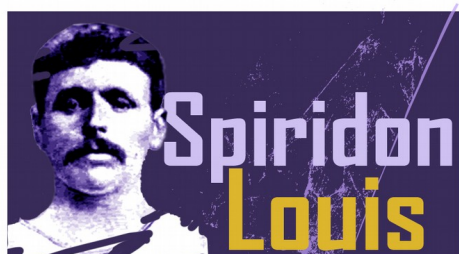


# Potins de Loys Spiridon

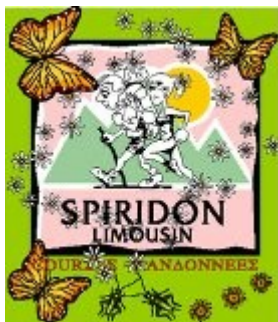
Février 2020

*Vus, reçus, entendus, lus...*



*\*Question : faut il continuer les Potins de Loys ? Devant le peu de retour la question se pose ! Sont-ils ennuyeux ? Inintéressants ? Cela ne sert à rien de donner des nouvelles, parfois originales, des Spiridons de France et d'Europe ! Les heures passées sur vos sites, blogs, pages Facebook , bulletins ...imposent cette question d'ordre existentielle pour les Potins de Loys Spiridon ! Et c'est vous qui détenez la réponse !*

*\*Nelly attend vos inscriptions ! Ne tardez pas trop !  
Question d'organisation ! Merci !!*



- Saint-Girons. Spiridon du Couserans : 5 100 km, 121 marathons et 117 podiums à la clé.



Les spiridonniens du Couserans lors d'une sortie mémorable à la Vert'd'Olonne, en Vendée./ Photo DR.

## **Revue de presse,**

Publié le 20/02/2020 à 05:15 , mis à jour à 07:50

Les runners du Spiridon du Couserans viennent de tenir leur assemblée générale.

Pas besoin de longs discours pour entrer dans le vif du sujet avec des performances hors normes. On pense en premier lieu à la victoire au challenge du Patrimoine de l'Ariège de Jean Rossetto, à la troisième place du jeune Pablo Sessa, aux premières places de Philippe Thumerel en M2 et de Teddy Raymondson chez les juniors. Et comment oublier les six équipes de quatre coureurs sur le marathon des Oussaillès, avec la victoire de l'indétrônable Nathanaël Bordes.

Autres valeurs sûres du club, les féminines Sandrine Coumailleau, qui a effectué le marathon de Paris, et Marie-Laure Piquemal-Pastre, celui de San Sebastian (Espagne). Oups ! On allait presque oublier Yannick Boineau, qui a réglé les 100 Kilomètres de Millau en 10 h 17, et d'autres bonnes prestations à mettre au crédit des runners émérites que sont Ané, Bruel, Coumes, Raufast, Soum, Rittel... Que dire de plus sinon que la jeunesse est bien là.

Côté sorties, une vingtaine de participants se sont régalés à la Vert'Olonne, en Vendée.

- **Des chiffres éloquentes**

Si tous les voyants sont au vert pour le Spiridon du Couserans, d'un point de vue comptable mais aussi au nombre d'adhérents (76 au total), le rapport moral et d'activité annonce des chiffres lourds de sens, à savoir 5 100 km parcourus, 121 marathons disputés, avec 117 podiums à la clé. Que demande le peuple, encore un peu plus

d'adhérents pour venir grossir les rangs du Spiridon ? En attendant, outre la préparation des trente ans du club qui auront lieu le 20 septembre, avec l'organisation du trail du Couserans, une nouvelle séance d'entraînement (APPG) aura lieu, en plus de celles du mardi, du jeudi et du vendredi, tous les lundis, à 18 heures, en compagnie de Nathanaël Bordes.

Pour obtenir plus de précisions sur les résultats complets du Spiridon, sur le nouveau bureau mis en place ou pour rejoindre le club, contacter le président Michel Bauzou au 06 42 88 75 17.



\*Les Spiridons Roazhon, Lorraine, Flandres, Ile de France et Côte d'Azur ont adhéré ou renouvelé leur adhésion ! Merci !  
Merci aussi aux 14 solos qui ont envoyé leur adhésion à Nelly ,notre trésorière !

74km

47km

22km

13km

La perf' et la  
Fête !



Bon week end à tous les trailers ! Bon courage aux organisateurs et bénévoles !

Ils vont fêter les 30 ans du Spiridon du Couserans !

**Dimanche**  
**20**  
**Septembre**  
**2020**  
à  
Saint-Girons (09)

# Trail du Couserans

organisé par le Spiridon du Couserans

2 COURSES / 1 RANDO

- 8h30 RANDO**  
11 km / 337 D+
- 9h TRAIL DES HADAS**  
21km / 670 D+
- 9h30 LIBERTÉ TRAIL**  
11km / 337 D+

TRAIL organisé par et pour les 30 ans du SPIRIDON du COUSERANS

Renseignements : 06.42.88.75.17 ou 06.73.08.32.70  
Site : [www.trail-du-couserans.sifew.org](http://www.trail-du-couserans.sifew.org) Facebook ...  
Inscriptions : MIDIRUN Réalisé par nos soins

Mme Pascale Sur - La Vie Publique (NPI/SLVP) Mercu

**Spiridon  
du  
Couserans**



Les résultats du week-end

Tout d'abord la belle performance de Nathanael Bordes aux demi-finales des championnats de

France de cross à Carcassonne.

Donc sur la distance 10025m il prend une 9ème place dans un chrono de 35'11 🙌🙌

Course gagnée en 33'45 (Ezzobayry Ahmed)

Maintenant direction la finale des France à Montauban.

Ensuite il y avait des spiridoniens (es) sur le trail du Maquis à Dun

Sur le 28km 1300d (grand Maquis)

Thumerel Philippe 32/220 2h51,41 🏆🙌

Sur le 11km 600d+ (petit Maquis)

211 classés

Bruel Pierre 6ème et 1er M2 en 1h02,22 🏆

Sessa Pablo 7ème et 1er juh en 1h02,43 🏆

Raymondon Teddy 15ème et 1er esh en 1h05,31 🏆

D'Angelo Damien 16ème et 6ème Seh en 1h05,31 🙌

Soum Marine 101ème et 1ère Sef en 1h28,20 🏆

Bravo à vous tous et bonne récup 😊





**Pour la bonne cause !**

**\* L'ami Bernard Stenger vient de nous faire parvenir un bilan complet des 24h en France ! Si cela vous intéresse on vous l'envoie ! Merci Gérard !**



\*Nos amis bretons du Spiridon Roazhon Club viennent

d'adhérer au Mouvement Spiridon !  
Soyez les bienvenus dans la famille



Spiridon !



Ils étaient 30 pour la dernière reconnaissance Vulcain 2020 ! Crêpes et cidre à l'arrivée !!





Déplacements 2020 pour le SCA : L'UltrAriège et le marathon de Bucarest !

A.G Spiridon Créchois, avec remise des chèques aux associations partenaires ! Félicitations !



•



Le Spiridon mellois regroupe au total une cinquantaine de coureurs.

© Photo NR

Les coureurs mellois ont tenu leur **assemblée générale**. Le Spiridon veut continuer à promouvoir les courses conviviales.

Le mouvement du Spiridon regroupe partout en France des associations qui ont à cœur de proposer une autre forme de course à pied. A Melle, l'association vient de se réunir en assemblée générale dans la salle du Mélia. L'occasion pour son président Didier Aubouin de rappeler le fonctionnement du club. « *Nous faisons de la course à pied hors stade. Chacun de nous participe s'il le désire aux différentes courses du département inscrites au calendrier, en individuel ou par équipe. Le club n'est pas affilié à la Fédération française d'athlétisme. Le Spiridon propose une approche différente d'un club sportif, il y a ici moins d'exigence et un coût moindre. Nous proposons des entraînements qui ne sont pas obligatoires, destinés à ceux qui ont envie de progresser* ».

Une dizaine de nouveaux inscritsLe club a enregistré la saison dernière une dizaine de nouvelles inscriptions, pour des 25 à 40 ans. Les coureurs qui rejoignent le club mellois semblent apprécier l'esprit Spiridon. « *Nous devons rester modestes, précise le président, même les meilleurs sur les épreuves locales seraient sans doute assez loin derrière lors de compétitions officielles. Ça n'empêche pas de belles performances sur des longues distances. C'est moins le cas pour les distances courtes* ». Parmi les membres certains sont des habitués des trails longue distance.

Le Spiridon mellois est aussi organisateur de rendez-vous. Tout le monde se souvient des Chemins du Mellois qui ont permis à des centaines de coureur de découvrir à la fois les sentiers et les spécialités locales avec quatre étapes traversant une bonne partie du territoire mellois. Le Spiridon tient à sa particularité, pratiquer la course sérieusement mais sans oublier la convivialité. Cette année ce sera les « Galopades du Lambon » organisée les 29 et 30 août. « *Ce sera une épreuve non chronométrée à laquelle nous invitons également des marcheurs pour des circuits de 10 et 20 kilomètres. Il y aura également des activités pour les enfants. Nous organisons ce rendez-vous en partenariat avec l'association Imagine for Margaux qui se bat contre le cancer des enfants. Nous leur reverserons une partie des bénéfices* ». Comme pour les autres rendez-vous organisés par les coureurs mellois, l'idée est la découverte. « *Nous voulons mettre en avant le très beau site du Lambon et proposer des pauses gourmandes dans un esprit convivial* ». Pour le président, il est de plus en plus difficile d'organiser des rendez-vous. « *Pour organiser une course, les contraintes*

étant de plus en plus nombreuses et exigeantes, il faut pratiquement 2.000 euros avant la course proprement dite. C'est franchement désagréable et on sent que les organisateurs se lassent de ces difficultés administratives qui signifient aussi souvent une augmentation des fra

**Spiridon Côte d'Azur.** Course au Soleil le 2 février.  
Mickey arrêté pour excès de vitesse ....20km/h !!!





24 Hier soir avait lieu aux forges de Pyrène à Montgailhard la remise des récompenses des challenges des sommets et du patrimoine, organisée par l'association Ariège Terre de Trails.

Ont été récompensés pour le spiridon du Couserans sur le challenge du patrimoine

Jean Rossetto qui gagne le challenge du patrimoine 🏆🥈🥉

Pablo Sessa qui termine sur la 3ème marche du podium 🏆🥈🥉

Teddy Raymondon 1er junior 🏆🥈🥉

Philippe Thumerel 1er M2 pour la 3ème année consécutive 🏆🥈🥉

Notons aussi que notre amie Fanny Belluci termine 1ère du challenge des sommets et que Audrey Sabadie termine 2ème féminine sur le challenge du patrimoine 🏆🥈

Le spiridon et le Couserans étaient donc à l'honneur hier soir.

Merci à l'association d'Ariège terre de Trails pour cette soirée et leur accueil et à Robert Robert-Félix Vicente pour son animation au micro.

# L'hommage au créateur de l'Amicale

**LES PENNES-MIRABEAU** Jean Roure avait créé la première section féminine de course à pied



Les coureurs pennois ont remporté le challenge du nombre à La Gardannaise.

/PHOTO P.B.

**P**rès de 38 amicalistes se sont alignés sur les épreuves de trail et de marche nordique réunies sous le vocable de "La Gardannaise" dimanche 12 janvier. Au point d'obtenir le challenge du nombre, qui est une belle distinction, non négligeable pour un grand club dans l'univers de la course à pied.

Pour Alain Pons, président de l'Amicale des Pennes-Mirabeau, "les conditions étaient réunies pour nous plonger dans un univers très particulier : des mares d'eau, d'étroits sentiers, des cailloux glissants, des descentes et des montées empier-

rées vertigineuses. Nous nous sommes confrontés à ces éléments avec courage et sourire, et cela nous a réussis." Par ailleurs, depuis plusieurs mois, toute l'équipe prépare un grand temps fort : le challenge Jean Roure qui se tiendra le 29 mars. Parmi les épreuves prévues, la mythique course féminine sur un parcours de 6,5 km, la course mixte de 12 km et le parcours marche de 9 km. Si ces épreuves de pleine nature sont rassemblées sous le nom de challenge Jean-Roure, c'est tout d'abord pour honorer la mémoire du grand sportif et homme de cœur qui nous quit-

tait en juin. Il n'est pas inutile de rappeler aux jeunes générations le grand Monsieur qu'était Jean Roure. Créateur de l'Amicale des Pennes-Mirabeau, il avait aussi créé la première course féminine en France pour rappeler des temps pas si lointains où courir était tout simplement interdit aux femmes. Les amicalistes participent à de nombreuses épreuves dans la région. Tout en gardant en ligne de mire, le grand challenge Jean Roure du 29 mars.

P.B.

Renseignements ☎ 06 38 75 93 70

\***Jean** auteur de nombreux ouvrages, créateur du fameux Alpes-Méditerranée (75km et 100km) qui a vu passer tous les grands champions de l'ultra, était membre du Mouvement Spiridon, de l'ANCPHS. Il a lutté toute sa vie contre la FFA et il a même été radié pour avoir organisé des courses sur route à uné époque où c'était interdit ! **Courir au naturel** était sa philosophie ! Le stade des Pennes Mirabeau porte son nom, et cela bien avant que Jean nous quitte en Juin 2019 !



**\*Bureau du Spiridon Côte d'Azur. Et Dieu ??**



Pq pas une page Facebook, où seuls les adhérents au Mouvement Spiridon pourraient s'exprimer et mettre des documents sur l'Histoire du Mouvement Spiridon ?



Nos amis de l'ACFA savent ils qu'il existait au Moyen Age une chapelle sur le Puy de Dôme ? Dans laquelle se tenaient tous les sabbats, réunions de sorcières !

D'après un universitaire grenoblois qui a étudié « les mythes et légendes en montagne » !

On comprend l'intérêt que portent les « acfaiens » à ce sommet mythique !

\*Question qui m' a été posée : pourquoi ne pas organiser en alternance avec les Rencontres Spiridon, une course où se retrouveraient tous les spiridoniens de France et pourquoi pas d'Europe ? Plus facile à organiser que les Rencontres ? Idée à creuser... !



*\*Le Spiridon du limousin au trail de l'Aqueduc fin janvier. Et de belles perfs' sur les 42km, 27km et 14km ! A noter que Nelly était serre-file sur le 27km ! Et le Président Stéphane termine en pleine forme !*



*Béla et Bélyetta ferment la marche des 27 km...*



**DIMANCHE 8 MARS 2020**  
**LIMOGES**

# **LA PONTICAUDE**

**COURSE PEDESTRE DE 12 km**  
**SUR LES BORDS DE VIENNE**

**23<sup>ème</sup> édition**



**DEPART : 10 H**

ORGANISATION :  
SPIRIDON AMICAL LIMOUSIN

Course aux challenges départemental & Spiridon2020

Site : <http://www.spiridon-limousin.fr>

Facebook: Spiridon Amical Limousin

Mail : spiridon87@gmail.com

