

À vos agendas, prêts, courez !

HORS STADE En 2015, près de 70 courses seront encore organisées en Vaucluse, avec des profils variés

La moyenne reste stable ces dernières années. Comme en 2014, la saison des courses hors stade 2015 comptera près de 70 dates, cross, trails et épreuves sur routes confondues. Un ratio élevé d'une course tous les 5 jours en Vaucluse, même si, bien entendu, certains week-ends seront plus chargés que d'autres.

Pour Pascal Terrane, président de la commission départementale des courses hors stade (CDCHS), ce calendrier relativement chargé "montre le dynamisme et la vitalité de notre département en ce qui concerne la course à pied. Il y a beaucoup de courses différentes, entre les trails, les relais, la route, les courses 100% féminines, les courses nocturnes. C'est aussi dû à la richesse du terroir vauclusien, qui offre des reliefs et des parcours très différents, que l'on soit au Ventoux, au bord du Rhône, et à la motivation des organisateurs. Et même si le nombre est important, il est acceptable.

Nous avons certains dimanches avec plusieurs courses, mais nous faisons en sortes d'harmoniser le tout." En évitant par exemple que deux trails de même distance aient lieu en même temps.

"Toutes les courses ou presque connaissent une progression"

Dans ce calendrier, trois épreuves font leur apparition: le Souvenir Pierre-Gourmelin à Ménerbes, une course de 15 km en hommage à M. Gourmelin décédé en début d'année; la Sevanaise (8 et 16 km) organisée par le directeur de l'hôtel Best Western Sévan à Pertuis; et le Trail des terrasses du Ventoux (24 km) à Méthamis, "avec une connotation très provençale", note l'organisateur M. Jaulin. Une autre fait son retour au calendrier après quelques années d'absence, la Foulée du Chevallong à Sablet (10,5 km).

Dans l'autre sens, la Foulée Fauconnaise disparaît, tout comme le relais du

château à la Tour d'Aigues, la Montée du Ventoux et le Ronde 66 à Bollène, alors qu'un Ekiden remplacera la Corrida de Noël à Vedène. "Ce sont la plupart du temps des organisations qui s'essouffent. Pour Faucon, les organisateurs étaient un peu déçus du nombre de participants après deux éditions. Ils voulaient faire plus grand mais ont abandonné pour le moment", note M. Terrane, alors que la fréquentation des épreuves est loin d'être un problème. "Toutes les courses ou presque connaissent une progression, et certaines sont contraintes de bloquer le nombre d'inscrits."

Et pour cause, le président de la CDCHS estime "qu'environ 1 500 personnes" dans le département pratiquent la course à pied. "C'est très difficile à évaluer, car il y a d'abord les clubs affiliés à la Fédération française d'athlétisme (FFA) qui ont une section hors stade. Il y a des associations, des sections santé-loisir, avec des pratiquants qui ne font pas

du tout de compétition, d'autres qui font une course de temps en temps, et les mordus de course à pied qui sont de toutes les épreuves..."

Quoi qu'il en soit, M. Terrane voit avec un réel plaisir le nombre de participantes augmenter. "Je prends l'exemple de mon club à Cavailhon, dans la section hors stade il y a presque plus de filles que de garçons. Elles sont très présentes sur les trails court, beaucoup moins en revanche dès que les distances sont plus longues. Mais quand on voit 1 000 participantes à l'Avignonnaise, une course 100% féminine, c'est très bien pour notre sport."

La carte ci-dessous vous donnera un aperçu complet du calendrier, avec les dates et les distances de chaque épreuve vauclusienne. De quoi planifier votre année 2015. Alors à vos agendas, prêts, courez!

Damien PETRICOLA

dpetricola@laprovence-presse.fr

DANS LE 13...

Les coureurs étant très mobiles, nul doute que les Vauclusiens n'hésitent pas à traverser la Durançe pour aller courir dans le 13. Ainsi vous pouvez ajouter aux 72 courses répertoriées ci-dessous ces quelques autres épreuves: le Trail du Glanum (14 et 26 km) à Saint-Rémy le 22 février; le Trail du Plan (7 et 15 km) à Plan d'Orgon le 29 mars; le marathon de Provence à Arles le 26 avril; l'ascension de la Montagne à Barbentane le 16 mai; la Foulée de la Crau à Saint-Martin de Crau le 3 octobre; la Ronde des Oliviers (10,4 km) à Mouriers le 18 octobre; les 10 km d'Arles le 25 octobre; et enfin la Traversée des Alpilles (8,5 et 14,5 km) à Saint-Rémy le 1^{er} novembre.

CROSS-COUNTRY

- 1 Championnat de Vaucluse (11 janvier)
- 62 Cross de Sorgues (22 novembre)

DÉFI VERTICAL

- 48 Kilomètre vertical (26 septembre) - 4 km

RAID

- 23 Grand Raid Dentelles Ventoux (16 et 17 mai) - 56 et 100 km

TRAIL

- Terra Ventoux Ocre et Limons (18 janvier) - 12 et 21 km
- Trail de Fontaine de Vaucluse (15 février) - 12 et 24 km
- Souvenir Pierre-Gourmelin (22 février) - 15 km
- Ronde de Robion (1 mars) - 6 et 12 km
- Foulée du Chasselas (7 mars) - 5 et 13 km
- Trail du Ventoux (14 et 15 mars) - 26 et 46 km
- Foulée des Félîtres (15 mars) - 5,6 et 13,5 km
- Course nature à Pertuis (22 mars) - 15 km
- Trail des vieilles pierres (5 avril) - 10 et 21 km
- Foulée de la Gau Galine (12 avril) - 15,4 km
- La Farigoulette (19 avril) - 8 et 13 km
- La Luberon (26 avril) - 11,5 et 18,5 km
- Course de la solidarité (1 mai) - 5 et 13 km
- Les Garriguettes (3 mai) - 5 et 13 km
- La Sevanaise (10 mai) - 8 et 16 km
- La Rustrelle (10 mai) - 8, 13,5 et 23 km
- Trail du Grand Luberon (24 mai) - 25 et 40 km
- La Falaise (25 mai) - 12,4 km
- La Virade dans les vignes (31 mai) - 6,5 et 12,5 km
- Trail aux mille couleurs (31 mai) - 8 et 22 km
- Foulée de la Reine Laure (6 juin) - 5 et 12,5 km
- La Montillienne (14 juin) - 5 et 12,5 km
- Trail des terrasses du Ventoux (14 juin) - 24 km
- Trail de la cerise (21 juin) - 8 et 17 km
- Traversée des dentelles (28 juin) - 10 et 21 km
- Circuit des vignes (5 juillet) - 5 et 12 km
- Foulée Jean Henri Fabre (11 juillet) - 12 km
- Foulée du Chevallong (8 août) - 10,5 km
- Foulée des Gardis (15 août) - 13,5 km
- Foulée du Grozeau (23 août) - 8,6 km
- Courir à Morières (6 septembre) - 7 et 13 km
- Trail de Beaumes de Venise (12 septembre) - 15 et 32 km
- Lou Crestaire (20 septembre) - 11,4 km
- Trail de Saint-Didier (4 octobre) - 12 et 26 km
- Ronde du Berlingot (11 octobre) - 6, 12,5 et 21,1 km
- Les Traillades (11 octobre) - 13 et 27 km
- La Virade de Plecaous (18 octobre) - 5 et 10,5 km
- Foulée de l'espoir (1 novembre) - 6 et 12 km
- Course de la Colline (11 novembre) - 12 km
- La Bacchanale (15 novembre) - 11,4 km
- Trail nocturne de Bonnieux (21 novembre) - 25 km
- Foulée Caumontoise (29 novembre) - 6,5 et 12,5 km
- Course des Lumières (29 novembre) - 12 km
- Ronde du terroir (6 décembre) - 5 et 13 km
- Eco Trail de Noël (13 décembre) - 13 km

DANS LA DRÔME

- 72 Le Buis l'aime, j'y cours (9 août) - 7 et 10 km

DANS LE GARD

- 69 Championnat inter régional (8 février)
- 70 Traverée des vendanges (18 octobre) - 40 km
- 71 Foulée des Vignerons (22 novembre) - 10,5 km

ROUTE

- Tour des remparts (1 février) - 11 km
- Relais Night Fever (28 mars) - 3x5 km ou 10 km
- 10 km Auchan Le Pontet (5 avril) - 10 km
- Semi-marathon de Cavailhon (12 avril) - 21 km
- L'Avignonnaise (19 avril) - 6 km
- Tour pédestre de la ceinture verte (7 juin) - 10 km
- Duo nocturne de Plecaud (3 juillet) - 8 km
- Ronde de Saint-Didier (4 juillet) - 3x4 km
- Tour des 3 portes (19 juillet) - 10 km
- Semi-marathon du Ventoux (26 juillet) - 21,6 km
- Course Thomas Piquet (13 septembre) - 10 km
- Marathon d'Albion (20 septembre) - 42,195 km
- 10 km de la Cité des Papes (27 septembre) - 10 km