il monte tout de même sur le podium confirmant ses qualités d'ultra trailleur. Chapeau "Pat" et bonnes vacances !

Résultats :

<http://www.ultratour-beaufortain.fr/wp-content/uploads/2011/07/R%C3%A9sultatsv2-UTB-2011.pdf>

- Ice Trail Tarentaise à Val D'isère le 17/7/2011

Sur un parcours raccourci à cause d'une météo à tendance "hivernale", 210 coureurs ont tout de même parcouru les 32 kms proposés dont 4 Plagnards :

10- MAROUD Marc 4h14:11 / 14- PAYN Yves 4h19:17 1er V2

69- GREBOVAL Johann 5h17:33 / 186- SCHNEIDER Claude 6h38:46

Résultats : [http://www.running-](http://www.running-conseil.com/medias/news_medias/526/Resultats_Officiels_ALTISPEED_2011_WEB2.pdf)

[conseil.com/medias/news_medias/526/Resultats_Officiels_ALTISPEED_2011_WEB2.pdf](http://www.running-conseil.com/medias/news_medias/526/Resultats_Officiels_ALTISPEED_2011_WEB2.pdf)

- Montée du nid D'aigle à St Gervais le 17/7/2011

Encore de belles choses de faites par nos montagnards avec Seb Fayolle 10ème en 1h38'56" , Stéphanie Duc 30ème en 1h50'24" et encore première femme et Franck Lafon 53ème en 1h56'26" sur 386 classés avec un niveau très relevé et des conditions météo bien peu estivales.

Résultats : <http://www.courir7374.fr/Files/Nid%20aigle/r2011.pdf>

- Montée Peisey-Vallandry le 14/7/2011 (57 classés)

Chez les filles encore un doublé sur le podium avec Claude Chenal 2ème en 1h14:21 et Cécile Caullireau 3ème en 1h17:07 devancées par Anne-Lise Chamiot-Poncet en 1h08:15.

Chez les gars Marco Maroud est au pied du podium, 4ème en 57:22 , Fabien Mingeon est 15ème en 1h06:23 juste devant Boris Chenal 17ème en 1h07:22 et second junior.

Résultats : http://www.peisey-vallandry.com/documents/MP_2011.pdf

- La Courchapied et le trail de Courchevel le 9 et 10/7/2011

> La Courchapied : Une édition palpitante avec un bon niveau et un parcours très complet avec des montées très raides (> 50%), des descentes techniques et des parties roulantes. Donc tout le monde y trouve son compte... à condition de bien gérer. Un départ tout de suite dans le raide et les derniers kilomètres avec beaucoup de relances qui auront user bien des coureurs!

A ce jeu, Sébastien FAYOLLE termine 8ème /131 en 1h17". (une place bienvenue sur cette épreuve comptant pour la Coupe de France des courses en montagne). Franck Lafon qui sortait d'une Vertical race à Manigod mercredi dernier termine à une belle 24ème place en 1h27'.

Seb.

Résultats

complets:http://www.courchevel.com/courchapied/images/upload/portfolio_img/resultatscourchapied2011.pdf

et l'album photo transmis par céline et

franck :<https://picasaweb.google.com/116055535354495849185/CourchAPied2011?feat=email#>

> Trail de Courchevel :

Sur le 30 kms Stéphanie Duc réalise un belle performance en se classant 5ème du scratch en 3h35:52 juste devant Jeannot Germain 6ème en 3h35:15 (sur 243 classés).

On trouve aussi Rémi Weisrock 66ème en 4h28:28 et Freddy Ougier 131ème en 4h58:59.

Résultats : http://www.courchevel.com/xtrail/images/upload/portfolio_img/classement_30km.pdf

- Tour de ville de Bourg st Maurice le 8/7/2011

Peu de concurrents, 36 pour ce Tour de Ville mais un beau niveau, notamment les 3 premiers hommes. Beaucoup de fidèles (les Plagnards et les propriétaires et vacanciers des Arcs) aux épreuves de Bourg-Saint-Maurice . Ce qui fait que finalement la plupart des concurrents se connaissent et qu'il règne une bonne ambiance .

Sur ce Tour de Ville de 7.1 kms (à mon GPS) sur un circuit de 3 tours :

1er DEPAEPE Romuald 23'13 / 2ème MAROUD Marc Veo 2000 La Plagne 24'11

3ème PASQUIER Julien 24'58 du FAC de Cluses

4ème Fabulous 26'12, qui n'a pas pu suivre les 3 premiers, ils allaient trop vite .

27ème Philippe Bouvet en 35'17

Chez les femmes :

1ère DAVID Sonia en 29'59 VEO 2000 La Plagne / 2ème COLY Adeline 31'00

3ème CAULLIREAU Cécile 32'07 VEO 2000 La Plagne

Le tour de ville de BSM en vidéo : http://www.dailymotion.com/video/xjua43_tour-de-ville-2011-bourg-st-maurice-tv_sport

- Trail des Tordus (par Dominique Meunier)

Un petit coucou ! de ma région où je passe mes vacances. J'ai profité de cette occasion pour me mettre en jambe avec quelques copains de l'époque sur la 3 ème édition du Trail des Tordus dans le vignoble champenois, un parcours mitigé de chemins de vignes et de sentiers boisés dont 46 km avec 1000m de dénivelé environ, une 1 ère boucle de 24 km puis une 2ème de 22 km sur le même parcours, je m'en sors très bien malgré un départ rapide compte tenu du parcours très roulant avec un temps de 3h 39' et une 2ème place au scratch , 1er V1. récup au champagne obligatoire..!

Les résultats sur: <http://runners.fr/resultats-trail-des-tordus-du-1007-2011/>

Au passage Dominique devance Alain Guimet le haut-savoyard , Bravo "Dom" et merci pour l'info.

- **Week-end tour des glaciers de la Vanoise le 3/7/2011**

Sur THE NORTH FACE TGV 2011 (72 kms) 375 classés

4 - DAUM Alexandre 8:48:05

Sur L'INCONTOURNABLE 2011 (30 kms) 107 classés

7 - MINGEON Fabien 4:28:35 / 29 - DAUM Aurélie 5:29:33 (2ème femme)

Résultats complets : <http://trailsvanoise.wordpress.com/partenairescommunication/resultats/>

- Bourg st Maurice - Les Chapelles du 3/7/2011

Beau temps, une bonne chaleur et une cinquantaine de coureurs au départ de cette nouvelle Montée des Chapelles. De nombreux plagnards ont fait le déplacement et ont occupé les podiums:

1- Sébastien Fayolle en 40'34" / 2- Marc Maroud en 42'42" / 5- Dominique Meunier en 45'40" (2 V1)

6- Jeannot Germain en 46'06" (1er V1) / 7- Stephanie Duc en 47'15" (1ère femme)

13- Guillaume Brun en 51'09" / 14- Nicolas Pellicier en 52'41" 21- Sonia David en 55'05" (2ème femme) / 25- Gwendoline Mingeon en 57'44"

29- Hervé Janin en 58'49" / 32- Caullireau Cécile en 1h00'05" / 45- Philippe Bouvet en 1h07'58"

47- Céline Régerat en 1h09'01" / 53- Vanessa Sylvestre en 1h19'27".

Sébastien FAYOLLE.

Et voici le diaporama avec les photos de

"Mone" : <http://photo.opusfocus.fr/albums/57aacc5df60c430c8ef7bb1e21c9ccc1/slideshow/>

JUIN

- Cross du Mont-Blanc: 23kms (1450m D+ ; 474m) et Marathon le 25 et 26 juin 2011

Samedi épreuve de montagne magnifique sur Chamonix, face au Mont-Blanc et sous une météo excellente. Environ 1400 participants et une arrivée à 2000m d'altitude. Sébastien FAYOLLE termine 4ème (3ème Sénior) en 2h04'24" derrière le Suisse C.Pralong. Toujours en pleine forme, Stéphanie DUC avec un temps de 2h18'12" se place 2ème féminine (17° au Scratch) derrière la Championne du Monde de Ski-Alpinisme, Mireia Miro. Enfin Céline REGERAT, dont le tendon d'achille est rétabli a pu

redécouvrir les joies des courses en montagne en se classant 845ème (164ème Féminine / 403 en 3h44'27").

Seb.

Dimanche avait lieu le marathon (2511m D +; 1490 D-) et Véronique Gatine faisait parti des 2200 partants de cette épreuve. Au final la " Gatinette" se classe 410ème et 6ème V1 EN 6H09'12" pour affiner sa préparation au prochain Tour du Beaufortain.

Résultats complets : <http://mbm.livetrail.net/classentete.php?course=marath>

- La Combloranne à Combloux le 19/6/2011

Franck Lafon continue sa participation au challenge Oxygène Haut-Savoyard où il a obtenu un bonne seconde place en V1 derrière Fred Thérissod en se classant 13ème au scratch.

Résultats: <http://www.combloux.com/images/pdf/montee-pedestre/scratch-18km.pdf>

- Trail de la Saintinoise à Brison st Innocent le 19/6/2011

* Sur le 9 kms 193 classés

129- Bouvet Philippe 50:33

* Sur le 20 kms 149 classés avec le retour de Marco, de Jeannot, Yves et de Sonia sur le podium :

3- Marc Maroud 1:53:17 (2ème senior) / 9- Dominique Meunier 1:58:30 (3ème V1)

11- Jeannot Germain 2:00:58 (1er V2) / 13- Fabien Mingeon 2:02:41 / 16- Yves Payn 2:03:47

36- Yvon Vial 2:15:11 / 77- Yann Clavilier 2:32:07

84- Sonia David 2:38:40 (3ème femme et 2ème SF)

Résultats: <http://www.nature-tour-ca-des-savoie.com/resultats/saintinoise.php>

- Trail de Faverges le 18/6/2011

* Sur le 27 kms comptant pour le championnat de France de Trail court 479 classés et tous mouillés.

A noter la belle opération pour Stéphanie Duc qui remporte la victoire avec une superbe place au scratch. Malheureusement moins de chance pour Odile Gallian qui a du abandonner suite à un problème musculaire lors de la montée.

5- PELLICIER Joel 02:27:15 (1er V1) / 19- DUC Stéphanie 02:38:48 (1ère femme)

71- PELLICIER Nicolas 03:00:01 / 125- BRUN Guillaume 03:15:44

313- OUGIER Freddy 03:56:33 / 476- DURET Andre 05:33:48

* Sur le 42kms voire moins le parcours a du être raccourci pour une partie du peloton à cause des mauvaises conditions. 278 classés.

7- PAQUIER Patrice 04:28:25 / 36- LECOMTE Olivier 05:11:54
163- VINSON Bernard 05:51:21 / 183- CHENAL Franck 06:01:14

Là aussi une pensée pour Claude Chenal qui a du déclarer forfait après avoir fait du rodéo avec son vtt, ainsi qu'à Bernard Blanc qui s'est blessé au genou pendant la course. Bon et prompt rétablissement à tous et toutes.

Résultats : <http://www.trail-faverges.com/les-courses/resultats/2011.html>

- Tour du lac d'Aiguebelette le 12/6/2011

1257 classés pour la 27ème édition de cette classique savoyarde et parmi eux une dizaine de Plagnards :

10- MAROUD MARC 58:57 / 99- VIAL YVON 01:08:53 / 246- DUSSOT FREDERIC 01:15:41
410- DAVID SONIA 01:20:48 / 512- BONIN ALAIN 01:23:11 / 523- OUGIER FREDDY 01:23:24
882- LESOING MURIELLE 01:33:51 / 925- BOUVET PHILIPPE 01:35:09
1012- ARNOULT JACKY 01:38:29 / 1218- DEBULOIS NATHALIE 01:54:32
1219- MINGEON SANDRINE 01:54:34

Résultats complets : <http://www.tourdulacaguebelette.com/resultats.html>

- Montée Internationale du Poupet 2011 (Jura) - Coupe de France Course en Montagne.

Résultats Seb: 13 ème / 1026 participants - 4ème français.

Résultats complets: <http://www.montee-poupet.eu/globale.php5?IDM=5&IDSM=1>

Deuxième étape de la Coupe de France de Course en Montagne pour ma part et cette édition 2011 de la Montée du Poupet aura été marquée par son niveau international. Une importante délégation africaine et le premier français qui termine 10ème sur une course donc extrêmement relevée. Après 10 jours de fatigue intense (pas pu finir une seule séance de VMA!), la pression était forte pour aborder cette course qui s'est finalement plutôt bien déroulée. En terminant 13ème au scratch et 4ème français, je devrais remonter dans les 20 premières places au classement national de la Coupe de France. Prochaine course dans 2 semaines: le semi-marathon du Mont Blanc (1400m D+) où l'on devrait retrouver plusieurs plagnards parmi les 1500 coureurs inscrits.



- Dimanche 5 Juin 2011 La Transjutraill

Stéphanie Duc y était pour le compte du trail tour national, et elle y a pris la seconde place sur le 36kms derrière Céline Lafaye, confortant un peu plus sa place sur le podium national du trail court

Résultats : <http://www.transjutraill.com/les-resultats/2011/36km-dames-1-92.htm>

- Dimanche 5 Juin 2011 Trail de l'Albarine

Sur le 19 kms retour de **Patrice Paquier** après des soucis de santé, et une 3ème place pour retrouver de la confiance. Sur le 28 kms 20ème place et 3ème féminine pour **Véronique Gatine** qui retrouve régulièrement le podium

Résultats : <http://www.arbarine.org/edition-2011.html>

- Dimanche 5 Juin 2011 Drayes en vercors

Victoire pour **Alexandre** et troisième place pour **Aurélié Daum** qui ont couru le 35 kms faute de 54 kms à cause d'une météo incertaine.

Résultats : http://lesdrayesduvercors.com/cariboost_files/drayes35km.pdf

- Samedi 4 juin 2011 St Pierre de Chartreuse

Au Trail des 2 som log de 25 kms (1340m + et 1780 m-)

3ème **PELLICIER Joel** 1 V1M 02:21:10 / 101ème **COUX Olivier** 03:39:21

Résultats : http://www.raidlight.info/classement_3jc/21km_gen.pdf

MAI

- La Verticale du Môle le 29/5/2011

Franck Lafon est allé se tester sur ce KM Vertical long de 4 kms. Au final il termine 20ème et 5ème V1 sur 124 classés.

Résultats : http://www.courir7374.fr/Files/verticale_mole/r_2011.pdf

- 3 Heures d'Ambilly le 28/5/2011

Le quatuor représentant le club s'est brillamment comporté en remportant la course par équipes et en battant le record de l'épreuve en parcourant 46,065 kms en 3 heures.

Bravo donc à **Gwendoline Mingeon** , **Marc Maroud**, **Dominique Meunier** et **Jeannot Germain**.

Résultats et résumé sur le site de l'amicourse :

<http://www.amicourse.com/actualites/n-plateau-2011-de-grande-qualite-aux-6-et-3-heures-d-%e2%80%99ambilly/>

- Odyssée à Chambéry le 28/5/2011

Nous étions quelques plagnards pour cette belle manifestation où le sport et la générosité faisaient cause commune. Sur un très beau parcours d'environ 7 kms à travers la vieille ville et les parcs locaux, une marée de maillots roses ont défilé sous le soleil généreux pour une collecte de 35000€ pour la lutte contre le cancer du sein.

<http://www.odyssea.info/pages/association-CHAMBERY.php?ville=CHAMBERY>

- Grimpée du Semnoz à Quintal le 22 mai 2011

Très bons résultats de nos représentants sur cette course toujours relevée avec une place dans le top 10 pour Sébastien (avec un chrono à la baisse) et une nouvelle victoire pour Stéphanie qui améliore aussi son temps :

9ème **FAYOLLE SEBASTIEN** 1h08:27.17(7ème sh)

39ème **LAFON FRANCK** 1h18:26.30 (10ème V1)

49ème **Duc STEPHANIE** 1h20:04.58 (1ère femme) / 347ème **REGERAT CELINE** 2h05:02.75 (26 sf)

Résultats complets : <http://www.lagrimpeedusemnoz.fr/>

- GRAND RAID 73 à Cruet samedi 21 mai 2011

Bravo à Véronique qui était la seule Plagnarde sur le 73 kms couru dans des conditions difficiles dues à la chaleur. Après un bon début de course elle a connu un petit passage à vide en terminant tout de même la course 7ème femme et 4ème V1F. 80 abandons sur cette course.

-106ème **GATINE Veronique** en 14h26'55'

sur le Petit Savoyard (24,5 kms) : - 3ème **PELLICIER Joel** 2h14'29" (1er V1)
- 19ème **MEUNIER Dominique** 2h29'14" (5ème V1) - 59ème **CHENAL Claude** 2h49'18" (2ème V1F)
- 92ème **PIFFETEAU Florian** 2h57'42" - 100ème **DUSSOT Frederic** 3h00'20"
- 122ème **GRIOUA Boualem** 3h05'24" (il a gagné une poêle au tirage au sort puis une petite perfusion suite à un coup de moins bien. Cuit le Bôa aujourd'hui !)
- 142ème **VINSON Bernard** 3h12'04 - 192ème **WEISROCK Remi** 3h27'04"
- 194ème **CHENAL Franck** 3h28'23"

Résultats complets: <http://grandraid73.fr/>

- RÉSULTATS COURSE PÉDESTRE TRESSERVE 15/5/2011

- Course 8KM (124 classés)

35ème **COUX SEVERINE** 00:35:47 (3ème femme/ 2ème senior F) pour son premier podium de l'année.

- Course 13.6KM (156 classés)

14ème **MINGEON FABIEN** 00:52:04 / 75ème **DURET ANDRE** 01:04:14

Résultats complets : <http://cptresserve.free.fr/>

- Trail du Salève le 8 mai 2011

- 19 km - Crêtes du Salève (17.000 kms) (246 classés)

46ème **WEISROCK Remi** 01:56:07 , Rémi accompagné par un ancien Plagnard (Fred Girod-Roux) et un futur Plagnard (Nicolas Pellicier).

- 38 km - Trail du Salève (188 classés)

26ème **GERMAIN Jean-Marie** (4 V2M) 04:12:14 , Jeannot qui effectuait sa rentrée mais il manquait des kilomètres au compteur.

Résultats complets : <http://www.amicourse.com/trail-du-saleve/>

- Trail Nivolet-Revard et Malpassant à Voglans le 1/5/2011

Parcours de 51kms Nivolet Revard (504 classés)

18- **DAUM Alexandre** (11 SEM) 05:15:20 (Batterie débranchée au 30ème km, en termine avec sa

trilogie de la poisse)

69- BLANC Bernard (5 V2M) 05:55:08

97- COUTIN CHENAL Claude (3 V1F) 06:06:06 (bien contente de sa course et du podium)

384- VINSON Bernard (50 V2M) 07:55:01 / 425- SCHNEIDER Claude (58 V2M) 08:12:43

Parcours de 26 kms Malpassant (400 classés)

2- FAYOLLE Sebastien (2 SEM) 02:05:54 (et forme mais il y avait un os à ronger ce jour)

9- PELLICIER Joel (3 V1M) 02:16:13 (retour en douceur)

27- LAFON Franck (5 V1M) 02:28:34 (mollet sous tension : attention !)

68- PIFFETEAU Florian (48 SEM) 02:42:12 (pas mal pour débiter la saison)

77- COUDURIER Herve (14 V1M) 02:45:16 (bienvenue au club)

105- GRIQUA Boualem (18 V1M) 02:52:06 (Dur pour un Boa de ramper jusqu'au Malpassant)

233- DURET Andre (6 V3M) 03:22:16 (Dédé toujours vaillant)

322- REGERAT Celine (28 SEF) 03:46:59 (Les cuisses caramélisées mais elle l'a fait !)

Résultats complets : <http://www.nivoletrevard.fr/>

- Grimpée du Laudon à St Jorioz le 1/5/2011

Ce dimanche notre **Marc Maroud** national s'est engagé sur cette grimpe sur route reliant Saint Jorioz en bordure du lac d'Annecy à la forêt de St Eustache 13 kms plus haut. Il termine 7ème en 56'27" et 3ème senior car devancé par 4 vétérans.

Résultats complets : http://www.nico-laclusaz.com/Files/grimpee_laudon/r_2011.pdf

AVRIL

- Trail de l'Ardèchois le 30/4/2011

Samedi après-midi nous avons deux gazelles en action sur le petit et le grand parcours de ce trail réputé.

Stéphanie Duc courait sur le 34kms en tant que favorite et elle a assumé en se classant 14 ème au scratch sur 766 coureurs et bien sur 1ère femme en établissant un nouveau record en 3h16'10" (record détenu auparavant par Lisel Disler).

Seconde gazelle au départ **Véronique Gatine** sur le 57kms qui continue à enmagasiner de la confiance et du plaisir en terminant 8ème femme et seconde V1 après 6h53'25" d'effort.

Bravo les gazelles !

Résultats complets : <http://www.trailardechois.com/index.php?page=edition2011>

- La Monte et sue le 25/4/2011

Ce lundi à Césarches (entre Albertville et Ugine) se courrait la 8ème Monte et Sue .

163 coureurs étaient au départ dont 7 Plagnards .

Marc Maroud " Marco " pour son retour termine 4ème en 53mn28

Stéphanie Duc " Stéph " se classe 13ème en 56mn27 . Elle bat le record féminin détenu par Céline Lafaye de plus de 1 minutes . Elle termine biensur 1ère féminine (Attention Marco elle va bientôt te doubler)

Fabien Mingeon " fabulous " se classe 28ème en 1h02mn04 (15 jours après le marathon de Paris , il ne s'est pas donné à fond)

Boualem Grioua " Boa " finit 48ème en 1h05mn33 juste devant :

Rémy Weisrock 49ème en 1h05mn34

André Duret " Dédé " 93ème en 1h13mn58

et enfin **Philippe Bouvet** 132ème en 1h25mn54 .

Résultats complets : http://lamonteetsue.fr/Files/22_resultats_2011.pdf

- Trail des roches à Saint Dié le 17/4/2011

Alexandre Daum était de retour au pays pour tenter de remporter une 4ème victoire sur ce trail qu'il affectionne. Un trail de 48 kms pour 2300m+ avec 203 classés.

Au final trois "Alexandre" dans les 4 premiers (étonnant !), mais nôtre Alexandre est 4ème à une minute du podium après une erreur de parcours alors qu'il etait en tête.

Aurélie Daum a participé également à la fête ou elle termine 80èmeet première femme.

Un Daum peut en cacher un autre .

Résultats complets : http://trailedesroches.com/images/stories/resultats2011/general_48.pdf

- Trail Drôme Lafuma à Buis les Baronnies le 17/4/2011

Stéphanie Duc y était pour le compte du championnat de France de Trail court où elle termine 24ème au scratch et second femme derrière Céline Lafaye sur le 23kms sur environ 600 coureurs.

Résultats complets : <http://www.traildrome.fr/docs/fr/actualites/r%C3%A9sultats%20bruts%20trail%20Buis%20les%20baronnies.pdf>

- Duathlon d'Albertville le 17/4/2011

Plusieurs Plagnards sont venus se tester sur une discipline que l'on trouve peu dans la région.

Le matin sur le super sprint (2km pied / 16kms vélo/ 2kms pied) c'est **Olivier Coux** (39ème) qui a sillonné le parcours vallonné albertvilois.

L'après midi sur le sprint (5km pied / 30 kms vélo / 5 km pied) tir groupé de **Yann Clavilier** 107ème, **Boualem Grioua** 108ème et **Claude Schneider** 120ème .

Photos : <http://photo.opusfocus.fr/albums/561884af152b41ea93dda5c969968cdd/>

Résultats: <http://www.albertvilletriathlon.com/>

- Trail Msm à Barby le 17/4/2011

De retour de la région chambérienne (Barby) après avoir participé au premier Trail du Mont St Michel. 2 circuits très agréables où le soleil a été au rendez-vous. Sur le 13kms (700mD+ et 140 participants), **Rémy Weisrock** termine 46ème en 1h34' après, je crois, s'être égaré sur le circuit. **Céline Regerat** termine 103ème en 1h54'15" (17 SEF) après une ascension un peu douloureuse! Sur le 21kms (1100m D+ et 140 coureurs), **Sébastien FAYOLLE** remporte l'épreuve en 1h35'56" devant Stéphane Avrillon. Une première ascension aussi difficile mais un parcours très roulant par la suite ce qui a permis de creuser un peu l'écart. On retrouve ensuite **Véronique Gatine** qui réalise une belle course en 2h12'16" et termine 2ème VEF. **Fabien Way** termine aussi à une belle place: 87ème en 2h24'10".

Seb FAYOLLE.

Voilà 1 an bientôt que je me suis mis a la course a pied et surtout au trail, donc je met du coeur a l'ouvrage,tout ca pour dire que j'ai realise un chrono de 1h34 il me semble tout en sachant que je ne sais ni lire ni ecrire d'ou mes 2 km en plus sur le 21,voila en tout cas j'ai passe une super course (la meilleure de ma mince carriere sauf un peu enerve de mon gps cerebral,en te souhaitant un tres bon dimanche,a bientôt. Vive le TRAIL!

Rémy

- Marathon de Paris le 10/4/2011

Belle aventure vécue par nos camarades dans les rues parisiennes parmi les 40000 coureurs au départ. Voici leur classement et bravo à tous pour ce grand moment :

- **Yvon Vial** = 1959 ème en 3h13'24"
- **Séverine Coux** = 13496ème place en 3h57'25"
- **Fabulous Mingeon** = 3846 ème en 3h22'25"
- **Georges Cressend** = 20751 ème en 4h27'01"
- **Marie-Pierre Chenu** et **Murielle Lesoing** = 25880 ème en 4h46'55"
- **Sandrine Mingeon** = 30007 ème en 05:30:10

Résultats complets : <http://www.asochallenge.com/fr/classement.html>

- Lyon Urban Trail le 3/4/2011

Finalement, quand même pris le départ de l'Urban Trail malgré la blessure, qui m'a bien fait mal tout le long, mais trop frustrant de les voir tous au départ...

Sur le 23 (qui était davantage à 24-25 selon les montres), **Claude CHENAL** a fini 108ème en 2h21'17" (2e V1 femme), **Sonia David** 298ème en 2h36'06" (6e senior femme) et **Franck CHENAL** 391ème en 2h40'33" (96e V1 homme).

Sur le 38kms **Olivier Coux** se classe 474ème en 5h14'25"

Sonia

Résultats complets : <http://www.sportcommunication.info/CHRONO/LUT/>

- 10 kms de Grignon le 3/4/2011

Record sur cette course avec 205 inscrits et la victoire en 30'53" d'Hakim Merzougui. Les Plagnards ont été moins nombreux que d'habitude mais ils y a avait tout de même 6 bonnets rouges sous le soleil de Grignon.

79- GRIOUA Boualem (23ème V1H) 00:40:28

100- DUSSOT Frederic (29ème V1H) 00:42:44

115- WEISROCK REMI (57ème SH) 00:43:42

137- DURET André 6ème (V3H) 00:47:27

170- BOUVET Philippe (20ème V2M) 00:53:23

189- ARNOULT Jacky (22ème V2M) 01:00:54

- Trail des Glaisins à Annecy le vieux le 2/4/2011

Elle était la seule à nous représenter, mais quel plaisir de voir revenir courir la "Gatinette". Avec quelques bonne séance d'entraînement dans la nature et plein de "niac" elle va retrouver le plaisir de galoper dans nos montagnes. Bravo Véro, tu commençais à nous manquer !

198- GATINE Véronique Veo 2000 La Plagne 4ème V1F 03h54'10"

Résultats : http://www.endurance-mag.com/endurance/uploads/fichiers/resultats/classement_scratch_cq1aox.pdf

MARS

- Semi-marathon et 10 kms de Chambéry le 27/3/2011

Plusieurs plagnards étaient présents pour cette nouvelle édition des 10kms et semi-marathon de Chambéry. Température idéale, parcours assez difficile avec pas mal de relances mais du monde avec 325 participants sur le 10km et 312 sur le semi. Sur le 10, **Sébastien FAYOLLE** termine 4ème en 32'46", **Boa** 92ème en 39'41" et **Rémi Weisrock** 124ème en 41'39".

Sur le semi, de nouveau un record et un superbe chrono pour **Sonia David** (8ème en 1h36'56"), **Julien Combaz** 72ème en 1h29'27" et **Philippe Bouvet** 289ème en 2h03'56".

Seb FAYOLLE

Résultats : <http://www.nature-tour-ca-des-savoie.com/resultats/10km-chambery.php>

- Résultats du week-end du 12 et 13 Mars 2011

Débutons dans la neige des Aravis avec le **Trail de l'Aigle Blanc de Manigod** ou 200 concurrents étaient présents avec des conditions de course difficiles sur 12 kms et 500m+. **Stéphanie Duc** était notre représentante et elle s'impose dans un excellent temps de 1h00min48s, devant Josiane Piccolet (Salomon - 1h10min04s) et Natacha Baud (1h15min03s).

* **Résultats** : http://www.endurance-mag.com/endurance/uploads/fichiers/resultats/general_2soarp.pdf

Dimanche matin la météo n'était pas fameuse pour les participants du **Trail des Cabornis**, mais cela n'a pas empêché **Aurélie Daum** de prendre une belle 4ème place sur le 40 kms en 5h18 à une minute du podium.

Alexandre Daum a du se dépêtrer des Haut-Savoyards Giguet, Brun, Savoy pour terminer second du 40 kms en 3h36 derrière Vincent Faillard un autre traillleur qui fait des étincelles au niveau national en ce début d'année.

* **Résultats** : <http://www.running-conseil.com/#/limonest419>

Enfin plus près de chez nous, sans pluie mais avec beaucoup de vent à **Cruet** sur 11kms et 280m+ **Joel Pellicier** termine 3ème et 1er V1 devancé par Raphaël Neyret-Vachet et par le triathlète Yoann Deldossi .

* **Résultats** : <http://coursensavoie.1fr1.net/t2951-resultats-de-la-crueneraine-du-13-mars-2011>

- Semi-marathon de La Grande Motte le 6/3/2011

Mon petit doigt m'a dit que des Plagnards devaient courir du côté de La Grande Motte ce week-end et je les ai trouvé :

Place	Temps	Dos	Nom,Prénom	Ctg	Pl.Ctg	Club	Pl.Sexe	Vitesse
945	01:51:59	516	COUX,Severine	SEF	37	VEO 2000	107	11.25
1248	01:59:49	518	CRESEND,Georges	V3M	52	VEO 2000	1043	10.52
1436	02:08:23	451	CHENU,Marie-Pierre	V1F	116	VEO 2000	271	9.81
1437	02:08:23	1019	LESOING,Murielle	V1F	117	VEO 2000	272	9.81

Résultats complets : http://www.kms.fr/kms_www/detaile_resultat.php?id_d=1192

- Semi marathon de Paris le 6/3/2011

Sonia David était présente ce week-end dans les rues parisiennes pour participer au semi-marathon de Paris.

Elle y réalise une très belle performance pour me semble t-il son premier semi, Bravo Sonia !

Chrono temps réel : 1h43'58" (j'ai eu de la chance, toutes les conditions optimales étaient réunies).

Classement scratch : 6350 / 23983 partants (sur 30 000 inscrits)

Classement catégorie : 223 / 3504 arrivantes SF

Résultats complets : <http://org-results.semideparis.com/2011/>

FEVRIER

- Trail Fée Blanche Margéziac 2011 le 26/2/2011

Samedi après midi tant, en partant d'Albertville avec dame Pelloche et Seb Fayolle le temps printanier laissait à penser que la neige annoncée le soir nous épargnerait. En cours de route nous avons le temps de voir des TGV arrêtés en pleine nature à cause de vol de cables. J'ai le sentiment d'avoir subi le même sort car depuis le matin mon objectif principal est dedormir. Une mouche tsé-tsé serait elle venue jusque dans nos montagne ?

Arrivés au Margéziac , température 4° et la neige pas belle à voir. Je pars tester le début du circuit et je rends vite compte que ça ne va pas être du gâteau mais plutôt une soupe de gros sel.

Le départ de la course est donné alors qu'un nuage chargé des flocons humides nous tombe dessus. J'essaye de ne pas faire les efforts de trop en luttant inutilement contre ce sol fuyant mais les copains devant ne se posent pas de question. Je suis lourd comme un cheval mort et je me retrouve bientôt au delà de la 20ème place, les voyants de mon tableau de bord clignotent tous dans le rouge et je pense déjà à mettre le clignotant. Heureusement un peu plus loin le sol deviens un peu plus ferme et une succession de partie roulantes et légères bosses me permettent de rejoindre des groupes de coureurs. A mi- course je vois au loin le "petit" Olivier Chautemps et devant moi "LE BEAUF" accompagné de Philippe Dupont.

Je reviendrais sur ce dernier en arrivant à contenir ses assauts mais pour devant ça sera tout. A 2 kms du final on m'annonce 10ème à ma grande surprise et sur la ligne d'arrivée ça sera même mieux : 7ème.

Une fois arrivé je me mets à trembler comme un gosse qui a froid au bord d'une piscine avec les dents

qui claquent à la Fernandel. Même pas mal aux jambes mais assommé. C'est en arrivant chez moi que mon thermomètre m'attribuera la note de 39 qui me vaudra de rester tranquille à la maison en regardant le "France" de cross. A noter que le matin même Franck Lafon m'avais annoncé sa non-venue car il avait 39 de fièvre depuis 2 jours. Sinon pour en revenir à cette course il est certain qu'avec une neige ferme et une santé optimum ce parcours me plait beaucoup.

Équation du jour : Neige molle + Jambes molles = Course dure.

Pendant ce temps **Seb Fayolle** survolait la course en gagnant avec près de 2 minutes d'avance confirmant ses aptitudes à maîtriser cette neige qu'il foule régulièrement tout comme **Anne-Lise Chamiot Poncet** qui a remporté la course chez ces dames.

Résultats : <http://www.lesailions.com/documents/Classement%20F%C3%A9%20Blanche%202011.pdf>

Et les photos des neiges : http://www.laurentfabry.com/gallery.asp?gallery_id=12607&

- Belledonne Gelon Raidlight Trail au Bourget en Huile Samedi 19 Février 2011

Sur le Trail des Huiles (31 km et 1200 m D+) 3 Plagnards sont allés découvrir ce nouveau parcours qui n'avait pas revêtu l'habit blanc prévu par les organisateurs. Cela n'a pas empêché **Aurélie** et **Alexandre Daum** ainsi que **Julien Combaz** d'aller fouler le sol des montagnes des belledonnes.

Alexandre poursuite sa série de belles performances en terminant 3ème de la course derrière Ludovic Pommeret et Patrick Bringer d'autres grands noms du trail. A la 26ème place (sur 116 coureurs) Julien Combaz est remarquablement placé pour ce début de saison. Enfin la belle surprise est venue d'Aurélie Daum qui en se classant 61ème monte sur la seconde place du classement féminin derrière Anne Valéro.

Résultats : <http://www.generation-trail.com/PDF-RESULTATS/belledonne31km.pdf>

- Trail givré à Montanay (69) le 6/2/2011

Stéphanie Duc a fait le déplacement dans le Rhone pour cette seconde manche du TTN court (Trail Tour National). La concurrence était là aussi avec Fiona Porte qui remporte la course devant la Bretonne Béatrice Ceveno, Céline Lafaye et Stéphanie qui se classe 45ème au général, 2ème sénior femme sur 668 classés. **Boualem Grioua** était présent aussi il termine 243ème .

Résultats complets : <http://www.generation-trail.com/PDF-RESULTATS/givre21km.pdf>

- Trail blanc du Semnoz le 5/2/2011

446 coureurs ont passé la ligne après avoir couru sur les pistes de fond du Semnoz à la tombée du jour avec une température agréable et une neige très ferme.

Parmi eux 4 plagnards qui ont fait un carton plein en montant tous sur le podium.
Honneur aux filles avec à la 58ème place du général, **Anne-Lise Chamiot-Poncet** qui termine seconde femme à 20 secondes de Maud Gobert (ex Giraud) après avoir eu un retard d'une minute à la mi-course. De plus elle devance Michèle Leservoisière et Sandrine Motto-ros.
Ensuite 134ème on retrouve **Claude Chenal** qui se classe 3ème V1 derrière les filles nommées auparavant. Autre belle surprise, la remarquable 31ème place de **Boris Chenal** qui s'est amusé comme un petit fou dans la neige en terminant 1er Junior grâce au dossard de son père qui s'était "fait" une cheville dans la semaine. Enfin 5ème au général et 2ème V1 **Pelloche** qui a passé un agréable moment sur ce circuit à la tombée de la nuit.

Résultats complets : <http://www.generation-trail.com/PDF-RESULTATS/semnoz2011.pdf>

JANVIER

- Championnat régional de cross à La Tour de Salvagny (69) le 30/1/2011

114/198 (benjamin) DUPONT Gabin

95/162 (minime) BERGER Maxime

103/162 (minime) JOVET Tom

19/350 (vétérans) PELLICIER Joel

144/350 (vétérans) LAFON Franck

Tous les résultats :

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

[frmbase=resultats&frmcode=1&frmespace=0&frmcompetition=074917](http://bases.athle.com/asp.net/liste.aspx?frmbase=resultats&frmcode=1&frmespace=0&frmcompetition=074917)

- La Foulée des Monts d'Or le 23/01/2011

Ce week-end dans les monts du Lyonnais **Sonia David** faisait parti des 770 coureurs sur les 25 km et 700 D+, avec un grand soleil. La course pouvait se faire en individuel (25 km) ou en relais (10 + 15), mais elle l'a faite en individuelle et a terminé 274e au scratch mais 3e senior féminine. Premier podium :-)
l'année commence bien, [BRAVO SONIA](#)

- Pilat Winter Raidlight Trail 2011 le 23/01/2011

En fouinant un peu j'ai découvert que 5 Plagnards se sont déplacés dans la Loire pour y courir sur la neige

- Sur le 13 km (134 classés) : **Séverine Coux** 35ème et 4ème senior en 1h17'55"

Georges CRESSEND se classe 52ème et 2ème V3M en 01:24:03 .

- Sur le 23 km (245 classés) **Gilles PERRIOLLAT** termine 19ème et 8ème V1M en 02:12:2

Olivier Coux 192ème en 2h57'56" .

- Enfin sur le 33 km (189 classés) **Alexandre DAUM** a confirmé sa forme entrevue lors du trail blanc de Serre Chevalier en remportant la course en 02:25:13, il devance Eric Sagnard de 3 minutes et Gaëtan Roth de 8 minutes.

Résultats complets sur la page résultats de : <http://www.generation-trail.com/accueil.php>

- Cross des neiges de Pralognan le 16/1/2011

Pour ce 1er cross des neiges de Pralognan , peu de participants une cinquantaine au total .
3 parcours étaient proposés 11 , 22 et 33 kms sur un circuit de 11 kms alternant sentiers et pistes de ski de fond .

3 coureurs du club étaient présents sur le 22 kms (22.7 au GPS)où il y avait 21 coureurs

MINGEON Fabien termine 2ème en 2h02 mais à 7 minutes du premier Pascal Ghelma .

VIAL Yvon finit 3ème en 2h05min13sec , pas loin de Fabien dans le premier tour mais qui a perdu un peu de temps dans le second .

Et **COMBAZ Julien** qui termine à une belle 5ème place en 2h09min23sec .

Course très bien organisée avec un beau parcours et une bonne neige .

Classements : [http://www.pralognan.com/UserFiles/File/cross%20des%20neiges\(1\).pdf](http://www.pralognan.com/UserFiles/File/cross%20des%20neiges(1).pdf)



- Week-end du 8 et 9 Janvier 2011

Début d'années en fanfare pour VEO2000 qui avait des représentants sur 3 manifestations pédestres avec de brillantes performances.

- Trail Grand Blanc et Petite Trace à la Féclaz

De bons résultats pour les 3 plagnards présents ce jour à la Féclaz, dans un trail sur neige extrêmement physique (le plus physique que j'ai réalisé depuis le début des courses sur neige). Une neige gorgée d'eau avec très peu d'appuis, et pas moins de 6 chutes pour ma part! Une grosse séance de musculation et gainage donc où **Céline REGERAT** s'en sort très bien en terminant 5ème sénior femme et 50ème au classement général sur le parcours de la Petite Trace (7,5km, 132m D+ - 92 arrivants).

Sur le parcours du Grand Blanc (12kms, 400m D+ ;211 arrivants) gros avantage pour **Sébastien FAYOLLE** dans ce type de neige très technique en terminant vainqueur de cette 2ème édition avec 4'30" d'avance sur des adversaires réputés: Thierry Lippi (2ème Trail de Templiers 2006), Bruno Freudenreich, Franck Gorry (Champion de France 50kms Ski de fond), Julien Chorier (3ème Ultra Trail du Mont-Blanc UTMB)...

Autre satisfaction, l'arrivée à la deuxième place féminine d'AnneLyse ChamiotPoncet qui s'est bien fait plaisir sur ce parcours très particulier. Donc une course aux conditions très rudes et qui va rester dans les mémoires!

Seb FAYOLLE.

***Résultats :** http://www.acoe-evenements.com/KERNEL/?NODE_ID=08D04745-CEBC-4053-8254-47B156440F0A&DB=CLT3&U=DC5AB262-634F-422B-9D27-B7BC29A08D03

- Trail Blanc de Serre Chevalier

Première étape du challenge du trail national tour, et première course sous les couleurs de VEO2000 pour **Alexandre** et **Aurélie Daum** au milieu d'un peloton de gros niveau.

Et bien c'est un véritable coup de maître qu'à réalisé Alexandre puisqu'il termine 3ème à 2'41" du vainqueur Ludovic Pellé. De son côté Aurélie se classe 13e féminine, 7e senior et 171e au scratch sur plus de 400 concurrents.

Donc un grand "Bienvenue au club" à Alexandre et Aurélie et respect pour vos performances du jour.

***Résultats :** http://www.sdram.it/pubblico/evento-classifica_20843.do

- Championnat 73/74 de Cross Country 2011

- Poussines : OUGIER Juliette 34ème / MICHEL Victoire 44ème

- Benjamines : JOVET Estelle 58ème

- Senior Femme

3ème place pour Stéphanie Duc qui a fait toute la course avec 2 filles et termine au sprint .

Performance très respectable au regard des performances de ses adversaires

La 1ère BOUCANSAUD Anais (2e française au dernier championnat d' Europe de cross-country) et la

seconde COLLONGE Jeanne(vice championne d'europe junior 2006 de triathlon,

vice championne d'europe U23 2008 , vice championne de france elite 2008 et championne de france

u23 2008, en equipe de france depuis 2005). Donc Bravo Stéphanie et Bravo à Franck qui la motive

tout au long de l'année à l'entrainement.

- Poussins : BERGER Aurélien 8ème / VILLEROY Billy 23ème

- Benjamins : IUCHS Wilfried 30ème / DUPONT Gabin 37ème

- Minimes : JOVET Tom 42ème / BERGER Maxime 43ème / BERNARD Victor 47ème

- Vétérans : Pellicier Joël 4ème / Franck Lafon 36ème

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

[frmbase=resultats&frmmode=1&frmespace=0&frmcompetition=066629&frmposition=3](http://bases.athle.com/asp.net/liste.aspx?frmbase=resultats&frmmode=1&frmespace=0&frmcompetition=066629&frmposition=3)