

## Les Potins de Louis Spiridon Mai 2020 !

Pour vous



**\*Merci du fond du cœur pour tous vos messages concernant l'historique des Rencontres Spiridon ! Vous possédez maintenant la mémoire spiridonienne ! Prenez en soin !**



***Début Juin, nous allons prendre une décision en ce qui concerne les Rencontres fin septembre à Limoges !***

*Courons vers l'horizon, il est tard, courons vite,  
Pour attraper au moins un oblique rayon.  
Charles Baudelaire (1821-1867) les fleurs du mal*

**\*Bonjour Pierre,**

Pour moi, c'était mes premières Rencontres ! Je garde en souvenir des visages accueillants, des moments de partage, d'échange et de réflexion sur notre passion commune

et je me souviens très bien avoir été récompensée pour la meilleure photo de l'année !!

Merci Pierre de nous en laisser une trace, chacun(e) se retrouvera dans ces archives nourries de photos et de documents !

Bonne fin de confinement à vous deux

Bises

**Nelly Brun Spiridon Limousin**



**Pas besoin de passeport !**



# L'édition 2020 des 100 km de Millau est annulée

**Chers ami(e)s des 100 km de Millau,**

Le comité d'organisation des 100 km de Millau que je préside a attendu le plus longtemps possible pour prendre sa décision concernant le maintien ou l'annulation de la 49e édition des 100 km de Millau. Mais les dernières déclarations du Premier ministre ne nous incitent guère à l'optimisme pour les mois à venir, mais surtout sont remplies d'incertitudes concernant les dispositions qui pourraient être prises. Après concertation de tous nos partenaires qu'ils soient publics ou privés, le comité d'organisation a décidé d'annuler la 49e édition des

100 km de Millau et dès à présent de préparer la 50e édition qui aura lieu le samedi 25 septembre 2021.

## **Pourquoi cette décision ?**

A ce jour le nombre d'engagés pour la 49e édition est très largement inférieur à celui qu'il est d'habitude à pareille époque, les années précédentes. Il faut savoir que les engagements sont notre principale source de revenus pour équilibrer chaque année, notre budget. A la veille du 50e anniversaire, nous n'avons pas souhaité prendre « un bouillon financier » qui aurait impacté l'organisation de la 50e édition dont nous savons qu'elle est très attendue par de nombreux d'entre vous. Cette baisse de la participation de cette année étant facilement compréhensible avec le confinement imposé à cause du Covid 19 et qui a empêché les coureurs de suivre l'entraînement initial fixé pour venir faire les 100 km de Millau à la fin du mois de septembre.

La participation de nos partenaires institutionnels nous était acquise ainsi que de nos deux gros partenaires privés, mais compte tenu de la situation économique provoquée par le Covid 19, le partenariat de tous nos fidèles commerçants locaux qui figurent dans l'édition spéciale du Journal de Millau édité à cette occasion était loin d'être acquise. Certains d'entre eux sont déjà dans une situation très difficile. C'était donc pour nous, un manque à gagner d'importance qui aurait impacté l'équilibre de notre budget en le rendant déficitaire. Par ailleurs nous ne souhaitons pas faire une édition « au rabais » en supprimant des postes qui font la renommée de notre épreuve et de sa convivialité.

Depuis le confinement et les différentes mesures prises, bon nombre de nos bénévoles nous ont indiqué ne pas souhaiter cette année, faire partie de ce maillon indispensable à la réussite et à la convivialité de notre épreuve, ce que nous comprenons parfaitement, mais qui était un problème supplémentaire à résoudre quand on sait combien le bénévolat se fait rare dans notre société de plus en plus individualiste.

A ce jour également nous ne savons pas non plus quelles seront les mesures supplémentaires que nous devons mettre en place pour pouvoir organiser notre épreuve, notamment en ce qui concerne le départ, les ravitaillements, la pasta-party du vendredi soir pour ne pas prendre que ces trois exemples.

## **Pourquoi maintenant ?**

Pourquoi prendre cette décision maintenant et pas plus tard en fonction de l'évolution de la situation. Il faut savoir que l'organisation d'une épreuve de l'importance des 100 km de Millau comme d'autres épreuves de course à pied de la même importance demande une préparation bien en amont pour que tout soit prêt le jour J. Ainsi nous devons valider auprès de notre équipementier Mizuno, la commande des tee-shirts à ce moment de l'année. Il en est de même pour les dossards. D'autres réservations ou confirmations sont à faire à cette période de l'année notamment ce qui concerne les chapiteaux, les secouristes, l'ensemble du personnel médical (Urgentistes, kinés, podologues) sans oublier les dossiers administratifs à finaliser trois mois avant la course pour avoir les autorisations nécessaires notamment celle d'interdire la circulation des véhicules sur une bonne partie du parcours. Si nous avions lancé la machine, il fallait aller jusqu'au bout en prenant le risque financier comme évoqué plus haut, parce que nous n'aurions pas eu le nombre d'inscrits suffisant pour équilibrer le budget, mais aussi que l'épreuve ne puisse pas avoir lieu compte tenu de l'évolution de la pandémie après la période estivale. Ce que personne ne peut prédire à ce jour.

A l'heure où sont écrites ces lignes, une information circule comme quoi les élections municipales pourraient avoir lieu les week-ends du 27 septembre (1er tour) et 4 octobre (2e tour). Ce qui veut dire que nous ne pourrions pas disposer de la salle des fêtes de Millau qui abrite quatre bureaux de vote et qui ne peuvent pas être déplacés. Cette première interrogation pour laquelle si la réponse était confirmée, nous obligerait à trouver un autre lieu de replis qui à ce jour est pratiquement introuvable sur Millau pour disposer de la même surface.

Voilà pourquoi pour toutes ces raisons, le comité a décidé à l'unanimité d'annuler avec regrets, mais en ne souhaitant pas mettre en péril le devenir de l'épreuve, cette 49e édition et en vous donnant rendez-vous dès à présent pour la 50e édition des 100 km de Millau, le samedi 25 septembre 2021.

Pour le comité des 100 km de Millau,

**Jacques BREFUEL**  
**Président du S.O.Millau athlétism**

\*G.Galle

**Merci pour toutes ces infos., photos et autres et merci pour ce magnifique bouquet.**

Bon 1er mai à vous.

Bises des 4G

### **Grand vent**

Nous n'appartenons qu'au sentier de montagne  
qui serpente au soleil entre la sauge et le lichen  
et s'élançe à la nuit, chemin de crête,  
à la rencontre des constellations.

Nous avons rapproché des sommets  
la limite des terres arables.

Les graines éclatent dans nos poings.

Les flammes rentrent dans nos os.

Que le fumier monte à dos d'hommes jusqu'à nous !

Que la vigne et le seigle répliquent  
à la vieillesse du volcan !

Les fruits de l'orgueil, les fruits du basalte  
mûriront sous les coups  
qui nous rendent visibles.

La chair endurera ce que l'œil a souffert,  
ce que les loups n'ont pas rêvé  
avant de descendre à la mer.

Jacques Dupin, Le corps clairvoyant, Ed. Poésie/Gallimard

\*Sergeduvivier@free.f

Bon les gars (ses) de nouvelles photos et infos  
bonne réception

Merci à Pierre Dufaud pour maintenir la conversation en ces temps vraiment con finés.  
Ne vous gênez point et répondez nous  
bonne lecture

Objet: Rencontres Saint Ours les Roches 2013

**Serge Duvivier SCIF**

\*Chamard - Lamy <chamard.lamy@wanadoo.fr>

Bonjour

Pierre, quelle bonne idée le bouquet de muguet sous un premier mai pluvieux.

Domage, il me manque son parfum !

Que de travail accompli, tu vas pouvoir rendre tes copies dans le temps imparti....

trop fort le Pierrot.

Bonne journée à vous deux. Édith

**Claude Sarnel Spiridon  
Aurillac**

MERCI pierre pour ce retour de notre histoire BON 1<sup>ER</sup>



# LA LÉGENDE DE MIMI

Lauréate de la Mil'Kil en 2018 et de six éditions des Huit Jours de Monaco, l'Auvergnate Mireille Chevillon, alias "Mimi", est une ultra-fondeuse d'exception. Explications.

**L**es batailles de la vie ne sont pas gagnées par les plus rapides, mais par ceux qui n'abandonnent jamais», Mireille Chevillon, alias "Mimi", a fait sienne la maxime du roi du Maroc, Hassan II. La phrase figure en en-tête de son carnet de bord, qui compile ses 130 courses d'ultra depuis 1998. La Clermontoise de 57 ans les a toutes terminées, malgré leurs difficultés, leur longueur, leurs conditions parfois extrêmes. « Je suis une dure au mal. Même lorsque j'ai été victime d'une déchirure musculaire en 2012 aux 24 heures du Confluent à Portet-sur-Garonne, j'ai été au bout. Ne jamais avoir abandonné est l'une de mes fiertés », explique l'Auvergnate, que l'on apprécie pour sa modestie et sa philosophie.

« Je ne cours pas pour la victoire, mais pour le dépassement de soi et l'envie de toujours m'améliorer malgré les années qui passent. J'ai ainsi disputé 13 fois les 100 km de Millau, 10 fois les Huit Jours de Monaco et 10 fois les Six Jours de France. Ma persévérance a été récompensée. Dans l'Aveyron, j'ai battu mon record dix ans après ma première participation (12h09 en 2008). Sur le Rocher, j'ai établi ma meilleure perf' en 2018 (842 km). Et sur les Six Jours, j'ai remporté l'épreuve à dix ans d'intervalle (en 2009 et en 2019) », résume-t-elle.

## 130 ultras depuis 1998

Pourtant, rien ne laissait augurer d'une telle destinée. "Mimi" a en effet débuté la course à pied sur le tard, après ses 30 ans et la naissance de ses deux enfants. « Mon mari (Bernard Chevillon) est un adepte des 100 km. En 1984, il avait fini 8<sup>e</sup> à La Ferté-Bernard en moins de 10 heures. Je l'accompagnais à vélo sur ces courses et ça m'a donné envie de courir à mon tour », révèle l'inarrêtable ultra-fondeuse. Une sortie de 15 kilomètres par semaine rythme ses débuts. Puis, l'Amicale des Coureurs de Fond d'Auvergne (ACFA) lui propose de disputer son premier marathon. À New-York ! « Je l'ai couru en dilettante, appareil photo autour du cou et terminé en 5h50. Cette course a confirmé que je n'étais pas rapide mais endurante. »



En 1998, elle s'aventure sur les 100 km de Millau, sans préparation spécifique. « Je pensais mettre 17 heures. Je l'ai fait en 13h27. Un déclin. » Puis, mi-novembre 2006, les 24 heures d'Aulnat sont une révélation. Au-delà des 100 km, tout devient bonus. Libérée de toute pression, surfant vers l'inconnu, Mireille Chevillon compile 170 kilomètres dès son premier 24 h et tient longtemps tête à la lauréate Anne-Cécile Fontaine, victorieuse de la Coupe du monde de Bergame et des 100 km de Winschoten en 2009. Dès lors, la voie est toute tracée.

## Victoires de prestige

« J'ai compris que j'étais capable de courir très longtemps à la même allure et que sans plan d'entraînement, je pouvais quand même performer. Pour préparer des Six Jours ou des épreuves par étape, il me suffisait de participer à des marathons ou à des 24 heures. Enfin, j'ai remarqué ma capacité à dormir peu (2 h par jour) et à bien m'alimenter sans jamais être écaurée. Je me

passes de tout gel et boisson énergétiques, mais je suis friande des compotes, rouleaux de réglisse, bananes, limonades à la menthe et à la fraise des bois », énumère-t-elle. À partir de 2009, "Mimi" ose les courses les plus longues, appréciant leur esprit et leur convivialité. Dès son premier essai sur Six Jours, elle triomphe à Antibes avec 575 km. En 2010, elle découvre les Huit Jours "No finish line" de Monaco, une compétition caritative qui consiste à parcourir le plus grand nombre de tours de 1400 m en faveur d'enfants défavorisés ou malades. La Puydômoise la remporte à six reprises. Son goût de l'aventure la conduit ensuite sur des courses en ligne. Avec succès. La sociétaire des Courou des Volcans remporte en 2018 la prestigieuse Mil'Kil (1000 km entre Saint-Malo et Sète en 9 jours et 12 h), finit en 2019 dans le top 5 de l'Ultr'Ar-dèche et termine en 2014 et en 2016 dans le top 10 de la Transe Gaule (1200 km entre Roscoff et Gruissan). Parfaitement, inarrêtable ! ■



Bonjour Pierre,

peu de nouvelles à l'Ouest, pour les raisons que tu sais. Chaque coureur du SRC vit le confinement à sa façon: G a arrêté de courir, C et S font leur petit tour tous les soirs, B avale 7 km tous les matins avant le café, G et F en profitent pour faire un peu de PPG et de rares sorties. Le dimanche nous parlons de ça et du reste via Whatsapp, à l'heure intelligente ;-)

J'ai découvert les courses virtuelles, souvent caritatives, organisées par des particuliers, des plateformes de type TimePulse, ou des réseaux sociaux comme Running Heroes. Compte tenu de la contrainte des 1000m c'est l'occasion de faire de nouvelles expériences: courir 10km sur une piste de 200m, soit 50 tours, on en sort un peu groggy!

Le week-end prochain second et dernier Virtual Challenge par TimePulse, les dons sont reversés à des associations qui participent à la lutte contre le virus. La plupart des coureurs du Spiridon Roazhon Club est déjà inscrite!

Voici le lien: peut être que cela donnera envie à d'autres Spiridonniens si tu as l'occasion d'écrire d'ici là <https://www.timepulse.run/evenements/voir/1387/finale-nationale-du-virtual-challenge-by-timepulse-france>

**Merci du lien que tu entretiens et des nouvelles que tu diffuses. J'ai beaucoup aimé les BD du traileur!**  
**Fabrice Canezza**



**Bonjour Pierre,**

**Merci beaucoup pour cette riche idée, cela fait tellement de bien, lorsqu'on vit un peu en vase clos, de se remémorer les bons moments passés ensemble. j'attends la suite avec impatience !!!**

**Bien amicalement à toi et ton épouse dont j'ai gardé un très bon souvenir. Prenez bien soin de vous.**

**Bises.**

**Françoise Bonnier ACFA**

creap@club-internet.fr

\*Bravo pour le boulot..

Ton texte est remarquable.

Je pense que si tu le soumetts aux quelques dizaines (centaines ?) de milliers de "joggeurs" qui parcourent rues et chemins aujourd'hui, il serait largement approuvé.

Alors où se trouve le renouveau du mouvement ?

Où sont passés les jeunes (à partir de 30 ans) ?

C'est nous (Spiridon) qui ne faisons pas bien notre boulot ou la question est ailleurs ????

Bise

Pierre F

## **SITE DE LA COMMISSION DE LA DOCUMENTATION ET DE L'HISTOIRE FFA**

\*Je viens de m'abonner à la New Letter mensuel ! Des articles intéressants pour ceux qui aiment l'histoire de l'athlétisme, notamment de la course à pied !

**Cher confrère en Spi,**

Merci pour le dévoilement par étapes de ces archives. Toutes les magnifiques photos-souvenir de vos diverses rencontres Spiridon de France attestent que les participants à ces évènements, sans exception apparente, sont du 3<sup>e</sup>, voire du 4<sup>e</sup> âge. Cela ne donne-t-il pas un peu tort - à notre corps défendant - à notre récente plaidoirie contre le défaitisme de son fondateur Noël face à la « survie » de l'esprit Spiridon? Où sont-ils, les jeunes, tous ceux qui ont l'avenir devant eux ?

Bien amicalement, un vieux fusil qui détesterait avoir raison !

**Jacques Décombaz Spiridon Romand**

**Bonjour cher ami spiridonien,**

Votre courrier reçu hier m'interpelle et le "vieux" spiridonien que je suis depuis bientôt 45ans ( et oui) va essayer de vous répondre.

Votre courrier me rappelle la réflexion d'un célèbre journaliste de l'Equipe, nous traitant dans les années 80 "d'anciens combattants"!

Je répondrais avec humour, que lorsque "les anciens combattants" sortaient, sortent des tranchées aujourd'hui, ce n'est plus pour combattre la FFA, mais pour partir à l'assaut de la Diagonale des Fous à la Réunion, de l'UTMB, du Spartathlon, de la Milkil ( 1000km pour traverser la France), de la No Finish Line à Monaco ( 8 jours de course pour la bonne cause), du championnat de France des 6 jours, du Tour du Lac Léman, du Grand Raid des Pyrénées, de l'Ultr'Ardèche (222km) , du Grand Duc en Chartreuse( 80km) remporté 6 fois par un spiridonien! Sans parler des 24h et 100km!

Vu notre " grand âge", on court moins vite mais beaucoup plus longtemps et avec des dénivelés monstrueux !

Mais les jeunes sont là aussi ! Ils participent aux championnats de France de Trails, de cross, de marathon... Allez voir sur les sites et blogs des Spiridons du Couserans, Périgord Pourpre, Dauphinois...où les performances sont à l'ordre du jour !

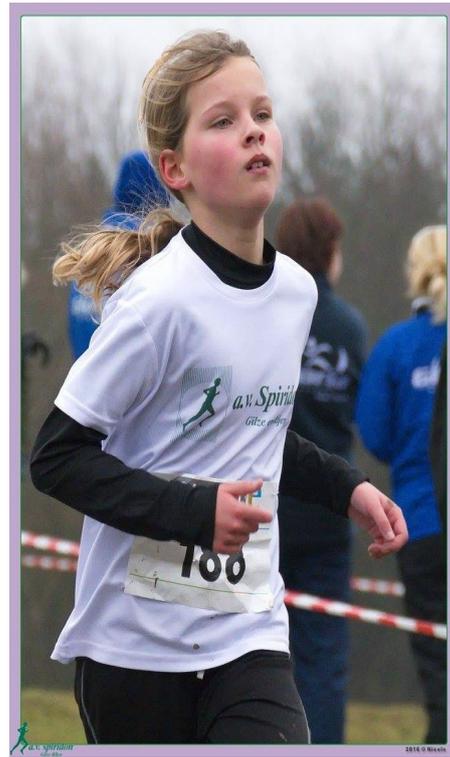
Sans parler des Spiridons allemands, néerlandais où la jeunesse est bien présente! Voilà, je suis fier de présider le Mouvement Spiridon France, où l'on défend encore la philosophie de Tamini et de de Jean Roure!

Et de nombreux Spiridons organisent des courses réputées, où l'esprit Spiridon est bien présent! Le trail Vulcain organisé par l'ACFA, la Ponticaude par le Spiridon Limousin, la Ronde des collines niçoises par le Spiridon Côte d'Azur....

Il est vrai que les reportages sur les Rencontres Spiridon pourraient laisser croire que ce sont des rassemblements de "vieux"! Il faut savoir que lorsque un Spiridon organise une Rencontre, il invite tous les Spiridons, les municipalités, la presse spécialisée, les amis et parents des spiridoniens qui ne courent pas forcément ! D'où cette mauvaise impression! Je ne sais si j'ai répondu à votre courrier, mais il fallait que j'explique que le Mouvement Spiridon est toujours debout !

Cordialement

**Pierre Dufaud Mouvement Spiridon France**



**Que des « vieux » au Spiridon ?**

## Spiridon Catalan

Bonsoir chers ami(e)s coureurs, j'espère que vous êtes tous en bonne santé et que vous prenez toujours du plaisir lors de vos entraînements malgré les circonstances.

Beaucoup d'entre vous nous ont posé la question et bien oui la course aura bien lieu cette année 👍

Nous vous attendons pour cette belle course de Pia sur le 50 et 100km.

A très bientôt ♥prenez soin de vous

### \*Réflexions de Francis Bec !



Y aurait il suspicion de Covid15 ? Des essais de masques en préparation ? Vu pendant la balade à Albi en 2015 !



**On a conduit les Spiridoniens direct aux Antiquités ?**

Tu me surprends en pleine lecture....

J'aime beaucoup les illustrations (le maître nageur et le cycliste sortent du lot : 20/20) L'article de Georges Vigarello est remarquable et sera toujours d'actualité. Je n'avais jamais lu ni entendu une analyse aussi pertinente.

creap

Bravo pour ce travail KOLOSSAAAAL

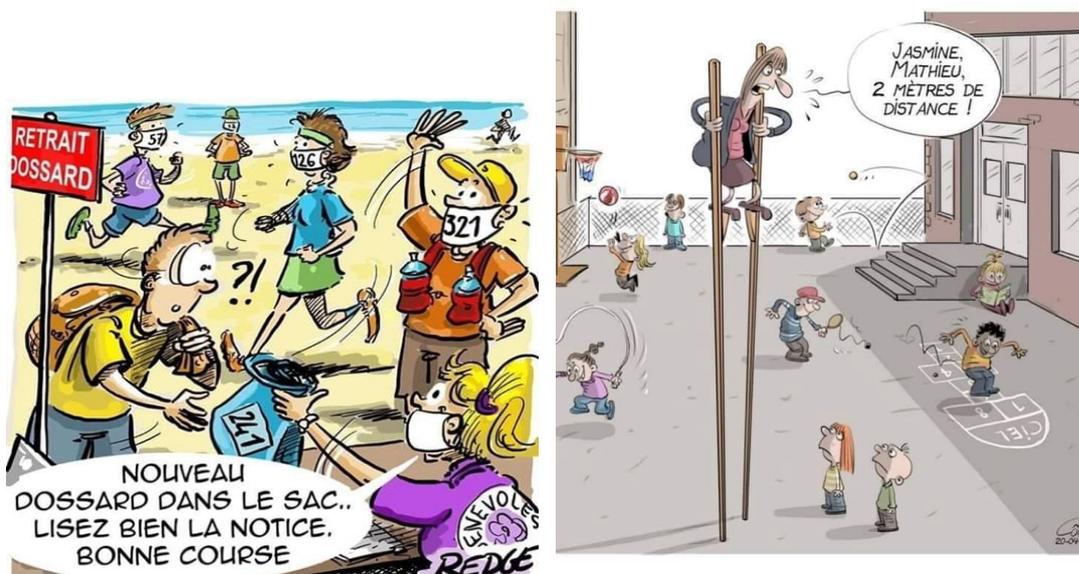
Littérature : Faut passer à l'Heptameron de Marguerite de Navarre (à moins que ce ne soit déjà fait ?)

Pierre Foulaz

Bonjour Pierre,

Merci, bien reçu, des bons souvenirs....

Jean Teissier      Spiridon Île de France



tangeante.ettopo

**Bien lu tous tes messages - Bien que désormais totalement sur la touche,  
Je sais combien tu t'es dévoué pour ce mouvement Spîridon que je l'espère  
ne te laissera pas sans relève - La vie et son cheminement - Resteront  
désormais pour toi la joie du relationnel et du travail accompli - Roulez  
"Jeunesse" - En toute amicale affection - Raymond**

**Eh, attends Pierrot, tu ne vas pas refiler le bébé comme  
ça! ça serait trop facile!**

**Jean-Loup Provot Spiridon limousin**

**Merci encore Pierre pour ces archives des Rencontres que tu as su  
partager dans cette période de confinement !**

**Je te souhaite maintenant, pour une bonne déconnexion, une agréable  
reprise de tes randos à moins de 100 km de chez toi à partir du 11 mai !**

**Nous y voilà " en mai, faites ce qu'il vous plaît ! " enfin presque !**

**Bises @+Nelly**

## Mickey

et Mr **Pierre Dufaud** il compte partir où ???? on a encore besoin de toi bientôt j'espère...et encore merci pour tous ces bons souvenirs en espérant avoir été à la hauteur a isola 😊



Spiridon Côte d 'Azur



**\*Je dispose-encore !- des archives des réunions de l'ANCPHS !**

**Celles de Voiron, Aurillac, Joeuf, Perpignan, Othis.  
Je vais les envoyer aux Spiridons organisateurs : Aurillac,  
Joeuf, Perpignan et Othis. Et à tous ceux qui seraient  
intéressés !**

**Perpignan**



**Aurillac**



# Joeuf



# OTHIS





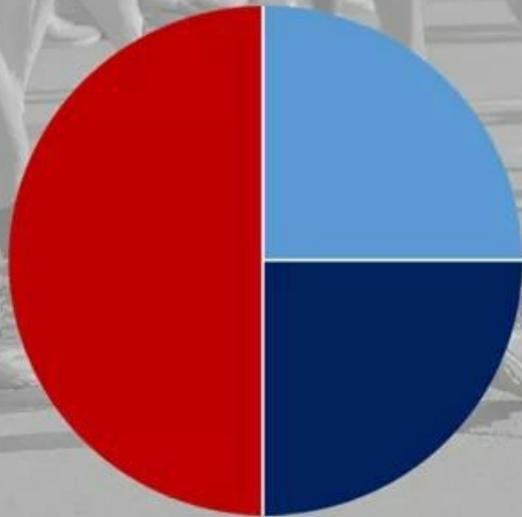
**VOIRON**

Le temps est venu  
pour n'importe qui de  
proclamer n'importe quoi.



KAVIER GRONCE -

# LES RAISONS POUR LESQUELLES TU AIMES LA COURSE À PIED



- ÉTRE SEUL
- ÉVACUER LE STRESS
- LES FRITES,  
LE SAUCISSON,  
LE CHOCOLAT...



**RUNNING**CLUB

## Esprit SPIRIDON !!!!!!!