



Courir moins vite ... mais plus longtemps et bien plus loin !

Ultr'Amical86 – Newsletter n° 06 (juin 2015)

Un Poitevin champion de France des 24 heures !!!

Bravo à Guillaume Laroche, qui vient de décrocher ce dimanche 07 juin 2015 à Albi le titre de Champion de France des 24 heures, avec une marque à 244,366 km !!!
Résultat d'un travail intense et sans faille, ce titre lui ouvre les portes de l'Équipe de France pour les championnats du monde.

Les 1000 Marches en stand-by pour 2016

Comme décidé lors de la dernière assemblée générale extraordinaire le 22 mai dernier, la sixième édition des 1000 Marches n'aura pas lieu en mars 2016.
Nous nous accordons une année de repos et de réflexion, après une très belle édition 2015.

Des news sur les ultra-coureurs poitevins

Malgré des conditions météorologiques dantesques au Pays Basque, l'Euskal Trail a attiré de nombreux Poitevins qui ont terminé le 40 km (2x40 km en équipe de deux) ; en revanche, l'Ultratrail de 130 km a été neutralisé dans la nuit de vendredi à samedi. Et Stéphane Rigoulet a donc du rendre son dossard au km 121 (CP d'Ehuntzaroi), après 18h24 de course, occupant à ce moment là la 9^{ème} place au scratch.

Michel Eugène est actuellement très en forme, car sur ces 4 dernières courses, il « fait » 4 podiums : La BSN à Béruges, l'Euskal Trail, le Marathon du Futuroscope (Poitiers) et la Baillargeoise (St Georges les Baillargeaux).

En préparation pour le Grand Raid des Pyrénées (GRP 160) fin août, Franck Perrodo a quant à lui bouclé la Technica Maxi-Race du lac d'Annecy le dernier week-end de mai, un 85 km avec 5300 m D+.

Jean-Michel Pion n'est pas en reste, puisqu'il termine les 24 heures d'Albi à la 14^{ème} place avec une marque à 190,559 km.

Nos prochaines activités

⇒ Test VMA, ou comment calculer sa Vitesse Maximale Aérobie. Le dimanche 14 juin 2015 à 09h30 au stade de Smarves.

⇒ Sortie Off découverte à Lathus. le dimanche 28 juin. Départ du hameau de La Celle pour une balade de 1h40 du côté du saut de la brame et les plus courageux, continuerons vers le Roc d'Enfer pour un total de 3h10. Ensuite pique nique à la Celle.

Et pour rappel, à priori :

⇒ Une sortie à Persac, dans le Lussacois (86), dans la 2^{ème} quinzaine de septembre 2015.

⇒ L'Assemblée Générale de notre association Ultr'Amical86 le mardi 10 novembre 2015 à 20h30 à la salle Jacques Prévert à Saint Benoit.

⇒ Un Off La Rochelle – Niort - Poitiers le week-end des 21 & 22 novembre 2015.

⇒ Le chemin de Saint-Martin, soit un Poitiers – Tours en relais sur environ 240 km, en 24h00. Les 02 & 03 juillet 2016 (fête de la St Martin).

A lire, à voir

⇒ « Coureur de l'Extrême », de notre ami Vincent Hulin. Vous l'avez certainement croisé,



Courir moins vite ... mais plus longtemps et bien plus loin !

au détours d'une course, d'un événement sportif ou d'une réunion (Ultr'Amical86 bien sûr). Journaliste sportif, Vincent s'est lancé dans l'ultra-trail depuis quelques années, et a enchaîné quelques belles courses qu'il raconte dans ce livre.

⇒ Un record, celui de Hariette Thompson, qui à l'âge de 92 ans et 65 jours termine le marathon de San Diego en 07 h24 mn 36 s.

⇒ Le projet était audacieux, séduisant et à priori réalisable. Serge Girard s'est élancé le dimanche 08 mars 2015, de l'île de la Réunion, pour un tour du monde, mais pas n'importe lequel... Le « Run and Row Tour » consistait à traverser 3 océans à la rame et 3 continents en courant à la seule force humaine, sans utiliser de voile, de moteur sur une durée d'environ 2 ans.

Malheureusement des conditions météo contraires au niveau du canal du Mozambique l'ont forcé à l'abandon entre le 28 avril et le 10 mai 2015. Le bateau a été perdu, et de plus, l'équipe s'est fait voler pour 10000 euros de matériel vidéo. Son histoire ici : <http://www.sergegirard.org/fr/>.