



Calendrier des COURSES PEDESTRES HORS STADE du LOT 2025

Site : www.adcphs46.fr

Challenges 46 : "ADCPHS 46 - Département du Lot – La Dépêche du Midi - Runningmag »

A partir du 1er septembre 2023 (pour des raisons de changement de catégories instauré par la FFA), 2 classements sont établis :
un Challenge "Court", noté "CC" avec la prise en compte des distances ≤ 15km,
un Challenge "Long", noté "CL", regroupant les distances > 15km.

Avant de s'inscrire à une épreuve, il est conseillé de contacter l'organisateur, voire de consulter le calendrier sur le site de l'ADCPHS

Renseignements: Arrondissements de : Cahors = Sylvie BACH : 06.18.17.73.58 ; Figeac et Gourdon = Ghislaine PAVARD : 06.37.81.92.90

(M = marche; E = course enfants)

JANVIER	12	St VINCENT Rive-D'Oit	Les Foulées du Malbec <i>Comité des fêtes</i>	Nature 13 km^{CC} ; Trail 25 km^{CL} M13km	9h30 ; 8h30 de 8h à 9h	
	MERIGUET Pierre, 73, Croix de Rigal, 46140 St Vincent Rive d'Oit Tél. : 06.11.82.27.33 lesfouleesdumalbec@gmail.com (Lesfouleesdumalbec.fr)					
	26	COURS	Trail de l'Aqueduc <i>Cours VTT</i>	7km ; 12 km^{CC} ; 25 km^{CL} M7et12km	10h ; 9h30 ; 8h30 ?	
LONGEVILLE Benoît, 27, chemin du Circaète, Cours, 46090 Bellefont-La-Rauze Tél. : 06.19.36.13.69 benoit.longeville@gmail.com (traildelaqueduc.wixsite.com)						
FEVRIER	2	CAZALS	Cazals Vintage	10 km M10km	10h 9h45	
	CIERCOLES Jean-Pierre, 752 route du Causse, 46250 Cazals Tél. : 06.70.09.61.55 ciercoles.jp@outlook.fr					
	S8 D9	LE MONTAT	Trail des Fontaines <i>Montathlon Organisations</i>	Ultra 105km ; 13 km ; M8km 7km ; 14km ; 30km ; 42km M12km ; Cani trail 7 ou 12 km	6h ; 19h ; 19h 10h30 ; 10h ; 9h ; 8h 10h35 ; 10h35	
SIERRA Hélène, 46090 Le Montat Tél. : 06.31.76.51.49 sierrahelene@gmail.com ou DELCAYRE Patrice, Le Montat Tél. : 06.13.45.46.04 (montathlon.com)						
	23	CAHORS <i>Complexe Cabessut</i>	Les Collines du Diable <i>Cahors Lot Orientation</i>	(Trails) 12 km^{CC} ; 25 km	10h ; 9h30	
MONTAGNE Julien, Mas de Jaillac, ? Tél. : 06.61.19.65.80 Julien.montagne.31@gmail.com (angelustrail.com)						
MARS	2	GIGOUZAC	Foulées Gigouzacoise <i>A.C. Gigouzac - St Germain - Foyer Rural</i>	10 km^{CC} (Route) ; 16 km^{CL} (Trail) M10km ; E	10h ; 9h30 9h ; 14h30	
	PAVARD Ghislaine, La Pascale, 46310 St Chamarand Tél. : 06.37.81.92.90 marathongigi@yahoo.fr					
	9	CARDAILLAC	La Châtaigneraie <i>Figeac Athlétisme Club</i>	10 km (Route) ; 18 km^{CL} (Trail) M10km	10h45 ; 9h45 9h	
MARTIN Denis, 12 rue de la Tourelle, 46100 Figeac Tél. : 06.08.02.77.20 denis.martin@gmail.com (cotesdelachataigneraie.fr)						
	30	VAYRAC	Le 10 de la Rivière Espérance <i>Athlé Route 46</i>	5 km ; 10km 10 km : Championnat du Lot	10h30 ; 10h	
CLARE Fabienne, av. d'Uxellodunum, 46110 Vayrac Tél. : 06.75.54.96.65 clare.fabienne@wanadoo.fr						
AVRIL	6	MONTBRUN	Le Trail des 3 Combes <i>Comité des Fêtes</i>	11 km^{CC} ; 20 km^{CL} M10km	10h ; 9h 8h30	
	RAUFFET Mathieu, 141, imp des Cournaïses, 46160 Montbrun Tél. : 06.24.84.14.06 trailmontbrun@gmail.com (traildemontbrun.wixsite.com/3combes)					
	13	CALAMANE	La Calamanaise <i>Foyer Rural</i>	12 km^{CC} ; 21 km^{CL} M11,5km ; E	10h ; 9h30 10h ; 11h	
	GRENIER Myriam, 193, Travers de Lafon, 46150 Calamane Tél. : 06.95.94.94.52 myriamgrenier@free.fr (calamane.quercyclot.com)					
	20	CANIAC du Causse	Trail de la Braunhie	14 km^{CC} M8km	9h30 9h	
DESPREZ Guy, 217 rue du Couvent, 46240 Caniac du Causse Tél. : 06.12.58.25.82 guytou46240@gmail.com ou trail.braunhie.caniac@orange.fr						
	27	MAXOU	Le Trail du Facteur <i>AC Gigouzac-St Germain</i>	9 km ; 13 km^{CC} ; 25 km^{CL} M9km	10h ; 9h30 ; 9h 10h10	
BACH Sylvie, 203 route de Brouelles, 46090 Maxou Tél. : 06.18.17.73.58 sylvie.bach1312@gmail.com (traillfacteur.fr)						
MAI	4	MONTCABRIER	Cabri-Mountain	10 km^{CC} ; 20 km^{CL}	10h30 ; 9h30	
	DESMARTIN Camille, 40 Impasse des Chênes, 46090 Trespoux-Rassiels Tél. : 06.45.70.06.16 cam_2304@hotmail.fr					
	11	CAHORS	Marathon des Vignobles de Cahors <i>Marathon des Vignobles de Cahors</i>	21,1 km ; 42,195 km	10h ; 9h	
TABART Lynda, 29 rue des Maraîchers, 46150 Calamane Tél. : 06.83.94.00.52 marathonecahors@gmail.com (marathonecahors.fr)						
	18	St CHAMARAND	Del Tuc Al Riu <i>Comité des Fêtes</i>	9 km ; 13,5 km^{CC} ; 25 km^{CL} M9km ; E	10h30 ; 9h30 ; 9h 9h30 ; 12h	
COMITE DES FETES, Mas de Baffol, 46310 St Chamarand Tél. : 06.70.50.62.02 cfstcha@hotmail.com						
J29		MERCUES	Vignes et Châteaux	11 km^{CC} ; 20 km^{CL}	9h30 ; 9h	

MAI		Château Les Bouysses LANES Bénédicte, 1932 rte du Carriol, 46140 Douelle Tél. : 06.82.66.13.41 vignes-et-chateaux@wanadoo.fr (vignes-et-chateaux.com)	Cahors Athlétisme M10km Nordique chrono ; M11km ; E 10h ; 9h15 ; 9h35
	S31	Arrivée CAHORS Départs : suivant les distances	Angélus Trail 20 km ; 50km ; 80 km Vers : Labastide-Murat ; Rocamadour 15h ; 11h ; 7h M20km à Vers : 15h
JUIN	S7	VILLESEQUE Départ à Trébaix Association Trail du Soleil Couchant, 315 Allée de Bonnecosse, 46090 Villesègue Tél. : 06.77.02.23.49 trailsoleilcouchant@gmail.com (traildusoleilcouchant.fr)	Le Trail du Soleil Couchant 10 km ^{CC} ; 17 km ^{CL} M9km 19h30 ; 19h 18h30
	15	MILHAC CALVANUS Didier, 348 rte des Peyrouses, 46300 Milhac Tél. : 07.89.51.85.91 didier.calvanus@orange.fr (lamilhacoiseverte.fr)	La Milhacoise Verte 12 km ^{CC} M12km 9h30
	S21	CALVIGNAC MARIOS Arthur, Le Communal, 46160 Calvignac Tél. : 07.83.04.46.51 comite-animation-calvignac@hotmail.com	Le Trail perché de Calvignac 9km ^{CC} ; 16km ; 30km ^{CL} M9km 10h30 ; 9h45 ; 9h 8h30
	S21 D22	PROULHAC OUSSET Laurent, 46300 Prouilhac Tél. : 06.78.84.37.78 lolo.ousset@orange.fr	Prouilha'thlon Marche + Canirando de 11km 8h ; Canitrail 11km ; 9h ; Trail 11km-VTT 11km ; 9h30 ; Trail 11km 18h
JUILLET	L14	SOUCIRAC A.L.A. Soucirac LEQUESNE Yves, 46310 St Germain du Bel Air Tél. : 05.65.31.06.05 ou 06.83.50.45.24 lalalesquesne@yahoo.fr	Sur les traces de Napoléon 10 km ; 18km ^{CL} (Trails) M8km ; E 9h30 ; 10h
	S19	MEYRONNE LONGE Alain, les Graves, 46200 Meyronne Tél. : 05.65.32.21.44 fabienne.longe@orange.fr	Trail de Meyronne 10 km ; 15 km ^{CC} M10km ; E 19h ; 20h30 19h15 ; 18h30
AOÛT	S2	St GERMAIN DU BEL AIR PAVARD Ghislaine, La Pascale, 46310 St Chamarrand Tél. : 06.37.81.92.90 marathongigi@yahoo.fr	Trail du Céou AC Gigouzac-St Germain 10 km ^{CC} ; 16km ^{CL} M10km 19h45 ; 19h30 19h30
SEPT.	7	BRETENOUX BOIN David, Mairie, 46130 Bretenoux Tél. : 06.86.86.52.17 david.boin@fruinov.fr	Trail Vallée Cère et Dordogne Pointure 46 13 km ; 26 km 9h30 ; 9h
	14	PERN MICHOT Gilles, 20 rue JJ Castanié, 46000 Cahors Tél. : 06.07.66.61.29 gilles-michot@wanadoo.fr	A saute clocher les Run'heureux 10 km ^{CC} ; 17 km ^{CL} ; 30 km M10km ; M13km ; E 9h30 ; 8h45 ; 8h30 9h15 ; 9h15 ; 11h30
	14	ESPAGNAC St EULALIE BAGREAUX Boris, Coste Bru, 46100 Tél. : 06.95.40.25.56 borisbagreaux@hotmail.fr	Trail Vallée du Célé Les Amis d'Espagnac 12 km ; 24 km M10km ; E 10h ; 8h30 9h ; 11h
	21	DOUELLE Campus Antinéa Tel. : 06.86.43.62.10 trandovertes.fr	Trandovertes (trail) Inter-clubs Rotary du Lot 15 km ; 23 km M13km ; M6 à 11km 9h30 ; 9h 9h45 ; 14h30
	21	CASTELNAU MONTRATIER GARDES Alain, 339 chemin de Bertine, 46170 Castelnau Montratier Tél. : 06.84.96.85.87 alaingardes@outlook.fr (www.gurcysportnature.fr)	Trail des Moulinaides Quercy Sports Nature 6 km ; 12 km ^{CC} ; 28km ^{CL} M12km ; E 9h30 ; 9h ; 8h30 9h15 ; 9h45
	S27?	CAHORS BOSC Benoît, 125 le Peyrat, 46090 Le Montat Tél. : 06.82.26.11.46 ekidendecahors@gmail.com (ekidendecahors.com)	Ekidén 42,195 km par équipe de 6 M (choix entre 3 circuits) 18h 15h
	28	AUTOIRE DELPORT Dominique, le Bourg, 46400 Autoire Tél. : 06.18.73.06.75 domidelport46@gmail.com (letrailautoire@gmail.com)	Le Trail d'Autoire 12 km ^{CC} ; 20 km ^{CL} 10h ; 9h30
OCT.	5	FAYCELLES APE Bédurier-Faycelles-Boussac PARAMELLE Vincent Tél. : 06.72.07.82.67 apebedurierfaycellesboussac@gmail.com	L'école buissonnière 12 km (Trail) M12km ; Rando E (4km) 10h 9h ; 10h30
	5	GOURDON SC GOURDON ATHLETISME : 05.65.41.33.93 mipatpech@orange.fr	La Gourdonnaise en Rose et Bleu 7 km course ou marche 9h30
	12	CAHORS CLUZET Gilles, 652 rue du docteur Ségala, 46000 Cahors Tél. : 06.25.76.26.17 cluzet.gilles@gmail.com (extrapedestres.fr)	La Cadurcienne (Extrapédestres) 6 km Féminines course ou marche 10h
	12	CUZANCE CARBONNEL Laetitia Tél. : 06.11.48.00.62 ltore46@orange.fr ou LEYGONIE Cédric Tél. : 06.32.73.29.41 cedric.leygonie@hotmail.fr	Trail de Cuzance Comité d'Animation 12 km ^{CC} ; 25 km ^{CL} M12km 10h ; 9h 9h30
	19	CARNAC-ROUFFIAC LACOMBE Stéphane, les Roumieux, 46140 Carnac-Rouffiac Tél. : 06.33.91.70.44 kikittiti46@orange.fr	Trail Aux Couleurs d'Automne Comité des Fêtes 12 km ^{CC} ; 20 km ^{CL} M10km 10h ; 9h30 9h45
	26	REYREVIGNES BAEHR Antoine, Mairie, 46320 Reyrevignes Tél. : 06.70.02.38.65 ou 06.33.64.39.52 baehrantoine@gmail.com (sentiersdelespoir.wordpress.com)	Sentier de l'Espoir 2023 Reyrevignes Marcher et courir contre le Cancer 13 km ^{CC} ; 20km ^{CL} M6km, 10km, 16km 10h15 ; 9h30 De 8h à 9h
NOV.	9	VAYRAC CLARE Fabienne, av. d'Uxellodunum, 46110 Vayrac Tél. : 06.75.54.96.65 clare.fabienne@wanadoo.fr	Le Semi de la Rivière Espérance Athlé Route 46 21,1km Championnat du Lot 9h30
	16	LACAVE BUFFAROT Monique, Le Bougayrou, 46200 Lacave Tél. : 06.41.97.68.97 comitedesfetesdelacave@gmail.com	Trail de Lacave Comité des Fêtes 12 km ^{CC} ; 27km ^{CL} M7km 9h ; 10h 9h30
	23	LISSAC et MOURET GAYRAL Damien, Claux de Roques, 46100 Camboulit Tél. : 06.60.44.46.20 dgayral@gmail.com	La Lissacoise APE et Club des Sages 10 km ^{CC} ; 20 km ^{CL} M7km (famille) ; M10km ; M20km 10h30 ; 9h30 Entre 9h et 11h
	30	CAHORS TABART Lynda, 29 rue des Maraîchers, 46150 Calamane Tél. : 06.83.94.00.52 marathonecahors@gmail.com (marathonecahors.fr)	Les Héros de l'Hiver Marathon des Vignobles de Cahors 10 km (route) Au profit des associations sapeurs-pompiers, gendarmerie et police 10h
DEC.	7	CREGOLS GARDES Dominique, 75 Allée des Présidents, 46330 Tour de Faure Tél. : 06.24.42.39.42 dominiquegardes@wanadoo.fr (traildeligue.jindo.com)	Trail de l'Igue Asso Sports et Nature 8 km ; 15 km ^{CC} ; 26 km ^{CL} M7km? 10h45 ; 10h30 ; 9h30 10h
	14	GIGOUZAC PAVARD Ghislaine, La Pascale, 46310 St Chamarrand Tél. : 06.37.81.92.90 marathongigi@yahoo.fr	Courir pour le sourire d'un enfant A.C. Gigouzac - St Germain+Foyer Rural 10 km ^{CC} M10km 10h30 10h