



Calendrier 2025 des COURSES PEDESTRES HORS STADE

du LOT

Site : www.adcphs46.fr

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

2 classements sont établis : un Challenge "Court", noté "CC" pour les distances ≤ 15km et un "Long", noté "CL" pour les distances > 15 km.

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'Olt	Les Foulées du Malbec <i>Comité des Fêtes</i> M13km MERIGUET Pierre, 73, Croix de Rigal, 46140 St Vincent Rive d'Olt Tél. : 06.11.82.27.33 lesfoulesdumalbec@gmail.com (Lesfoulesdumalbec.fr)	Nature 13 km ^{CC} ; Trail 25 km ^{CL}	9h30 ; 8h30 de 8h à 9h
	26	COURS	Trail de l'Aqueduc <i>Cours VTT</i> M7e12km LONGEVILLE Benoit, 27, chemin du Circaète, Cours, 46090 Bellefont-La-Rauze Tél. : 06.19.36.13.69 benoit.longeville@gmail.com (trailedelaqueduc.wixsite.com)	7km ; 12 km ^{CC} ; 25 km ^{CL}	10h ; 9h30 ; 8h30 ?
FEVRIER	2	CAZALS	Cazals Vintage CIERCOLES Jean-Pierre, 752 route du Causse, 46250 Cazals Tél. : 06.70.09.61.55 ciercoles.jp@outlook.fr	10 km M10km	10h 9h45
	S8 D9	LE MONTAT	Trail des Fontaines <i>Montathlon Organisations</i> M12km ; Cani trail 7 ou 12 km 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)	Ultra 105km ; 13 km ; M8km 7km ; 14km ; 30km ; 42km	6h ; 19h ; 19h 10h30 ; 10h ; 9h ; 8h 10h35 ; 10h35
	23	CAHORS	Les Collines du Diable <i>Cahors Lot Orientation</i> MONTAGNE Julien, Mas de Jaillac, ? Tél. : 06.61.19.65.80 Julien.montagne.31@gmail.com (angelustrail.com)	(Trails) 12 km ^{CC} ; 25 km	10h ; 9h30
MARS	2	GIGOUZAC	Foulées Gigouzacoise <i>A.C. Gigouzac - St Germain + Foyer Rural</i> PAVARD Ghislaine, La Pascale, 46310 St Chamarand Tél. : 06.37.81.92.90 marathongigi@yahoo.fr	10 km ^{CC} (Route) ; 16 km ^{CL} (Trail) M10km ; E	10h ; 9h30 9h ; 14h30
	9	CARDAILLAC	La Châtaigneraie <i>Figeac Athlétisme Club</i> MARTIN Denis, 12 rue de la Tourelle, 46100 Figeac Tél. : 06.08.02.77.20 denis.martin@gmail.com (cotesdelachataigneraie.fr)	11,5 km (Trail) ; 19 km ^{CL} (Trail) 10 km (Route) ; M11,5km	10h ; 9h30 10h30 ; 8h30-9h
	9	ANGLARS-JUILLAC	Trail du Bois d'Anglars <i>Comité des Fêtes d'Anglars-Juillac</i> BONY Théo, 169 chemin du Clau deloup, 46140 Anglars-Juillac tél. : 06.88.99.36.38 bony.theo@hotmail.fr	13 km ^{CC} ; 20 km ^{CL} ; 30 km M6 et M12km	11h ; 10h ; 9h 10h30 et 9h
	23	VAYRAC	Le 10 de la Rivière Espérance <i>Athlé Route 46</i> CLARE Fabienne, av. d'Uxellodunum, 46110 Vayrac Tél. : 06.75.54.96.65 clare.fabienne@wanadoo.fr	10km	10h
AVRIL	6	MONTBRUN	Le Trail des 3 Combes <i>Comité des Fêtes</i> M10km RAUFFET Mathieu, 141, imp des Cournalises, 46160 Montbrun Tél. : 06.24.84.14.06 trailmontbrun@gmail.com (trailedemontbrun.wixsite.com/3combes)	11 km ^{CC} ; 20 km ^{CL}	10h ; 9h 8h30
	13	CALAMANE	La Calamanaise <i>Foyer Rural</i> GRENIER Myriam, 193, Travers de Lafon, 46150 Calamane Tél. : 06.95.94.94.52 myriamgrenier@free.fr (calamane.quercyot.com)	12 km ^{CC} ; 21 km ^{CL} M11,5km ; E	10h ; 9h30 10h ; 11h
	20	CANIAC du Causse	Trail de la Braunhie DESPREZ Guy, 217 rue du Couvent, 46240 Caniac du Causse Tél. : 06.12.58.25.82 guytoul46240@gmail.com ou trailbraunhie.caniac@orange.fr	14 km ^{CC} M8km	9h30 9h
	27	MAXOU	Le Trail du Facteur <i>AC Gigouzac-St Germain</i> BACH Sylvie, 203 route de Brouelles, 46090 Maxou Tél. : 06.18.17.73.58 sylvie.bach1312@gmail.com (traildufacteur.fr)	9 km ; 13 km ^{CC} ; 25 km ^{CL} M9km	10h ; 9h30 ; 9h 10h10
MAI	4	MONTCABRIER	Cabri-Mountain DESMARTIN Camille, 40 Impasse des Chênes, 46090 Trespoux-Rassieles Tél. : 06.45.70.06.16 cam_2304@hotmail.fr	10 km ^{CC} ; 20 km ^{CL}	10h30 ; 9h30
	11	CAHORS	Marathon des Vignobles de Cahors <i>Marathon des Vignobles de Cahors</i> TABART Lynda, 29 rue des Maraîchers, 46150 Calamane Tél. : 06.83.94.00.52 marathoncahors@gmail.com (marathoncahors.fr)	21,1 km ; 42,195 km	10h ; 9h
	18	St CHAMARAND	Del Tuc Al Riu <i>Comité des Fêtes</i> COMITE DES FETES, Mas de Baffol, 46310 St Chamarand Tél. : 06.70.50.62.02 cftcha@hotmail.com	9 km ; 13,5 km ^{CC} ; 25 km ^{CL} M9km ; E	10h30 ; 9h30 ; 9h 9h30 ; 12h
	25	ROCAMADOUR	Trail de Rocamadour <i>Alvitrail</i> CAMPDORAS Karl, 812 route de Crozille, 46500 Alviagnac Tél. : 06.63.96.96.04 alvitrail46@gmail.com	12 km ; 24 km	9h30 ; 9h
	J29	MERCUES	Vignes et Châteaux <i>Cahors Athlétisme</i> LANES Bénédicte, 1932 rue du Carriol, 46140 Douelle Tél. : 06.82.66.13.41 vignes-et-chateaux@wanadoo.fr (vignes-et-chateaux.com)	11 km ^{CC} ; 20 km ^{CL} M10km Nordique chrono ; M11km ; E	9h30 ; 9h 10h ; 9h15 ; 9h35
S31	Arrivée CAHORS	Angélus Trail Départs : suivant les distances MONTAGNE Julien, Mas de Jaillac, ? Tél. : 06.61.19.65.80 Julien.montagne.31@gmail.com (angelustrail.com)	20 km ; 50 km ; 80 km Vers ; Labastide-Murat ; Rocamadour	15h ; 11h ; 7h M20km à Vers : 15h	

JUN	S7	VILLESEQUE Départ à Trébaix	Le Trail du Soleil Couchant Association Trail du Soleil Couchant	10 km ^{CC} ; 17 km ^{CL} M9km	19h30 ; 19h 18h30
	Association Trail du Soleil Couchant, 315 Allée de Bonnecoeste, 46090 Villesèque Tél. : 06.77.02.23.49 trailssoleilcouchant@gmail.com (traildusoleilcouchant.fr)				
	15	MILHAC	La Milhacoise Verte SC Gourdon Athlétisme	12 km ^{CC} M12km	9h30 9h30
	CALVANUS Didier, 348 rte des Peyrouses, 46300 Milhac Tél. : 07.89.51.85.91 didier.calvanus@orange.fr (lamilhacoiseverte.fr)				
JUILLET	S21	CALVIGNAC	Le Trail perché de Calvignac Comité Animation de Calvignac	9km ^{CC} ; 16km ; 30km ^{CL} M9km	10h30 ; 9h45 ; 9h 8h30
	MARIOS Arthur, Le Communal, 46160 Calvignac Tél. : 07.83.04.46.51 comite-animation-calvignac@hotmail.com				
	S21 D22	PROUILHAC	Prouilha'thlon	Marche + Canirando de 11km 8h : Canitrail 11km ; 9h : Trail 11km+VTT 11km ; 9h30 : Trail 11km	18h
OUSSET Laurent, 46300 Prouilhac Tél. : 06.78.84.37.78 lolo.ousset@orange.fr					
AOUT	6	GOURDON Stade Louis Delpech	Yenzclub Solidarun Yenzclub	10 km ^{CC} M5km	10h 9h30
	VITALI Enzo, 1443 route du Stade, 46300 Le Vigan Tél. : 06.48.37.23.88 enzo@yenzclub-sport.fr (www.yenzclub-sport.fr)				
	L14	SOU CIRAC	Sur les traces de Napoléon A.L.A. Soucirac	10 km ; 18km ^{CL} (Trails) M8km ; E	9h30 9h30 ; 10h
LEQUESNE Yves, 46310 St Germain du Bel Air Tél. : 05.65.31.06.05 ou 06.83.50.45.24 lalalesquesne@yahoo.fr					
AOUT	S19	MEYRONNE	Trail de Meyronne Comité des Fêtes	10 km ; 15 km ^{CC} M10km ; E	19h ; 20h30 19h15 ; 18h30
	LONGE Alain, les Graves, 46200 Meyronne Tél. : 05.65.32.21.44 fabienne.longe@orange.fr				
S2	St GERMAIN DU BEL AIR	Trail du Céou AC Gigouzac-St Germain	10 km ^{CC} ; 16km ^{CL} M10km	19h45 ; 19h30 19h30	
PAVARD Ghislaine, La Pascale, 46310 St Chamaramand Tél. : 06.37.81.92.90 marathongigi@yahoo.fr					
SEPT.	7	BRETE NOUX	Trail Vallée Cère et Dordogne Pointure 46	13 km ; 26 km	9h30 ; 9h
	BOIN David, Mairie, 46130 Bretenoux Tél. : 06.86.86.52.17 david.boin@fruinov.fr				
	7	CASTELNAU MONTRATIER	Trail des Moulina des Quercy Sports Nature	6 km ; 12 km ^{CC} ; 28km ^{CL} M12km ; E	9h30 ; 9h ; 8h30 9h15 ; 9h45
	GARDES Alain, 339 chemin de Bertine, 46170 Castelnau Montratier Tél. : 06.84.96.85.87 alaingardes@outlook.fr (www.quercysportnature.fr)				
	14	PERN	A saute clocher les Run'heureux	10 km ^{CC} ; 17 km ^{CL} ; 30 km M10km ; M13km ; E	9h30 ; 8h45 ; 8h30 9h15 ; 9h15 ; 11h30
	MICHOT Gilles, 20 rue JJ Castanié, 46000 Cahors Tél. : 06.07.66.61.29 gilles-michot@wanadoo.fr				
	14	ESPAGNAC St EULALIE	Trail Vallée du Célé Les Amis d'Espagnac	12 km ; 24 km M10km ; E	10h ; 8h30 9h ; 11h
BAGREAUX Boris, Coste Bru, 46100 Tél. : 06.95.40.25.56 borisbagraeux@hotmail.fr					
21	DOUELLE Campus Antinéa	Trandovertes (trail) Inter-clubs Rotary du Lot	15 km ; 23 km M13km ; M6 à 11km	9h30 ; 9h 9h45 ; 14h30	
Tel. : 06.86.43.62.10 trandovertes.fr					
S27?	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 ekidendecahors@gmail.com (ekidendecahors.com)					
28	AUTOIRE	Le Trail d'Autoire	12 km ^{CC} ; 20 km ^{CL}	10h ; 9h30	
DELPORT Dominique, le Bourg, 46400 Autoire Tél. : 06.18.73.06.75 domidelport46@gmail.com (letraildautoire@gmail.com)					
OCT.	5	FAYCELLES	L'école buissonnière APE Béduer-Faycelles-Boussac	12 km (Trail) M12km ; Rando E (4km)	10h 9h ; 10h30
	PARAMELLE Vincent Tél. : 06.72.07.82.67 apebeduerfaycellesboussac@gmail.com				
	5	CUZANCE	Trail de Cuzance Comité d'Animation	12 km ^{CC} ; 25 km ^{CL} M12km	10h ; 9h 9h30
	CARBONNEL Laetitia Tél. : 06.11.48.00.62 liorre46@orange.fr ou LEYGONIE Cédric Tél. : 06.32.73.29.41 cedric.leygonie@hotmail.fr				
	5	GOURDON	La Gourdonnaise en Rose et Bleu SC GOURDON ATHLETISME	7 km course ou marche 05.65.41.33.93	9h30
	mipatp@orange.fr				
12	CAHORS	La Cadurcienne (Extrapédestres)	6 km Féminines course ou marche	10h	
CLUZET Gilles, 652 rue du docteur Ségala, 46000 Cahors Tél. : 06.25.76.26.17 cluzet.gilles@gmail.com (extrapedestres.fr)					
19	CARNAC-ROUFFIAC	Trail Aux Couleurs d'Automne Comité des Fêtes	12 km ^{CC} ; 20 km ^{CL} M10km	10h ; 9h30 9h45	
LACOMBE Stéphane, les Roumieux, 46140 Carnac-Rouffiac Tél. : 06.33.91.70.44 kikiti46@orange.fr					
26	REYREVIGNES	Sentier de l'Espoir 2023 Reyrevignes Marché et courir contre le Cancer	13 km ^{CC} ; 20km ^{CL} M6km, 10km, 16km	10h15 ; 9h30 De 8h à 9h	
BAEHR Antoine, Mairie, 46320 Reyrevignes Tél. : 06.70.02.38.65 ou 06.33.64.39.52 baehrantoine@gmail.com (sentiersdelespoir.wordpress.com)					
26	SAUZET	Course des Vendanges Yenzclub	10 km ^{CC} M10km	10h30 9h30	
BLANCHOU Maxime, Lieu Dit Lacoste, 46140Sauzet Tél. : 07.57.18.02.94 mflblanchou@gmail.com					
NOV.	9	VAYRAC	Le Semi de la Rivière Espérance Athlé Route 46	21,1km Championnat du Lot	9h30
	CLARE Fabienne, av. d'Uxellodunum, 46110 Vayrac Tél. : 06.75.54.96.65 clare.fabienne@wanadoo.fr				
	16	LACAVE	Trail de Lacave Comité des Fêtes	12 km ^{CC} ; 27km ^{CL} M7km	9h ; 10h 9h30
	BUFFAROT Monique, Le Bougayrou, 46200 Lacave Tél. : 06.41.97.68.97 comitedesfetesdelacave@gmail.com				
23	LISSAC et MOURET	La Lissacoise APE et Club des Sages	10 km ^{CC} ; 20 km ^{CL} M7km (famille) ; M10km ; M20km	10h30 ; 9h30 Entre 9h et 11h	
GAYRAL Damien, Ciaux de Roques, 46100 Camboulit Tél. : 06.60.44.46.20 dgayral@gmail.com					
30	CAHORS	Les Héros de l'Hiver Marathon des Vignobles de Cahors	10 km (route)	10h	
Au profit des associations sapeurs-pompiers, gendarmerie et police TABART Lynda, 29 rue des Maraîchers, 46150 Calamane Tél. : 06.83.94.00.52 marathonecahors@gmail.com (marathonecahors.fr)					
DEC.	7	CREGOLS	Trail de l'Igüe Asso Sports et Nature	8 km ; 15 km ^{CC} ; 26 km ^{CL} M7km?	10h45 ; 10h30 ; 9h30 10h
	GARDES Dominique, 75 Allée des Présidents, 46330 Tour de Faure Tél. : 06.24.42.39.42 dominiquegardes@wanadoo.fr (traildeligüe.jindo.com)				
14	GIGOUZAC	Courir pour le sourire d'un enfant A.C. Gigouzac - St Germain+Foyer Rural	10 km ^{CC} M10km	10h30 10h	
PAVARD Ghislaine, La Pascale, 46310 St Chamaramand Tél. : 06.37.81.92.90 marathongigi@yahoo.fr					