

COURIR

en Limousin...

2024

l'agenda

CORREZE (19)

CREUSE (23)

Hte VIENNE (87)



33 avenue Pierre de Coubertin
75640 PARIS cedex 13
www.athle.com
01 53 80 70 00

Président de la FFA
Mr. André GIRAUD

Président de la CNR FFA
Mr. Michel HUERTAS



12 Av de l'Université, 33400 Talence
05 57 00 11 50
lana@athlelana.fr
ligueathletismenouvelleaquitaine.athle.fr

Président de la Ligue d'athlétisme de la
Nouvelle Aquitaine (LANA)
Mr. René MEYER

Président de la **CRR LANA**
Mr. Alain RINJONNEAU
06 63 02 94 52
alain.rinjonneau@wanadoo.fr

Président de la **CDR 19**
Yannick SARRANT 07 77 88 23 77
cdrunning19@gmail.com>

Président du **CDA 23**
Nicolas MOREAU 06 76 13 17 08
nicolas.moreau27@gmail.com

Président de la **CDR 87**
Laurent LASVERGNAS 05 55 03 71 90
laurent.lasvergnas@wanadoo.fr

Vice- Président de la **CDR 87**
Patrick GAUMONDIE 06 84 50 13 25
patrick.gaumondie@outlook.fr

Liste des Officiels FFA mesureurs
hors stade en Limousin

Pierre-Yves VIALARD (19) 06 45 90 13 31
Jean Claude BOYER (23) 06 81 34 38 87
Dominique VAREILLAUD (23) 06 19 01 50 96
Robert LADURANTY (87) 06 10 24 24 20
J-Marie DELHOMENIE (87) 06 30 41 94 90

Référent chargé des parcours



Mr. François DESPROGES
06 70 72 60 61
fdesproges@orange.fr

Référent informatique formation Logica
Chargé des résultats sur SIFFA
Alain SCARINGELLA 06 51 77 33 25
alain.scaringella@free.fr

La SAISON SPORTIVE (FFA) va du 1er Septembre au 31 Août, avec changement des catégories

BAREME DE CLASSEMENTS	I A	I B	N1	N2	N3	N4	I R1	I R2	I R3	I R4
	40 pts	35 pts	30 pts	28 pts	26 pts	24 pts	21 pts	20 pts	19 pts	18 pts
M 5 KM	13'10	13'25	13'45	14'00	14'20	14'40	15'00	15'20	15'40	16'00
10 KM	27'50	28'15	29'00	29'45	30'30	31'15	32'00	32'45	33'30	34'15
15 KM	43'30	44'00	44'30	45'40	46'50	48'00	49'10	50'20	51'30	52'40
20 KM	58'30	59'15	1h01'00	1h02'15	1h03'30	1h05'00	1h07'00	1h08'30	1h10'00	1h11'30
1/2 Marathon	1h01'30	1h02'15	1h04'00	1h05'30	1h07'00	1h08'30	1h10'30	1h12'30	1h14'00	1h15'30
Marathon	2h10'00	2h12'30	2h15'00	2h20'00	2h24'00	2h28'00	2h32'00	2h36'00	2h40'00	2h44'00
100 KM	6h35	6h53	7h10	7h25	7h40	7h55	8h10	8h25	8h40	8h50
24 H	250 km	240 km	230 km	225 km	220 km	215 km	210 km	205 km	200 km	195 km
F 5 KM	15'10	15'30	16'30	17'00	17'20	17'40	18'00	18'20	18'40	19'00
10 KM	31'40	32'40	34'00	35'00	36'00	37'00	38'00	39'00	40'00	41'00
15 KM	50'00	50'45	52'30	54'00	55'30	57'00	58'30	1h00'00	1h01'30	1h03'00
20 KM	1h06'40	1h08'25	1h11'00	1h13'30	1h16'00	1h18'00	1h20'30	1h22'30	1h24'00	1h26'30
1/2 Marathon	1h10'00	1h12'00	1h14'30	1h17'00	1h19'30	1h22'00	1h24'30	1h26'30	1h28'30	1h30'30
Marathon	2h29'00	2h32'00	2h40'00	2h48'00	2h56'00	3h04'00	3h12'00	3h18'00	3h24'00	3h32'00
100 KM	8h05	8h25	8h45	9h00	9h15	9h30	9h45	10h00	10h15	10h30
24 H	220 km	210 km	205 km	200 km	195 km	190 km	185 km	180 km	175 km	170km

CERTIFICAT MEDICAL

Conformément à la loi du 23 mars 1999,
on ne peut s'inscrire à une épreuve sans
la présentation (photocopie acceptée)

1 - d'un justificatif médical

de non contre indication à la pratique
de la course à pied en compétition

datant de moins d'un an à la date de l'épreuve

2 - d'une licence sportive

FFA - UFOLEP - FCD - FFSA - FFH - FSPN

ASPTT - FSCF - FSGT

avec la notation de la mention "athlétisme"
sur les licences,

ATTENTION

les déclarations sur l'honneur ne sont pas recevables

CATEGORIE CODE ANNEE DISTANCE MAXI

Eveil Athlé U10	EA	2015 à 2017	Moins de 1 km
Poussins U12	PO	2013 à 2014	1,5 km
Benjamins U14	BE	2011 à 2012	3 km
Minimes U16	MI	2009 à 2010	4,5 km
Cadets U18	CA	2007 à 2008	15 km
Juniors U20	JU	2005 à 2006	25 km
Espoirs U23	ES	2002 à 2004	Illimitée
Seniors	SE	1990 à 2001	Illimitée
Masters	MA	1989 et avant	Illimitée
M0 (1985 à 1989) - M1 (1980 à 1984) M2 (1975 à 1979)			
M3 (1970 à 1974) - M4 (1965 à 1969) - M5 (1960 à 1964)			
M6 (1955 à 1959) - M7 (1950 à 1954) - M8 (1945 à 1949)			
M9 (1940 à 1944) - M10 (1935 à 1939)			

TEMPS QUALIFICATIFS pour les Championnats de France FFA

MARATHON HOMMES FEMMES	La qualification est obtenue pour tout titulaire d'une licence compétition ayant terminé un marathon à label FFA dans l'année des championnats ou au cours des 2 saisons précédant l'année du championnat. Les marathons étrangers ne sont plus pris en compte. Les Championnats de France eux-mêmes ne sont pas qualificatifs pour les championnats des années suivantes.														
	1/2 MARATHON	JU	ES	'SE	MO	M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	M9	M10
HOMMES		1h21'	1h17'	1h15'30	1h17'30	1h20'30	1h22'30	1h27'	1h32'	1h40'	1h44'	1h50'	1h55'	2h00'	2h15'
FEMMES		1h55'	1h50'	1h45'	1h47'30	1h50'	1h52'30	1h57'	1h57'30	2h00'	2h05'	2h10'	2h15'	2h20'	2h30'
10 KM HOMMES FEMMES	CA	JU	ES	SE	MO	M1	M2	M3	M4	M5	M6	M7	M8	M9	M10
		38'	37'	35'	34'15"	35'	36'30	37'	39'30	40'30	45'	47'	50'	53'	56'
HOMMES		38'	37'	35'	34'15"	35'	36'30	37'	39'30	40'30	45'	47'	50'	53'	56'
FEMMES		47'	46'	44'	43'	44'	47'	49'	50'	52'	53'	56'	1h00'	1h04'	1h10'
EKIDEN	HOMMES : 2h30' équipe de 6 athlètes masculins licenciés FFA compétition dans le même club														
	FEMMES : 3h15' équipe de 6 athlètes féminines licenciées FFA compétition dans le même club														
	VETERANS H : 2h50' équipe de 6 athlètes masculins VE licenciés compétition dans le même club														
	EQ MIXTE : 2h50' équipe de 6 athlètes 3 Hom. et 3 Fem. licenciés compétition dans le même club														

Pour les compétitions sur route du 5 km au marathon et de cross country le dossard doit être fixé obligatoirement sur la poitrine

ATTENTION : les ceintures "porte-dossards" sont éventuellement acceptées uniquement

sur les compétitions de trails, courses de montagne, ultra-fond sous condition de la visibilité du N° sur le devant

R1	R2	R3	R4	R5	R6	D1	D2	D3	D4	D5	D6	D7
15 pts	14 pts	13 pts	12 pts	11 pts	10 pts	8 pts	7 pts	6 pts	5 pts	4 pts	3 pts	1 pts
16'20	16'40	17'00	17'20	17'40	18'00	18'20	18'40	19'10	19'40	20'10	21'00	22'00
35'00	35'45	36'30	37'15	38'00	38'45	39'30	40'30	41'30	43'00	45'00	47'00	50'00
53'50	55	56'10	57'20	58'30	59'45	1h01'00	1h03'00	1h05'00	1h07'00	1h11'00	1h14'00	1h18'00
1h13'00	1h14'30	1h16'00	1h18'00	1h19'30	1h22'30	1h25'30	1h29'00	1h32'00	1h36'00	1h40'00	1h45'00	1h50'00
1h17'30	1h19'00	1h20'30	1h22'30	1h24'00	1h27'00	1h30'00	1h34'00	1h37'00	1h41'00	1h45'00	1h50'00	1h55'00
2h48	2h53	2h58	3h03	3h08	3h14	3h20	3h26	3h34	3h42	3h50	4h00	4h10
9h00	9h10	9h20	9h30	9h40	9h50	10h00	10h20	10h40	11h00	11h20	11h40	12h00
190 km	185 km	180 km	175 km	170 km	165 km	160 km	155 km	150 km	140 km	130 km	120 km	110 km
19'20	19'40	20'00	20'20	20'40	21'00	21'30	22'00	22'45	23'30	24'00	25'00	26'00
42'00	43'00	44'00	45'00	46'00	47'00	48'00	49'00	50'00	52'00	54'00	56'00	1h00'00
1h04'30	1h06'00	1h07'30	1h09'00	1h10'30	1h12'00	1h14'00	1h15'30	1h17'00	1h18'30	1h20'00	1h23'00	1h26'00
1h28'00	1h30'30	1h32'30	1h34'00	1h35'30	1h37'30	1h40'00	1h42'30	1h45'00	1h50'00	1h55'00	2h00'00	2h05'00
1h32'30	1h34'30	1h36'30	1h38'30	1h40'30	1h42'30	1h45'00	1h47'30	1h50'00	1h55'00	2h00'00	2h05'00	2h10'00
3h38'00	3h44'00	3h50'00	3h56'00	4h02'00	4h08'00	4h14'00	4h20'00	4h26'00	4h32'00	4h40'00	4h50'00	5h00'00
10h45	11h00	11h15	11h30	11h45	12h00	12h15	12h40	13h05	13h30	13h55	14h20	15h00
165 km	160 km	155 km	150 km	145 km	140 km	135 km	130 km	125 km	120 km	110 km	100 km	90 km



Sa. 20 Janv. - SAINT PRIEST SOUS AIXE (87)

" la Nocturne de la Forêt des Loges " 10 - 16 km (18h30)

Mr Patrick TETE (06 86 62 31 22) tete.beaufils@wanadoo.fr

Site internet : verneuiloxygene-vo2.fr

Di. 21 Janv. - ROSIERS D'EGLETONS (19)

« Trail Birounadi Des Roumilles » 16 km (9h) - 6 km (11h)

Mr Alain NOILHAC (06 21 06 11 80) rosierscoursenature@gmail.com

Di. 28 Janv. - SAUVIAT SUR VIGE (87)

" le Trail de la Pierre du Loup " 15 km (9h30)

Mr F. CARMANTRAND (06 70 30 58 26) francois.carmantrand@orange.fr

Site internet : aslbv-87.cap@gmail.com

Di. 04 Fév. - MONCEAUX / DORDOGNE (19)

" Hivern X' Trail " 26 km (9h) - 14 km (9h30)

Mr. Fabrice FIALIP (06 41 42 95 35) sevad.en.correze@gmail.com

Di. 11 Fév. - AUBUSSON (23)

" le Trail de la St Valentin " 24 km (9h30) - 10 km (10h)

Natu'Raid 23 : 06 52 75 68 60 - 06 71 09 99 74 jybsb@free.fr

Site Internet : Facebook : traildelastvalentin

Di. 25 Fév. - CHARTRIER FERRIERE (19)

" le Trail de la Truffe " 22 km (9h) - 13 km (9h25)

Mr Eymard (06 81 31 64 68) familleyard@wanadoo.fr

Di. 25 Fév. - SAINT AUVENT (87)

" la Course Nature Via Agrippa " 20 km (9h) - 11 km (10h)

Mr Alain DURIS (06 82 46 20 52) huriac@wanadoo.fr

Site internet : www.ca-via-agrippa.ovh

Sa. 02 Mars - SAVENNES (23)

" Savennes Night Fever " 10 km (20h)

Mr Bruno DALBY (06 71 24 31 08) bruno.dalby@orange.fr

CHARTRIER - FERRIERE

TRAIL de la TRUFFE

06 48 63 71 10

familleynard@wanadoo.fr

Inscriptions et Renseignements sur
www.jorganize.fr

Dim. 25 février

22 km (9h)

13 km (9h25)

Au profit de la lutte et la recherche contre la sclérose en plaque

Di. 03 Mars - BEYNAT (19)

" le Trail des Chataigniers " 24 - 34 km (9h) - 13 km (10h)

Mr Florian VERGNE (06 33 68 80 32) florian.vergne82@gmail.com

Site internet : www.trail-des-chataigniers.com

Di. 03 Mars - AMBAZAC (87)

" le Trail du Dolmen " 25 km (9h) - 11 km (9h30)

Mr. François PUIGRENIER (07 52 60 94 17) lga87240@gmail.com

Site internet : lesgodassesambazacoises.wordpress.com

Di. 10 Mars - MOUSTIER (19)

" 1er Trail des troubadours " 12 - 25 km (9h)

Mme BELLAYER Sabine (06 76 44 57 42) sab.bleu@hotmail.fr

Di. 10 Mars - CIEUX (87)

" Monts de Blond Nature " 30 km (8h30) - 20 km (8h45) - 10km (9h15)

Mr L.CHARPENTIER (06 29 77 34 89) laurentcharpentier9@gmail.com

Site internet : mdbn.fr

Course Nature Nocturne



**Savennes
Nigth
Fever**

10 km

(20h)

Sam. 02 Mars

06 71 24 31 08

Dim.10 Mars



"la Ponticaude"

LIMOGES

en bord de Vienne

12 km (10h)

ou en relais 2 x 6 km



Di. 10 Mars - LIMOGES en bord de Vienne (87)

" la Ponticaude " 12 km (10h) en solo ou en relais 2 x 6 km

Mr. Nicolas LATOUR (06 61 58 19 24) coujou87@yahoo.fr

Site internet : spiridon-limousin.fr

Sa. 16 Mars - LIMOGES ESTRER (87)

" le relais Ensil Enscl" 10 km en solo ou en relais par EQ de 3 (17h)

Mr. Baptiste HERZOG (06 04 18 25 94) contact.relais.ensil.ensci@gmail.com

Site Internet : contactrelaisensil.wixsite.com/relais-ensil-ensci

Di. 17 Mars - TULLE (19)

" le 1/2 Marathon de Tulle" 21,1 km FFA (10h) - 5 km FFA (10h05)

Mme Fabienne LATOUR (06 84 46 24 24) tac19@wanadoo.fr

Site internet : www.tulleac.fr

Di. 17 Mars - RILHAC RANCON (87)

" les Gazelles Rilhacoises" 8 km (9h30) 100 % Féminine

Mme Marité EVEN (06 21 82 39 47) evenmite@gmail.com

" les Vieux kon de l'Age" 8 km (10h) 60 ans et +

Mr Alain EVEN (06 16 89 28 09) evenmite@gmail.com

Site internet : spiridon-limousin.fr

Di. 24 Mars - SAINTE FORTUNADE (19)

"le Farcitrail" 15 km (10h)

Mr Xavier DURAND (06 33 80 66 84) qdvaches@wanadoo.fr

Di. 24 Mars- GUERET (23)

" 10 km des Monts de Guéret " 5 - 10 km (11h)

Mr. Stéphane FABRE (06 84 91 00 07) info@samtri23.fr

Site internet : www.sportathetiquesmarchois.fr

Di. 24 Mars - BUSSIÈRE POITEVINE (87)

" les Foulées de Bussière Poitevine " 10 - 20 km (9h30) - 14km nature (9h45)

Mr. J-Paul CAUZZI (06 82 20 81 51) jean-paul.cauzzi@wanadoo.fr

Site internet : perso.wanadoo.fr/bussiere

RELAIS DE L'

ensil ensci



Sam. 16 Mars
Ester Technopole Limoges
10 km



ensil-ensci
ÉCOLE D'INGÉNIEURS DE LIMOGES


Université de Limoges

contactrelaisensil.wixsite.com
Suivez-nous sur



départ 17h00
en solo
ou par Equipe de 3 coureurs

Di. 31 Mars - VERNEUIL / VIENNE (87)

"les Foulées de Verneuil " 8 et 16 km (9h) - 5 km (9h15)

Mr. Jean Michel LEGOUTEIL (06 81 64 57 86) legoujm@hotmail.fr

Facebook : Verneuil Macadam

Ve. 05 Avril - OBJAT (19)

"les 5 km d'Objat" 2500m (18h30) – 5km (19h30)

AS OBJAT (06 68 17 08 49) asobjat@gmail.com

Sa. 06 Avril - NAVES (19)

"L'agglomérée verticale" 1000 m (18h)

Di. 07 Avril - TULLE (19)

"L'agglomérée nature" départ: Sédières 20 km (9h) Gimel 10 km (9h30)
 arrivée des 2 courses à Tulle

Tulle Athletic Club (06 84 46 24 24) tac19@wanadoo.fr

Site Internet : www.tulleac.fr

DIM. 24 MARS



Les Foulées 32^e
de BUSSIÈRE POITEVINE
Les gens avant l'argent

COURSE : 10 - 20 km (9h30)
COURSE NATURE : 14 km (9h45) NOUVEAUTÉ
tirage au sort d'un MARATHON EUROPÉEN
+ Rando 10 Km (9h30) et Courses enfants (15h30)

12h30
Vin d'honneur
repas

11^{ème} édition

LIG'OBAZINE

DIMANCHE 14 AVRIL

AU PLAN D'EAU DU COIROUX

COURSES
7 & 14 km
à partir de 8h

Premier départ à 9h15

Pour plus d'informations : cd19@ligue-cancer.net - 05 55 20 94 52




La totalité des bénéfices sera reversée à la Ligue contre le cancer Comité de la Corrèze.

St-Dizier
Leyrenne

Dim. 14 Avril

La TRAVERSÉE du Grand RIEUX

10 km (10h)



Saint-Dizier-Morbihan



FOULÉES ORANGE

Challenge des courses nature

Dim. 21 Avril
(Départ 10h)

8 km ou 14 km
à St Christophe (23)
Circuit en forêt de Chabrières

Ascet 23
couleur passion

Prix spécial en l'honneur de notre ami Roland

1€ par coureur sera reversé à la ligue contre le cancer









Delphine Fauvet 06 31 66 77 41
ascet.associations.oh.ddt-23@l-carre.net



Di. 07 Avril - LIMOGES (87)

"les Foulées du Populaire" 5 km FFA et 2 x 5 km (9h) - 10 km FFA (10h)
Mr. Yoann CABIROL (06 66 42 97 58) yoann.cabirol@limogesathle87.fr
Site internet : cfrunningtour.fr

Di. 14 Avril - AUBAZINE (Lac du Coiroux) (19)

"Lig'Obazine" 7 km (9h30)- 14 km (10h)
Ligue contre le cancer (05 55 20 94 52) cd19@ligue-cancer.net

Di. 14 Avril - St-DIZIER LEYRENNE (23)

"la Traversée du Grand Rieux " 10,5 km (10h)
Mr. Dominique SCAFONE (06 07 86 56 51) dominique.scafone@wanadoo.fr
Site internet : le-leyrenne-ac.over-blog.com

Di. 14 Avril - ST GENCE (87)

"le Trail de la Forêt de Lenfant " 11 - 20 km (9h30)
Mr. Joël LAURIERE (06 24 13 13 76) joel.lauriere@sfr.fr
Site internet : saint-gence-athle.fr

Sa. 20 Avril - BUGEAT (19) " Trail des Millevaches Monédières "

48 km FFA (10h) - 25 km (13h) - 12 km (14h)
Mr. François DESPROGES (06 70 72 60 61) fdesproges@orange.fr
Site internet : www.mmrt.fr

Di. 21 Avril - St-CHRISTOPHE (23)

"les Foulées Orange " 8 - 14 km (10h)
ASCET 23 ascet.associations.oh.ddt-23@i-carre.net

Di. 21 Avril - ISLE (87)

"Trail Nature Isle " 25,5 km (9h) - 9,5 km (9h20)
Mr. Alain MAGNE (06 07 89 39 01) amcer@wanadoo.fr
Site internet : limoges.athle.org

Di. 28 Avril - St VIANCE (19)

"Les foulées de Saint Viance " 10 km(9h)
CDF de Saint Viance (06 84 49 48 88) Pognontcedric@orange.fr



Ekiden TRAIL de la TOUR

Château Chervix Dim. 28 Avril

42 km (9h) / EQUIPE
6 x 7 km ou 3 x (2 x 7 km)
de 3 ou 6 coureurs

06 79 09 55 97
<http://ascc87.e-monsite.com>

TRAIL et RANDO des COTEAUX



Trail

12 - 25 - 45 km (D+2000m)



Voutezac



Rando

10 - 15 - 20 km

cdfvoutezac@gmail.com

07 66 31 22 19

Sam. 04 Mai

www.comitedesfetesvoutezac.com

3^{ème} Edition Caval'Run Couzeixois

Sam. 11 Mai



12 km (17h)
6 km (17h30)

- + Courses enfants (15h)
- + Marche Nordique 12km

Concert «pop-rock»
et restauration

info@couzeix-running-club.fr
<https://couzeix-running-club.fr>

à l'hippodrome de Texionneras de Couzeix (87)



RUNNING

FOOTING • ATHLÉ • TRAIL • MARATHON • TRIATHLON

rrun.limoges@gmail.com

06 61 01 02 04

46, AV. du Général LECLERC 87000 LIMOGES

Di. 28 Avril - GLENIC (23)

" le Passage du Viaduc " 32 km (8h30) - 15 km (9h) - 10 km (9h30)

Mr. Stéphane JARDY (06 88 32 05 18) stephanejardy@orange.fr

facebook : le passage du viaduc

Di. 28 Avril - CHATEAU CHERVIX (87)

" l'Ekiden Trail de la Tour " 42 km (9h) par équipe (6 x 7 km)

Mr. Christophe LEYSSENNE (06 79 09 55 97) christophe.leyssenne@gmail.com

Site internet : ascc87.e-monsite.com

Me. 01 Mai - ST LEONARD DE NOBLAT (87)

" Miauléto trail " 22 km (9h) - 10 km - Relais 2 x 10 km (9h15)

Mr. Davy CHEVASSUS (06 85 46 48 32) noblatrunningevasion@gmail.com

Sa. 04 Mai - VOUTEZAC (19)

" le Trail des Côteaux " 25 - 45 km (9h) - 12 km (10h)

CDF de Voutezac (07 66 31 22 19) cdfvoutezac@gmail.com

Di. 05 Mai - LARCHE (19)

" Trail urbain de Larche " 16 km (9h30)

Mr. Alain DUBOIS (06 52 32 78 50) alaindubois@cegetel.net

Di. 05 Mai - AUREIL (87)

" les Boucles d'Aureil " 11 km (9h15) - 21 km (9h30)

Mr. Christian DESBORDES (07 78 78 28 00) lesbouclesdaureil@gmail.com

Site internet : www.lesbouclesdaureil.fr

Sa. 11 Mai - COUZEIX (87)

" la Caval' Run Couzeixoise " 12 km (17h) - 6 km (17h30)

Mr. Thomas DECUIGNIERE (06 82 82 87 53) info@couzeix-running-club.fr

Site internet : couzeix-running-club.fr

Di. 12 Mai - LANDOUGE (87)

" les foulées de Landouge " 6 - 12 km (9h30)

Mr. Bernard NEXON (06 19 30 71 20) bernard.nexon@sfr.fr

Site internet : spiridon-limousin.fr

23^e EDITION

LES GENDARMES et les Voleurs de Temps

SAMEDI 18 DIMANCHE 19 MAI 2024
■ AMBAZAC (87) ■
WEEK-END DE PENTECÔTE

32KM 20KM 10KM 5KM CAN-TRAIL 11 KM COURSES ENFANTS MARCHE NORDIQUE 15 KM RANDO 11 KM
CAN-CROSS 5 KM

www.gendarmes-et-voleurs.com



Spécialiste des Chaussures Running et Marche

72 Av. de la LIBERATION - MALEMORT
mlksports@orange.fr 05 55 17 24 02

St - GOUSSAUD

SAM. 18 MAI

Concert gratuit
"Back To Queen"
en soirée.

Trail
12,5 km (16h)

"renseignements au 06 41 44 59 82 ou salvatore.scafone@orange.fr"

NOCTURNE DES 3 LIMOUSINES

St Paul - Eyjeaux - Feytiat




SAM. 01 JUIN

N3L (26km) - N3L DUO (2x13km) - N2L (13km) - NDE (8km)
RANDO - COURSES ENFANTS - FÊTE FORAINE - FEU D'ARTIFICE

Sa. 18 Mai et Di. 19 Mai - AMBAZAC (87)

" les Gendarmes et les Voleurs de Temps "

Samedi : 20 km (13h30) - 5 km (17h45) **Dimanche :** 32 km FFA (8h30) - 10 km (9h)

Mr. Jean-Luc MONGES (05 87 21 31 86) contact@gendarmes-et-voleurs.com

Site internet : www.gendarmes-et-voleurs.com

Sa. 18 Mai - ST GOUSSAUD (23) " Trail" 12,5 km (16h)

Mr Salvatore SCAFONE (06 41 44 59 82) salvatore.scafone@orange.fr

Site Internet : le-leyrenne-ac.over-blog.com

Di. 26 Mai - LAGRAULIERE (19) " la Blanchefort Nature" 10 - 17 km (10h)

Mr. Christophe EGOUX (06 70 80 83 71) lagraulenature@gmail.com

Site internet : www.lagraulenature.fr

Di. 26 Mai - RAZES - LAC DE ST PARDOUX (87)

" le Tour du Lac" 17 km (9h30) **CHPT DEPARTEMENTAL 87 «COURSE NATURE 2024»**

Mr. Julien GIRAUD (06 16 19 66 20) jul.giraud@outlook.fr

Facebook : team mud run limoges

Ve. 31 Mai - BRIVE (19) " Courir à Brive" 10 km National FFA(20h30)

CA Brive Athlé (06 82 10 97 50) organisation@courirabrive.fr

site internet : www.courirabrive.fr

Sa. 01 Juin - FEYTIAT (87)

" la N3L" 26 km ind ou en relais 2 x 13 km (20h15) - 13 km (20h45) - 8 km (21h30)

Mr. André BODEN (06 77 61 24 43) andre.boden87@gmail.com

Site internet : nocturne.3limousines.fr

Di. 02 Juin - DUN LE PALESTEL (23)

" les Foulées du Rail " 21 km en solo ou en duo (9h30) - 10 km (10h)

Mr Vincent LACOTE (06 75 17 70 12) oli.lac23@wanadoo.fr

Sa. 08 Juin - DONZENAC (19)

"le trail des Gamadous" 25 km (20h30) "Donzenac Dark Nigt" 11 km (22h)

Mr Laurent COUSTY (06 72 81 67 57) laurent.cousty@wanadoo.fr

Site internet : www.donzenacoxygene.net



URBAN TRAIL DES PONTS

VENDREDI 14 JUIN
LIMOGES

20H : 10 KM
20H15 : 6,5 KM



Di. 09 Juin - BLOND (87)

" la Ronde des Légendes " 22 km (9h20) - 12 km (9h30) - 8 km (9h40)
Le Guidon Bellachon (06 86 93 26 32) guidon.bellachon-spdn@gmail.com
Site internet : www.guidonbellachon.org

Ve. 14 Juin - LIMOGES (87)

« l'urban trail des Ponts » 10 km (20h) - 6,5 km (20h15)
Mr. Jean Luc QUINTIN limoges.athle@gmail.com
Site internet : limogesathle87.fr

Sa. 15 Juin - TULLE (19)

" Escatrail " 15 km (21h) - 9 km (21h15)
Mme Fabienne LATOUR (06 84 46 24 24) tac19@wanadoo.fr
Site internet : www.tulleac.fr

Sa. 15 Juin - SAINT JOUVENT (87)

" la Course nature du Château " 14 km (17h45) - 7 km (18h)
Mr. Cédric CHAPOULIE (06 36 88 87 73) chaps87@live.fr
Facebook : En Avant Saint Jouvent



LA MONTÉE DU
K20

DIMANCHE
23
JUIN
2024

95%!
DE CHEMINS

LA JONCHÈRE SAINT MAURICE 87340

TRAIL ET COURSE NATURE

- Le trail des kaoliniers (23,5km)
- Le trail de la rigoleuse (13km)
- Marche nordique (13km)
- Randonnée allure libre (11km)
- Canirando allure libre (13km)
- Courses enfants



Inscriptions : <http://lesgodassesambazacoises.wordpress.com>

Challenge 2024 - CDR 87

- Courses en 2023 -

- 17/09 - la Course Nature des Vazeix
- 23/09 - Alefpa Trail - Eymoutiers
- 24/09 - les foulées Condatoises
- 07/10 - Urban Trail Arédien - St Yrieix la Perche
- 08/10 - le Trail du PNR Périgord Limousin - Bussiere Galant
- 15/10 - Courir à St-Junien
- 30/12 - la corrida des Etoiles - Rochechouart

- Courses en 2024 -

- 28/01 - le Trail de la Pierre du Loup - Sauviat/Viges
- 25/02 - la Via Agrippa - St Auvent
- 10/03 - la Ponticaude - Limoges
- 24/03 - les foulées de Bussière Poitevine
- 14/04 - le Trail de la Forêt de Lenfant - St Gence
- 21/04 - le Trail Nature Isle - Isle
- 01/05 - le Miaulétrouail - St Léonard de Noblat
- 05/05 - les Boucles d'Aureil - Aureil
- 11/05 - la Caval'Run Couzeixoise - Couzeix
- 12/05 - les foulées de Landouge
- 26/05 - le Tour du Lac de Saint-Pardoux
- 01/06 - la N3L - Feytiat
- 09/06 - la ronde des Légendes - Blond
- 15/06 - la Course Nature du Chateau - St Jouvent
- 30/06 - Auzette Nature - Panazol
- 06/07 - Cratérium Départemental Running - Chalus
- 12/07 - les Bandafoulées - Bessines
- 03/08 - la course des 2 Ponts - Nedde
- 25/08 - les 10 km (FFA) Vayres / Rochechouart

- Courses en 2024 pour le challenge 2025

- 15/09 - la Course Nature des Vazeix
- 22/09 - les foulées Condatoises
- 05/10 - Urban Trail Arédien - St Yrieix la Perche
- 13/10 - le Trail du PNR Périgord Limousin - Bussiere Galant
- 20/10 - Courir à St-Junien
- 28/12 - la Corrida des Etoiles - Rochechouart

Challenge 2024 - TRAIL 87



Rémi FORTI



Chloé BARRE

1er EQ Limoges Mud Run Club
2è Bonnac Athlé - 3è Km42 St-Just le Martel

cdathletisme87.athle.com

En participant activement à ce challenge, vous aussi, vous pouvez gagner **votre carte de réduction «CDR87»** à condition d'être classé sur au moins 11 courses avec un minimum de points suivant la catégorie et d'être adhérent à un club ou une association en lien avec le running se reporter au règlement sur le site du CDA87

Lauréats 2023

Challenge CDR 87
Classements 2023
EQ CLUBS / ASSOCIATIONS

EQ FEMME

ASSJ Athlé
KM 42 St-Just le M.
Limoges Athlé

EQ HOMME

ROC Athlé
Spiridon 87
Limoges Mud Run

EQ MIXTE

ROC Athlé
Spiridon 87
Limoges Athlé



Damien FILLEUL
Vincent BILLAT
Patrice DUMONT



Emmanuelle MAUZY
Amandine DUPONT
Christelle DARFEUILLE

Tour du Lac de St Pardoux
Championnat 87
Courses Natures (17km)

CRITERIUM
DEPARTEMENTAL
RUNNING (06/07 à Chalus)

+ les 7 CROSS
= 1 COURSE



Challenge 2024

- 10/03 - Cieux 30 km (8h30)
- 21/04 - Isle 22 km (9h)
- 01/05 - St Léonard de Noblat 22 km (9h)
- 09/06 - Blond 22 km (9h)
- 23/06 - La Jonchère St Maurice 23 km (9h15)

Challenge 2025

- 21/09 - Alefpa Trail 48 km (10h) - 24 km (10h15)
- 08/10 - Bussiere Galant 30 km (8h30)

VOTRE AVIS NOUS INTERESSE

Merci de remplir le questionnaire sur le site
cdathletisme87.athle.com
et de nous l'envoyer par email
laurent.lasvergnaz@wanadoo.fr

COUREZ A VOTRE RYTHME

km/h	1 km	3 km	5 km	10 km	15 km	20 km
8 km	7' 30"	22' 30"	37' 30"	1h 15' 00"	1h 52' 30"	2h 30' 00"
8,181 km	7' 20"	22' 00"	36' 40"	1h 13' 20"	1h 50' 00"	2h 26' 40"
8,372 km	7' 10"	21' 30"	35' 50"	1h 11' 40"	1h 47' 30"	2h 23' 20"
8,571 km	7' 00"	21' 00"	35' 00"	1h 10' 00"	1h 45' 00"	2h 20' 00"
8,780 km	6' 50"	20' 30"	34' 10"	1h 08' 20"	1h 42' 30"	2h 16' 40"
9 km	6' 40"	20' 00"	33' 20"	1h 06' 40"	1h 40' 00"	2h 13' 20"
9,230 km	6' 30"	19' 30"	32' 30"	1h 05' 00"	1h 37' 30"	2h 10' 00"
9,473 km	6' 20"	19' 00"	31' 40"	1h 03' 20"	1h 35' 00"	2h 06' 40"
9,729 km	6' 10"	18' 30"	30' 50"	1h 01' 40"	1h 32' 30"	2h 03' 20"
10 km	6' 00"	18' 00"	30' 00"	1h 00' 00"	1h 30' 00"	2h 00' 00"
10,285 km	5' 50"	17' 30"	29' 10"	58' 20"	1h 27' 30"	1h 56' 40"
10,588 km	5' 40"	17' 00"	28' 20"	56' 40"	1h 25' 00"	1h 53' 20"
10,909 km	5' 30"	16' 30"	27' 30"	55' 00"	1h 22' 30"	1h 50' 00"
11,250 km	5' 20"	16' 00"	26' 40"	53' 20"	1h 20' 00"	1h 46' 40"
11,612 km	5' 10"	15' 30"	25' 50"	51' 40"	1h 17' 30"	1h 43' 20"
12 km	5' 00"	15' 00"	25' 00"	50' 00"	1h 15' 00"	1h 40' 00"
12,413 km	4' 50"	14' 30"	24' 10"	48' 20"	1h 12' 30"	1h 36' 40"
12,857 km	4' 40"	14' 00"	23' 20"	46' 40"	1h 10' 00"	1h 33' 20"
13,333 km	4' 30"	13' 30"	22' 30"	45' 00"	1h 07' 30"	1h 30' 00"
13,584 km	4' 25"	13' 15"	22' 05"	44' 10"	1h 06' 15"	1h 28' 20"
13,846 km	4' 20"	13' 00"	21' 40"	43' 20"	1h 05' 00"	1h 26' 40"
14,117 km	4' 15"	12' 45"	21' 15"	42' 30"	1h 03' 45"	1h 25' 00"
14,400 km	4' 10"	12' 30"	20' 50"	41' 30"	1h 02' 30"	1h 23' 20"
14,693 km	4' 05"	12' 15"	20' 25"	40' 50"	1h 01' 15"	1h 21' 40"
15 km	4' 00"	12' 00"	20' 00"	40' 00"	1h 00' 00"	1h 20' 00"
15,319 km	3' 55"	11' 45"	19' 35"	39' 10"	58' 45"	1h 18' 20"
15,652 km	3' 50"	11' 30"	19' 10"	38' 20"	57' 30"	1h 16' 40"
16 km	3' 45"	11' 15"	18' 45"	37' 30"	56' 15"	1h 15' 00"
16,363 km	3' 40"	11' 00"	18' 20"	36' 40"	55' 00"	1h 13' 20"
16,744 km	3' 35"	10' 45"	17' 55"	35' 50"	53' 45"	1h 11' 40"
17,142 km	3' 30"	10' 30"	17' 30"	35' 00"	52' 30"	1h 10' 00"
17,560 km	3' 25"	10' 15"	17' 05"	34' 10"	51' 15"	1h 08' 20"
18 km	3' 20"	10' 00"	16' 40"	33' 20"	50' 00"	1h 06' 40"
18,460 km	3' 15"	9' 45"	16' 15"	32' 30"	48' 45"	1h 05' 00"
18,945 km	3' 10"	9' 30"	15' 50"	31' 40"	47' 30"	1h 03' 20"
19,200 km	3' 07"	9' 22"	15' 37"	31' 15"	46' 53"	1h 02' 30"
19,455 km	3' 05"	9' 15"	15' 25"	30' 50"	46' 15"	1h 01' 40"
19,760 km	3' 02"	9' 07"	15' 12"	30' 25"	45' 37"	1h 00' 50"
20 km	3' 00"	9' 00"	15' 00"	30' 00"	45' 00"	1h 00' 00"

RYTHMEZ VOTRE COURSE

km/h	21 km 100	25 km	30 km	35 km	40 km	42 km 195
8 km	2h 38' 15"	3h 07'	3h 45'	4h 22'	5h 00'	5h 16' 00"
8,181 km	2h 34' 44"	3h 03'	3h 40'	4h 16'	4h 53'	5h 09' 00"
8,372 km	2h 31' 13"	2h 59'	3h 35'	4h 10'	4h 46'	5h 02' 00"
8,571 km	2h 27' 42"	2h 55'	3h 30'	4h 05'	4h 40'	4h 55' 00"
8,780 km	2h 24' 41"	2h 50'	3h 25'	3h 59'	4h 33'	4h 48' 00"
9 km	2h 20' 40"	2h 46'	3h 20'	3h 53'	4h 26'	4h 41' 00"
9,230 km	2h 17' 09"	2h 42'	3h 15'	3h 47'	4h 20'	4h 34' 00"
9,473 km	2h 13' 38"	2h 38'	3h 10'	3h 41'	4h 13'	4h 27' 00"
9,729 km	2h 10' 07"	2h 34'	3h 05'	3h 35'	4h 06'	4h 20' 00"
10 km	2h 06' 36"	2h 30'	3h 00'	3h 30'	4h 00'	4h 13' 00"
10,285 km	2h 03' 05"	2h 25'	2h 55'	3h 24'	3h 53'	4h 06' 00"
10,588 km	1h 59' 34"	2h 21'	2h 50'	3h 18'	3h 46'	3h 59' 00"
10,909 km	1h 56' 03"	2h 17'	2h 45'	3h 12'	3h 40'	3h 52' 00"
11,250 km	1h 52' 32"	2h 13'	2h 40'	3h 06'	3h 33'	3h 45' 00"
11,612 km	1h 49' 01"	2h 09'	2h 35'	3h 00'	3h 26'	3h 38' 00"
12 km	1h 45' 30"	2h 05'	2h 30'	2h 55'	3h 20'	3h 31' 00"
12,413 km	1h 41' 59"	2h 00'	2h 25'	2h 49'	3h 13'	3h 23' 56"
12,857 km	1h 38' 28"	1h 56'	2h 20'	2h 43'	3h 06'	3h 16' 54"
13,333 km	1h 34' 57"	1h 52'	2h 15'	2h 37'	3h 00'	3h 09' 52"
13,584 km	1h 33' 11"	1h 50'	2h 12'	2h 34'	2h 56'	3h 06' 23"
13,846 km	1h 31' 26"	1h 48'	2h 10'	2h 31'	2h 53'	3h 02' 50"
14,117 km	1h 29' 40"	1h 46'	2h 07'	2h 28'	2h 50'	2h 59' 19"
14,400 km	1h 27' 55"	1h 44'	2h 05'	2h 25'	2h 46'	2h 55' 48"
14,693 km	1h 26' 09"	1h 42'	2h 02'	2h 22'	2h 43'	2h 52' 16"
15 km	1h 24' 24"	1h 40'	2h 00'	2h 20'	2h 40'	2h 48' 46"
15,319 km	1h 22' 38"	1h 37'	1h 57'	2h 17'	2h 36'	2h 45' 15"
15,652 km	1h 20' 53"	1h 35'	1h 55'	2h 14'	2h 33'	2h 41' 45"
16 km	1h 19' 07"	1h 33'	1h 52'	2h 11'	2h 30'	2h 38' 15"
16,363 km	1h 17' 22"	1h 31'	1h 50'	2h 08'	2h 26'	2h 34' 43"
16,744 km	1h 15' 36"	1h 29'	1h 47'	2h 05'	2h 23'	2h 31' 12"
17,142 km	1h 13' 51"	1h 27'	1h 45'	2h 02'	2h 20'	2h 27' 41"
17,560 km	1h 12' 05"	1h 25'	1h 42'	1h 59'	2h 16'	2h 24' 10"
18 km	1h 10' 20"	1h 23'	1h 40'	1h 56'	2h 13'	2h 20' 39"
18,460 km	1h 08' 34"	1h 21'	1h 37'	1h 53'	2h 10'	2h 17' 08"
18,945 km	1h 06' 48"	1h 19'	1h 35'	1h 50'	2h 06'	2h 13' 37"
19,200 km	1h 05' 56"	1h 18'	1h 33'	1h 49'	2h 05'	2h 11' 52"
19,455 km	1h 05' 03"	1h 17'	1h 32'	1h 48'	2h 03'	2h 10' 06"
19,760 km	1h 04' 10"	1h 16'	1h 31'	1h 46'	2h 01'	2h 08' 20"
20 km	1h 03' 17"	1h 15'	1h 30'	1h 45'	2h 00'	2h 06' 35"

**22
06**

27^{ème} Edition



CLASSIQUE FRANÇAISE

TOUR DU LAC DE VASSIVIERE

**23
06**





LES COURSES

TDLV - 23 km400

Course Nature - 9,5 km

Marche Nordique - 26 km










CRITÉRIUM DÉPARTEMENTAL RUNNING

CHALUS

3 courses

Challenge

CDR 87

Corrida Urbaine

Inscriptions gratuites
pour les licenciés FFA,

Féminine et M3+ Hommes (20h) - Masculine Ca à M2 hommes (21h) - Course Relais (22h)

Sam. 06 Juillet



3€ pour les
non-licenciés

cdathletisme87.athle.com

NEDDE

Samedi 03 Août

5 km

9,6 km

19,2 km

Village
en Fête



www.coursedes2ponts.com

Di. 16 Juin - BOUSSAC (23)

" la Foulée des Vieilles Pierres du Pays de Boussac " 13 km (9h)

Mr Thierry CHOLIN (06 48 15 90 21) fvp23600@yahoo.fr

Site internet : www.lafouleedesvieillespierres.fr

Sa. 22 et Di. 23 Juin - VASSIVIERE Auphelle (87)

Samedi : " la Marche Nordique " 26 km FFA (13h) " la Course Nature " 9 km (17h)

Dimanche : " le Tour du Lac de Vassivière " 23,4 km FFA (9h)

Mr Robert LADURANTY (06 10 24 24 20) Rladuranty@aol.com

Site internet : www.tourdulac-vassiviere.org

Di. 23 Juin - LA JONCHERE ST MAURICE (87)

" la Montée du KAO " 22 km FFA (9h) - 13 km (9h30)

Mr. François PUIGRENIER (07 52 60 94 17) lga87240@gmail.com

Site internet : lesgodassesambazacoises.wordpress.com

Di. 30 Juin - PANAZOL (87) "Auzette Nature" 7 - 14 km (9h)

Mr. Laurent FARGEAS (06 44 92 30 09) laurent.f87@orange.fr

Site internet : panaloisirs.athle.org

Sa. 06 Juil. - VERNEIGE (23) " la Verneigette " 7 - 14 km (18h30)

Beaufort Isabelle (07 84 88 06 85) isazb13@gmail.com

Facebook : Verneiges en fête

Sa. 06 Juil. - CHALUS (87) " le Critérium Départemental Running "

Féminines et M3+ Hom. (20h) – 100% Hom. (20h30) - Relais EQ de 4 (21h15)

CDR 87 - (05 55 03 71 90) laurent.lasvergnas@wanadoo.fr

Site internet : roc.athle.over-blog.com **INSCRIPTION GRATUITE pour les licenciés FFA**

Ve. 12 Juil. - BESSINES (87) " les Bandafoulées " 8 km (19h)

Mr Julien GIRAUD (06 16 19 66 20) jg.lmrc@gmail.com

Facebook : team mud run limoges

Sa. 13 Juil. - BORT les ORGUES (19)

"Aquaterra Trail" 80 km – 42 km – 28 km – 14 km – 8 km

Mme Corinne SABATIER (07 82 59 96 62) Cox.sabatier@orange.fr

Site Internet : www.trail-aquaterra.com

Sa. 20 Juil. - St MARC A LOUBAUD (23)

" les Foulées du Pâté aux Pommes de Terre " 8 - 12 km (18h)

Mr M. MAS DE FEIX (06 58 21 90 92) martial.masdefeix@wanadoo.fr

Site internet : cdf.stmarc@orange.fr

Di. 21 Juil. - AMBRUGEAT (19) " La foulée du lac " 10km (9h) - 5km (10h30)

Mme Manon CAMPENET (06 63 38 01 52) lafouleemeymacoise@ecomail.fr

Ve. 02 Août - CORREZE (19) " On court à l'aise en Corrèze " 8 km (19h30)

Mr Christian VILLENEUVE (06 89 48 77 10) christian.villeneuve198@gmail.com

Sa. 03 Août - NEDDE (87)

" la Course des 2 Ponts " 5 km (17h) - 9,6 km - 19,2 km (17h30)

Mr. Stéph.LENOBLE (06 87 50 25 88) coursedesdeuxponts@ymail.com

Site internet : coursedes2ponts.com

Di. 04 Août - VIGEOIS (19) " le Trail de la Fête " 16 km (9h30) - 8,5 (10h)

Mr. Benoit PEUCH (06 17 33 48 64) benoit.peuch@wanadoo.fr

Facebook : La Mouletta

FOULÉES DU LAVOIR



10^{ème}
et dernière édition

jeudi
15 Août

Domeyrot

10 km (9h30)



Sa. 10 Août - St LAURENT/GORRE (87)

« Las Nonanta Laurentaise » 90mn / Equipe de 2 (18h)

Mr. Frédéric BESSE (07 72 29 24 50) frederic-besse@sfr.fr

Site internet : www.ca-via-agrippa.ovh

Di. 11 Août - MONTAIGNAC (19)

" les Foulées du Milhassou " 5 - 10 km (10h)

Mr Gilles BERGEAL (06 33 72 08 16) gilles.bergeal@gmail.com

Je. 15 Août - DOMEYROT (23)

" les Foulées du Lavoir " 10 km (9h30)

Mr. Philippe THURET (06 44 76 81 16) lesfouleesdulavoir@gmail.com

Site internet : lesfouleesdulavoir.com

Ve. 16 Août - DAMPNIAT (19)

" les Foulées Dampniacoises " 10 km (20h)

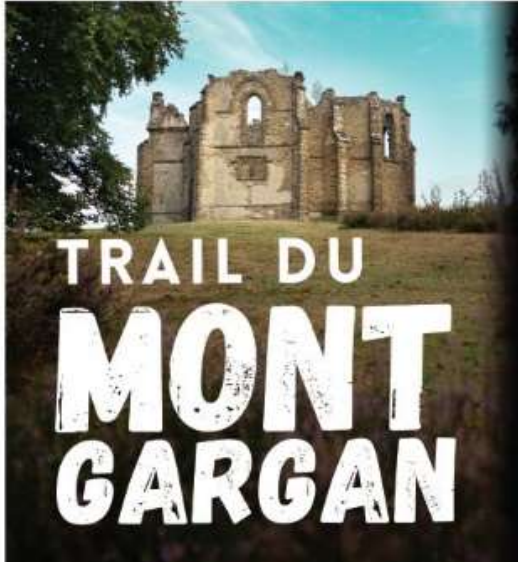
Mr J-Pierre BERNARDIE (06 19 69 62 16) jpbernardie@libertysurf.fr

Site Internet : www.dampniat.com

Sa. 17 Août - LUBERSAC (19)

" la Bousicourse " 10 km (19h)

Mr J-Jacques LOUBRIAT (06 80 75 86 96) jean-jacques.loubriat@orange.fr



TRAIL DU MONT GARGAN

SAM. 17 AOÛT 2023

9H30 | ST-GILLES-LES-FORÊTS



DÉNIVELÉ
+400M



30%
ROUTE



70%
CHEMIN

Inscription
KLIKEGO.FR

Informations
05 55 69 39 32

Sur place, **VILLAGE FESTIF** : repas viande
limousine, animations, expositions et
batteuse à l'ancienne



12KM

POSSIBLE EN RANDONNÉE





Dim. 25 Août
10 km
Qualificatif (10k)
VAYRES / ROCHECHOUART
roc.athle.over-blog.com
 100% Route
 LADOL FFA
ATHLÈ
 REGIONAL

Sa. 17 Août - St GILLES LES FORETS (87)

« le Trail du Mont Gargan » 12 km (9h30)

Mr. Frédéric CLUZEAUD (06 29 75 38 73) frederic.cluzeaud@orange.fr

Site internet : ecoledumontgargan.com

Di. 18 Août - MADRANGES (19)

" les Foulées de Madranges " 5 - 13 - 18 km (10h)

Mr Yves CROISILLE (05 55 98 21 84) pierre.croisille@outlook.fr

Di. 25 Août - ESPEYRUT DONZENAC (19)

" la ronde du four " 8 km - 15 km (9h15)

Mr Mathieu REMAUD (06 25 57 16 14) remaud.mathieu@gmail.com

Di. 25 Août - ROCHECHOUART (87)

" les 10 km Vayres - Rochechouart " 10 km FFA (10h)

Mr. L. LASVERGNAS (05 55 03 71 90) laurent.lasvergnas@wanadoo.fr

Site internet : roc.athle.over-blog.com

Sa. 31 Août. - PONTY d'USSEL (19)

" le Trail Diège et Collines " 7 - 15 km (17h)

Mr François PANNETIER (06 98 70 61 15) fpannetier1@gmail.com

Site internet : elanussel.fr



la Course Nature des 7 Clochers
 LE DORAT
Dim. 01 Sept.
 23 km (9h00)
 10 km (9h30)
 6 km (9h35)
pascapledorat.wixsite.com

CHATELUS LE MARCHEIX (23)



25 km
(9h00)
D+ 826 M



Dim.08 Sept.



10 km
(9h30)
D+ 297 M

12^{ème} EDITION
CN DV
COURSE NATURE
DES VASEIX

Course Nature
10 KM (9h30)

Marche Nordique
10 KM (9h40)
+ Rando 8 km

DIM.15 SEPT.

www.verneuiloxygene-vo2.fr

3^{ème} Edition

EYMOUTIERS

SAMEDI
21
SEPTEMBRE
2024

UN DÉFI D'OÙ VOUS
REVIENDREZ (CHANGÉ !)

Challenge
TRAIL 87

+ 2 courses enfants
(en matinée 10h45)

ALEFPA TRAIL

+Rando 4 - 8 - 18 km

6 - 12 - 24 - 48 km
16h10 - 15h00 - 10h15 - 10h00



CONDAT/VIENNE (87)

**les Foulées
Condatoises**

5 et 10 km

départ 10h

+ Galopades des enfants

**Dim.
22
Sept.**

www.alcondat.fr
05 55 06 13 29



Di. 01 Sept. - LE DORAT (87)

" la Course Nature des 7 clochers " 23 km (9h) - 10 km (9h30) - 6 km (9h35)

Mr Didier JUSIAK (06 07 95 53 13) pascapledorat@gmail.com

Site internet : pascapledorat.wixsite.com

Di. 08 Sept. - ALLASSAC LE SAILLANT (19)

" Trail des vendanges " 14 km (8h30) - 23 km (8h30) - 33 km (9h30)

Mr Rémy LAURENT (06 04 67 62 56) rls.bikeandrun@gmail.com

Di. 08 Sept. - CHATELUS LE MARCHEIX (23)

" le Trail des Gorges du Thaurion " 25 km (9h) - 10 km (9h30)

Mr. Sébastien RUAUD (06 71 75 45 65) seb.ruaud87@yahoo.fr

Di. 08 Sept. - BOISSEUIL (87)

" les Foulées des Escargots " 6 - 12 - 18 km (10h)

Mr. Joël VILLAUTREIX (06 75 53 97 04) boisseuil.cac87@gmail.com

Site internet : foulees-des-escargots-87.fr

Sa. 14 Sept. - TULLE (19)

" les Foulées Tullistes Patrick Perrier " 5 km FFA (18h30) - 10 km FFA (19h30)

Mme Fabienne LATOUR (06 84 46 24 24) tac19@wanadoo.fr

Site internet : www.tulleac.fr

Di. 15 Sept. - VERNEUIL / VIENNE (87)

" la Course Nature des Vaseix " 10 km (9h30)

Mr Patrick TETE (06 86 62 31 22) tete.beaufils@wanadoo.fr

Site internet : verneuiloxygene-vo2.fr

Sa. 21 Sept. - EYMOUTIERS (87)

" Alefpa Trail " 48 km (10h) - 24 km (10h15) - 12 km (15h) - 6 km (16h10)

Mr Frédéric BEAUFFENY (07 88 09 69 72) trail.eymoutiers@alefpa.asso.fr

Site internet : alefpatrail.com

Di. 22 Sept. - BRIVE (19)

" les Foulées du CAB " lac de Lissac 7 km - 14 km (10h)

CA Brive Athlé, Erick (06 82 10 97 50) athlecabrive@gmail.com

Site Internet : www.cabrive-athle.webnode.fr

St SULPICE LE GUERETOIS

Dim. 29 Sept.

Sam. 21 Déc.

Trail du petit Brionnais

2
RENDEZ-VOUS

la Corrida de Noël

16 km - 9 km

(9h30) (9h45)

+ Rando 9 km (9h50)

+ Courses Enfants (10h)



Les bénéfices seront reversés à l'association
T.M.A.I.C.E.
qui aide les enfants handicapés

6 - 10 km (15h)

parcours mesurés

+ Courses Enfants (14h30)

les bénéfices seront reversés à
l'Ecole de Saint Sulpice



www.facebook.com/petit.brionnais

Di. 22 Sept. - CONDAT / VIENNE (87)

" les Foulées Condatoises " 5 - 10 km (10h)

Amicale Laïque de Condat (05 55 06 13 29) alcondat87@orange.fr

Site internet : www.palcondat.blogspot.com

Sa. 28 Sept. - ARGENTAT (19)

" X Trail Corrèze Dordogne " 103 km (2h) - 53 km (9h)

9 km (14h) - 26 km (14h30) - 14 km (15h)

Mme Jennifer Abbes (07 82 29 07 78) sevad.en.correze@gmail.com

Site Internet : www.xtrail-correze-dordogne.com

Di. 29 Sept. - SAINT YBARD (19)

" Les foulées Saint Ybartaises " 9 - 15 km (9h30)

Mr Julien HOEHL (06 24 64 09 20) organisationlfsy@gmail.com

Site Internet : www.lfsy.run

Di. 29 Sept. - ST-SULPICE LE GUERETOIS (23)

" le Trail du P'tit Brionnais " 16 km (9h30) - 9 km (9h45)

Mr. Dominique VAREILLAUD (06 03 15 24 78) d.vareillaud@orange.fr

Facebook.com/petit.brionnais

Samedi
05
Octobre

URBAN TRAIL ARÉDIEN

St-Yrieix la Perche
Villa Sport

11 - 5,5 km ou en relais 2 x 5,5km (18h)
pom-sy.over-blog.com

22^e ÉDITION COURSES ET MARCHES

TRAIL DE LA PAIX

DIMANCHE 13 OCTOBRE

LISSAC / COUZE - BASE NAUTIQUE

9h TRAIL 24,5 km **9h15 COURSE NATURE 13 km**

INSCRIPTION SUR JORGANIZE.FR

traildelapaix19.over-blog.com       traildelapaix19.over-blog.com

Di. 29 Sept. - BESSINES (87)

" les Sentiers de la Diligence " 20 km (9h30) - 5 et 10 km (10h)
 Mme. Magali CELIER (07 86 93 85 27) magali.celier@yahoo.fr
 Site internet : clubquomodo/bsga.com

Sa. 05 Oct. - SAINT YRIEIX LA PERCHE (87)

" Urbain Trail Arédien " 5 - 10 km (18h) + relais 2 x 5 km
 Mr. Aurélien DEBERNARD (06 40 14 68 11) zup1984@gmail.com
 Site internet : pom-sy.over-blog.com

Di. 06 Oct. - JARNAGES (23)

" le Trail des Petits Lutins " 11 km (10h)
 Mr B. CHATONNET (06 33 86 76 45) bernardchatonnet@orange.fr
 Facebook : les p'tits lutins

Sa. 12 Oct. - LA SOUTERRAINE (23)

" la Cazinigth " 5 km (19h30) - 11 km (19h45) - 17 km (20h)
 Mr Alain SEPTEMBRE (07 87 05 99 24) endurance23@outlook.fr
 Site internet : club.quomodo.com/endurance-23/

Di. 13 Oct. - LISSAC (19)

" Trail de la Paix " 24,5 km (9h) - 13 km (9h15)
 Mme Licinia DA SANTA (06 03 31 97 13) licinia.dasanta@laposte.net
 Site internet : traildelapaix19.over-blog.com

Di. 13 Oct. - BUSSIÈRE GALANT (87)

" le Trail du PNR Périgord Limousin " 30 km (8h30) - 12 km (9h)
 Relais 3 x 5 km sur site
 Mr. Emmanuel DEXET (05 55 78 80 26) trailpnr@gmail.com
 Site internet : espace-hermine.com

Di. 20 Oct. - BRIVE (19)

" La BRIV'EKIDEN " 42.195 kms en relais (9h)
 Mme Florence DIEMONT (06 24 27 76 92) florence.diemont@orange.fr
 Site Internet : https://www.pbac19.net/



5ème
BUSSIÈRE-GALANT
TRAIL DU PNR
PERIGORD-LIMOUSIN

30 Km - 12 km - 3x5km relais

Randonnée Octobre Rose 12km
 Challenges CDR87 - Trail 87
 Animations - Buvette et restauration sur place

DIMANCHE 13 OCTOBRE 2024

INFOS www.espace-hermeline.com 0555788612 - 0647985051
trailpnr@gmail.com

LA LIGUE
 COMITÉ DE L'AGGLO
 HAUTE HERMINE



LA BRIV'EKIDEN

Départ de La GUIERLE à
 Brive-La-Gaillarde

Marathon en relais par équipes de 6 personnes

DIMANCHE 20 OCTOBRE 2024

AGGLO de Brive
 CORREZE LE DÉPARTEMENT
 BRIVE
 MLK Sports



Dim. 20 Oct.

COURIR
à SAINT JUNIEN

5 km
 (9h30)
10 km
 (10h30)

Courses Enfants et Marche solidaire avec  **FRANCE PARKINSON**



St-Just-le-Martel

Dim. 03 Nov.

Trail :
13 km
22 km

Marche Nordique
13 km

<http://km42enlimousin.fr/>

Di. 20 Oct. - SAINT JUNIEN (87)

" Courir à St-Junien " 5 km (9h30) - 10 km (10h30)

Mme Nadine BERTHIER (06 50 06 75 75) assj.athle@orange.fr

Site internet : assj.athletisme.sportsregions.fr

Di. 20 Oct. - PIERRE BUFFIERE (87)

" le Trail de la Voie Romaine " 42 km (7h) - 15 - 25 km (9h)

Mr. Olivier LACOUR (06 28 06 78 53) olivier.lacour87@gmail.com

Site internet : traildelavoieromainepierrebuffiere.e-monsite.com

Di. 27 Oct. - BONNAC LA COTE (87)

" le Trail de Bonnac " 18 km (9h30) - 9 km (10h)

Mr. Frédéric LAURENT (06 78 36 35 10) bonnacathle@gmail.com

Ve. 01 Nov. - BUSSIÈRE DUNOISE (23)

" les Foulées Bussiéroises " 8 km (9h45) - 14 km (9h30)

Mme Isabelle MENANT (06 64 46 90 94) isabelle.menant23@gmail.com

Site internet : les-foulees-bussieroises23.over-blog.com

Di. 03 Nov. - St JUST LE MARTEL (87)

" Just Trail " 22 km (9h) - 13 km (9h30) + 13 km en MN (9h35)

Mme Karine BECQ (06 78 78 63 75) karinebecq@yahoo.fr

Site internet : km42enlimousin.fr

Di. 10 Nov. - AIXE SUR VIENNE (87)

" les Foulées Aixoises " 6 - 12 km (10h)

Mr. Georges DARTHOUT (06 73 82 16 69) aixerunningclub@gmx.fr

Site internet : www.aixerunningclub87.com

Lu. 11 Nov. - BEYNAT (19)

" le Défi des poilus " 2h boucle de 5kms et 500m de dénivelé (8h30)

Mr Florian VERGNE (06 33 68 80 32) florian.vergne82@gmail.com

Site Internet : www.trail-des-chataigniers.com

Lu. 11 Nov. - GOUZON (23)

" la 10 Gouzon " 10 km FFA (15h30)

Mr Fabrice NICOLAUD (06 89 16 96 93) gouzoncourt@gmail.com

Di. 17 Nov. - BRIGNAC (19)

" les 10 Km de Brignac " 6 - 10 km (10h15)

Mr David LABIDOIRE (07 84 66 91 33) davidisa19@orange.fr

Di. 17 Nov. - CHALUCET LIGOURE (87)

" le Trail non Urbain de Chalucet " 20 km (9h30) - 12 km (10h)

Mr. G. CHASTENET (06 11 48 44 70) trailleursbrianceligoure@gmail.com

Site internet : traildechalucet.fr

Sa 23 et Di. 24 Nov. - COGNAC LA FORET - AMBAZAC (87)

«WK Animation UNI'VERT TRAIL »

Ambazac: (07 52 60 94 17) lga87@gmail.com

Cognac la Forêt: (06 82 46 20 52) huriac@orange.fr

Di. 01 Déc. - St PANTALEON de LARCHE (19)

" le 10 de St-Pan " 10 km FFA (10h) - 5 km FFA (10h45)

Mr. J-F FEUILLADE (06 09 57 26 92) athlétismestpantaleon@gmail.com

Site Internet : athlétismesaintpantaleon.com

Ve. 06 Déc. - St JUST LE MARTEL (87) 36 37 Téléthon

" Courir pour le Téléthon " 7,5 km (20h15)

Mr. Bernard GLANDUS (06 80 82 82 32) glandusn@neuf.fr

Site internet : km42enlimousin.fr

Sa. 07 et Di. 08 Déc. - GUERET (23)

Sam. " le Trail du Loup Blanc " 51 km (8h) - 23 km (10h)

Dim. " le Trail du Loup Blanc " 30 km (8h30) - 15 km (11h)

Mr. Julien BABEIX (06 84 91 00 07) info@samtri23.fr

Site Internet : trailduloupblanc.fr

Sa. 14 Déc. - MALEMORT (19)

" la 3ème Corrida de Noël de MALEMORT " 5 km (19h30) - 10 km (20h30)

Mr Nicolas BALDET (06 13 43 24 38) nbaldet@gmail.com

Di. 15 Déc. - NIEUL (87)

" l'Em-bûche de Noël " 10 - 22 km (9h)

Mr Stéphane CLAUDAUD (06 87 59 50 44) stephanedelphine.clavaud@orange.fr

Site internet : www.ccnieul.fr

Sa. 21 Déc. - LAGRAULIERE (19)

" la Corrida de Noël " 7,8 km (19h)

Mr. Christophe EGOUX (06 70 80 83 71) lagraulenature@gmail.com

Site Internet: www.lagraulenature.fr

Sa. 21 Déc. - ST SULPICE LE GUERETOIS (23)

" la Corrida de Noël " 6 - 10 km (15h)

Mr. Dominique VAREILLAUD (06 03 15 24 78) d.vareillaud@orange.fr

Ve. 27 Déc. - BOUSSAC (23)

" la Corrida du Vieux Boussac " 6 km (19h15)

Mr Romain GOURGON (06 71 72 05 07) romain.gourgon@orange.fr

Sa. 28 Déc. - ROCHECHOUART (87)

" la Corrida des Etoiles " 6 km (20h)

Mr. L. LASVERGNAS (05 55 03 71 90) laurent.lasvergnas@wanadoo.fr

Site internet : roc.athle.over-blog.com



Bases
**UNI'VERT
TRAIL**



les monts d'Ambazac (87)



(Label FFA)

WEEK END

du 23 et 24 novembre 2024

AMBAZAC

COGNAC LA FORET



le pays de St Auvent
«la Via Agrippa» (87)

Week-end Découverte Animations Sportives



Bugeat, Treignac, les Monédières...



la Jonchère St Maurice



Autres Bases labellisées FFA en Nouvelle Aquitaine



Millevaches les Monédières (19)



Chatelus le Marcheix (23)



le Chambon (16)



www.running87.com

**le spécialiste de
la course à pied**

Forum du Limousin
Rue Clément Ader
87220 FEYTIAT

05 55 79 39 95
running87@orange.fr



ROCHECHOUART
au pays de la météorite

Sam. 28 Déc.

6 km départ 20h

3,2 km pour les minimes

roc.athle.over-blog.com

Tous au cross

* EPREUVES GRATUITES OUVERTES AUX NON-LICENCIES (CERTIFICAT MEDICAL OBLIGATOIRE)

Sa. 02 / 11 / 2024	CROSS de la SOURCE de la CHARENTE à CHERONNAC*
Di. 17 / 11 / 2024	CROSS de la ville de LIMOGES* à UZURAT
Di. 08 / 12 / 2024	CROSS du LEC à LIMOGES* La Borie
Di. 12 / 01 / 2025	CHAMPIONNATS DEPARTEMENTAUX 2025
Sa. 18 / 01 / 2025	CROSS de St-GENCE* (date non garantie)
Sa. 15 / 02 / 2025	CROSS d'ISLE* (date non garantie)
Sa. 01 / 03 / 2025	CROSS de PANAZOL*



7 CROSS = 1 COURSE

A partir de la catégorie (U18)

6 points / cross pour les licenciés FFA et 3 points / cross pour les autres...plus 2 points pour les premiers de chaque catégorie



CHERONNAC
en Hte-Vienne

roc.athle.over-blog.com
INSCRIPTIONS GRATUITES

Sam. 02 Nov.



le CROSS
de la SOURCE de la CHARENTE

Le Bon SON avec VOUS
au service de votre manifestation ...

Raymond NARDOU
Sonorisation / Animation

LIMOGES

06 81 88 35 34

N° SIRET : 830 831 806 000 13

CHAMPIONNATS de FRANCE **- 2024 -**

09 - 10 Mars Cross-Country Garric près de Carmaux (81)

24 Mars Marathon Golfe de St Tropez (PCA)

07 Avril Trail Buis les Baronnies (ARA)

14 Avril 10 km Roanne (ARA)

28 Avril Course en Montagne Briançon (PCA)

24 Heures

Km verticale

Semi Marathon

Relais Ekiden

100 km



ATHLÉ
FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME
www.athlé.com

VOTRE AVIS NOUS INTERESSE
cdathletisme87.athle.com

Marche Nordique en Hte Vienne

*Epreuves
chronométrées*



Di. 03 Mars Ambazac 10 km (10h15)

Di. 31 Mars Verneuil /Vienne 8 km (9h15)

Sa. 19 Mai Ambazac GVT 15 km (14h)

Sa. 25 Mai St-Just le Martel 24 heures (11h)

Sa. 22 Juin Vassivière 26 km FFA (13h)

Di. 23 Juin La Jonchère St Maurice 13 km (9h30)

Di. 15 Sept. Les Vaseix 10 km (9h40)

Di. 03 Nov. St Just le Martel 13 km (9h35)

Di. 15 Déc. Nieul 11 km (9h25)

ROUTE TRAIL CORRIDA URBAIN NATURE CROSS Etc

ATHLÈ

FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME



Imprimerie Rivet Presse Éditions