



3^{ème} édition
En partenariat avec l'Ecole de Chiens Guides d'Aveugles du Centre-Est

Le TRAIL DES PASSE-MONTAGNES

>> Dimanche 15 mai 2005
Alaigny s/Saône

Dossier de Présentation

" 100% Nature, 100% Bonne Humeur! "

organisation: Les Passe-Montagnes

>> Sommaire

>> Présentation synthétique de l'évènement	3
>> 2 parcours pour découvrir, se dépasser	4
>> L'organisation	5
>> Contacts	6
>> Annexes	7
Annexe 1 : Trail 2003 - article paru dans le Progrès	8
Annexe 2 : Trail 2004 - article paru dans le Progrès	9
Annexe 3 : Les Passe-Montagnes - article paru dans le Progrès	10

>> Présentation synthétique de l'évènement

Depuis deux ans déjà, les coureurs de la région se donnent rendez-vous à Albigny s/Saône pour le **Trail des Passe-Montagnes**. Couru jusqu'à présent à la mi-juin, la troisième édition aura lieu cette année le **15 mai 2005**. Après une première édition test réussie en 2003 (50 coureurs - cf. article en *annexe 1*) et la confirmation en 2004 (180 coureurs - cf. article en *annexe 2*), 2005 est l'année du développement pour cette épreuve proposée par **les Passe-Montagnes**.

Le trail, course nature par excellence, empruntera les sentiers des Monts-d'Or sur 2 parcours destinés au plus grand nombre:

- un parcours "Découverte" pour les coureurs réguliers mais modestes
- un parcours "Montagne" pour les coureurs avertis et entraînés

Bien entendu, ces deux parcours feront l'objet d'un chronométrage et d'un classement. En effet, si l'aspect compétition n'est pas primordial, nous souhaitons permettre à chacun de se mesurer aux autres et surtout à soi-même. Le dépassement de soi étant une valeur fondamentale des sports d'endurance.

Pour cette nouvelle édition, notre ambition est de faire du **Trail des Passe-Montagnes** une classique de la région. Fort des succès des années précédentes, nous avons pour objectif de séduire **300 coureurs** cette année. Pour ce faire, notre leitmotiv reste le même: **qualité des parcours, convivialité et bonne humeur** ! Face à l'augmentation générale des tarifs des inscriptions, nous souhaitons également nous démarquer des autres courses par un tarif attractif : moins de 10 euros.

Enfin, nous souhaitons développer le partenariat que nous entretenons depuis longtemps avec l'**école des chiens guides d'aveugles** de Lyon et du Centre-Est. Simple promotion l'an dernier, nous souhaitons cette année reverser à l'école une partie des bénéfices du trail (1€ reversé sur chaque engagement).

Zoom sur le trail

Le "trail", - sentier en français - est la tendance nature de la course à pieds. C'est une discipline relativement récente. Couru sur des distances variées (10 à 50 km), il connaît un développement important ces dernières années, porté par l'essor des sports "outdoor" et la recherche d'épreuves plus humaines.

>> 2 parcours pour découvrir, se dépasser

Fort de notre expérience des Monts-d'Or, nous avons tracé 2 parcours afin de permettre au plus grand nombre de découvrir un cadre exceptionnel et pour certains la course nature.

- **Parcours "Découverte" : 11,8 km - 535 m de dénivelé positif**

Au départ d'Albigny, il emprunte chemins et sentiers pédestres. Sous-bois, prairies, le tracé longera le château de Curis pour rallier le lieu-dit la Croix Vitaise, avant de remonter sur les pentes du Mont Thou, rejoindre la Voie Romaine pour redescendre sur Albigny.

Cette distance peut permettre à des sportifs moyennement entraînés de participer. Si les côtes sont parfois assez raides, rien n'empêche de les faire en alternant marche et course. C'est aussi ça le trail !

Communes traversées : Albigny sur Saône, Curis au Mont D'or, Poleymieux au Mont d'Or.

- **Parcours "Montagne" : 22 km - 995 m de dénivelé positif**

La première partie est commune avec l'autre circuit, la bifurcation intervient au kilomètre 6,5. A partir de là, les coureurs grimpent jusqu'au Mont Thou avant de repartir sur le secteur du Mont Cindre. Une magnifique descente appelée « le Pierrier » les mène jusqu'aux portes de Saint-Fortunat, avant d'entamer une nouvelle côte et de replonger sur Saint Cyr. Vient ensuite la remontée dans le secteur des sentiers des Rapaces, puis le hameau du Mont Thou, la Voie Romaine et le même final que pour l'autre boucle.

Un tracé en très grande partie sur sentiers, à peine 1500 m sur bitume. Plusieurs panoramas à découvrir, avec notamment une vue sur Lyon.

Communes traversées : Albigny sur Saône, Curis au Mont d'Or, Poleymieux au Mont d'Or, Saint-Fortunat, Saint Cyr au Mont d'Or.

Les deux parcours sont totalement sécurisés (présence de secouristes et d'un médecin). Nous apportons également un soin particulier au balisage par un marquage de qualité (biodégradable) et la présence de nombreux signaleurs. Nous avons également fait le choix de proposer plusieurs ravitaillements pour le confort des coureurs, ce qui n'est pas toujours le cas sur ce genre d'épreuve.

>> L'organisation

• Les Passe-Montagnes

Constituée en 1998, L'association "Les Passe-montagnes" (cf. article en *annexe 3*) est née de la passion commune de quelques amis découvrant le VTT. Aujourd'hui forte d'une trentaine d'adhérents, l'association reste principalement axée sur cette discipline. Néanmoins, nous jouons plutôt dans la polyvalence, dans la mesure où la plupart d'entre nous sont coureurs à pied. Ainsi, nous participons à des épreuves très variées durant toute la saison: VTT, course sur route, course à pieds traditionnelle, nature (type Trail), duathlon, bike and run, etc. Pour résumer, nous ne sommes pas fixés sur une seule discipline, mais plutôt sur le sport dit "nature".

• L'équipe

Pour la troisième année consécutive, nous avons constitué une **dizaine de personnes** chargée de l'organisation. Les axes de travail :

- Sécurité
- Administratif (autorisations, assurances, etc.)
- Parcours (tracé et balisage)
- Sponsoring
- Promotion / Communication
- Logistique
- ...

Nous sommes attachés à certaines valeurs que nous défendons à travers un état d'esprit : convivialité, passion, respect et solidarité. L'un de nos principaux objectifs est de donner du plaisir aux coureurs. Notre force : 15 années de pratique dans les Monts d'Or pour plusieurs d'entre nous et un certain « savoir faire » pour la création des parcours.

Alors, entre savoir être et savoir faire, notre ligne de conduite cherche à emmener les coureurs au sommet du plaisir et de l'effort, dans la plus grande convivialité.

• Les bénévoles

Sans eux, rien n'est possible!

Signaleurs, ravitaillements, suivi de la course, saisie des inscriptions, transport de matériel, animation micro,... en tout **une quarantaine de personnes**.

>> Contacts

Association LES PASSE-MONTAGNES
Jean-Pierre GAILLET (Président)
33, avenue Gabriel Péri
69250 ALBIGNY s/SAÔNE

Tél. 04 78 98 13 07

Port. 06 16 81 55 79

Sur le net:

www.lespassemontagnes.fr.st

>> Annexes

- **Annexe 1 : Trail 2003 - article paru dans le progrès**
- **Annexe 2 : Trail 2004 - article paru dans le progrès**
- **Annexe 3 : Les Passe-Montagnes - article paru dans le progrès**

Annexe 1 : Trail 2003 - article paru dans le Progrès

ALBIGNY-SUR-SAÔNE

COURSE A PIED

Grand succès pour le premier Trail des Passe-Montagnes.

Une cinquantaine de coureurs, deux parcours, la première édition de cette compétition très « nature », qui s'est déroulée dimanche dernier, a été à la hauteur de toutes les espérances. Malgré quelques problèmes de marquage, les participants sont déjà prêts à recommencer l'expérience l'année prochaine.



Bruno Achard, satisfait de son temps, finit à la cinquième place des 19 kilomètres.



Eric Beaudet, troisième dans les 19 kilomètres, au Mont-Thou.



Gilles Faure, ici au kilomètre 8, terminera premier des 19 kilomètres.

L'ASSOCIATION les Passe-Montagnes organisait, ce dimanche 15 juin, sa première course pédestre nature, encore appelée le Trail des Passe-Montagnes.

Pour ce coup d'essai, cinquante coureurs, dont quelques femmes, s'étaient inscrits, certains venant même d'assez loin pour participer à cette première.

Le principe de cette course est basé sur un parcours nature, à travers un environnement parfois difficile, sans quasiment jamais emprunter de routes goudronnées. Le dénivelé est en outre parfois important.

Les organisateurs avaient prévu deux parcours - un de 10 kilomètres, un autre de 19 kilomètres - avec en début de course un tronçon commun.

C'est à 9 heures précises, qu'ils se sont élancés de l'avenue des Avoraux, située en haut du village, et ce, afin de ne pas commencer la course par une côte trop dure.

De là, direction Curis, le château, puis le lieu dit le Marabou, et les pentes du mont Thou.

Tous les chemins mènent à Albigny

Là, les chemins se divisent. Alors que les coureurs des 10 kilomètres rejoindront la voie romaine pour rallier Albigny, les coureurs de 19 kilomètres grimperont jusqu'au mont Thou, avant de repartir vers le mont Cindre, redescendre vers Saint-Cyr, remonter le sentier des Rapaces, le hameau du mont Thou et rejoindre la voie romaine pour regagner Albigny.

Un parcours soigneusement étudié par les organisateurs qui n'avaient rien laissé au hasard. Des accompagnateurs devant, derrière, des liaisons téléphoniques permanentes avec les organisateurs placés à l'arrivée, face à la mairie, tout est prévu.

Seule ombre au tableau, qui navre Jean-Pierre Gaillet, le président de l'association : le balisage des bifurcations et des endroits à risque d'erreurs avait été effectué le samedi. Pour ce faire, et comme dans la plupart de ce genre de compétitions nature, on utilise une bombe aérosol pour marquer le sol.

Or, le samedi, après le marquage, ces balisages avaient été effacés et il a fallu les refaire. Même chose le dimanche matin où un nouveau balisage avait été effectué aux alentours de 6 heures. Celui-ci avait encore été effacé.

Jean-Pierre Gaillet est formel. L'association n'utilise que des produits bio dégradables qui disparaissent aux premières pluies. Il est d'ailleurs prévu que tous les coins balisés seraient nettoyés pendant la semaine. Acte gratuit ou ignorance des produits utilisés, les coureurs peuvent être pénalisés ou partir dans une direction, tout à fait opposée au tracé initial.

De belles performances

Côté participants, c'est l'unanimité. Que ce soit au niveau du choix du parcours ou de son organisation, il n'y a vraiment rien à dire ; et ils sont déjà partant pour la deuxième édition.

Les organisateurs avaient d'ailleurs pris soin, d'installer à l'arrivée un cahier de suggestions sur lequel chacun pouvait exprimer ce qu'il ressentait.

Le résultat est édifiant et ne peut que conforter l'association à renouveler le Trail des Passe-montagnes.

Enfin, côté performances, de très bons temps ont été enregistrés, comme celui de Gilles Faure qui couvrira les 19 kilomètres en 1 h 23' 9" ou de Sylvain Seydoux, qui mettra 45' 26" pour parcourir les 10 kilomètres.

Les résultats

CLASSEMENT SCRATCH 10 KM

- 1. Sylvain Seydoux, MS, club SP Neuville, 45'26"
- 2. Olivier Ange, MS, AC Tassin, 45'42"
- 3. Eric Giraud, MS, AC VS, 47'18"
- 4. Sylvain Bothoa, MS, Saint-Chamond, 48'40"
- 5. Jean-Pierre Blandin, M V1, CSVS, 50'15"
- 6. Christophe Tosolin, MS, AS Caluire, 50'23"
- 7. Didier Dachet, MS, 54'21"
- 8. Brice Giriot, MS, 57'42"
- 9. Bertrand Deru, M V1, SP Genay, 1 h 02'47"
- 10. Philippe Petit, MS, 1 h 03'38"
- 11. Michel Blavier, M V2, 1 h 05'14"
- 12. François Rifford, M V2, AAA-L, 1 h 06'05"
- 13. Monique Tamisier, FV, 1 h 08'26"
- 14. Jean-Pierre Gualino, M V2, 1 h 08'46"
- 15. Nathalie Dachet, FV, 1 h 12'04"
- 16. Gérard Berrucaz, M V2, 1 h 13'21"
- 17. Gérard Landoin, M V1, ACT, 1 h 15'12"

CLASSEMENT SCRATCH 19 KM

- 1. Gilles Faure, M V1, 1 h 23'09"
- 2. Rachid Attalbioui, MS, 1 h 23'43"
- 3. Eric Beaudet, M V1, 1 h 27'01"
- 4. Thierry Crussy, MS, 1 h 30'55"
- 5. Bruno Achard, M V1, 1 h 32'51"
- 6. Marc Moreton, M V2, 1 h 34'13"
- 7. Arnaud Manel, MS, 1 h 35'14"
- 8. Thierry Barnavon, M V1, 1 h 36'17"
- 9. Alain Gailhot, M V2, 1 h 37'52"
- 10. Dominique Bureau, MS, 1 h 44'03"
- 11. Philippe Di Donato, MS, 1 h 44'23"
- 12. Dominique Andrieux, M V1, 1 h 44'49"
- 13. Patrick Bouttier, MS, 1 h 44'49"
- 14. Yvon Imbert, M V2, 1h45'55"
- 15. Philippe Dujardin, M V1, 1 h 47'11"
- 16. Jean-Laurent Nougaret, MS, 1 h 50'22"
- 17. Gérard Bailloud, M V1, 1 h 54'53"
- 18. Atica Manouni, FV, 1 h 55'38"
- 19. Philippe Ville, 1 h 56'50"
- 20. Nathalie Rossignol, F, 1 h 58'45"
- 21. Michel Pourtier, M V2, 2 h 00'39"
- 22. Pascal Raspillere, M V1, 2 h 02'32"
- 23. Patrice Dupont, M V1, 2 h 05'41"
- 24. Philippe Varry, MS, 2 h 08'54"
- 25. Sandrine Demoulin-Noirclerc, FV, 2 h 08'54"
- 26. Carmen Dupont, FV, 2 h 10'02"
- 27. Emmanuel Rabreaud, MS, 2 h 14'17"

Annexe 2 : Trail 2004 - article paru dans le Progrès

ALBIGNY-SUR-SAÔNE

Une course réussie

La deuxième édition du Trail des passe montagnes, dimanche a tenu toutes ses promesses. 180 coureurs sont venus des régions et départements alentours.

Les sportifs ont plébiscité la course et le choix du parcours.

Car le Trail regroupe deux épreuves distinctes : le « petit » parcours sur un circuit vallonné de 10 km et un dénivelé positif de 430 m et le « grand » parcours de 19,2 km avec un dénivelé de 710 m.

Le départ et l'arrivée se font au même endroit, et les coureurs partent en même temps, en utilisant au départ un tronçon commun. Après Albigny, les sportifs empruntent chemins et sentiers pédestres pour passer à Curis, Poleymieux, les pentes du Mont Thou, le Mont Cindre, Saint-Cyr... En fonction de l'option choisie. Le tout ponctué de ponts de ravitaillement et de balisage. L'ambiance était au rendez-vous. Étaient associés, cette année, les chiens guides d'aveugles.

Les résultats des épreuves

19 KILOMÈTRES

Scratch : 1^{er} : Régis Roux (1:21:44) ; 2^e : Pascal Brisaud (1:23:12) ; 3^e : Laurent Debray (1:24:10) ; **Seniors hommes** : 1^{er} : Régis Roux (1:21:44) ; 2^e : Pascal Brisaud (1:23:12) ; 3^e : Laurent Debray (1:24:10) ; **Vétérans 1 hommes** : 1^{er} : Patrick Montini (1:26:12) ; 2^e : François Guicherd (1:28:55) ; 3^e : Gilles Ferraris (1:30:50) ; **Vétérans 2 hommes** : 1^{er} : Philippe Degremont (1:31:49) ; 2^e : Daniel Bouteiller (1:38:03) ; 3^e : Gilles Lamour (1:39:45) ; **Vétérans 3 hommes** : 1^{er} : Henri Constance (1:58:56) ; 2^e : Robert Cassier (2:06:54) ; 3^e : Max Coudour (2:07:35) ; **Féminines** : 1^{er} : Martine Volay (1:44:49) ; 2^e : Isabelle Bardin (1:48:14) ; 3^e : Sylvie Girodon (1:49:12).

10 KILOMÈTRES

Scratch : 1^{er} : Wilfried Marcheval (0:46:15) ; 2^e : Pierre Paillason (0:46:32) ; 3^e : Eric Beaudet (0:46:37) ; **Seniors hommes** : 1^{er} : Wilfried Marcheval (0:46:15) ; 2^e : Pierre Paillason (0:46:32) ; 3^e : Fabien Tanguy (0:46:58) ; **Vétérans 1 hommes** : 1^{er} : Eric Beaudet (0:46:15) ; 2^e : Didier Drouin (0:57:49) ; 3^e : Bernard Paillason (0:59:10) ; **Vétérans 2 hommes** : 1^{er} : Jean-Pierre Blandin (0:51:17) ; 2^e : Patrick Ducrocq (0:52:05) ; 3^e : Patrice Marchelle (0:54:34) ; **Vétérans 3 hommes** : 1^{er} : Marc Brisson (1:05:25) ; **Féminines** : 1^{er} : Catherine Ducrocq (1:02:13) ; 2^e : Brigitte Veyrand (1:07:48) ; 3^e : Audrey Genin (1:12:01).

Annexe 3 : Les Passe-Montagnes - article paru dans le Progrès

ALBIGNY-SUR-SAÔNE

Les Passe-Montagnes changent de couleurs

**L'association de cyclistes les Passe-Montagnes
courra désormais sous de nouvelles couleurs.**



C'EST LORS de la traditionnelle cérémonie des sportifs albignolais que les Passe-Montagnes ont présenté leur nouvelle tenue à l'adjoint des associations, Gilbert Convard. Durant cette soirée, deux coureurs étaient à l'honneur : Guillemette Vest, championne du Rhône Ufolcp en féminine A et Vincent Poinignon, 3^e cadet. Ils ont tous deux reçu un prix pour les récompenser de leurs performances durant cette saison. Une partie du club était présente afin de présenter officiellement ses couleurs à la commune. Si l'association déroge un peu aux couleurs habituelles d'Albigny, à savoir le jaune et le bleu, le rouge et blanc des Passe-Montagnes, n'en doutons pas, ne laissera pas indifférent.

Cette dernière saison écoulée est très satisfaisante. L'effectif est en hausse, de très bons résultats ont été enregistrés, les coureurs se sont déplacés pour de nombreuses épreuves de la région, sans oublier la Transmontdorienne où ils étaient 16 à

s'élancer sur les sentiers des Monts-d'Or. On notera l'excellente performance de Philippe Gondelaud, bouclant les 40 km en 2 h 14, un temps remarquable pour celui qui est aussi le capitaine de route des Passe-Montagnes. Car l'âme de l'association réside dans ses différentes sorties, notamment celle du samedi, qui rassemble des pratiquants jeunes ou moins jeunes, randonneurs ou compétiteurs, pour des balades dans les Monts-d'Or, ou le plateau de l'Ain, par exemple. Les féminines sont aussi présentes le samedi, tout comme les enfants, le mercredi après-midi. Voici les rendez-vous hebdomadaires actuels : le jeudi à 18 heures, sortie route, le samedi à 13 h 30 : sortie VTT. Le départ a lieu devant la Poste.

Pour de plus amples informations, vous pouvez consulter le site web de l'association : <http://www.les-passemontagnes.fr.st> ou téléphoner au 04.78.98.13.07.