

L'AZIMUT

HORS SÉRIE TRAIL DU VULCAIN



SOMMAIRE



p.5 et 6

ILS NOUS RACONTENT

p.7 à 9

LES RÉSULTATS

p.11 à 13

DES PHOTOS DE COURSE

p.14 à 16

PAS DE BRUIT

WEEK END CLUB

JAMAIS 2 SANS 3

C'était notre troisième week-end club et ce fut une fois de plus un pur régal. Cette année nous avons opté pour Volvic et le Trail de Vulcain. Au choix 22, 48 ou 77 km, à chacun sa distance.

Nous avons tout prévu, les inscriptions, le voyage en car, l'hébergement, le repas commun le dimanche soir et même l'apéro du samedi soir, on avait juste oublié de contacter météo France pour le jour de la course. C'est à noter dans les axes d'améliorations pour l'année prochaine.

Un départ le samedi à 8h, quelques heures de car, une halte pour récupérer nos dossards et puis l'installation dans nos cottages avant un apéro commun puis une nuit plus ou moins sereine.

A ce moment là il faisait encore beau !

Pour certaines et certains c'était leur première expérience de trail, elles et ils n'ont pas été déçus. De la pluie, du vent, de la neige du verglas un vrai trail hivernal !

Pas simple sur le coup mais quel plaisir et quel bonheur de voir les sourires sur les visages des uns et des autres lors du repas commun du dimanche soir. C'est lors de ces moments que l'on se dit que l'objectif, passer un bon week-end ensemble, est réussi.

C'est lundi matin il faut remonter dans le car pour rentrer en région parisienne avec pleins d'images dans la tête et l'envie irrésistible de renouveler ce type de week-end.

Impossible de terminer cette rétrospective sans avoir une pensée pour nos blessés, là seule ombre au tableau et remercier l'ensemble des personnes qui ont participé à l'organisation de ce séjour.

La phrase du week-end : "La douleur ce n'est pas qu'une information"





UN CHIFFRE INCROYABLE

42 participants dont 3 accompagnants.



BRUNO NOUS RACONTE SON VULCAIN

J'avais beau m'être préparé au dénivelé avec du travail en côte, aux conditions hivernales au cours du trail de Pierrefonds, sous la neige fin janvier, à la boue collante et glissante durant le maxicross de Bouffémont en février; mais vous avez beau mettre tous ces ingrédients dans un checker ce n'est rien à côté de ce qui nous attendait au Vulcain.

Le cocktail fut volcanique et bien m'en a pris de ne faire que 22 km ou plutôt que 820 m de dénivelé. Le genre d'expérience que l'on regrette quand on est au pied du mur et puis une fois Finisher on se dit "ca c'est fait c'est validé au suivant".



LIONEL NOUS RACONTE SON VULCAIN



On arrive à la date tant attendue et la découverte d'un trail avec du dénivelé, une première pour moi. Je suis resté raisonnable et go go pour le 48.

Jeudi 29 préparation des affaires une petite pensée pour David (ne rien oublier) Je fais plutôt une Christophe S (2 paires de chaussure , 2 shorts un pantalon 3 hauts 3 paires de chaussettes et surtout les bâtons)

Vendredi 1er Départ 5h45 pour rejoindre Rosny et arrivé à midi et oui les joies de la région parisienne. J'en profite pour aller saluer mes anciens collègues de travail .

Je rejoins Pascal qui m'héberge pour la nuit (merci à la famille Marségli et à Mélissa pour ce repas) . Un petit apéro avec quelques AZIMUTÉ.e.s .

Samedi 2 Départ pour le Bus et le plaisir de retrouver Les AZI . On partage un apéro collectif et chacun rejoint son cottage pour le repas du soir . Et la première question

Quelle tenue demain il annonce de la neige bâtons pas bâtons. Je décide d'une tenue et de ne pas prendre de bâton .

Dimanche 3 je me lève à 5 h enfin levé est un bien grand mot .

Je salue Olivier S qui est prêt lui pour le 77 et il m'annonce la neige

L'heure du départ approche et le choix de la tenue. Ça sera short , maillot , sans manche et la veste de pluie et l'ultime décision les bâtons (choix que je ne regrette pas)

Le départ est donné je rentre dans ma bulle et déjà la première cote et surtout Cécile pour les encouragements. La neige est là en haut de la cote je sors les bâtons que je ne lâche pas jusqu'à l'arrivée . Je gère mes efforts , quelques descentes sur les fesses pour ne pas tomber.

Pour la première fois sur une longue distance je ne me suis pas dit : "Mais que fais tu la ?" Au contraire c'est le kif total . Il reste 12 kms et je sais que vais être largement en avance sur le temps que je m'étais fixé . Les descentes techniques sont pas pour moi mais des que c'est roulant je retrouve un bon tempo L'arrivée est proche objectif doubler les 5 personnes qui m'ont dépassés dans la dernière descente .

Je gère les crampounettes et objectif atteint . La soirée AZI toujours un plaisir de débriefer nos courses .

Lundi 4 . retour en bus les AZI sont fatigués . Petite soirée et nuit chez ma fille , j' évite de prendre la route

Mardi 5 Départ 6h30 pour la Bretagne avec des images plein la tête . A chaque pause je regarde signal . Les AZI sont actifs ce matin . Fin du périple la dernière question

On repart quand et ou ?

OLIVIER NOUS RACONTE SON VULCAIN

De **V**aleureux AZIMuté.e.S,

Se lancaient sur un trail volcanique **U**sant,

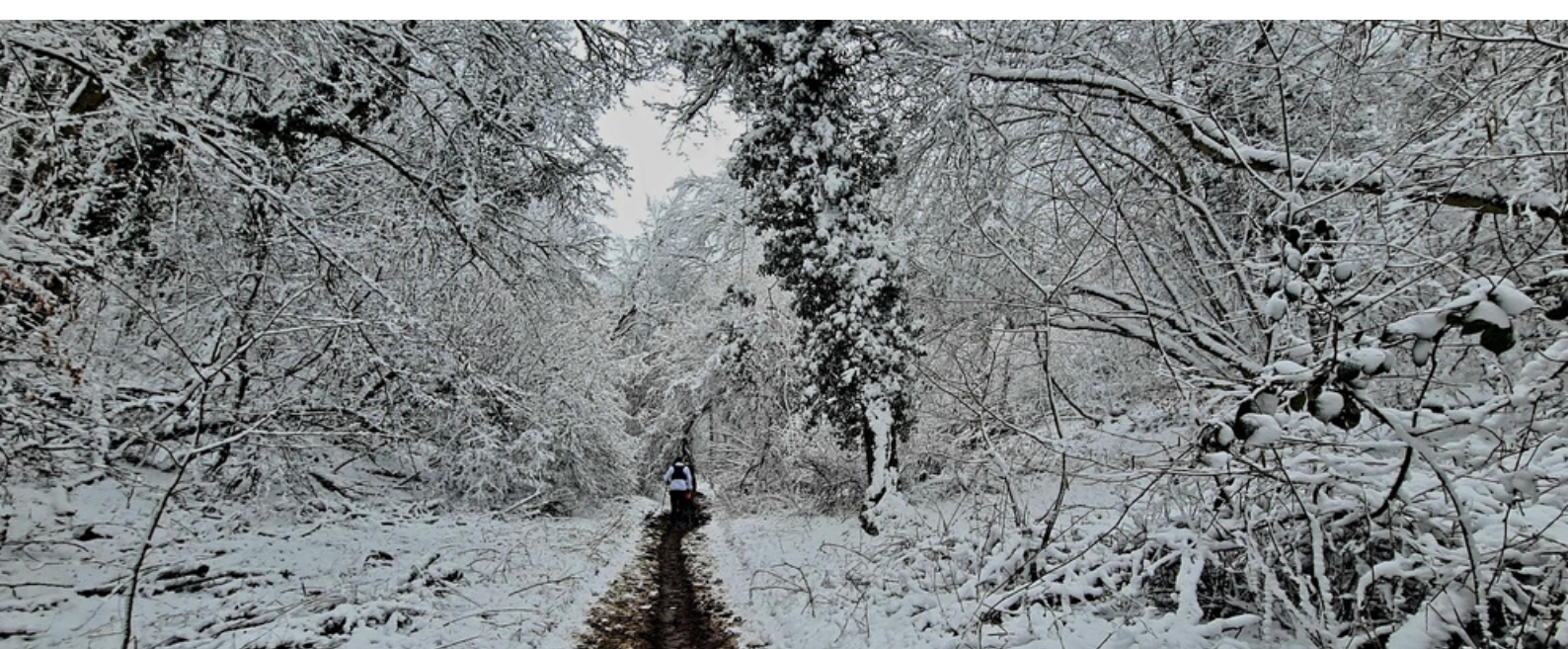
Pour dépasser leurs **L**imites,

Entre **C**opains et pour aller chercher de bonnes courbatures,

Une **A**venture hors du commun vu les conditions climatiques,

Des paysages **I**nspirants
car recouverts de **N**eige.

Bravo à tous et merci





LES RÉSULTATS DU 77 KM

Date	Azimutées	Compétition	Distance	Classement général	Participant	Catégorie	Classement Catégorie	Participants Catégorie	Temps	Lieu
03/03/24	Anthony Fossey	Ultra volcanique 77 km	77 km 28700+	116	571	M2M	16	61	09:52:59	Volvic (83)
03/03/24	Christophe Jourdan	Ultra volcanique 77 km	77 km 28700+	343	571	M3M	33	55	12:17:21	Volvic (83)
03/03/24	Olivier Didot	Ultra volcanique 77 km	77 km 28700+	344	571	M4M	24	43	12:17:22	Volvic (83)
03/03/24	David Ducloux	Ultra volcanique 77 km	77 km 28700+	368	571	M3M	38	55	12:27:50	Volvic (83)
03/03/24	Olivier Campiras	Ultra volcanique 77 km	70,8 km 25800+	496	571	M2M	61	61	14:14:14	Volvic (83)



LES RÉSULTATS DU 48 KM

Date	Azimutées	Compétition	Distance	Classement général	Participant	Catégorie	Classement Catégorie	Participants Catégorie	Temps	Lieu
03/03/24	Philippe Celle	Marathon Volcanique 48 km	48 km 18400+	70	722	M3M	3	82	05:10:16	Volvic(63)
03/03/24	Lionel Gousset	Marathon Volcanique 48 km	48 km 18400+	345	722	M5M	6	20	06:40:02	Volvic(63)
03/03/24	John Delhaye	Marathon Volcanique 48 km	48 km 18400+	382	722	M2M	54	89	06:48:07	Volvic(63)
03/03/24	Sébastien Foubert	Marathon Volcanique 48 km	48 km 18400+	471	722	M1M	53	77	07:11:23	Volvic(63)
03/03/24	Vincent Buhagiar	Marathon Volcanique 48 km	48 km 18400+	485	722	M3M	50	82	07:16:15	Volvic(63)
03/03/24	Eric Imbert	Marathon Volcanique 48 km	48 km 18400+	540	722	M3M	60	82	07:37:12	Volvic(63)
03/03/24	Laurent Goullencourt	Marathon Volcanique 48 km	48 km 18400+	582	722	M4M	32	43	07:49:57	Volvic(63)
03/03/24	Maxime Plot	Marathon Volcanique 48 km	48 km 18400+	586	722	M1M	66	77	07:52:19	Volvic(63)
03/03/24	Gilles Renou	Marathon Volcanique 48 km	48 km 18400+	589	722	M4M	34	43	07:52:52	Volvic(63)
03/03/24	Alexis Vnuesa	Marathon Volcanique 48 km	48 km 18400+	590	722	M3M	68	82	07:52:52	Volvic(63)



LES RÉSULTATS DU 22 KM

Date	Azimutées	Compétition	Distance	Classement général	Participants	Catégorie	Classement Catégorie	Participants Catégorie	Temp.	Lieu
03/03/24	Igor Theuriot	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	15	560	M3M	1	36	01:49:47	Volcans(53)
03/03/24	Franck Renaudin	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	216	560	M1M	28	55	02:33:38	Volcans(53)
03/03/24	Didier Rigal	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	276	560	M3M	19	36	02:42:55	Volcans(53)
03/03/24	Yann Colungo	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	338	560	M2M	33	41	02:52:27	Volcans(53)
03/03/24	Kouider Bendineb	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	391	560	M6M	3	6	02:59:29	Volcans(53)
03/03/24	Mohand Nezreg	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	397	560	M1M	44	55	03:00:27	Volcans(53)
03/03/24	Emmanuel Missiaen	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	423	560	M3M	28	36	03:03:33	Volcans(53)
03/03/24	Pascal Marsegla	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	448	560	M3M	30	36	03:08:32	Volcans(53)
03/03/24	Caroline Goncz	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	450	560	M3F	12	22	03:08:37	Volcans(53)
03/03/24	Céline Marcoz	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	487	560	M3F	16	22	03:18:45	Volcans(53)
03/03/24	Bruno Caron	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	492	560	M3M	35	36	03:20:00	Volcans(53)
03/03/24	Bénédicte Gardes	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	494	560	M4F	11	13	03:22:04	Volcans(53)
03/03/24	Jean-Bernard Sablesse	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	514	560	M1M	52	55	03:31:32	Volcans(53)
03/03/24	Alain Soyez	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	535	560	M7M	1	1	03:42:53	Volcans(53)
03/03/24	Ithem Belakheil	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	536	560	M3F	19	22	03:42:54	Volcans(53)
03/03/24	Irène Dubem	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	544	560	M3F	21	22	03:55:36	Volcans(53)
03/03/24	Zoubia Seba	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	551	560	M5F	7	7	04:21:42	Volcans(53)
03/03/24	Pascale Nony Devars	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	553	560	M3F	22	22	04:28:08	Volcans(53)
03/03/24	Nadine Lecuyer	Riom Limagne et Volcans 22 km	22 km 8600+	554	560	M6F	5	5	04:35:20	Volcans(53)

*Allo Google "Je dois
prendre à droite ou à
gauche ?"*



*Quand c'est ton premier Trail tu es un peu
stressé concernant le chemin à suivre...*

Parole d'AZIMutée.e.s

DES PHOTOS DU 22 KM



DES PHOTOS DU 48 KM



DES PHOTOS DU 77 KM



ET ÇA DORT LE LUNDI MATIN...



ET ÇA DORT LE LUNDI MATIN...



ET ÇA DORT LE LUNDI MATIN...

