



Corinne Giraud

Conseillère déléguée
à la communication

RENCONTRE AVEC L'ACFA

(Association des Coureurs de Fond d'Auvergne)

Quelques infos /Entraînements :

→ **Lundi 17h30 et Mercredi 18h00 :**

pour tous (complexe sportif de Blanzat)

→ **Mardi 18h00 :**

spécifique traileurs (La Fontaine du Berger :
ancien camp militaire)

→ **Jeudi à 9h30 :**

pour tous (complexe sportif de Mozac)

→ **Jeudi à 17h30 :**

Fartlek Trail entraînement fractionné
(complexe sportif de Blanzat)

→ **Samedi 9h00 :**

pour tous (La Fontaine du Berger: ancien camp militaire)

Adresse postale de l'ACFA :

Amicale des Coureurs de Fonds d'Auvergne

**33 place derrière la ville
63112 Blanzat**

Tel : 06 32 30 61 39

www.acfa-auvergne.fr

et une page sur Facebook.

*L'homme a toujours couru. A l'origine il a été doté de ce don pour chasser, (se nourrir), et fuir, (survivre devant un danger). De nos jours il le fait essentiellement pour le plaisir... et plus il court plus il a envie de courir... Non il n'est pas devenu fou il est simplement, consciemment ou non, devenu accro à l'endorphine. L'endorphine est un opiacé naturel sécrété par le cerveau, dont la fonction est de soulager le stress et de provoquer du bien-être. Il est reconnu que l'exercice physique libère de l'endorphine. Pour ne pas courir seul et faire partie d'un groupe d'amis il existe à Blanzat une amicale, l'ACFA :
Amicale des Coureurs de Fond d'Auvergne.*

Cette association de coureurs, loi 1901, a été créée par une poignée de copains, afin de regrouper tous les coureurs, surtout ceux qui désiraient courir pour leur plaisir ou leur santé sans être obsédés par le chrono.

Ouverte à tous, quel que soit leur niveau athlétique, l'Amicale des Coureurs de Fond d'Auvergne voit le jour le 28 février 1981, avec **René Acosta** comme président, **Jacky Rey** comme vice-président, **Gérard Ducros, Alain Gaudin, Michel Parrey et Dominique Thérèse** comme membres du bureau. Définie comme n'étant pas un club de fédération, ses membres restent totalement indépendants, l'adhésion n'entraînant aucune obligation particulière.

Forte de plus de 200 adhérents en 2017 (dont 37% de féminines), l'Amicale s'inscrit dans le mouvement national SPIRIDON et son esprit :

La course à pied permet l'épanouissement du coureur dans la convivialité quel que soit son âge, son sexe, la couleur de sa peau ou ses idées. Courir au naturel, sans élitisme, ni recherche de retombées financières.

L'ACFA a fait sien cet Esprit SPIRIDON.



LES GRANDS ÉVÈNEMENTS

qui ont fait la notoriété initiale de l'Amicale :

■ organisation de courses ouvertes à tous :

- Le semi-marathon de Blanzat, devenu par la suite la Ronde de Blanzat (1981-2008)
- Les 50 km des Dômes. (1981 -2009)

■ diffusion du Biblipède (depuis 1984) :

livret recensant toutes les courses pédestres se déroulant en Auvergne et distribué gratuitement à 8000 exemplaires désormais.

■ organisation de manifestations internes réservées aux adhérents ou sur invitation :

- Tour d'Auvergne pédestre en relais : 730 km en 4 jours (7 éditions)
- Tour des Causses (12 éditions)
- 24 h et heure sur piste
- Relais Blanzat – Barcelone pour les J.O de 1992
- Des déplacements collectifs (depuis 1982) au rythme d'un par an avec notamment les marathons de New York, Paris, Lausanne, Barcelone, Médoc.
- Diffusion d'un bulletin de liaison trimestriel
- Des entraînements collectifs

NOCT ' BLANZATRIL



TRAIL DE VULCAIN



■ participation très active à des œuvres humanitaires :

- "La Virade de l'Espoir" de concert avec Chaminade dès 1985"
- " Courir pour le téléthon " (dès 1991)

De sa création à nos jours l'Amicale a toujours cherché à innover ou améliorer l'existant :

■ création de nouvelles courses :

- Le Trail de Vulcain à Volvic (depuis 2002) avec un succès grandissant chaque année (2500 participants venant de toute la France et aussi quelques étrangers). C'est une course éco responsable avec un partenariat avec le Parc des volcans d'Auvergne
- Le Noct'Blanzatrail (depuis 2009) : trail de nuit à la frontale. Cette manifestation est associée au Téléthon

■ création de nouveaux moyens de communication :

- site internet
- lettre électronique

Esprit Spiridon

