



Calendrier des COURSES PEDESTRES HORS STADE du LOT

Challenges 46 : "ADCPHS 46 - Conseil Départemental du Lot – La Dépêche du Midi - Runningmag - Sport 2000 »

Deux classements sont établis : un Challenge regroupant les épreuves sur route "CR" et un Challenge regroupant les épreuves dites Vertes "CV" avec différenciation entre le classement "hommes" et "femmes"

En présence de plusieurs courses, la distance inscrite avec le "*" est celle retenue au challenge 2022

Site : www.adcphs46.fr

JANVIER	16	St VINCENT Rive-D'Olt	Les Foulées du Malbec <i>Comité des fêtes</i>	Nature 13 km ; Trail 27 km* M15km ; M13kmNordique chrono	9h30 ; 8h30 7h30 à 9h ; 9h	MERIGUET Pierre, 73, Croix de Rigal, 46140 St Vincent Rive d'Olt Tél.: 06.11.82.27.33 lesfouleesdumalbec@gmail.com (Lesfouleesdumalbec.fr)	CV
	30	COURS	Trail de l'Aqueduc <i>Cours VTT</i>	12 km ; 25 km* M12km	10h ; 9h 10h	LONGEVILLE Benoît, 27, chemin du Circaète, Cours, 46090 Bellefont-La-Rauze Tél : 06.19.36.13.69 benoit.longeville@gmail.com (trailde-laqueduc.wixsite.com)	CV
FEVRIER	6	CAZALS	Course de Cazals <i>Macadam 46</i>	12km ; 18km* M12km	10h 9h45	CIERCOLES J-Pierre, la Crouzette, 46250 Cazals Tél. : 06.70.09.61.55 ciercoles.jp@outlook.fr	CV
	S12 D13	LE MONTAT	Trail des Fontaines <i>Montathlon Organisations</i>	13 km* Trail ; M8km et Nord 80 km ; 40 km ; 25 km* ; 12 km 5 km ; M12km + Cani trail ; E	19h ; 19h Minuit ; 8h ; 9h ; 10h 10h30 ; 10h15 ; 11h	SIERRA Hélène, 361 le Payrat, 46090 Le Montat Tél.: 06.31.76.51.49 sierrahelene@gmail.com (montathlon.com)	CV CV
	20	CAHORS <i>Complexe Cabessut</i>	Les Collines du Diable <i>Cahors Lot Orientation</i>	(Trails) 12 km ; 25 km*	10h ; 9h30	BOSC Benoît, 125 le Peyrat, 46090 Le Montat Tél. : 06.82.26.11.46 clo46000@gmail.com (Facebook : TrailLesCollinesDuDiable)	CV
MARS	6	GIGOUZAC	Foulées Gigouzacoise <i>A.C. Gigouzac - St Germain+Foyer Rural</i>	20 km* ; 11 km M11km	9h15 ; 9h30 9h	PAVARD Ghislaine, Taillade, 46310 St Germain du Bel Air Tél : 06.37.81.92.90 marathongigi@yahoo.fr	CR
	13	PRADINES	Trail des Côtes du Lot <i>Extrapédestres</i>	9 km ; 12 km ; 27 km* M10km ; E (initiation cross)	9h30 ; 9h ; 8h30 9h10 ; 10h	CLUZET Gilles, 652 rue du docteur Ségala, 46000 Cahors Tél : 06.25.76.26.17 cluzet.gilles@gmail.com ou 06.76.21.33.06 bergil.46@gmail.com	CV
	S19	AUJOLS	Trail des Gariottes <i>FC Lalbenque-Fontanes</i>	8 km ; 14 km* ; 26 km (Courses en duo ou en solo) Vétathlon 14 km ; M8km	19h45 ; 19h30 ; 14h30 15h ; 19h	GINESTET Patrice, 1046 rte de Laburgade, 46230 Lalbenque Tél. : 06.17.74.54.45 ginestet.patrice@wanadoo.fr (www.facebook.com/Les-Gariottes/)	CV
AVRIL	3	CALAMANE	La Calamane <i>Foyer Rural</i>	11 km ; 18 km* M12km ; E	10h ; 9h30 9h30 ; 11h30	TABART CELARIE Lynda, 29 rue des Maraîchers, 46150 Calamane Tél.: 06.83.94.00.52 lacalamane@laposte.net (calamane.quericy.net)	CV
	17	CANIAC du Causse	Trail de la Braunhie	14 km*	9h30	DESPREZ Guy, Le Couvent, 46240 Caniac du Causse Tél. : 06.12.58.25.82 trail.braunhie.caniac@orange.fr	CV
MAI	1	MAXOU (Brouelles)	Le Trail du Facteur <i>AC Gigouzac-St Germain</i>	8 km ; 13 km* ; 25 km M10km Nordique ; E	10h ; 9h30 ; 9h 10h10 ; 11h	BACH Sylvie, 203 route de Brouelles, 46090 Maxou Tél. : 05.65.36.80.83 ou 06.18.17.73.58 sylvie.bach@orange.fr	CV
	8	MONTBRUN	Le Trail des 3 Combes <i>Comité des Fêtes</i>	12,5 km* M10km	10h 9h	COMITE DES FETES, Mairie, 46160 Montbrun Tél. : 06.24.84.14.06 (M. Rauffet) comitedesfetesmontbrun@yahoo.fr	CV
	S14 D15	CAHORS	Ultra-Trail Vallées Lot-Dordogne <i>Cap-Orn Organisation</i>	183 km ind ou en relais de 4 42 km ; 92 km	8h 9h ; 5h	cap-orn@orange.fr (cap-orn.org)	
	15?	SOUSCEYRAC	Relais du Ségala <i>Association relais Souvenir et Paix</i>	63,3 km par relais de 5 ou de 3 ou Ind	10h	THERON Patricia, 35 rue Emile Zola, 46100 Figeac Tel. : 06.67.62.00.37 patricia.theron76@orange.fr	CR
	22	St CHAMARAND	Del Tuc Al Riu <i>Comité des Fêtes</i>	8 km ; 12 km ; 22 km* M8km ; E	10h30 ; 10h ; 9h30 10h ; 12h15	COMITE DES FETES, Mas de Baffol, 46310 St Chamarand Tel. : 06.70.50.62.02 cftcha@hotmail.com	CV
	J26	MERCUES <i>Château les Bouysses</i>	Vignes et Châteaux <i>Cahors athlétisme</i>	10 km* ; 20 km M10km et 15km;10km Nordique;E	10h30 ; 10h 9h ; 10h30 ; 10h30	LANES Bénédicte, 1932 rte du Carriol, 46140 Douelle Tel.: 06.82.66.13.41 vignes-et-chateaux@wanadoo.fr (vignes-et-chateaux.com)	CV
S28	Arrivée CAHORS Départs : suivant les distances	Angélu Trail	20 km ; 50km ; 80 km Vers ; Labastide-Murat ; Rocamadour	15h ; 11h ; 7h M20km (Vers) : 15h	CHARRON Franck, Mairie, 46090 Francoulès Tél. : 06.11.39.03.56 angelustrail@gmail.com (angelustrail.wixsit.com)		
JUIN	S4	VILLESEQUE Départ à Trébaix	Le Trail du Soleil Couchant <i>Comité des Fêtes</i>	8 km ; 14 km* M8km	20h ; 19h30 19h	Comité des Fêtes Trébaix, 10 chemin de la Font Vielle, 46090 Villesèque Tél. : 06.77.02.23.49 jerome.lacombe7@orange.fr (traildusoleilcouchant.fr)	CV
	19	MILHAC	La Milhacoise Verte <i>SC Gourdon Athlétisme</i>	11 km* M11km + Nordique	10h ; 9h 10h	CALVANUS Didier, Les Peyrouses, 46300 Milhac Tél. : 05.65.41.42.73 didier.calvanus@orange.fr (lamilhacoiseverte.fr)	CV

JUILLET	10	CRAYSSAC	La Ronde des Ptérosaures <i>AC Gigouzac-St Germain</i>	10 km M10km ; E	9h30 9h ; 11h	PAVARD Ghislaine, Taillade, 46310 St Germain du Bel Air Tél : 06.37.81.92.90 marathongigi@yahoo.fr	CR
	J14	SOUCIRAC	Sur les traces de Napoléon <i>A.L.A. Soucirac</i>	7,8 km ; 15,3km* M7,8km ; E	10h ; 10h 10h00 ; 10h30	LEQUESNE Yves, 46310 St Germain du Bel Air Tél : 05.65.31.06.05 ou 06.83.50.45.24 lalalequesne@yahoo.fr	CV
	S16	MEYRONNE	Trail de Meyronne <i>Comité des Fetes</i>	14km* M12km ?	21h 19h30	LONGE Alain, les Graves, 46200 Meyronne Tél : 05.65.32.21.44 fabienne.longe@orange.fr	CV
	24	St GERMAIN DU BEL AIR	Trail du Céou <i>AC Gigouzac-St Germain</i>	10 km ; 15 km* M10km ; E	9h ; 9h 9h ; 11h	PAVARD Ghislaine, Taillade, 46310 St Germain du Bel Air Tél. : 06 37 81 92 90 marathongigi@yahoo.fr (trailduceou.fr)	CV
AOUT	M3	VAYRAC	La boucle Nature de l'Eté <i>Athlé Route 46</i>	8,6 km	19h30	CLARE Fabienne, av. d'Uxellodunum, 46110 Vayrac Tél. : 06.75.54.96.65 clare.fabienne@wanadoo.fr	CR
SEPT.	4	BRETENOUX	Trail Vallée Cère et Dordogne <i>Pointure 46</i>	13 km ; 26 km ; 40 km	9h ; 8h ; 7h	BOIN David ou FLEYS Christian, 815 ch de Bruniquel, 46130 Bretenoux Tél. : 06.86.86.52.17 david.boin@fruinov.fr	
	11	PERN	A saute clocher <i>les Run'heureux</i>	13 km ; 18 km* ; 29 km M9km ; M13km ; E	9h30 ; 9h ; 9h 9h45 ; 9h ; ?	MICHOT Gilles, 20 rue JJ Castanié, 46000 Cahors Tél. : 06.07.66.61.29 gilles-michot@wanadoo.fr	CV
	11	BRENGUES	Trail de la Vallée du Célé <i>Raid O'Cazelles</i>	7 km ; 14 km* ; 25 km Trail CO ; M11km ; E	10h30 ; 10h ; 9h 9h ; 9h ; 12h	ROUSSEL Coralie, Liffernet, 46100 Lunan Tél. : 06.67.20.41.88 coralierroussel@hotmail.com	CV
	18	CASTELNAU-MONTRATIER	Les Moulinaies du Quercy Blanc <i>Quercy Sport Nature</i>	12 km ; 26 km* M12km ; E (trail)	10h ; 9h 9h30 ; 10h30	GARDES Alain, 12 rue des Tilleuls, 46170 Castelnau-Montratier Tél. : 06.84.96.85.87 alaingardes@outlook.fr	CV
	25	LIMOGNE en Quercy	Trail du soldat du feu <i>Sapeurs-Pompiers de Limogne</i>	8 km ; 15 km* ; 26km M12km	11h ; 10h30 ; 9h30 ?	MERCADIER Fabrice, 110 rue de Canevières, 46260 Limogne en Quercy Tél. : 06.11.52.64.99 pompierlimogne@gmail.com	CV
OCT.	2	AUTOIRE	Le Trail d'Autoire	12 km ; 20 km*	10h ; 9h30	DELPORT Dominique, le Bourg, 46400 Autoire Tél. : 06.18.73.06.75 domidelport46@gmail.com (letraildautoire@gmail.com)	CV
	9	CAHORS	La Cadurcienne <i>Extrapédestres</i>	6 km course ou marche Féminines exclusivement	10h	CLUZET Gilles, 652 rue du docteur Ségala, 46000 Cahors Tél : 06.25.76.26.17 cluzet.gilles@gmail.com(extrapédestres.fr)	
	S22	SOUCIRAC	Course nocturne contre la montre <i>A.L.A. Soucirac</i>	3 km (contre la montre)	17h	LEQUESNE Yves, 46310 St Germain du Bel Air Tél : 05.65.31.06.05 ou 06.83.50.45.24 lalalequesne@yahoo.fr	CR
	23	FIGEAC	La Châtaigneraie <i>Figeac Athlétisme Club</i>	10 km* M10km ; E	10h 10h15 ; ?	KERNE Emmanuel, lieu dit Bonhomie, 46100 Fons Tel: 06.61.61.60.97 emmanuel.kerne@gmail.com (cotesdelachataigneraie.fr)	CR
	30	REYREVIGNES	Sentier de l'Espoir 2022 <i>Reyrevignes Marchr et courir contre le Cancer</i>	13 km ; 20km* M6km, 11km, 15km	10h15 ; 9h30 de 8h à 9h	BAEHR Antoine, place Basse, 46320 Reyrevignes Tél. : 06.70.02.38.65 baehrantoine@gmail.com (sentiersdelespoir.wordpress.com)	CV
NOV.	S5	CAHORS	Ekiden	42,195 km par équipe de 6 M (choix entre 3 circuits)	18h 15h	BOSC Benoît, 125 le Peyrat, 46090 Le Montat Tél. : 06.82.26.11.46 ekidencahors@gmail.com (ekidencahors.com)	
	20	LISSAC et MOURET	La Lissacoise <i>APE et Club des Sages</i>	10 km ; 20 km* M5km et M10km	10h30 ; 9h30 Entre 9h et 11h	GAYRAL Damien, Claux de Roques, Tél : 06.60.44.46.20 damien.com@wanadoo.fr	CV
	27	LABASTIDE-MURAT	Les Foulées du Roi <i>Commune de Labastide-Murat</i>	14 km ; 22 km M12,5km ; E	9h15 ; 9h 9h30 ; 10h30	PRADIE Aurélien, Mairie, 46240 Labastide-Murat Tél.: 05.65.31.11.50 stsport-inscription.fr/lesfouleesduroi	
DEC.	4	CREGOLS	Trail de l'Igüe <i>Asso Sports et Nature</i>	7 km ; 15 km ; 26 km*	11h15 ; 11h ; 10h	GARDES Dominique, le Mas, 46330 Tour de Faure Tel: 06.24.42.39.42 dominiquegardes@wanadoo.fr (traildeligue.jindo.com)	CV
	18	GIGOUZAC	Courir pour le sourire d'un enfant <i>A.C. Gigouzac - St Germain+ Foyer Rural</i>	10 km M10km ; E	10h30 9h30 ; 11h	PAVARD Ghislaine, Taillade, 46310 St Germain du Bel Air Tél. : 06 37 81 92 90 marathongigi@yahoo.fr	CV

A savoir

MAI	8	GIGOUZAC	Marche du Cancer	10 km	14h30	PAVARD Gigi : 06.37.81.92.90 marathongigi@yahoo.fr
AOUT	6 et 7	PROUILHAC	Le 6 : M10km à 20h30 ; Le 7 : Prouilha'thlon: CP 10km + VTT 16km + Tir à 9h			OUSSET Laurent, 46300 Prouilhac ; Tél. : 06.78.84.37.78 lolo.ousset@orange.fr
OCT	3	GOURDON	La Gourdonnaise Rose/Bleu	7km	9h30	SC GOURDON ATHLETISME 05.65.41.33.93 mipatpech@orange.fr
NOV.	6	GOURDON	44ème cross de la Bouriane de 10h30 à 15h35 (Etang "Ecoute s'il Pleut")			SC GOURDON ATHLETISME 05.65.41.33.93 chantal.weiszer3105@orange.fr
NOV.	27?	FAYCELLES-BEDUER	Marche et Course Enfants	10 km	?	PEZET Amélie 06.83.42.17.24

Renseignements: Arrondissements de : Cahors = Sylvie BACH - Tél. : 06.18.17.73.58 ; Figeac = Ghislaine PAVARD - Tél. : 06.37.81.92.90 ; Gourdon = Ghislaine PAVARD - Tél. : 06.37.81.92.90