

ANNEE 2022

Lieu	Date	Distance (km)	Temps	Classt scratch	Classt Master 4	Remarques
Quaix en Chartreuse	15/05/22	25	3h31'20"	53°/169	3°	Trail des Balcons Sud de Chartreuse 1740 m D+
Cruet (73)	28/05/22	23.7	2h49'16"	30°/173	2°	Trail du petit Savoyard 1350 m D+
Samoëns (74)	19/06/22	30	3h53'07"	45°/681	1°	Trail Tour du Giffre 1900 m D+
Montgenèvre (05)	17/07/22	28	3h39'33"	9°/65	2°	Trail Sky Race des Anges 1700 m D+
Les 2 Alpes	20/08/22	30.5	5h04'31"	45°/186	1°	Trail des lacs des Ecrins 2450 m D+
Ruy	04/09/22	12	51'41"	9°/113	1°	La Berruyenne
Roche	25/09/22	18,7	1h21'36"	6°/181	1°	La Rochoise
Tullins	16/10/22	21,1	1h24'12"	15°/92	1°	Semi-Marathon de la Noix
Vinay	20/11/22	13,4	1h02'18"	15°/226	1°	Saga de la Noix

TOTAL : 9 courses en 2022 dont 5 trails, 1 semi-marathon (route) et 3 courses nature

Nombre de km parcourus sur l'année : 1241 km

9 podiums Master 4 sur 9 courses

Saison marquée par reprise progressive en début d'année suite à une tendinite au tendon d'Achille gauche + douleurs genou droit fin 2021/début 2022 et une fin d'année 2022 avec douleurs muscle pyramidal/haut ischio gauche et douleurs genou droit...

CLASSEMENT ITRA à fin 2022					
Classement Mondial	Classement Européen	Classement Français	Classement Mondial catégorie M55-59	Classement Européen catégorie M55-59	Classement Français catégorie M55-59
35908° sur 2330369	25890° sur 1356476	8940° sur 542031	331° sur 115498	246° sur 70537	74° sur 30605
98,5 %	98,1 %	98,3 %	99,7 %	99.7 %	99.8 %

271 courses en cumulé depuis mes débuts en 1997