

Newsletter des Coureurs du Coeur

N°7 / Juin 2006

Pourquoi s'arrêter à 42,195km

Après avoir couru avec succès le dernier marathon de Paris, certains ont pu se sentir pousser des ailes et aimeraient tenter de nouveaux challenges. Cela tombe bien : le kilomètre 42,195 ne marque pas la fin de la route et il existe de très belles épreuves sur lesquelles les coureurs du coeur ont participé ou participeront dans les mois à venir :

Le Raid 28 : <http://www.raid28.com/>

Epreuve d'orientation nocturne par équipe de 5 sur une distance généralement comprise entre 75km et 100km. Cette épreuve se déroule chaque année à la mi-février. Celle de 2007 s'élancera le 14 janvier et devrait voir une équipe aux couleurs de Mécénat Chirurgie Cardiaque prendre le départ. Cette course se caractérise par la superbe ambiance instaurée par les organisateurs mais aussi par les froides nuits de janvier...

Le marathon des sables :

Un incontournable des courses longue distance : le marathon des sables est très certainement l'épreuve la plus médiatique des courses de longue distance. Il s'agit d'une course par étapes se déroulant en auto-suffisance (chaque coureur doit porter son ravitaillement), début avril, à travers le désert. Un coureur du Coeur y a participé cette année mais a malheureusement du renoncer avant l'arrivée.

L'Ultra-Trail du Mont Blanc : <http://www.ultratrailmb.com/accueil.php>

Sans doute la plus belle course de montagne du calendrier français, mais dont le titre de finisher n'est pas donné : 158km, 8500m de dénivelée et un délai de 45 heures qui laisse peu de place au sommeil dans la stratégie de course. Avec des paysages à couper le souffle (dont il vaut mieux ne pas manquer pourtant...), le passage dans 3 pays, la sympathie des habitants tout au long du parcours, l'accueil dans Chamonix (pour les très bons ou ceux qui n'arriveront qu'au matin) et l'organisation impeccable, cette course est tout simplement splendide ! Deux coureurs du Coeur au moins essayeront de la dompter cette année.

Les 100km de Millau : <http://www.raid28.com/>

Un classique la aussi : sur la distance des 100km. Millau est très certainement l'épreuve la plus réputée en France. Non contents de proposer cette distance effrayante pour de nombreux coureurs, les organisateurs ont mis en place un parcours des plus difficiles avec de nombreuses côtes. Début septembre, la chaleur peut encore être difficile à endurer...

Les Templiers : <http://www.vo2.fr/templiers/>

Plus accessible que l'UTMB et aussi plus ancienne, la course des templiers demeure le rendez-vous incontournable des trailers français. D'une distance de 65km, le parcours 2006 comportera notamment le passage de St Guiral (1366m) et la crête du Suquet (1300m) alors que départ et arrivée se feront en dessous des 500m d'altitude.

Le Grand Raid de la Réunion : <http://www.grandraid-reunion.com/>

Egalement connue sous le nom de « la diagonale des fous », cette épreuve est la grande soeur de l'UTMB. Avec une distance et une dénivelée positive sensiblement identiques, cette épreuve offre en revanche des délais nettement plus abordables qui rendent un sommeil réparateur en cours d'épreuve nettement plus envisageable. Les paysages sont splendides et c'est aussi l'occasion de passer quelques jours sur l'île de la Réunion...

La Corrida de Noel d'Issy-les-Moulineaux

<http://www.corrida-noel-issy.com/accueil.php>

Nous l'évoquons dans notre Newsletter du mois de mai : la Corrida de Noel d'Issy-les-Moulineaux pourrait servir de cadre à un regroupement des Coureurs du Coeur. Cette Corrida de Noel offre une ambiance festive (avec le traditionnel record du plus grand nombre de Pères Noël) et de nombreuses distances jusqu'à 10km.

Si vous souhaitez participer à la Corrida de Noel 2006 (qui aura lieu cette année le 17 Décembre), vous pouvez nous en informer à l'adresse habituelle afin que nous organisions ce petit regroupement. (webmaster@coureursducoeur.com)

Quelques belles courses à venir

14/07 : La Forestière à Saint-Laurent-sur-Sèvre (85) jacquesmartineau@wanadoo.fr

14/07 Les Foulées Etampaises – Etampes (91) etampes.athletisme@wanadoo.fr

29/07 Le Défi de l'Oisans – Les Deux-Alpes (38) www.raidlight.com/smag

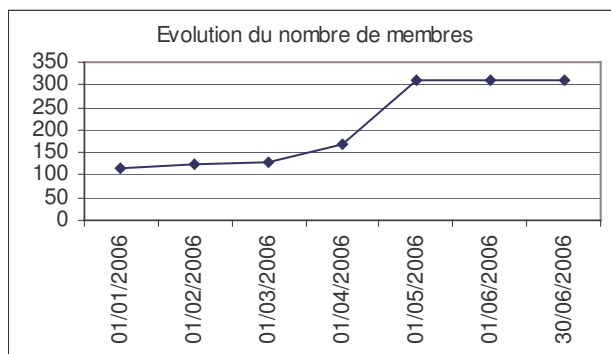
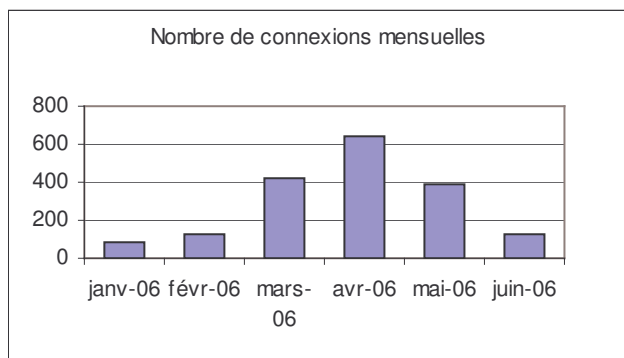
30/07 La 6000D – Mâcot-La-Plagne (73) www.laplagne-org.com

Statistiques

Nombre de visiteurs du site durant le mois de juin 2006 :

128

Nombre de membres au 30 juin 2006 : 308 (les maillots ayant tous été vendus, le nombre de membres ne pourra plus augmenter dans les prochains mois. Cependant une faible diminution devrait être enregistrée le mois prochain puisque plusieurs nous ont laissé une adresse email erronée et ne sont donc plus joignables...)



*Géraud Mousnier, animateur du club des coureurs du cœur
(webmaster@coureursducoeur.com)*