



Lettre spiridonienne 36

Décembre 2017

On ne repousse pas ses limites, on les découvre.

Jean-Louis Etienne

<http://sureroc.canalblog.com>

Editorial

Dernière Lettre spiridonienne de l'année 2017 ! Avec une série d'articles pertinents et impertinents, comme d'habitude !

Commençons par les Rencontres Spiridon 2018. Organisées par le Spiridon Côte d'Azur et le Mouvement Spiridon France. Voulues par le regretté Jean-Louis Andréotti, elles offriront un programme très riche, avec notamment une découverte du massif du Mercantour et quelques autres surprises ! A Albi, 14 Spiridons ,sur les 18 actifs, avaient répondu à l'invitation du Spiridon du Tarn. Record à battre !

Le magazine Wonder Trail vous fera découvrir un ultra trailer...qui ne s'entraîne jamais ! Et qui avale les ultras dans le monde entier ! Il s'agit de l'ami Rafion Balahachi, membre su Spiridon limousin.

Vous serez surpris que pour certains trailers la fin justifie les moyens ! Tricher pour terminer l'Ultra Trail du Mont Blanc !

Les jeunes et les vieux du Spiridon Aurillac font la une de la revue de presse auvergnate !

Vous lirez les réponses d'Yves Seigneuric, JL Provot, R.Durussel dans « l'affaire » Noël Tamini accusé de s'être servi de Spiridon à des fins personnels ! Questions : qui se cache derrière cette attaque ? Règlement de compte ?

Les Potins de Loys vous emmèneront à l'intérieur des Spiridons . Vus, lus, entendus sur vos sites , pages facebook, vous verrez que le Mouvement Spiridon est bien vivant !

Enfin, retour sur la disparition du Prézi Jean-Louis Andreotti avec les témoignages de Joël Andreotti, Pierre Dufaud, Stéphane Romanet, Yves Seigneuric, Gérard Stenger, Claude Sarnel, P.Mauro.

Bonne lecture ! Terminez bien l'année et commencez bien 2018 !

Pierre Dufaud
Bureau Mouvement Spiridon France

P.S

N'oubliez pas vos cotisations 2018 ! Les Rencontres Spiridon approchent.... ! Merci !

A propos des futures Rencontres :

- * On peut dormir évidemment dans son camping car !
- * On doit réserver les chambres début 2018.... !

Sommaire

P. 2	Editorial	Pierre Dufaud
P. 3	Sommaire	Pierre Dufaud
P. 4/6	Rencontres Spiridon 2018	Pierre Dufaud Spiridon Côte d'Azur
P. 7/12	Rafion Balahachi	Wonder Trail Magalie Lavergne
P. 13/14	Ultra Trail du Mont Blanc	AFP JP Clatot
P.15	Spiridon Aurillac	Revue de presse
P.16	Affaire N. Tamini	Y.Seigneuric, JL Provot, R.Durussel
P.17/22	Les Potins de Loys	Pierre Dufaud
P.23/24	Après la disparition de J.L Andreotti	J. Andreotti, P. Dufaud, Stéphane, Y. Seigneuric, G.Stenger, C.Sarnel, P. Mauro
P.25	Liste adhérents	Nelly Brun
P.26	Bulletin Adhésion 2018	Nelly Brun

XIVe Rencontres Spiridon
1^{er} et 2 Septembre 2018
Isola Village (06)
Organisation Spiridon Côte d'Azur
Mouvement Spiridon France

Samedi 1^{er}

- 9h/11h visite Isola et petite rando, pour ceux arrivés le vendredi soir.
- 11h30 possibilité repas, pour ceux qui le souhaitent
- 14h Accueil salle conférence Résidence « le Foehn » avec remise des sacs contenant programme, cadeaux, clefs)
- 15h Ouverture des Rencontres et hommage à JL Andreotti.
- 15h30 Interventions des Spiridons
- 16h30 Pause
- 17h Intervention d'une personnalité ou film Free To Run, avec le metteur en scène ?
- 18h Débats
- 19h Apéritif offert par Mvt Spiridon et Spiridon Côte d'Azur
- 20h Repas régional
- 22h Hébergement Résidence Le Foehn : dortoirs de 4, 5 ou 6 places. Possibilité de 6 chambres 2 personnes. Prévoir draps ou duvet et serviettes !

Dimanche 2

- 7h PPDM
- 8h au choix : rando Mercantour, trail Mercantour, visite Isola, ou piscine !
- 12h30 Apéritif Mvt Spiridon et SCA.
- 13h Buffet
- 16h Fin des Rencontres
- Possibilité rester jusqu'au lundi.

Isola Village à 850 m d'altitude, est à 1h de Nice.

La Résidence Le Foehn nous accueille du vendredi soir au lundi matin.

Unité de lieu pour l'hébergement, la restauration, les Rencontres.

Cars réguliers entre Nice et Isola Village

Infos Pierre Dufaud, Mvt Spiridon, padvivarais@gmail.com 06 70 36 80 96
Mickey Babbini, SCA, michelbabbini@gmail.com 06 83 31 16 48
Francis Vandersype, SCA, francisvandersype@orange.fr

Options hébergement

Option A

* 1 Nuit dortoir (4, 5,6 places)+ PPDM (Samedi soir)	17 ^e
* Repas régional	28 ^e
* Buffet dimanche midi	17 ^e
Frais organisation	10e
* Souvenir	5 ^e

Total /1personne 77^e

Option B

* 1 nuit chambre 2 personnes+PDDM (Samedi soir)	49 ^e
* Repas régional	56 ^e
* Buffet dimanche midi	34 ^e
* Frais organisation	20 ^e
* Souvenir	10 ^e

Total /2 personnes 169e

Option C

* 1 nuit chambre 2 per+balcon+PDDM (Samedi soir)	55 ^e
* Repas régional	56e
* Buffet dimanche midi	34 ^e
* Frais organisation	20 ^e
* Souvenir	10 ^e

Total /2 personnes 175^e

Option D

* 3 nuits chambre 2per. + Balcon+PPDM (Vendredi, samedi, dimanche)	165 ^e
* Repas libre vendredi soir.
* Repas régional samedi soir	56 ^e
* Buffet dimanche midi	34 ^e
* Frais organisation	20 ^e
* Souvenir	10
* Repas dimanche soir, si on veut	34e

Total /2 personnes 319e

**PS En dortoir on peut évidemment rester plusieurs nuits.
Amener draps/duvet /serviette.**

Rencontres Spiridon 1^{er} et 2 Septembre 2018
Isola Village (06)

Nom association ou

individuel.....

Participera aux Rencontres

Spiridon.....

Responsable.....

Adresse.....

Téléphone.....

Email.....

Nbre de participants..... Arrivée (jour, heure)

Propositions thèmes à débattre.....

Choix hébergement :

Option A : 77e ; Option B : 169e ; Option C : 175e ; Option D : 319e

Nbre de pers..... Option..... Total : euros

Et ajouter repas samedi midi si vous le prenez.

Repas samedi midi (17e) : oui non

Nombre de repas..... Total

*Chèque à l'ordre Mouvement Spiridon, Nelly Brun, 29 bis Avenue de la
Révolution, 87000, Limoges*

Rando Mercantour oui non

Trail Mercantour oui non

Visite Isola oui non

Piscine oui non

Tiendrez-vous un stand présentant votre association : oui ... non

Matériel souhaité :

Infos P.A Dufaud : 04 76 05 28 77 / 06 70 36 80 96

padvivarais@gmail.com

Réponse souhaitée juin

RAFION BALAHACHI, un ultra-traileur à suivre de près...

By
Magalie LAVERGNE



Vous l'avez sans doute croisé sur un trail long ou un ultra... Petit par sa taille mais grand (*voire gigantesque*) par ses prouesses sportives. Toujours paré de ses bâtons, il dévale les descentes à une allure impressionnante et ne semble jamais fatigué. Vous l'avez reconnu ? Il s'agit bien de **Rafion BALAHACHI. Un ultra-traileur au grand cœur, d'une discrétion et d'une modestie exemplaire.** Tellement discret que l'exploit qu'il vient de réaliser cet été est passé presque inaperçu. Et pourtant...

Depuis juillet, il a en effet enchaîné 7 ultras, et pas des moindres, avec une facilité déconcertante : l'**Ultra Trail di Corsica** (110 km-7200 m D+), l'**UTTJ un Tour en Terres du Jura** (110 km-5600 m D+), l'**Ultra Tour du Beaufortain** (105 km-6400 m D+), le **Südtirol Ultra Sky Race** en Italie (121 km-7554 m D+), l'**Ut4M 160 X'Trem** (169 km- 11 000 m D+), le **GRP 220** (220 km – 13 000 m D+) et enfin l'**UTMB** (167 km-10 000 m de D+). Soit un total de plus de **1000 km et presque 70 000 m de dénivelé positif** en compétition, en 2 mois seulement... Rien que ça ... Et ses exploits ne s'arrêtent pas là puisque **nous retrouverons notre champion sur la ligne départ de la Diagonale des fous** à la Réunion, fin octobre. **WonderTrail** a voulu en savoir plus sur cet athlète hors norme et atypique, essayer de percer le secret de ses réussites

Bonjour Rafion, avant de parler de tes prouesses sportives : peux-tu nous en dire un peu plus sur toi ?

Bonjour WonderTrail, **Rafion BALAHACHI, 37 ans, originaire de l'île de Mayotte** dans l'Océan indien. Je suis arrivé dans l'Hexagone en 1999. Je me suis installé à Limoges qui est ma ville depuis 15 ans après avoir fait un début d'études de droit à la Rochelle puis une 1ère année de STAPS. Professionnellement, je travaille actuellement à **Paris** dans le secteur du bâtiment et plus particulièrement dans une miroiterie. A court ou moyen terme, j'envisage de me réorienter vers la conduite dans le transport routier de marchandises ou le transport routier de voyageurs, bien entendu sous réserve de formation qualifiante dans ce domaine.

Depuis quand fais-tu du trail et comment cette passion est entrée dans ta vie ?

J'ai commencé la course à pied en compétition **au début des années 2000**. Avec le cross-country tout d'abord puis avec la course sur route pendant 3 ans et un peu de trail et de courses nature à très petite dose. En 2002, j'ai stoppé la compétition durant 5 ans pour des raisons personnelles. Malgré tout je faisais quelques randonnées par-ci par-là.

En juin 2008, je reprenais un dossard pour un petit 10 km nature. **La passion du trail m'a littéralement dévoré à partir de 2009** où j'ai commencé à monter progressivement sur les distances pour atteindre les 70 km des **Templiers** en octobre 2010. Depuis, je suis contaminé par le virus du trail et des chemins.

Comment t'entraînes-tu pour préparer tes ultras ?

Ma réponse va étonner et sidérer plus d'une personne (*pour celles et ceux qui ne me connaissent pas ou qui ne me côtoient pas*) mais je répondrai tout simplement que... **Je ne m'entraîne pas !** J'ai horreur de m'entraîner tout seul alors je ne le fais pas. Par conséquent, **l'entraînement, je le remplace par l'accumulation de compétitions** le week-end.

Malgré tout, je m'accorde quelques week-ends de pause entre mes différentes périodes de compétition et **une coupure hivernale d'un mois** de mi-décembre à mi-janvier.

Rentrons dans le vif du sujet, peux-tu nous expliquer l'enchaînement de courses que tu as fait cet été ?

Alors cette année, j'ai déjà couru un certain nombre d'ultras de 100 kms et plus...

En avril, j'ai couru l'**Ultra-Trans-Aubrac** et l'**Ultra du Pas du diable**. Ensuite je m'envolai pour la Martinique en vue du **Tchimbé Raid**.

Enfin est arrivé le mois de juillet où, pour préparer mon **Ut4M160 X'Trem** solo, il a fallu que je fasse de la montagne et du gros dénivelé et si possible en haute montagne avec de longues montées parfois bien pentues. Alors j'ai ré-enchaîné ... L'**Ultra Trail di Corsica**, l'**UTTJ** (grâce à l'ami Luca PAPI, merci à lui) puis l'**Ultra Tour du Beaufortain** et enfin je finissais ma préparation par le **Südtirol Ultra Sky Race** à Bolzano dans le nord de l'Italie.

15 jours plus tard, j'entamais mes travaux d'Hercule à savoir enchaîner 3 ultras de plus de 160 kms : Ut4M160 X'Trem solo, GRP220 et UTMB.

Qu'est-ce qui t'a motivé à faire cet enchaînement ? Quel a été le déclic ?

Le déclic vient de **mon ami sénateur du Tor des Géants, Jean-Michel Touron**, qui l'année dernière avait réussi un bel enchaînement de 4 ultras majeurs : l'**Ut4M160 X'Trem solo**, l'**UTMB** 170 km, la **4k** (350km) et le **Tor** (330km). C'est admirable ! De mon côté, souhaitant tenter le Tor des Géants dans un futur proche, je me suis dit : si je réussis à relever un défi similaire sur des épreuves moindres, je pourrai me lancer sur **le défi du Tor**. Cet enchaînement est donc une étape sur la route me menant à **Courmayeur** et au **TOR 2018**.

Rafion, tu n'abandonnes jamais, c'est une de tes forces. Qu'est ce qui te fais tenir mentalement en course ?

Tout d'abord, **j'ai horreur d'abandonner** sauf si je mets mon intégrité physique en danger. Dans ce cas, forcément, la question se poserait. Et puis je tiens toujours en course en pensant aux gens, aux amis et à la famille qui me suivent sur les réseaux, sur les suivis live etc... Enfin d'une façon plus prosaïque, le trail me coûte énormément budgétairement et **je n'ai pas de sponsor qui m'aide**, par conséquent, je ne me vois pas abandonner pour un oui ou pour un non, à cause d'un petit bobo ou d'un passage à vide. Je ne peux pas me permettre le luxe d'abandonner alors que j'ai payé chère mon inscription. De même, **je ne me vois pas bâcher** vis-à-vis de mes employeurs qui m'aident ponctuellement ou m'autorisent à m'absenter pour aller sur mes compétitions.

La récupération entre les ultras semble s'être bien passée. Quel est ton secret ? Avant tout, **je tiens à mettre en garde les gens et les jeunes athlètes** qui arrivent dans le trail : enchaîner des épreuves aussi dures est fortement déconseillé par le corps médical car une pratique à haute dose du trail peut s'avérer dévastatrice pour les articulations.

Ensuite, me concernant plus particulièrement, la récupération entre 2 ultras, même si elle semble s'être bien passée, n'est jamais totale. **J'en suis conscient...** Mon secret ? sans doute le fait qu'entre 2 compétitions, je ne m'entraîne pas. Je me laisse du temps de repos et donc de récupération.

Quels ont été les moments les plus difficiles en course cet été ?

Ce sont **les longues montées interminables**. A ces moments-là, je traverse des coups de mou alors cela devient horrible... « *Une longue agonie* » mais j'ai le mental bien forgé pour traverser ces périodes.

Et les meilleurs moments ?

A l'inverse, ce sont **les longues descentes** qui suivent ces longues montées. C'est un bonheur, un soulagement temporaire jusqu'à la prochaine montée. Le bonheur se traduit par le plaisir de rattraper nombre de coureurs qui m'ont dépassé dans les ascensions difficiles. Et aussi bien sûr **le franchissement de la ligne d'arrivée** qui est **une grande satisfaction et la fierté du travail accompli** et bien fait.

Il me semble que l'enchaînement n'est pas fini, quel est ton prochain ultra à venir ?

A ce stade de la saison, il ne me reste plus grand chose en ultras sauf **l'Ultra Sancy-Puy de Dôme** et **la Diagonale des fous** sur l'île de La Réunion.

Toi qui ne cours jamais sans tes bâtons, Il va falloir que tu les abandonnes pour cette course. Es-tu préparé à faire sans ?

Effectivement, la Diag se court sans. Mais j'ai effectué plusieurs ultras sans mes précieux bâtons depuis mai et j'espère que cela m'a bien préparé.

Et après ? Un peu de récupération ?

Pas tout de suite, j'aurai encore quelques courses jusqu'en décembre pour arriver à ma coupure hivernale annuelle. Ce sera très certainement une épreuve du **trail du loup blanc** dans la Creuse, un département cher à mon cœur.

Un petit portrait chinois pour finir cet interview

- ***Si tu étais un animal, tu serais*** un chameau pour ses formidables capacités d'endurance.
- ***Si tu étais une couleur, tu serais*** le vert parce que c'est la couleur de l'espoir, de l'espérance.
- ***Si tu étais une chanson, tu serais*** « **Get up Stand up** » de Bob Marley parce qu'elle résume bien pour moi ma philosophie du trail, ne jamais baisser les bras, toujours lutter et ne pas abandonner
- ***Si tu étais un acteur ou une actrice, tu serais*** Denzel Washington ou Samuel L. Jackson parce que ce sont des personnalités que j'admire, des exemples de réussite et d'ascension sociale pour beaucoup de monde aux Etats-Unis et ailleurs dans le monde

- ***Si tu étais un métier, tu serais*** un professeur parce que j'aime l'idée de transmettre des connaissances, des savoirs et contribuer à élever spirituellement et intellectuellement des enfants
- ***Si tu étais un objet, tu serais*** l'électricité pour son apport de confort, de lumière dans les foyers. Ou bien un médicament pour guérir efficacement des maladies sans effets secondaires.
- ***Si tu étais un film, tu serais*** » **Les chemins de la dignité** » avec Cuba Gooding Junior pour l'idée de lutter contre les obstacles de la vie qui se dressent devant ton chemin pour s'affranchir, conquérir sa liberté, aller chercher soi-même ce qu'on te refuse par le courage, la persévérance, l'obstination et le travail
- ***Si tu étais un fruit, tu serais*** un kiwi, un ananas, une banane pour leur concentration phénoménale en différentes vitamines
- ***Si tu étais un sport, tu serais*** la course à pied et le trail en particulier pour ses valeurs écologiques (respect de la nature), humaines (respect entre les gens, entraide etc...) et pour l'évasion qu'il nous offre le temps d'une course par la beauté des milieux naturels traversés.



Ultra Trail Mont-Blanc: finir à tout prix jusqu'à tricher

AFP

Publié le 02/09/2017 à 12:47 | AFP

Ultra Trail Mont-Blanc: finir à tout prix jusqu'à tricher©AFP/ JEAN-PIERRE CLATOT AFP

Quand on court l'Ultra Trail du Mont-blanc, l'important n'est pas de participer mais de finir cette course mythique qui fait tant rêver. Et bon nombre d'amateurs n'hésitent pas à tricher, entre dopage et petits trajets... en voiture !

L'UTMB est le Saint Graal de tout coureur de montagne: il s'agit de parcourir 170 km dans des paysages grandioses, mais souvent dans des conditions dantesques (nuit, froid, neige...). Et parmi les participants --coureurs d'élite ou milliers d'amateurs--, certains sont prêts à tout pour passer la ligne d'arrivée. Loin de l'image bucolique que renvoie l'épreuve.

"Il y a énormément d'enjeux qui ne se voient pas. Le dopage c'est un intérêt personnel avant tout. Un amateur va se doper pour être reconnu au niveau de ses collègues en ayant fini telle course. Pour l'élite, c'est par exemple la possibilité de signer un contrat en faisant une performance", explique à l'AFP Pierre Sallet, co-fondateur de l'association "Athletes for Transparency", qui milite pour une éthique dans le sport et qui agit avec l'UTMB.

L'UTMB a mis en place une politique de santé avec des contrôles médicaux et l'Agence française de lutte contre le dopage (AFLD) effectue de son côté des contrôles.

En 14 éditions de l'UTMB, un seul athlète a été contrôlé positif (EPO): l'Equatorien Gonzalo Calisto, disqualifié après avoir terminé 5e en 2015.

L'Aiguille du Midi, derrière les nuages, le 31 août 2017 à la veille de la 15 édition de l'Ultra Trail Mont-Blanc © JEFF PACHOUD AFP

"L'EPO, c'est du dopage lourd. Mais il y a un dopage beaucoup plus simple avec d'autres substances ingérées en 3 secondes. Le gros problème ce sont les corticoïdes (NDLR: qui permettent de repousser le seuil de la douleur). Mais on a d'autres substances comme les AINS, des anti-inflammatoires qui eux ne sont pas interdits et qui améliorent la performance", poursuit Pierre Sallet, pour qui le dopage est "bien présent" et "pire chez les amateurs".

En voiture !

Engagé sur l'une des courses qui ont animé la semaine à Chamonix avant l'UTMB, il a "vu des cachets partout sur le trajet".

"On pense que l'origine des malaises sévères qui se produisent pendant une course d'ultra trail peuvent être dus à la prise de cachets, on est en train de s'en rendre

compte cette année (après des études sur plusieurs événements). C'est très massif, on ne pensait pas que c'était autant. On essaie de quantifier", souligne-t-il.

Selon Sallet, de nombreux ultra trailers prennent de l'ibuprofène, pour lutter au départ contre le mal de tête mais qu'ils finissent par ingérer toutes les 3 heures.

Au-delà du dopage chimique, certains athlètes ont recours à d'autres formes de triche sur lesquelles les organisateurs sont très attentifs. Moyen privilégié ? La voiture ! Sur une portion du parcours, le plus souvent de nuit, certains éteignent leur lampe frontale et se glissent sur un siège passager ami.

"Il y en a plein qui sont montés dans les voitures et qui n'ont pas été vus. Ils éteignent la lampe frontale et hop, c'est bon", raconte le coureur Français Sébastien Camus.

Les organisateurs eux, scrutent les avancées anormales. "On analyse les données de course, les progressions trop rapides", explique Catherine Poletti, la patronne de l'UTMB.

"C'est de la triche", dit clairement le Suisse Diego Pazos, l'un des meilleurs trailers du monde, qui a créé sa propre course cette année, le Montreux Trail Festival en Suisse.

Dopage chimique ou motorisé... Les tricheurs rêvent du titre de "Finisher", récompensé par une simple veste que l'on arbore fièrement.

"Ils veulent impressionner leurs proches. Pour les amateurs, la reconnaissance est super importante, par rapport à la famille, les amis, le village même, résume Diego Pazos. Tout le monde se dit: +Il a réussi à finir cette course, c'est fantastique+".

02/09/2017 12:47:06 - Chamonix (France) (AFP) - © 2017 AFP

COURSE À PIED

Le Spiridon club d'Aurillac en course du Sancy à Argentat



AU SANCY. Le Spiridon avec Warnault, Bajon, Vaugien et Pers.

Le Spiridon club d'Aurillac a participé à moult courses départementales et régionales.

Karine Ranger a gagné l'X-Trail Corrèze-Dordogne à Argentat en bouclant les 80 km et les 3.000 mètres de dénivelé positif en 10 h 55. Sur le 24 km, par équipes, Nicolas Traissac et Régis Belhomme se sont imposés en 2 h 09.

Sur le Trail du Sancy au Mont-Dore, Vincent Moulène a réalisé une belle performance dans le temps de 8 h 14 sur 60 km avec un dénivelé positif de 3.400 m. Fabien Warnault (60 km en 9 h 33), Julien Bajon (60 km, 9 h 59) et sur le 20 km, Marie-Line

Vaugien (2 h 46) et Dorothee Pers (4 h 59) ont été à la hauteur.

Autres résultats. Au Grand Trail de Clermont, Thibault Moreno a parcouru les 44 km en 6 h 57 ; sur le 23 km, Jean-Paul Sabut en 2 h 41, Fabien Juanola en 2 h 29 et Corinne Roudeix en 2 h 36 se sont bien comportés ; sur le 12 km, Christian Trémoulière 1 h 03 et Sandra Gibert 1 h 21 ont été à la hauteur. Aux 12 km du Trail Corrèze-Dordogne : Patrick Issartier a mis 56 minutes.

Calendrier. Templiers à Millau, Ronde des foies gras à Mauvezin, Marathon de Toulouse, Ronde de la Châtaigneraie. ■

Pierre,

J'ai reçu en toute confiance les soi-disant journalistes, j'ai confié des documents, j'ai raconté toute notre histoire, ils ont passés 2 jours chez nous pour scanner, feuilleter les no de Spiridon.

Puis j'ai découvert avec stupeur le contenu de l'article à la réception du magazine, article qui ne m'avait pas été communiqué, que je n'ai donc pas relu, j'en ignorais le contenu.

J'ai donc écrit à ces gens-là dans les jours qui ont suivis, que je ne voulais plus avoir à faire avec eux.

Bonne soirée.

Yves Seigneuric

Le Samedi 2 septembre 2017 20h45, Jean-loup Provot <provot.jloup49@yahoo.fr> a écrit :
C'est vrai que ces "révélations" qui tombent comme ça maintenant, ça ne fait pas bien naturel. Pour ma part, ne connaissant pas N. Tamini, je me garderai bien de hurler avec les loups. Je me sens bien au sein du mouvement Spiridon et j'y resterai quoi qu'il arrive et tant que je m'y sentirai bien. Aussi, les chiens peuvent aboyer... mais il convient de rester sur ses gardes.

Salut à toi
jloup

Président Spiridon Limousin

Salut,

On en cause ce vendredi en comité spiridon

Mon avis a priori:

Ni cet excès d'honneur (free to run) **ni cette indignité** (article vengeur)

Noël a toujours été un personnage haut en couleur jusqu'à l'excès parfois.

Ses zones d'ombre (gestion financière, intérêt pour les jeunes filles) étaient connues de tous.

Qu'il ait eu des ennemis et que certains règlent les comptes avec lui n'est pas étonnant après sa mise en avant par Free to run sans nuances (bon papa philosophe en Afrique) car il a été beaucoup plus que cela en bien et aussi en défauts...

Nous ne hurlerons certainement pas avec les loups, mais nous savons qu'il n'était pas parfait... comme nous tous

Bien à toi

Raymond Durussel

Président du Spiridon Romand

Le Bugnon 1

1338 Ballaigues

Suisse

Les potins de Loys Spyridon

Lu, entendu, vu ici et là...

* Comment ne pas commencer sans vous parler de notre ami, le Prézi, disparu le mercredi 13 septembre ? Cela faisait bientôt 5 ans que Jean-Louis Andreotti se battait contre la « grande faucheuse ».

Je l'avais rencontré lors des premières Rencontres Spiridon et ce fut le coup de foudre immédiat pour son franc parlé et ses réflexions pertinentes et impertinentes ! Jean-Louis s'est battu toute sa vie, de coureur, pour le bien être de ceux qui couraient hors-stade. Toute une époque de luttes qui ont permis à des générations de coureurs de vivre sereinement leur passion sans même s'en douter ! Président du Spiridon Côte d'Azur pendant de très longues années, il en avait fait le 1er Spiridon de France de part le nombre de ses adhérents ! Organisateur hors pair, ce fut le berger qui mena le SCA sur toutes les routes d'Europe et même du monde !

Il avait presque participé à toutes les Rencontres Spiridon. Les dernières à Saint Ours les Roches(63) en 2013, organisées par l'ACFA.

Et Jean-Louis, depuis quelques années, faisait parti du Bureau du Mouvement Spiridon. Il mettait, remarquablement, en pages la Lettre trimestrielle spiridonienne.

Ma dernière rencontre avec le Prézi, fut autour d'une très bonne table, au-dessus du lac d'Aix-les-Bains, en compagnie de Denise et de Marie-Françoise.

Les « vieux » du SCA Charly, Mickey, Francis... vont tout faire pour prendre le relais. Comme le disait Etienne Sanchez, « Show must go on » !

Une plaquette, retraçant la vie spiridonienne du Prézi, a été réalisée par Pierre Dufaud.

Jean-Louis et son expertise nous manquent déjà.

Denise, le monde spiridonien est avec Toi.

* Et comment ne pas évoquer, hélas, la disparition d'un autre grand spiridonien du SCA, quelques jours avant le « départ du Prézi », Paul Guérin. Figure du SCA, Paul avait participé lui aussi aux Rencontres Spiridon.

* Avec les disparitions de Jean-Louis, de Paul et l'annulation de la Ronde des Collines Niçoises, 2017 aura été une année difficile pour le SCA. Il faut savoir tourner la page, à condition de l'avoir lue ! Et nous faisons confiance au bureau du SCA pour continuer l'œuvre du Prézi.

* Le Spiridon Côte d'Azur organisera les futures Rencontres Spiridon 2018, au-dessus de Nice ! A Isola Village ! C'était d'ailleurs un souhait du Prézi !

* Depuis Juillet qui a pu avaler : l'Ultra Trail Corsica (110km pour 7200m+), l'Ultra Trail Jura (110km pour 5600m+), l'Ultra Tour du Beaufortin (105km pour 6400m+), le Sûdtirol Ultra Sky Race (121km et 7554m+), l'UT4M (169km et 11000m+) En tout 1000km pour 70000m+ en 2 mois ! Et il se prépare pour la Diagonale des Fous ! Il s'agit de l'ami Rafion Balahachi du Spiridon Limousin ! Un ultra Trailer au grand cœur et d'une grande simplicité ! Il a eu droit à un superbe article dans la revue Wonder Trail ! Article que vous avez dans cette Lettre spiridonienne.

* Sacré mois de Septembre pour le Spiridon Aurillac ! Présent au Trail des 6 Burons, au Trail des Châteaux, au Grand Trail de Clermont, aux Foulées Biracaises...Et KIKI souvent présent ! En pleine forme !!

* Superbe déplacement du Spiridon Côte d'Azur au marathon de Vilnius, capitale de la Lituanie (n'est-ce pas Mickey ?) Ils étaient 45 pour ce déplacement préparé par « Dieu ». Une garantie !! Temps idéal, ville magnifique, bières à volonté, balade en montgolfière, Francis le Président torturé en pleine ville, excellents repas, belles soirées...la fête !

* le 19 Novembre, le Spiridon du Tarn a organisé la très réputée Sortie du Gaillac Primeur ! Course en équipe dans les vignobles ! Superbe ambiance Spiridon !! A faire au moins une fois ! Une autre course avait lieu aussi : Les Cloches à Pied de Saint Sulpice !

* Petit par le nombre de ses adhérents, le Spiridon du Tarn est un grand organisateur ! Le Gaillac Primeur, l'Ekiden d'Albi, les 24h d'Albi ! Excusez du peu !!

* Le bureau du Mouvement Spiridon reçoit régulièrement les bulletins du Spiridon Romand, du Spiridon Ile de France, du Spiridon Catalan, du Spiridon Aurillac et du Spiridon limousin. Merci !

*Unique en France ! La course du Solstice d'hiver se déroulera à Moustierlin (29). Le départ aura lieu le 16 décembre à 17h23 et l'arrivée le 17 décembre à 9h01 ! Ce sera la 7^e édition ! Coureurs et marcheurs présents à ce rendez-vous original !

* Ils étaient 8 du Spiridon Côte d'Azur à la 45^e édition des 100km de Millau le 29 septembre. Plus un marathonien. Félicitations ! Un des rares 100 bornes où le temps limite est de 24h. Comme celui de Perpignan.

- * Superbes les nouveaux polos du Spiridon Aurillac ! Et vive le 15 !!
- * Belle soirée organisée par l'ACFA qui a projeté FREE TO RUN ! Un apéritif sympa a terminé cette soirée.
- * Belle perf' de Mickey du Spiridon Côte d'Azur à Paris-Versailles ! Il a « couru avec le Prézi » à ses côtés !

- * Michel Riondet, du Mouvement Spiridon , enchaîne les courses ! Au hasard de celles-ci, le Trail de la Christollaise en Oisans en août (42km pour 3000m+) très technique ! Les 24h de St Laurent du Pont en Septembre et début octobre le marathon du Luberon. Bravo Michel, vaillant V3 !

- * Ghislaine Galle, Mouvement Spiridon, a brillamment terminé avec ses 2 co-équipiers, la terrible Petite Trotte à Léon ! 305 km pour 28000m+ autour du Mt Blanc ! Félicitations Ghislaine !!

- * La 17^e édition du Trail Vulcain, organisé par l'Amicale de Coureurs de Fond d'Auvergne, se déroulera les 3 et 4 Mars 2018 ! Plusieurs distances dont un ultra splendide ! Prix des inscriptions ? Les mêmes qu'en 2017 ! Bravo l'ACFA !

- * Samedi 3 février 2018, le Spiridon du Bocage Bressuirais organise le Trail des Sentiers Bressuirais. Ambiance Spiridon assurée !!

- * Le BIBLIPEDE 2018 est paru ! Véritable « bible » des coureurs hors-stade d'Auvergne et d'ailleurs ! Guide de référence incontournable ! Encore une réalisation de l'ACFA ! Bravo !

- * Le dernier numéro de la Foulée du SCAzur rend un vibrant hommage au Prézi Jean Louis. Avec une très belle photo en 1ere page de Jean Louis.

- * Radio Télévision Suisse (RTS) a déniché un document sur Morat Fribourg en 1972, où l'on voit des organisateurs empêchant les femmes de courir ! Celles-ci portaient un superbe T-shirt Spiridon !

- * Précisions sur les futures Rencontres Spiridon 2018. Elles se dérouleront le premier week end de Septembre, à Isola Village (850m d'altitude).

- * Superbe week end Spiridon dans la Cévenne ardéchoise, pour Ghislaine, Marie, Geneviève, Georges, Roger, Michou, Georges et Pierre ! Au menu ? Castagnou, soupe aux orties, criques et saucisses aux choux, fromages du plateau ardéchois, tartes myrtilles et aux châtaignes, glaces Terre à Délices !

Sans oublier qq bonnes bouteilles ! J'allais oublier l'Ultra Mini Trail de 18km pour 850m+ pour digérer !!

* le Spiridon Catalan vient de ré-adhérer au Mouvement Spiridon. Merci à l'équipe de Robert Escaro !

* Le Spiridon Aurillac attiré par le foie gras ? Toujours est-il qu'ils étaient une dizaine à la Ronde des Foies gras de Mauvezin, pour le déguster sur les ravitaillements !!

* Et encore un podium pour Nelly Brun du Spiridon limousin et trésorière du Mouvement Spiridon, au trail de la Voie Romaine dans la Vienne ! Bravo Nelly !

* Entraînement original pour le Spiridon Créchois ce 1^{er} octobre ! Un 10km sur route et à l'arrivée un parcours chronométré avec obstacles !!

* Dans le dernier bulletin du Spiridon Ile de France, on retrouve l'incontournable Alain Cerisier pour une « Histoire de billes » ! La performance de l'inusable Valério Puccianti (95ans) sur un 20km marche en Italie, avec 620m+ ! Encouragé par les spectateurs, salué par la presse régionale et la télévision ! Super Valério ! Qui s'est aligné aussi sur les 24h de Saint Maixent ! Où va-t-il s'arrêter ?

* le Spiridon mellois a participé du 22 au 29 Octobre à l'Amalfi Coast Trail en Italie. 90 km, 4000m+ en 6 étapes ! Bravo à l'équipe de Jany Vallet !

* 8000euros, prime du vainqueur du Trail des Templiers... !!

* Le Spiridon Créchois a brillamment participé aux semi marathon et 8 km de Niort ! Avec pas moins de 20 inscrits !

* Ils étaient plusieurs du SCAzur au départ de la Diagonale des Fous à la Réunion. Avec des fortunes diverses !

* L'ami Rafion du Spiridon limousin a terminé son 7^e ultra Trail de l'année à la Diagonale des Fous ! Chapeau Monsieur Rafion !

* Le Spiridon Côte d'Azur était au marathon de Frankfurt et à la Diagonale des Fous !

* Les Spiridons Limousin et Charentes ont tenu début novembre leur assemblée générale.

* les 100km et 50km du Spiridon Catalan se sont déroulés à Pia, les 4 et 5 novembre ! Avec une forte présence des Kékés du Bocage emmenés par Hubert, Jean Michel (+ de 400 cent bornes à son actif !), Christian... Avec un délai de 24h, ce qui est très rare ! Avec Millau et Belvès ce sont les plus anciens 100km en France ! Bravo à l'équipe de Robert Escaro !

* Beau trek du Spiridon limousin au Maroc ! Des paysages superbes ! Et gastronomie locale au top !!

* Je viens de terminer « Une fleur sur les cadavres » d'Emilie Blachère. Elle a perdu le 22 février 2012 son compagnon Rémi Ochelik, reporter photographe réputé, tué à Homs en Syrie. Elle raconte la dévastation, le « blast » fulgurant du décès, elle se remémore les moments d'avant. Livre terrible.

Rémi était le fils du grand Timothée Ochelik, membre du Spiridon Joeuf Lorraine et coureur de marathons et du Balcon de Belledonne. J'avais couru plusieurs fois avec Timothée. Il avait vraiment l'esprit Spiridon ! Timothée nous a quittés lui aussi, depuis pas mal d'années. Une pensée pour le père et le fils.

* Beau déplacement du Spiridon limousin à Epernay pour le fameux Sparnatrail ! Bien arrosé cette année ! Heureusement, le champagne a réchauffé nos spiridoniens !! Les soutes du car ont été remplies de caisse de Dom Pérignon... !!

* Forte délégation du Spiridon Aurillac pour l'incontournable Ronde de la Chataigneraie à Montsalvy (15). C'était la 30^e édition. Non loin de l'ami Henri Monier !

* Belle performance de MiMi Chevillon à la No Finish Line de Monaco ! Ultra humaine de 8 jours. Elle se classe 8^e avec 793km au compteur ! Seulement 2 coureurs ont dépassé les 1000km ! Bonne récupération MiMi !

* Traditionnelle sortie de l'ACFA, le 11 novembre, à la Fontaine du Berger. Avec la non moins traditionnelle photo... !

* Pour les Rencontres Spiridon nous devons annoncer le nombre de chambres le plutôt possible. Forte demande pour cet établissement réputé d'Isola Village ! Alors, si vous avez une idée du nombre de chambres que vous souhaitez avoir, vous nous le dites sans trop tarder ! Merci.

* les Spiridons Aurillac et Mellois étaient au Gaillac Primeur organisé par le Spiridon du Tarn ! Ambiance 100% Spiridon ! Il y avait 4 équipes du Spiridon mellois et une équipe du Spiridon Cantal ! Plus une équipe mixte des Spiridons Mellois et Cantal ! 150 équipes au départ des caves de Rabastens ! Le Spiridon

Cantal se classe 28^e et la première du Spiridon mellois 39^e ! Bravo les amis ! C'était la 18^e édition organisée par le Spiridon du Tarn de l'ami Francis Bec et de son équipe. Au top pendant toutes ces années ! Le Spiridon du Tarn passe la main pour la 19^e édition ! Merci à toute l'équipe !

● 19/11/17 Passage de témoin au relais du Gaillac Primeur



Ce matin c'était la 18^{ème} édition du relais du Gaillac Primeur qui se déroulait aux alentours de la cave de ... Rabastens, avec de biens jolis circuits ouverts pour l'occasion. Au programme, 3 circuits différents entre 10 et 16km proposant un savant mélange de bitume et de sentiers, et bien moins plats que ne laissait présager les apparences. Cette cuvée 2017 marquait aussi le passage de témoin entre le Spiridon du Tarn et l'UAG Running. Les ingrédients du succès étaient toujours présents et bien réunis pour que la fête soit belle. Même le brouillard tenace ne gâchait en rien cette journée festive et conviviale ponctuée par les différents relais et rythmée par les

quelques dégustations de Gaillac Primeur. Forcément ! On aura tout de même noté une légère baisse d'affluence cette année, avec un score très correct de 150 équipes ou presque. La journée se terminait comme il se doit dans la salle des Fêtes de ... Gaillac cette fois, avec quelques paquitos enflammés une fois la remise des prix effectuée. Côté podium, c'est l'équipe Running Mag qui s'impose au scratch devant l'équipe d'Idéal Tonic. Et c'est une autre équipe d'Idéal Tonic qui l'emporte chez les filles. Et ce sont les Nonottes qui s'adjugent la victoire en mixte. Francis Bec pouvait alors passer le flambeau dans une ambiance des plus chaleureuses et on espère bien que la cuvée 2018 retrouvera l'affluence que cette manifestation mérite et on fait confiance à l'UAG running pour y arriver.

Article Running Mag

* Dans le dernier numéro du *mmille.pattes* du Spiridon Romand, bel éditorial du Président Raymond Durussel, qui répond aux attaques dont Noël Tamini a été victime. Article aussi de Noël Tamini « *J'aime le souvenir de vous avoir aimée* » dans lequel il retrace l'histoire du Mouvement Spiridon. Un regret cependant : il ne parle pas du Mouvement Spiridon France fort de ses 15 Spiridons !

Les 2 pages centrales de la revue présentent des coureurs avec le fameux T-Shirt Spiridon. Et parmi eux les 2 Georges du Massif de Chartreuse. Ce sont les seuls à ne pas avoir un dossard ! Vraiment esprit Spiridon !!

* Reçu le Pied Libéré (n° 79) du Spiridon Aurillac ! Merci KIKI pour ton humour ! Bonne fin d'année aux cantalous !

* Inviter des auteurs de livres sur la course à pied lors des Rencontres ? Idée du Spiridon Ile de France. Pourquoi pas ? Que propose le SCIF ? Qui ? Comment ?

*Le Spiridon du Bocage Bressuirais a du annuler son trail du 6 février 2017.Pour des raisons indépendantes de sa part !

* Pierre Morath, réalisateur de FREE To RUN, a été invité aux Rencontres Spiridon.

Joel ANDREOTTI Posté le 19 septembre 2017 17 h 49 min

Au nom de toute la famille ANDREOTTI nous tenons à vous remercier tous Spiridoniens ou non pour votre présence.

Vous êtes venus car vous connaissiez Jean-Louis depuis peu ou depuis très longtemps.

Aujourd'hui il aurait été fier de vous et je suis sûr que quelques larmes lui seraient montées aux yeux.

Il était prévu au cours de ses obsèques que nous écoutions la chanson: « Soit tranquille » d'Emmanuel Moir.

Ecoutez cette chanson c'est tout votre Prézi, mon frere, mon jumeau dans ce texte.

Encore merci

Un grand Monsieur du Mouvement Spiridon vient de nous quitter. 35 ans au service du Spiridon Côte d'Azur et du Mouvement Spiridon France ! Jean-Louis avait participé, presque, à toute les Rencontres Spiridon ! Et il avait souhaité que les futures Rencontres soient organisées par le Spiridon Côte d'Azur.

Avec son franc parler et ses analyses pertinentes, Jean-Louis Andreotti avait été de tous les combats contre les « fédérasstes » de la FFA ! Toute une époque de luttes qui ont permis à des générations de coureurs hors stade de courir en toute liberté !

Show must go home !

Le Mouvement Spiridon s'associe à la peine de Denise et de toute la famille.

Il sera inhumé mardi 19 septembre en l'église de St Laurent du Var, à 9h30.

Pierre dufaud

Bureau du Mouvement Spiridon

Nous avons appris avec tristesse le décès de Jean-Louis ANDREOTTI, figure emblématique du Mouvement SPIRIDON et défenseur infatigable de la course à pied telle que nous la concevons depuis bientôt 40 ans. Il était Président (le Prezzi) depuis de nombreuses années du Spiridon Côte d'Azur. Nous l'avons côtoyé et apprécié à plusieurs reprises lors des précédentes journées Spiridon. Vous trouverez plusieurs photos de lui sur le site du Mouvement Spiridon (onglet à gauche à partir du nôtre). Le SPI 87 s'associe à la peine de sa famille et de tous nos amis du Spiridon Côte d'Azur.

Stephane

Spiridon Limousin

Pierre,

Triste nouvelle, j'ai échangé plusieurs fois avec lui cette année, sans le connaître.

Yves Seigneuric

Si nous n'avons pas eu l'opportunité de croiser Jean-Louis, son activité à la cause sportive nous était familière. Il manquera non seulement à sa famille mais à tous ses amis qui le côtoyaient lors de tous les évènements pour lesquels il a tant œuvré.

Nos condoléances à sa famille et ses proches.

Gérard, un ancien qui n'oublie pas ses compagnons des grandes routes.

Gérard Stenger

[Claude Sarnel](#)

Tous les amis Spiridoniens d'Aurillac pleurent la disparition d'un ami.
Toutes nos condoléances à Denise et ses enfants et toute leur famille.

PIERRE MAURO

Pierre ancien Président Fondateur du Spiridon

Il m'est difficile aujourd'hui de trouver les mots pour exprimer ma grande tristesse, mon désarroi qui m'ont envahi en apprenant que Jean-Louis nous avait quitté.
C'était un être lumineux un homme de coeur plein de sagesse, d'une gentillesse extrême, trouvant toujours les bons mots pour te remonter le moral. L'homme est parti mais là haut ton étoile continuera de briller, et à nous insuffler à tous ta philosophie de la vie et cet esprit Spiridon que tu incarnais si bien.
Tu as été un » PREZI » exemplaire.

Je n'oublie pas aussi Denise ton épouse, tes enfants, petits enfants, ton jumeau Joël et son ainsi que tout tes proches, à qui Colette et moi présentons nos sincères condoléances.



Le Mouvement Spiridon
Association Loi 1901 n° w3810022191
Chez P.A Dufaud
57 Avenue Jean Jaurès
38500 Voiron
T° 04 76 05 28 77
padvivarais@gmail.com

Bulletin d'adhésion au Mouvement Spiridon Année 2018

Je soussigné.....
Demeurant

Déclare adhérer au Mouvement Spiridon

- 1- A titre individuel
- 2- Au nom de l'association.....
Nombre d'adhérents.....
Organisatrice de l'épreuve.....
- 3- Je verse une cotisation de
15 euros ou plus à titre individuel.....
20 euros ou plus au titre de l'association.....
Chèque au nom du Mouvement Spiridon

Fait à.....le.....
Adresse.....
Téléphone.....
Email.....

Prière de retourner ce bulletin avec votre règlement à
Nelly Brun
29 Bis Avenue de la Révolution
87000 Limoges



ADHESIONS 2017

(au 24 novembre 2017)

Clubs Spiridon

SPIRIDON CATALAN	30 €
SPIRIDON BRESSUIRAIS	25 €
SPIRIDON COTE D'AZUR	50 €
SPIRIDON du TARN	50 €
SPIRIDON AMICAL LIMOUSIN	50 €
ACFA	20 €
SPIRIDON CLUB ILE DE FRANCE	50 €
SPIRIDON du COUSERANS	20 €
SPIRIDON FLANDRES	20 €
SPIRIDON du PAYS MELLOIS	20 €
SPIRIDON CRECHOIS	20 €
SPIRIDON CLUB AURILLACOIS	20 €
SPIRIDON CLUB CHARENTAIS	20 €
SPIRIDON CLUB LORRAINE	20 €

415 €

Individuelles

Dominique PIERRARD-MEILLON	15 €
Roland MOTARD	15 €
Jacky MERCERON	15 €
Gérard STENGER	20 €
Nelly BRUN	20 €
Marc GUINEFOLLEAU	15 €
Pierre DUFAUD	20 €
Gérard TABARY	20 €
Roger DIDOT	15 €
Christian TREMOULIERE	15 €
Marie-Françoise COCHET	15 €
Christian CHAMARD	20 €
Edith LAMY	20 €
Michel RIONDET	25 €
Jean MICHALLON	20 €

270 €

685 €

Réflexions

- **14 Spiridons ont ré-adhéré. ! C'est bien !**
- **15 individuels(les) ont ré-adhéré ! Merci !**
- **11 individuels(les) n'ont pas ré-adhéré !**
- **On peut se poser des questions !**