

Les Potins de Loys Spiridon

Mai 2019

Lus, vus, entendus, dégustés sur vos réseaux....



*Sacré succès pour cette pour cette 20 édition! Bravo au Spiridon Côte d'Azur!



***Merci pour ces Potins, en effet à notre grand regret nous avons dû annuler notre épreuve conviviale, goûteuse, et toute l'amitié qui va avec. La raison est bien le trop peu d'équipes pour couvrir nos charges. Mais bon , il y a bien plus grave que cela et pour contrer ces organisations officielles qui nous coûtent si cher, nous avons décidé pour l'année prochaine d'organiser une ou deux animations sans chrono, plus simple, moins de prise de tête et moins d'argent engagé qui pourri le système. Nous nous rapprochons de plus en plus des véritables valeurs de ce sport ou élitisme et compétition ne correspondent pas à nos valeurs, prenons plaisir à faire plaisir, peu importe le nombre et la qualité, on s'en fiche.Recentrons nous sur l'essentiel , l'humain et tout ce qu'il représente dans ce qu'il peut donner et recevoir.**

Merci de passer le message à tous, je n'arrive pas à le faire partir.

Didier Aubouin

**Président du Spiridon
Mellois**



**** Podiums des albums spiridoniens sur le Blog du Mouvement Spiridon.***

1- Spiridon Limousin avec 3356 photos photos

2- Spiridon Côte d'Azur avec 2488 photos

3- Spiridon Aurillac avec 1625

***Une petite info pour les prochains Potins**

Le spiridon Créchois organise le 7 juillet 2019 sa 35^{ème} édition des Chemins du Roy (flyer joint)

Tous les directeurs de course depuis la première sont invités à cette édition anniversaire

il s'agit de

Michel Girard

Jean Noel Pasquier

Claude Lamy (décédé)

Roland Motard

Michel Pairault

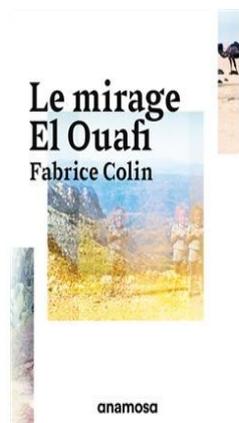
Jean luc Caplane (décédé)

François Marsault

Jérôme Airault

Salutations sportives

Georges Liabeuf



***Sur les traces d'un marathonien oublié! Le 5 août 1928, Boughéra El Ouafi remporte contre toute attente le marathon des J.O à Amsterdam, et offre à la**

France sa seule médailles de cette Olympiade! Il est le 1^{er} médaillé français venu des colonies!! L'auteur, Fabrice Collin, s'est lancé sur les traces de ce marathonien oublié. Lire cette biographie romancée montre que le destin ressemble parfois à une longue course à étapes. La vie est un marathon.

Ton pote Gégé porte fièrement sa nouvelle veste Finisher Et pas toi !!! Mince alors ! Tu as envie de l'étrangler ! Pas de panique ! Tu as entre les mains tout ce qu'il faut pour toi aussi devenir... Finisher !

Entraînement, nutrition, préparation physique, matériel, mental, astuces de ouf... Je dévoile tout, je me mets à nu... Plus de 25 ans d'expérience en Ultra rien que pour toi !

Y'a plus qu'à suivre le guide !

Go Man ! Go !

© 2019, N.O
ISBN 979-10-699-3557-0
Achevé d'imprimer en Mars 2019
Par TheBookEdition.com à Lille (Nord)
Imprimé en France
Dépôt légal : Mars 2019

Prix : 12 Euros TTC
The BookEdition.com
DE LA PAGE BLANCHE AU BEST-SELLER



Finisher Infernal Trail des Vosges

Mini Guide Pour Ultra Finisher E. Bonnotte

Mini Guide Pour Ultra Finisher Eric Bonnotte



Toi aussi deviens Finisher !

Edition 2019



De l'ami Eric Bonnotte qui vient de terminer les 222km de l'Ultr'Ardèche!

** Il semble que certains d'entre vous n'arrivent pas à ouvrir la Lettre Spiridonienne ou les Potins de Loys. Alors que pour d'autres pas de problème.*

Est-ce du à mon nouvel ordinateur? Ou au vôtre?

Dès à présent, j'envoie tous les documents Libre.office ou avec PTL.

Je remercie tous ceux qui ont répondu à la question pour savoir si vous receviez les documents.

Merci aux Spiridons qui mettent en ligne sur leur site la Lettre et les Potins. Cela reconforte!

Merci Dominique

L'info arrive trop tard pour paraître dans notre prochain BI 190

Roger Balabau était bien et honorablement connus de beaucoup de coureurs

Je redirige ton mail à nous tous du courant Spiridon

Que de souvenirs... Je me remémore sa cornemuse, son chien, son taxi, ses efforts de promotion de Spiridon, son écologisme avant l'heure et son culte du jus de citron, son antre in-croy-able où je l'ai aidé pendant qq années à faire sa paperasse alors qu'il était gêné par un problème de cataracte, son syndicalisme chrétien, etc, etc, etc ... !

Je pense souvent à lui car il m'a communiqué sa manie d'utiliser les vieilles enveloppes pour écrire des petits mots (moi, je les découpe) : le papier en est beaucoup plus agréable que le papier ordinaire... On est bien peu de chose...

Sacré Roger !

DPM

Spiridon Ile de France



Roger et sa cornemuse ! Uriage, Balcon de Belledonne 1985

!J'ai un souvenir de Roger au marathon de Dublin (en quelle année... ?? Probablement entre 1980 et 1985, même pas certain, déplacement scif je pense, à vérifier...), où je l'avais accompagné tout au long de l'épreuve qu'il avait terminé impavide et impassible, je crois dans les 3h35 / 3h40 environ, on avait l'impression qu'il aurait pu nous jouer un petit air de cornemuse au 40 eme km....

Personnage atypique, il me faisait penser à un combiné d'assurancetourix (le barde) et Cetautomatix (le forgeron), 2 des figures de la mythique BD Astérix...

Sacré personnage, sacré Roger....

Jean Teissier SCIF



Le Spiridon Ile de France en balade !

Au 10 Mai, d'où proviennent les adhésions individuelles ?

Isère 10

Ile de France 3

Vienne 2

Alpes Maritimes 2

Deux Sèvres 2

Cher 2

**Ille et Vilaine, Pyrénées Orientales, Meurthe et Moselle, Cantal,
Drôme 1**



Une petite idée déjà pour les Rencontres Spiridon ...2022 !!
Après évidemment les Rencontres 2020 organisées par le Spiridon
Limousin !



Sortie ACFA fin Mai !



L'Enjambée du CARLADES
Distance épreuve: 18 Km
Le 05/05/2019
Résultats Officiels



Participants : 109 Classé : 104 Abs : 3 Abd : 2 Dsq : 0 Nt : 0

Clt	Clt/Cat & Sexe	Nom	Prénom	Dos	An	Club	Ville	C.Post	Temps	Ecart	Km/h
1	1/SE-M	BILLERACH	JULIEN	356	1987	SPIRIDON			1h39'53"	-	10.8
2	2/SE-M	BOUDOUSQUIE	Jimmy	300	1987	TEAM TRAIL CANTALOU	ARPAJON SUR CERE	15130	1h42'24"	02'30"	10.5
3	1/V2-M	BARBET	LAURENT	352	1967				1h43'28"	03'34"	10.4
4	3/SE-M	VILLECHENON	PIERRE	296	1990	RCC RUNNING	CLERMONT FERRAND	63000	1h47'29"	07'35"	10
5	1/V1-M	VIGOUROUX	Jean-François	310	1971		CELLES	15170	1h49'30"	09'37"	9.9
6	4/SE-M	VERGNE	CHRISTOPHE	341	1981	R ARPAJON	ARPAJON SUR CERE	15130	1h49'42"	09'49"	9.8
7	2/V2-M	MALBO	CHRISTIAN	337	1963	ST FLOUR	SAINT FLOUR	15100	1h50'22"	10'28"	9.8
8	2/V1-M	ETUR	CHRISTOPHE	366	1970	R ARPAJON	ARPAJON SUR CERE	15130	1h52'02"	12'09"	9.6
9	5/SE-M	FULCHIC	Julien	325	1981	SKI LIORAN ALPINISME	MURAT	15300	1h52'21"	12'27"	9.6
10	3/V2-M	BONAL	DIDIER	345	1962	CANTAL TEAM TRACTION			1h52'26"	12'33"	9.6
11	3/V1-M	DESMOULIN	CHRISTOPHE	368	1971	R ARPAJON	ARPAJON SUR CERE	15130	1h52'40"	12'47"	9.6
12	6/SE-M	BRUEL	THOMAS	329	1991	R ARPAJON	ARPAJON SUR CERE	15130	1h55'07"	15'13"	9.4
13	4/V1-M	VIZET	Patrick	334	1972	LA GORZADE DU CARLADES	ST ETIENNE DE CARLAT	15130	1h58'46"	18'53"	9.1
14	7/SE-M	FRADIER	Quentin	305	1988		AURILLAC	15000	1h58'58"	19'04"	9.1
15	8/SE-M	GRISVARD	Rémi	316	1983		AURILLAC	15000	2h00'07"	20'13"	9
16	9/SE-M	PROCIWICZ	ANTHONY	287	1985		AURILLAC	15000	2h02'18"	22'25"	8.8
17	10/SE-M	SAVES	David	361	1988	SPIRIDON			2h03'21"	23'27"	8.8
18	11/SE-M	CHAUTARD	ARNAUD	384	1986	YOLET ATHLETIC CLUB			2h03'41"	23'48"	8.7
19	12/SE-M	DELCHER	JULIEN	355	1985				2h04'21"	24'27"	8.7
20	1/SE-F	BOUDOUSQUIE	CHLOE	346	1990	R ARPAJON	ARPAJON SUR CERE	15130	2h04'29"	24'35"	8.7
21	5/V1-M	LABRO	JEROME	370	1975	YCN	YTRAC	15130	2h04'44"	24'50"	8.7
22	1/V3-M	TREMOULIERE	Christian	314	1957	SPIRIDON AURILLAC	AURILLAC	15000	2h05'24"	25'30"	8.6
23	6/V1-M	FRANCOIS	GREGORY	285	1977		ARPAJON SUR CERE	15130	2h05'39"	25'45"	8.6
24	7/V1-M	JALBY	ARNAUD	298	1974	R ARPAJON	ARPAJON SUR CERE	15130	2h05'43"	25'50"	8.6
25	13/SE-M	SEVERAC	VINCENT	376	1990				2h06'35"	26'41"	8.5
26	8/V1-M	SEGERIE	PATRICE	351	1971				2h07'42"	27'48"	8.5
27	2/SE-F	LEYROLLE	FANNY	313	1982	R ARPAJON	ARPAJON SUR CERE	15130	2h07'55"	28'02"	8.4
28	9/V1-M	CHAUDESAIGUES	Stephane	335	1975		ANGLARDS DE ST FLOUR	15100	2h09'43"	29'49"	8.3
29	14/SE-M	LAJARRIGE	JONATHAN	379	1991				2h09'58"	30'04"	8.3
30	15/SE-M	CARRIERE	Patrice	309	1983		AURILLAC	15000	2h10'16"	30'23"	8.3
31	16/SE-M	REFOUVELET	Nicolas	281	1986		15400 - VALETTE	15400	2h10'47"	30'54"	8.3
32	10/V1-M	GOYER	YANNICK	336	1971	R ARPAJON	ARPAJON SUR CERE	15130	2h11'13"	31'20"	8.2
33	11/V1-M	CHADEFAUD	Damien	293	1979		VIC SUR CERE	15800	2h12'50"	32'56"	8.1
34	12/V1-M	SERRE	BRUNO	364	1971	R ARPAJON			2h12'55"	33'02"	8.1
35	17/SE-M	BERGERON	Frédéric	319	1986		YTRAC	15000	2h13'49"	33'55"	8.1
36	18/SE-M	MAGNE	PHILIPPE	354	1985				2h14'02"	34'09"	8.1

Au top le Spiridon Aurillac!

Ronde des Collines : « La perf', d'accord, mais la fête d'abord ! »

C'est une tradition depuis plus de vingt ans. Le 1^{er} mai, de plus en plus de Niçois se déguisent pour courir entre copains ou en famille sur les collines de la plaine du var, un verre de vin chaud dans une main et une pissaladière dans l'autre. Hier, plus de 1 100 gladiateurs, super-héros et autres animaux farfelus se sont présentés sur la ligne de départ de la 21^e Ronde des collines niçoises. Une vraie course pédestre pour certains : une petite cinquantaine de coureurs a bouclé les 10 km en moins d'1 h 30. Mais pour la plupart, le but est évidemment de se détendre dans une ambiance bon enfant, et surtout de profiter des cinq « ravitaillements festifs » éparpillés tout au long de cette traversée des vignobles de Bellet.

« Certains vont mettre plus de quatre heures à faire le tour, prédisait au départ, Charly Racca, vice-président de Spiridon Côte d'Azur, en charge de l'organisation. Parfois, il y en a même qui n'arrivent plus à redescendre parce qu'ils ont trop forcé aux ravitaillements ! »

Et pour les plus gourmands, il y avait de quoi faire : 30 plateaux de tarte,



1 100 coureurs ont pris le départ de cette épreuve festive. (Photo J. C.)

50 de pissaladière, 3 500 tranches de pain, 4 meules de 10 kg de fromage et plus de 300 litres de vin (a fortiori à consommer avec modération). Une chose est sûre : personne n'est rentré à la maison en hypoglycémie. Et personne n'est reparti les mains vides non plus !

Tous les participants déguisés ont eu le droit à une bouteille de vin rosé, ainsi qu'à une serviette de plage floquée de la devise de la Ronde des collines niçoises : « la perf', d'accord, mais la fête d'abord ! »

JUSTIN CARAYOL

Super l'article de Nice Matin !

Daniel Dalmas

Spiridon Aurillac

Notre repas de printemps fixé au samedi 25 mai se déroulera au club house de Peyrolles à partir de 19h. Le repas se fera sous forme de buffet froid (verrine de mousse de crevettes, assortiments de charcuterie, taboulé, salade piémontaise..., poulet rôti, rosbif, fromage et dessert, vin, bière et apéritifs à volonté comme d'habitude !) Le prix est fixé à 15€ par personne. Le repas est servi par le traiteur qui apporte la vaisselle et la lave. les inscriptions se font sur Facebook ou au vestiaire de Peyrolles avant mardi 21 au plus tard.

Bon courage à tous et à bientôt pour cette soirée. **Sympa le petit repas !!**



****Et le Spiridon Aurillac a fêté ses 35 ans lors de cette soirée du 25 Mai ! Bon anniversaire aux cantalous !***



****Le Mouvement Spiridon a tenu le ravitaillement du 128ekm à1200m+ entre 16h et 3h du mat' !! Et lors de ce week end, je me suis entretenu avec un des responsables du Spartathlon et nous avons parlé de Loys Spiridon évidemment !!***





Spiridon romand

****La traditionnelle course de la Tour de Sauvabelin a eu lieu. Mais pas encore de photos sur la montée !***



****Le Spiridon romand souhaiterait que nous adhérions à leur Spiridon, Qu'en pensez-vous ?***



****Nos amis du Spiridon du Tarn vont donner un coup de main pour l'organisation des championnats du monde des 24h à Albi, à l'automne ! Félicitations !***

*** Encore quelques retardataires qui ont oublié de renouveler leur adhésion 2019 ! Pensez à Nelly, notre trésorière !! Merci !**



*** En balade et sur les podiums !**

*** Dans la prochaine Lettre spiridonienne de Juin, on présentera le nouveau club Spiridon breton !**

*** Le Spiridon limousin a participé à l'Ekiden de Limoges, le long de la Vienne !**

Pierre Dufaud