

REVUE DE PRESSE



3^{ÈME} ÉDITION DE LA
VOLVIC VOLCANIC EXPÉRIENCE

30, 31 MAI & 1^{ER} JUIN 2019

Sommaire

Unesco : le projet de territoire se met en marche Info magazine (Puy-de-Dôme) - 21/01/2019	12
La Volvic Volcanic Experience : un événement unique et épique clermont-sports.fr - 25/01/2019	14
Merci les Négresses Vertes ! La Montagne Clermont Limagne - Clermont Limagne - 25/01/2019	15
Les bénévoles de la VVX La Montagne Riom - Riom - 27/01/2019	16
Insolite : le petit chien sauvé par les traileurs de la VVX ! Widermag.com - 28/01/2019	17
Les bénévoles de la VVX LaMontagne.fr - 29/01/2019	18
Volvic Volcanic Experience : immersion sportive au coeur des volcans ! Widermag.com - 29/01/2019	19
Premières sorties pour les vététistes La Montagne Riom - Riom - 30/01/2019	20
Des vœux municipaux pleins d'optimisme LaMontagne.fr - 31/01/2019	21
VVX : les dernières nouvelles ! Widermag.com - 07/02/2019	22
3EME EDITION DE LA VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE DU 29 MAI AU 1ER JUIN esprit-trail.com - 07/02/2019	23
Cimes et falaises de Provence Le Populaire du Centre Haute-Vienne - Haute-Vienne - 09/02/2019	25
Cimes et falaises de Provence La Montagne Brive - Brive - 09/02/2019	26
Cimes et falaises de Provence Le Berry Républicain Bourges - Bourges - 09/02/2019	27
Pierre Verdier, le coureur solidaire Info magazine (Puy-de-Dôme) - 18/02/2019	28
LE TOP 10 de L'ACTU Info magazine (Puy-de-Dôme) - 18/02/2019	29
Troisième édition de Volvic Volcanic Experience : de nouvelles sensations immersives à découvrir du 29 Mai au 1er Juin 2019 ! pressnut.com - 18/02/2019	33
VVX : les temps forts de ce grand week-end !	34

Widermag.com - 19/02/2019	
Pierre Verdier, le coureur solidaire info-mag-annonce.com - 19/02/2019	35
Un trail de 220 km, Wazoo et Minuit en concert, Kilian Jornet... Quatre choses à savoir sur la VVX à Volvic LaMontagne.fr - 22/02/2019	37
La troisième édition de l'événement « sportif, culturel et festif » aura lieu du 30 mai au 1er juin La Montagne Clermont Limagne - Clermont Limagne - 25/02/2019	40
Vyx Trails endurance mag - 01/03/2019	42
3, 2,1... PARTAGEZ ! Running Pour Elles - 01/03/2019	43
Le groupe auvergnat Wazoo célèbre ses 20 ans de scène LaMontagne.fr - 01/03/2019	45
Le conseil municipal de Volvic a soufflé un air de début de campagne LaMontagne.fr - 01/03/2019	49
PREPARER LE 43-KM DE LA VVX (VOLVIC VOLCANIQUE EXPÉRIENCE) Nature Trail - 01/03/2019	51
Un territoire en fête Puy-de-Dôme en mouvement - 01/03/2019	53
Le conseil municipal de jeudi soir a été agité par l'opposition La Montagne Riom - Riom - 02/03/2019	54
Tournée 2019 La Montagne Clermont Métropole - Clermont Métropole - 03/03/2019	55
VVX Volvic Volcanique Expérience wondertrail.fr - 04/03/2019	56
LE BAC RENOUVELLE SA COURSE AVEC L'ARTIÈRE TRAIL clermont-sports.fr - 05/03/2019	59
Auvergne : des communes touristiques se regroupent autour de Terra Volcana QuotidienDuTourisme.com - 08/03/2019	61
3ème édition de la Volvic Volcanic Expérience lejournaldeleco.fr - 08/03/2019	62
La 3ème Volvic Volcanic Experience approche ! altitude.news - 09/03/2019	63
Vibrez avec la VVX du 30 mai au 1er juin NewsAuvergne.com - 11/03/2019	65
L'Ecotrail de Paris en guise d'échauffement Les Informations Dieppoises - 26/03/2019	67

Des volcans et des hommes Lyonne.fr - 30/03/2019	69
Des volcans et des hommes veille.fr - 30/03/2019	71
Des volcans et des hommes lepopulaire.fr - 30/03/2019	73
Des volcans et des hommes lejdc.fr (Journal du Centre) - 30/03/2019	75
Des volcans et des hommes lechorepublicain.fr - 30/03/2019	77
Des volcans et des hommes Leberry.fr - 30/03/2019	79
Des volcans et des hommes larep.fr - 30/03/2019	81
Des volcans et des hommes LaMontagne.fr - 30/03/2019	83
Des volcans & des hommes Le Populaire du Centre Haute-Vienne - Haute-Vienne - 30/03/2019	85
Des volcans & des hommes La Montagne Brive - Brive - 30/03/2019	86
Des volcans & des hommes Le Berry Républicain Bourges - Bourges - 30/03/2019	87
Plusieurs rendez-vous programmés pour la saison d'été La Montagne Cantal - Cantal - 01/04/2019	88
Le nouvel office de tourisme a donné le coup d'envoi de sa première saison La Montagne Riom - Riom - 01/04/2019	89
REVEILLE LE VOLCAN qui sommeille en toi Esprit Trail - 01/04/2019	90
Plusieurs rendez-vous programmés pour la saison d'été La Montagne Hte-Loire - Hte-Loire - 03/04/2019	92
Expérience scientifique aux « Muletiers » La Montagne Clermont Métropole - Clermont Métropole - 07/04/2019	93
3ème Edition de la Volvic Volcanic Experience du 29 Mai au 1er Juin 2019 trail-session.fr - 08/04/2019	94
VOLVIC MELE SPORT ET FETE SUR TROIS JOURS CNEWS - 09/04/2019	99
La VVX recherche des bénévoles Info magazine (Puy-de-Dôme) - 15/04/2019	100

VIDÉOS - Les Négresses vertes en concert dans "Le Grand Studio RTL" Rtl.fr - 19/04/2019	101
Kilian JORNET : Invité prestigieux de la Volvic Volcanic Experience 2019 trail-session.fr - 22/04/2019	102
Réunion studieuse pour Balinzat La Montagne Riom - Riom - 24/04/2019	106
VVX DU 30 MAI AU 1ER JUIN esprit-trail.com - 26/04/2019	107
30 MAI - 1ER JUIN — VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE (63) Balades - 01/05/2019	109
Deux Ambertois du Team Run Forez alignés au départ des 100 km du Grand Raid du mont Ventoux LaMontagne.fr - 01/05/2019	110
Les facteurs de la performance en descente ! Nature Trail - 01/05/2019	111
Au coeur des volcans d'Auvergne Jogging International - 01/05/2019	115
Olivier Brisson et Charley Savy étaient au départ de la course mythique de 100 km La Montagne Thiers-Ambert - Thiers-Ambert - 02/05/2019	116
Les jeunes musiciens mis à l'honneur La Montagne Riom - Riom - 04/05/2019	117
La VVX dans les starting-blocks info-mag-annonce.com - 12/05/2019	118
La VVX dans les starting-blocks Info magazine (Puy-de-Dôme) - 13/05/2019	119
Trails au coeur des volcans ! clermont-sports.fr - 17/05/2019	121
La Volvic Volcanic Experience revient en 2019 ! petitfute.com - 18/05/2019	123
Sclérose en plaques : Aurélie va courir 110 km dans les volcans d'Auvergne pour faire connaître sa maladie francebleu.fr - 23/05/2019	124
Volvic Volcanic Expérience : la "Reco" sports-auvergne.fr - 24/05/2019	125
Volvic Volcanic Expérience : la "Reco" LaMontagne.fr - 24/05/2019	126
TÉLÉGRAMMES La Montagne Thiers-Ambert - Thiers-Ambert - 24/05/2019	127
Nos coups de cœur loisirs et culturels dans l'arrondissement de Riom à destination des jeunes LaMontagne.fr - 24/05/2019	128

Trois jours à Limoges et Solignac Le Populaire du Centre Haute-Vienne - Haute-Vienne - 25/05/2019	131
Trois jours à Limoges et Solignac La Montagne Moulins - Moulins - 25/05/2019	132
Une soirée pour les bénévoles de la VVX La Montagne Riom - Riom - 26/05/2019	133
Une soirée pour les bénévoles de la VVX LaMontagne.fr - 26/05/2019	134
L'agenda sportif de la semaine en Auvergne LaMontagne.fr - 28/05/2019	135
Quatre bonnes raisons de participer à la Volvic volcanic experience sports-auvergne.fr - 29/05/2019	137
Quatre bonnes raisons de participer à la Volvic volcanic experience LaMontagne.fr - 29/05/2019	139
3e édition de la VOLVIC VOLCANIC EXPÉRIENCE du 30 mai au 1er juin – Un programme de conférences et des animations volcaniques ! wondertrail.fr - 29/05/2019	141
Volvic Volcanic experience La Montagne Clermont Métropole - Clermont Métropole - 29/05/2019	144
Un chiffre La Montagne Clermont Métropole - Clermont Métropole - 29/05/2019	145
Trois jours de festivités avec la Volvic Volcanic Experience La Montagne Riom - Riom - 29/05/2019	146
Du sport, de la culture et des soirées festives au programme de la VVX du 29 mai au 1er juin La Montagne Clermont Métropole - Clermont Métropole - 29/05/2019	147
Des élites du trail participent aux courses et aux animations La Montagne Clermont Métropole - Clermont Métropole - 29/05/2019	148
« L'Expérience Grande Traversée Volcanic » démarre, ce matin, de la station du Lioran La Montagne Clermont Métropole - Clermont Métropole - 29/05/2019	149
Infos pratiques La Montagne Cantal - Cantal - 30/05/2019	150
Vingt-cinq ultra-traileurs lancés dans la traversée des volcans d'Auvergne entre le Lioran (Cantal) et Volvic (Puy-de-Dôme) LaMontagne.fr - 30/05/2019	151
Puy-de-Dôme : un trail de 110 km pour prouver que sclérose en plaques et sport ne sont pas incompatibles Francetvinfo.fr - 30/05/2019	153
Premiers départs dans la nuit sur le site du Goulet, à Volvic (4 h) La Montagne Clermont Métropole - Clermont Métropole - 30/05/2019	155

LES RENDEZ-VOUS La Montagne Clermont Métropole - Clermont Métropole - 30/05/2019	156
Deux coureurs s'alignent au départ des 110 kilomètres de la VVX pour combattre la sclérose en plaques LaMontagne.fr - 30/05/2019	157
Deux coureurs au départ de la VVX pour combattre la sclérose en plaques sports-auvergne.fr - 30/05/2019	159
Deux coureurs au départ de la VVX pour combattre la sclérose en plaques LaMontagne.fr - 30/05/2019	160
Depuis hier, 25 coureurs rallient Le Lioran à Volvic Le Populaire du Centre Haute-Vienne - Haute-Vienne - 30/05/2019	161
Depuis hier, 25 coureurs rallient Le Lioran à Volvic La Montagne Clermont Métropole - Clermont Métropole - 30/05/2019	162
VVX : trail, découverte et convivialité sous le soleil pour cette 3eme édition ! Widermag.com - 31/05/2019	163
VVX : Des courses, des exploits, des concerts... esprit-trail.com - 31/05/2019	164
Volvic Volcanic Expérience : Dawa Sherpa, l'éloge de la sérénité sports-auvergne.fr - 31/05/2019	166
Volvic Volcanic Expérience : Dawa Sherpa, l'éloge de la sérénité LaMontagne.fr - 31/05/2019	168
Trail. Kilian Jornet : « Comme un écrivain, je veux être dans la création » maville.com - 31/05/2019	170
Des milliers de personnes réunies à la VVX, à Volvic, pour faire la fête et découvrir des sports LaMontagne.fr - 31/05/2019	171
CONCERT CLOTURE - KAWRITES - MINUIT - YAROL Etudiant.aujourd'hui.fr (parisetudiant.com) - 31/05/2019	172
Cinq idées de sorties ce week-end dans le Puy-de-Dôme LaMontagne.fr - 31/05/2019	173
Volvic Volcanic Expérience - Kilian Jornet «Je vis au jour le jour» NewsAuvergne.com - 31/05/2019	176
Nos coups de cœur loisirs et culturels dans l'arrondissement de Riom à destination des jeunes LaMontagne.fr - 31/05/2019	178
Kilian Jornet à la Volvic Volcanic Expérience NewsAuvergne.com - 31/05/2019	181
Yarol Poupaud, Minuit et Kawrites à Volvic La Montagne Clermont Métropole - Clermont Métropole - 31/05/2019	183
Volvic Volcanic Expérience le-sportif.com - 31/05/2019	184

Trois jours de découverte avec la Volvic Volcanic Expérience La Montagne Clermont Métropole - Clermont Métropole - 31/05/2019	185
L'Expérience Grande Traversée Volcanic le-sportif.com - 31/05/2019	186
Kilian Jornet à la Volvic Volcanic Expérience : « Je vis au jour le jour » Le Progrès Haute-Loire - Haute-Loire - 31/05/2019	187
Kilian Jornet à la Volvic Volcanic Expérience : « Je vis au jour le jour » Leprogres.fr - 31/05/2019	188
Ils courent l'ultra-trail pour évoquer la sclérose en plaque La Montagne Riom - Riom - 31/05/2019	189
À la rencontre des légendes du trail La Montagne Clermont Métropole - Clermont Métropole - 31/05/2019	190
5 EVENEMENTS EN AUVERGNE RHONE-ALPES Wider le magazine outdoor Hors Série - Hors Série - 01/06/2019	191
Volvic Volcanique Expérience- Retour aux origines du trail lecourrierdesentreprises.fr - 01/06/2019	197
Ultra-trail Ouest France Château-Gontier - Château-Gontier - 01/06/2019	199
Sur les sentiers, sous les bois ou dans les rues, la VVX déplace les foules La Montagne Thiers-Ambert - Thiers-Ambert - 01/06/2019	200
Sangé Sherpa a réveillé le volcanqui sommeillait en lui L'Est Républicain Belfort - Belfort - 01/06/2019	201
Le Népalais a remporté le 1er trail Chaîne des Puys-Faille de Limagne La Montagne Thiers-Ambert - Thiers-Ambert - 01/06/2019	202
La grande traversée, une expérience ultime de 220 kilomètres La Montagne Issoire - Issoire - 01/06/2019	203
Kilian Jornet : « Ma vie est faite de 80 % de silence » Ouest France - 01/06/2019	204
Kilian Jornet : "J'ai du mal à comprendre pourquoi je suis admiré" LaMontagne.fr - 01/06/2019	205
Kilian Jornet : "J'ai du mal à comprendre pourquoi je suis admiré" sports-auvergne.fr - 01/06/2019	207
De nombreuses animations organisées en marge des courses La Montagne Clermont Volcans - Clermont Volcans - 01/06/2019	209
D'autres qualifiés sur des Championnats de France L'Union Vitry-le-François - Vitry-le-François - 01/06/2019	210
Clermont. La Montagne Clermont Volcans - Clermont Volcans - 01/06/2019	211

Ambiance les bois de la Nugère La Montagne Riom - Riom - 01/06/2019	212
12:08:11 Résultats du trail de Volvic Volcanic FRANCE 3 AUVERGNE - 12-13 auvergne - 01/06/2019	213
Rejouez la grande évasion Men's Fitness (FR) - 01/06/2019	214
PROPOS D'UN JOUR La République du Centre Orléans - Orléans - 02/06/2019	215
PROPOS D'UN jour Le Populaire du Centre Haute-Vienne - Haute-Vienne - 02/06/2019	216
PROPOS D'UN MONTAGNARD La Montagne Clermont Métropole - Clermont Métropole - 02/06/2019	217
PROPOS D'UN jour Le Journal du Centre - 02/06/2019	218
PROPOS D'UN JOUR L'Echo Républicain Eure-et-Loir - Eure-et-Loir - 02/06/2019	219
PROPOS D'UN jour Le Berry Républicain Bourges - Bourges - 02/06/2019	220
VVX 2019 : les volcans d'Auvergne se sont réveillés ! Widermag.com - 02/06/2019	221
VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE : les volcans se sont réveillés ! generation-trail.com - 02/06/2019	223
La VVX: les meilleurs moments de la dernière journée LaMontagne.fr - 02/06/2019	225
LA VVX SE TERMINE EN FÊTE SOUS UN SOLEIL D'ÉTÉ A VOLVIC La Montagne Clermont Métropole - Clermont Métropole - 02/06/2019	226
Kilian Jornet, invité d'honneur de la Volvic Volcanic Experience Francetvinfo.fr - 02/06/2019	227
19:15:40 Volvic Volcanic Expérience. 19:15:57 FRANCE 3 AUVERGNE - 19-20 auvergne - 02/06/2019	228
Ultra-trail. Expérience Grande Traversée Volcanic : aux sources de l'ultra... Ouest-france.fr - 03/06/2019	229
Ultra-trail. Expérience Grande Traversée Volcanic : aux sources de l'ultra... maville.com - 03/06/2019	232
VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE 2019 trails-endurance.com - 03/06/2019	236
Julie et Benjamin Dumas , de Riom, tiennent la distance en couple et en trail LaMontagne.fr - 04/06/2019	238

C'était Volcanique ! clermont-sports.fr - 04/06/2019	240
En couple depuis dix ans, Julie et Benjamin Dumas ont couru le 15 km de la VVX La Montagne Riom - Riom - 04/06/2019	242
VVX : 110km dans la peau d'un traileur LaMontagne.fr - 05/06/2019	243
Les entreprises accompagnent la transition touristique des stations de montagne LesEchos.fr - 05/06/2019	244
Les entreprises accompagnent la transition touristique des stations Les Echos - 05/06/2019	245
On a suivi les coureurs de l'ultra trail de 220 km entre Super-Lioran (Cantal) et Volvic (Puy-de-Dôme) LaMontagne.fr - 06/06/2019	246
Expérience Grande Traversée Volcanic 2019 - La vidéo Ski-nordique.net - 07/06/2019	247
Volvic-Unterschneidheim, 31 ans déjà ! La Montagne Riom - Riom - 07/06/2019	248
Belles performances des Capiens La Manche Libre - 08/06/2019	249
Kilian Jornet était l'ambassadeur de la Volvic Volcanic Experience La Montagne Cantal - Cantal - 09/06/2019	250
Kilian Jornet était l'ambassadeur de la Volvic Volcanic Experience Le Populaire du Centre Haute-Vienne - Haute-Vienne - 10/06/2019	252
Des Cantaliennes dans La Montagne Cantal - Cantal - 11/06/2019	254
Au Running Club Arpajon La Voix du Cantal - 13/06/2019	256
Gérald Berthieracouru surletoit de l'Auvergne Le Pays Charlieu - Charlieu - 13/06/2019	257
Au Running Club Arpajon Le Réveil Cantalien - 14/06/2019	258
Les coureurs du GSN brillent partout où ils vont La Montagne Creuse - Creuse - 14/06/2019	259
La rue de la Libération en travaux cet automne La Montagne Riom - Riom - 15/06/2019	260
Rousset et Pomerol dans l'esprit L'Alsace Altkirch - Altkirch - 17/06/2019	261
19:16:30 Trail : zoom sur la Grande Traversée VVX FRANCE 3 AUVERGNE - 19-20 auvergne - 23/06/2019	263

Un lever de soleil magique depuis le Puy de Dôme... unpieddanslesnuages.com - 25/06/2019	264
Auvergne: Un lever de soleil magique depuis le Puy de Dôme... par mali-cyel Hellocoton.fr - 25/06/2019	270
Willy Dujardin, un X(trem)-men Courrier Cauchois Caux Littoral - Caux Littoral - 28/06/2019	271
UNE "VOLCANIC EXPÉRIENCE" L'Observateur de Beauvais - 28/06/2019	272
La Ferté-Bernard. Grégory Bouttier s'affirme sur les plus beaux ultratrails maville.com - 30/06/2019	273
La Ferté-Bernard. Grégory Bouttier s'affirme sur les plus beaux ultratrails lemainelibre.fr - 30/06/2019	275
Grégory Bouttier s'affirme sur les plus beaux ultratrails Le Maine Libre Grand Mans - Grand Mans - 30/06/2019	277
VVX : LA CONVIVIALITE AVANT TOUT ! Wider le magazine outdoor - 01/07/2019	279
3EME EDITION DE LA VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE DU 29 MAI AU 1ER JUIN Nature Trail - 01/07/2019	280
VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE wondertrail.fr - 02/07/2019	281
La VVX : une expérience sportive, nature et gastronomique Babel-voyages.com - 03/07/2019	284
Il y a un an, le site de la Chaîne des puys-Faille de Limagne devenait patrimoine mondial La Montagne Clermont Métropole - Clermont Métropole - 03/07/2019	285
LA VVX SECOUE LA PLANÈTE TRAIL Running Attitude - 01/08/2019	287
3 QUESTIONS A KILIAN JORNET Running Attitude - 01/08/2019	288
PRESSE INTERNATIONALE	289
RESEAUX SOCIAUX	325



Unesco : le projet de territoire se met en marche

Les élus départementaux ont dévoilé les premières actions et tracé les perspectives de l'après-inscription de la Chaîne des Puys/Faille de Limagne au patrimoine mondial. « Préserver, fédérer et faire rayonner » seront les maître-mots des mois et années à venir.

« **C'**est maintenant que tout commence... »

A travers une formule, Jean-Yves Gouttebel a résumé ce qui attend désormais les élus et les responsables en charge de donner corps à l'inscription du Haut lieu tectonique Chaîne des Puys/Faille de Limagne au patrimoine mondial de l'Unesco. A l'occasion d'une soirée organisée à la chapelle des Cordeliers, à Clermont-Ferrand, où se retrouvaient les maires concernés par cette inscription et de nombreux partenaires de la candidature, le président du Conseil départemental du Puy-de-Dôme a dévoilé les grands axes de développement de cet écrin naturel, qui se retrouve aujourd'hui propulsé au même rang que le Grand canyon, au USA, ou que les prestigieux parcs du rift africain.

FEDERER ET ACCROITRE LE RAYONNEMENT

Le premier axe sera consacré à la préservation et la



Le sénateur Eric Gold et le président du Département, Jean-Yves Gouttebel, les deux hommes forts de la candidature victorieuse.

valorisation du site. « On peut être inscrit mais l'on peut être aussi désinscrit », a averti dans son allocution Jean-Yves Gouttebel, avant de rappeler que la valorisation de l'ensemble ne pourra se réaliser sans le « concours direct » des services de l'Etat, du parc des Volcans, les 30 communes du périmètre du bien, les propriétaires pri-

vés et les partenaires engagés dans la Fondation Chaîne des puys/Faille de Limagne. Plusieurs actions (dont certaines sont déjà engagées) seront menées : fermeture et réaménagement qualitatif des carrières de pouzzolane, suppression du zoo d'Or-cines et de l'ancienne sta-

tion-service, poursuite du pastoralisme sur les différents puys, stratégie de gestion de la fréquentation, etc. Pour le Président, cela « demande du temps mais ce sont les conditions sine qua non de la poursuite d'un véritable projet de territoire. »

Le deuxième axe, lui, visera à fédérer et à conserver

la dynamique citoyenne. A ce titre, le Conseil départemental va relancer la démarche « Ambassadeurs de la Chaîne des Puys/Faille de Limagne. » (voir ci-dessous). Pour Jean-Yves Gouttebel, il s'agit en effet d'une démarche « qui doit être partagée par tous », particuliers, entreprises, collectivités...

Enfin, le dernier axe visera à accroître le rayonnement touristique à l'international. Campagne de promotion sur tous les vols Air France long courrier lors du 1^{er} semestre 2019, collaboration avec les offices de tourisme, renforcement des partenariats scientifiques avec l'Université Clermont Auvergne et les acteurs internationaux... In fine, il s'agit aussi de viser un objectif : devenir un site pilote de l'Agenda 2030 en France et en Europe.

« C'est le début d'une phase importante, celle où l'on décide ensemble où l'on doit aller », trace déjà Jean-Yves Gouttebel.

> Jean-Paul BOITHIAS

TOUS AMBASSADEURS, ACTE 2 !

Être ambassadeur, c'est afficher son soutien et sa fierté d'appartenir à ce territoire, le faire connaître et partager ses expériences et ses bonnes pratiques. Cette démarche est ouverte à tous : Puydômois, expatriés, visiteurs, associations, entreprises... A partir du 20 février prochain, il sera possible de s'inscrire par e-mail : ambassadeurs.cpf@puy-de-dome.fr ou sur le site www.chainedespuys-faille-delimagne.com. La personne recevra ensuite un « kit » Ambassadeurs.

LE PROGRAMME DE FESTIVITÉS 2019

Le 28 janvier, à 18h30 : conférence publique à l'Ecole de Droit de Clermont-Ferrand (amphi Michel de l'Hospital) sur le thème : « Une inscription au patrimoine mondial et après ? Le récit passionnant du bassin minier Nord-Pas de Calais. » La présentation

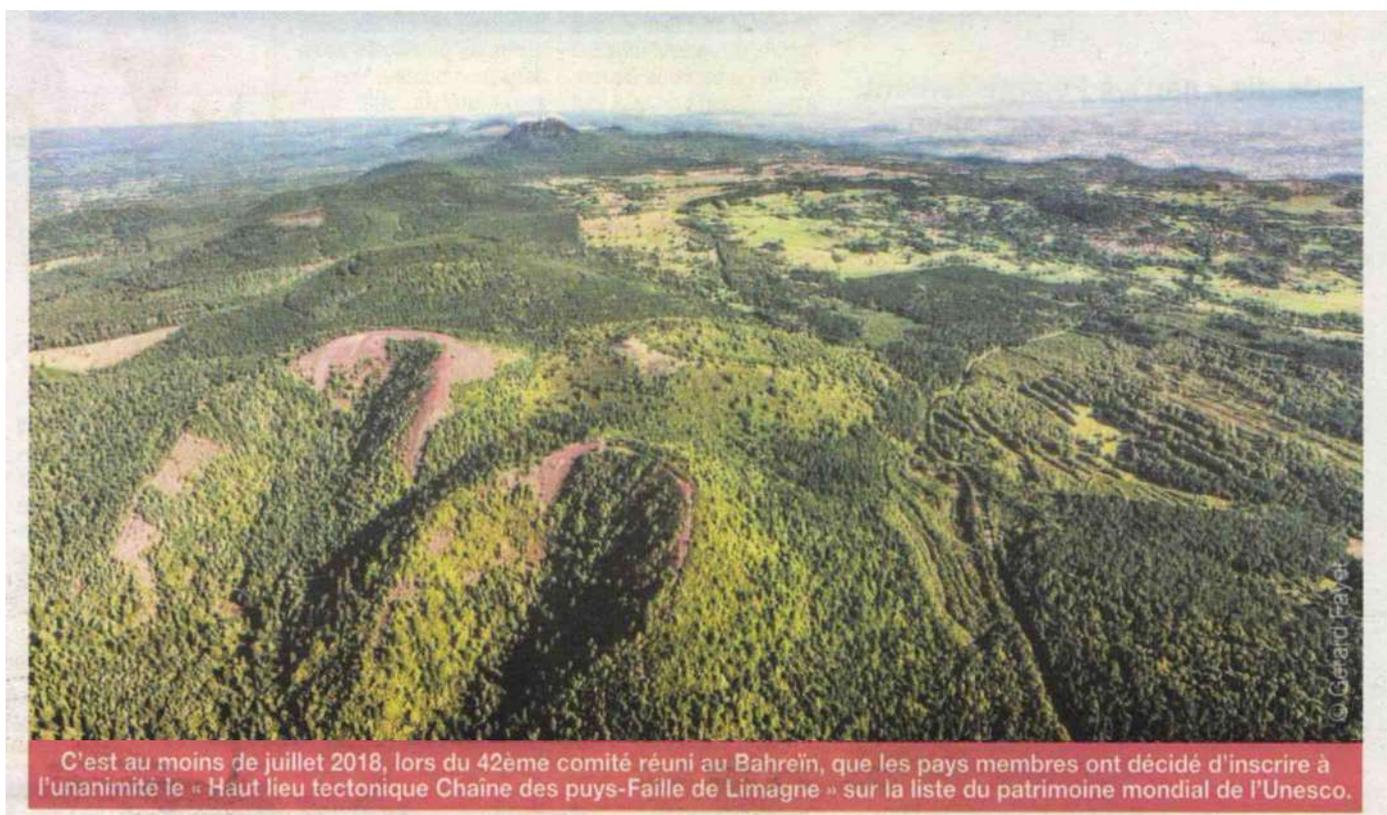
sera faite par Jean-François Caron, élu de cette région.

Mars : organisation des réunions publiques Unesco, actions de promotions touristiques « Destination Auvergne ». **Mai/Juin :** lancement de la nouvelle marque de territoire « Chaîne des puys/

Faille de Limagne » ; Volvic Volcanic Experience, Festival Nuées Ardentes, Horizon Sancy...

6 juillet : célébration du premier anniversaire de l'inscription.

Septembre : randonnées « Au bonheur des Dômes. »





La Volvic Volcanic Experience : un événement unique et épique

La **VVX** dans sa forme abrégée, c'est tout d'abord un rassemblement, un cri d'amour pour la nature et les majestueux Volcans d'Auvergne. Rarement un événement n'aura autant mis en avant son produit, que ce soit par des balades enchantées, des parcours ardues, des rencontres avec les habitués des pentes auvergnates ou la folie de **l'Expérience Grande Traversée Volcanic**. C'est bien là où se situe le plus important, la performance sportive exceptionnelle du **XGTV**, le nouveau format de course de l'organisation. Toute récemment inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO, la Chaîne des Puys va pour l'occasion devenir un outil de découverte et de performance. Du 29 mai au 1er juin, **VVX** investit ce décor exceptionnel. Les organisateurs décrivent eux-mêmes le moment comme « une odyssée sensorielle au contact d'une nature vivante et préservée. » Le concept est prometteur et a déjà attiré un bon nombre d'inscrits que ce soit pour les balades, l'expérience Trail Volcanique (25 km), la Rando de la Pierre (15km), le Trail Pierre de Lave (15km), le Trail Chaîne des Puys (110 kilomètres) ou pour le dingue **XGTV** (220 kilomètres). L'exploit physique est énorme, bien entendu pas accessible à n'importe qui. Départ le mercredi 29 mai de la station du Lioran, les coureurs auront 62 heures pour rejoindre Volvic, un vrai défi contre la nature. Enfin plutôt avec la nature, car c'est bien là l'objectif des organisateurs, faire corps avec les volcans. Jusqu'à faire découvrir les ateliers d'artistes de la pierre de Volvic ou encore l'Impluvium de la ville. La **VVX** affiche presque complet ! Lancées le 28 septembre dernier, les inscriptions sur les 3 grands formats de courses traditionnelles de la **VVX**, sont fermées car complètes depuis plusieurs semaines. Il reste quelques places sur le 15 Km ! Sur le nouveau et grand format, **Expérience Grande Traversée Volcanic**, les inscriptions sont lancées depuis quelques jours ! Infos et inscription sur : <http://sportips.fr/volvic-vvx/> Crédit photo : Gerard Fayet Share this: Twitter Facebook Google WordPress: J'aime chargement... Articles similaires Football - Volvic se déplace à Riom pour le Derby ! Football - Volvic se déplace à Riom pour le Derby ! L'affiche de ce mercredi 19 septembre se tiendra à Riom, qui accueillera le CS Volvic pour un derby qui s'annonce tonitruant ! Pour rappel Volvic descend tout juste de national 3 et affrontera une équipe de Riom nouvelle dans ce championnat régional 1. Début du match à 20 heures au... 15 septembre 2018 Roland Vieira : « Nous devons produire notre meilleur football si on veut s'en sortir contre Volvic » Roland Vieira : « Nous devons produire notre meilleur football si on veut s'en sortir contre Volvic » Ce samedi en Coupe de France Volvic reçoit les Altiligériens, actuellement second de National 2. Un sacré défi face à un club deux divisions au-dessus, Clermont Sports a posé quelques questions à Roland Vieira le coach du Puy Football Club 43. Le Puy est actuellement deuxième en National 2, la... 17 novembre 2018 Le Swimrun à l'épreuve de la Chaîne des Puys Le Swimrun à l'épreuve de la Chaîne des Puys Arrivé tout droit de Suède, le Swimrun est un sport en plein essor en France. Il alterne entre course à pied et nage en eaux libres, au sein même de nos plus beaux sites naturels, et tout cela en binôme. Le Swimrun Chambon Sancy vous donne rendez-vous le week-end du... 27 juin 2018



Merci les Négresses Vertes !

Clermont, un jeudi soir où il était comme impossible de travailler Ça devient un grand classique, une habitude Une fois de plus vous ne trouverez pas de compte-rendu du concert d'hier soir à la Coopérative de Mai. Celui des Négresses Vertes. Il y avait du monde, une salle presque pleine, soit 1. 300 personnes pour le retour de la bande conduite par Mellino. C'était, vraiment, un plaisir de les retrouver. La valse, l'Homme des marais, Zobi bien sûr Ce fut, très certainement, un excellent moment. Enfin, c'est ce que l'on peut imaginer puisque vous savez quoi ? Au dernier moment, nous avons découvert que la seule possibilité de faire une photographie des musiciens sur scène était d'attendre l'avant-dernier morceau du concert soit près d'une heure

trente et qu'ensuite il fallait envoyer cette photo, par mail, pour validation par le management du groupe. Merci pour tout. Et surtout pour la confiance faite aux gens dont c'est le métier de faire des photos, toute l'année, et qui globalement, le font plutôt bien. Bref, nous avons décidé, comme en début de semaine pour la diva Peter Hook, de ne pas accepter ces conditions déplorables. Il est impossible de travailler ainsi. Pourquoi les groupes pratiquent-ils de la sorte ? Pourquoi un groupe à la cool, tranquille, au calme quoi t'as raison ouais comme les Négresses, impose cela ? Un groupe qui n'a pas vu la lumière depuis le début des années 2000. Un groupe dont nous avons annoncé le passage plus que largement dans nos colonnes, lors du rendez-vous raté pour VVX à Volvic

il y a des mois, et encore cette fois. Un groupe dont nous avons donc contribué à la promotion. Parce que c'est notre métier et qu'il nous semble juste de le pratiquer ainsi. Pour nos lecteurs. Pour les artistes. Pour le public. Pour tout le monde quoi. À bon entendeur. Bonne route Les Négresses vertes. Mais nous ne serons peut-être pas au rendez-vous lors de votre prochain passage. « Aie bodega bodega, chante nos joies et nos folies »
Julien Dodon ■



Les bénévoles de la VVX

Volvic. Les bénévoles de la VVX toujours plus nombreux. La première réunion « Bénévoles VVX 2019 » (Volvic volcanic experience) a eu lieu à la salle des fêtes.

Le comité de pilotage, constitué de Jean-Michel Chopin, Thierry Courtadon, Bernard Échalier et Mohand Hamoumou, a présenté les avancées de cette nouvelle édition aux nombreux bénévoles présents. Il a rappelé les valeurs éco-responsables, sportives, culturelles et familiales de cet événement. Les noms des artistes et les compagnies de la programmation culturelle ont été dévoilés.

Du côté sportif, le nombre d'inscrits est en hausse par rapport à la même date l'an dernier, ce qui est de bon augure.

En effet, seul le trail de 15 km dispose encore de quelques places disponibles. Les distances 110 km et 43 km et 25 km sont complètes.

Cette année encore, les bénévoles ont répondu présents avec plus de 150 participants lors de cette première réunion.

Pratique. Toutes les personnes souhaitant participer en tant que bénévoles doivent s'inscrire sur le site de la VVX à partir du 1^{er} février. Une prochaine réunion d'organisation aura lieu afin de définir les différents postes de bénévolat à pourvoir. [https : //www.volvic-vvx.com/contact-benevoles/](https://www.volvic-vvx.com/contact-benevoles/)

■



Insolite : le petit chien sauvé par les traileurs de la VVX !

C'est une vidéo touchante que nous partageons ici. La semaine dernière, un voyage de presse réunissait les journalistes européens autour de la **Volvic Volcanic Experience**. Deux jours pour découvrir les volcans d'Auvergne, à travers les sentiers enneigés des Puys. Le décor sera certes très différents en mai prochain pour les épreuves de la VVX, mais l'expérience était déjà belle pour nos collègues venus notamment du Royaume-Unis et d'Italie. Une reconnaissance qui leur a aussi permis une bonne action. En compagnie de membres de l'organisation, il descendait un sentier enneigé lorsqu'ils ont retrouvé un petit chien, visiblement perdu et seul dans la neige depuis un bon moment. Après lui avoir porté secours, l'avoir emmitouflé dans une couverture de survie, les traileurs l'ont redescendu jusqu'aux véhicules. Le soir même, le petit chien, réchauffé et repus, a même pu retrouver ses maîtres qui l'avaient perdu en montagne au cours d'une sortie. Happing End!



Les bénévoles de la VVX



Volvic. toujours plus nombreux. La première réunion « Bénévoles VVX 2019 » (Volvicvolcanic experience) a eu lieu à la salle des fêtes.

Le comité de pilotage, constitué de Jean-Michel Chopin, Thierry Courtadon, Bernard Échalier et Mohand Hamoumou, a présenté les avancées de cette nouvelle édition aux nombreux bénévoles présents.

Il a rappelé les valeurs éco-responsables, sportives, culturelles et familiales de cet événement. Les noms des artistes et les compagnies de la programmation culturelle ont été dévoilés.

Du côté sportif, le nombre d'inscrits est en hausse par rapport à la même date l'an dernier, ce qui est de bon augure.

En effet, seul le trail de 15 km dispose encore de quelques places disponibles. Les distances 110 km et 43 km et 25 km sont complètes. Cette année encore, les bénévoles ont répondu présents avec plus de 150 participants lors de cette première réunion.

Pratique. Toutes les personnes souhaitant participer en tant que bénévoles doivent s'inscrire sur le site de la VVX à partir du 1^{er} février. Une prochaine réunion d'organisation aura lieu afin de définir les différents postes de bénévolat à pourvoir. <https://www.volvic-vvx.com/contact-benevoles>



VolvicVolcanicExperience : immersion sportive au coeur des volcans !

La **VolvicVolcanicExperience - VVX** - propose une immersion sportive dans un cadre d'exception, un des lieux le plus emblématique de l'Auvergne: la Chaîne des Puys - Faille de Limagne, récemment inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. Au cœur de cette nature unique, la **VVX** est, pour tous les sportifs, traileurs ou randonneurs, une odyssée sensorielle au contact d'une nature vivante et préservée. Mais au-delà de la performance sportive, les organisateurs invitent à la curiosité, au partage d'un véritable moment convivial avec les gens d'ici, et à s'émerveiller de leur savoir-faire : « Après votre effort, revenez sur vos traces à la rencontre d'hommes et de femmes amoureux de leur région et partagez une expérience hors du temps, à la découverte d'un territoire exceptionnel façonné par les volcans, la pierre et l'eau : visites d'ateliers d'artistes et de lieux emblématiques tels que l'Impluvium de Volvic, découverte du patrimoine de la ville... » (Nouveautés 2019) **L'ExpérienceGrandeTraverséeVolcanic** « **XGTV** » 220 km/7500 m D+ « Course TRAIL Aventure » Pour cette troisième édition, l'Association Aventure en Terre Volcanique propose un nouveau format d'envergure : **L'ExpérienceGrandeTraverséeVolcanic** ou **XGTV**®, en marge des 4 autres formats de course. Un ultra en duo ou en solo dont le concept original et ses spécificités sont hors normes. L'esprit de **L'ExpérienceGrandeTraverséeVolcanic**® repose sur l'engagement mental, l'esprit de solidarité et d'aventure, ainsi que sur les valeurs sportives et la pratique de la moyenne montagne, le tout au cœur des volcans français. Unique ! Cette épreuve d'ultra endurance emmène les concurrents sur une longue traversée des Volcans d'Auvergne de 220 km et 7 500 m D+, parcourant les plus emblématiques GR de 5 territoires : les monts Dômes, les monts Dore, le massif du Cézallier, le massif du Cantal et le plateau de l'Artense. Cette course Aventure, où les participants seront seulement munis d'une trace GPX road book et suivront à 95% le balisage des GR (rouge/blanc), nécessite un bon sens de l'orientation sur et hors sentiers. Le tracé permet de découvrir la richesse et la diversité des différents territoires de l'ensemble du Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne. **L'ExpérienceGrandeTraverséeVolcanic**® se réalise en équipe de deux ou en solo. Deux classements seront établis. Les participants évoluent dans un milieu montagnard parfois rude et exigeant d'où la nécessité d'avoir un bon niveau technique, physique et mental. Parcours certifié ITRA et course qualificative UTMB® : 6 points Infos pratiques **XGTV**® - Mercredi 29 mai 2019 : Départ en bus de la course à 6h30 de Volvic (site du Goulet) pour rejoindre le lieu de départ de la course. Départ course à 10h00 de la station du Lioran. - Vendredi 31 Mai 2019 : Arrivée au plus tard à minuit à Volvic (site du Goulet). Soit 62h00 de course maximum - 20 équipes duos et 20 places solo - 220 km et 7 500 m D+ - Tarifs : 360 € pour le duo et 180 € en solo - 4 repas chauds et ravito liquide sur les bases de vie - Conditions :- Accessible à partir de 20 ans et plus - Avoir couru au moins deux ultra trails de plus de 100 km dans les trois années précédant - Inscriptions avant le 31 avril 2019 : <http://sportips.fr/volvic-vvx/2>) **VVX** KIDS TRAIL, le 31 Mai Eux aussi ils ont droit à leur course ! Le même site que les plus grands. Départ par vague de 20, les kids se passeront le relai sur la ligne de départ. Chacun pourra effectuer autant de tours qu'il le souhaite, durant les 30 mn imparties. Réservé aux enfants nés entre 2005 et 2013, ils seront répartis en 3 catégories : Circuit rouge 500 m / 10 m D+ : enfants nés en 2013, 2012 et 2011 Circuit bleu 700 m / 15 m D+ : enfants nés en 2010, 2009 et 2008 Circuit jaune 1100 m / 20 m D+ : enfants nés en 2007, 2006 et 2005 Limité à 200 participants Inscription uniquement en ligne sur SPORTIPS.



Premières sorties pour les vététistes

Volvic. Premières sorties de l'année pour les vététistes. Malgré une météo hivernale, les premières sorties VTT de l'année, organisées par le Volvic Vélo Nature, ont réuni un grand nombre de participants. Après l'effort de la sortie VTT de samedi dernier, une soixantaine de vététistes et leurs conjoints se sont retrouvés à la salle de Moulet-Marcenat pour déguster la traditionnelle galette des Rois. Gilles Magner, président de l'association VVN, a présenté ses meilleurs voeux ainsi que le calendrier des manifestations à venir.

Programme. Février : sortie ski et raquettes ; avril : sortie nocturne et sortie à Saint-Nicolas de Biefs ; mai : participation à la VVX (organisation du VTT) ; juin : sortie

du Gilou et sortie de Patrick ; septembre : 30 ans du club et sortie au Salagou ; 6 octobre : la traditionnelle Tatave.

Le club Volvic Vélo Nature est ouvert à tous, des sorties accompagnées sont organisées les mercredis et samedis après-midi. Toutes les personnes intéressées par la pratique du VTT ou vélo de route sont conviées à rejoindre le club. Pratique. Renseignements : Gilles Magner au 06. 60. 53. 01. 05 ou magner.gilles@neuf.fr Site internet : www.vttvolcan.com. ■



Des vœux municipaux pleins d'optimisme



Pulvérières. Des vœux pleins d'optimisme. À la salle polyvalente, le maire et son conseil avaient invité les habitants de la commune pour la cérémonie des vœux (*).

Ce rendez-vous a été l'occasion de faire le bilan de l'année 2018 qui a vu la réfection et l'aménagement du parking vers le stade (50.000 €), la mise en place d'un plateau sur la route de Chapdes afin de réduire la vitesse (20.000 €), la réfection de la route du Girard et l'enrobé posé dans le village (50.000 €)...

Jacky Barbecot a rappelé que la commune continue son développement (40 constructions en dix ans, 8 naissances en 2018), que la population reste jeune (seulement 15 % de la population est âgée de plus de 65 ans), et deux jeunes agriculteurs se sont installés.

Pour les projets 2019, on notera les premiers travaux d'accessibilité et de mise en conformité du bâtiment de la mairie (60.000 €), des travaux au préau de l'école (10.000 €), la réfection du toit de l'église (80.000 €), la mise aux normes de l'éclairage public (20.000 €), la fin du dossier sensible du PLU, la poursuite du dossier de méthaniseur sur la zone agro-environnementale. Une mission pour un diagnostic voirie et une pour l'étude de la rénovation de la salle seront demandées auprès de l'ADIT. À cela, s'ajouteront de nombreux événements festifs et sportifs (course cycliste, trois trials, **VVX** volcans, randonnées, etc).

Le maire a également souhaité une bonne retraite et un bon rétablissement à Ravi, et la bienvenue à Jérôme Despalles dans ses nouvelles fonctions d'employé communal. Il a remercié ses conseillers, les associations et leurs bénévoles, le PulVert et tous ceux qui participent au dynamisme de la commune.

(*) En présence des maires ou représentants des communes voisines de Saint-Ours, Charbonnières-les-Varennes et Mozac, du maire honoraire Jacques Martin et des forces de la gendarmerie.



VVX : les dernières nouvelles !

La **Volvic Volcanic Experience - VVX** - propose une immersion sportive dans un cadre d'exception, un des lieux les plus emblématiques de l'Auvergne: la Chaîne des Puys-Faille de Limagne, récemment inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. Au cœur de cette nature unique, la **VVX** est, pour tous les sportifs, traileurs ou randonneurs, une odysée sensorielle au contact d'une nature vivante et préservée. Un objectif : intégrer l'Ultra -Trail® World Tour (UTWT)

Aujourd'hui, l'Expérience Trail Chaîne des Puys-Faille de Limagne est candidate pour intégrer le circuit 2020 de l'UTWT. Pour répondre aux critères de sélection de la catégorie Discovery, elle prend de l'ampleur et le parcours, d'un tracé de 83 km lors des deux premières éditions, fait désormais 110 km !

110 km en solo, duo ou trio - 3 500 m D+

Limité à 400 participants : Il reste 40 dossards !!

Le nombre de nationalités, autre critère de sélection, est également atteint puisque dix nations seront présentes sur le 110 km et dix-huit au total sur toutes les courses de cette édition 2019.

Le 110 km, auquel prendront part des élites de renom, s'affiche déjà comme un rendez-vous incontournable dans le calendrier national et bientôt international.

Les élites :

Femmes

Meghan Laws USA : Cote ITRA 663

Sarah Verguet Moniz (Portugal) : Cote ITRA 659

Francesca Canepa (Italie) : Cote ITRA 714

Hommes

Sange Sherpa (Népal) : Cote ITRA 815

Dawa Dachhiri Sherpa (Népal): Cote ITRA 735



3EME EDITION DE LA VOLVIC **VOLCANICEXPERIENCE DU 29 MAI AU** **1ER JUIN**

La **VolvicVolcanicExperience** - **VVX** - propose une immersion sportive dans un cadre d'exception, un des lieux les plus emblématiques de l'Auvergne: la Chaîne des Puys- Faille de Limagne, récemment inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. Au cœur de cette nature unique, la **VVX** est, pour tous les sportifs, traileurs ou randonneurs, une odyssee sensorielle au contact d'une nature vivante et préservée. Un objectif : intégrer l'Ultra -Trail ® World Tour (UTWT)

Aujourd'hui, l'Expérience Trail Chaîne des Puys- Faille de Limagne est candidate pour intégrer le circuit 2020 de l'UTWT. Pour répondre aux critères de sélection de la catégorie Discovery, elle prend de l'ampleur et le parcours, d'un tracé de 83 km lors des deux premières éditions, fait désormais 110 km !

110 km en solo, duo ou trio - 3 500 m D+

Limité à 400 participants : Il reste 40 dossards !

Le nombre de nationalités, autre critère de sélection, est également atteint puisque 10 nations seront présentes sur le 110 km et 18 au total sur toutes les courses de cette édition 2019. Le 110 km, auquel prendront part des élites de renom, s'affiche déjà comme un rendez-vous incontournable dans le calendrier national et bientôt international.

Les élites :

Femmes

Meghan Laws USA : Cote ITRA 663

Sarah Verguet Moniz (Portugal) : Cote ITRA 659

Francesca Canepa (Italie) : Cote ITRA 714

Hommes

Sange Sherpa (Népal) : Cote ITRA 815

Dawa Dachhiru Sherpa (Népal) : Cote ITRA 735

Les sentiers de la **VVX**, le théâtre d'une étude sur les performances sportives

En partenariat avec l'université de Perpignan / STAPS de Font-Romeu, des tests seront réalisés sur 20 traileurs volontaires pour comprendre les facteurs qui influencent la performance en montée en trail-running.

L'étude se déroulera du 1er au 5 avril 2019 entre Volvic et le Puy de Dôme.

Au programme :

- Tests en laboratoire au siège de la Société des Eaux Volvic.

- Tests sur le terrain sur les pentes du Puy de Dôme au départ du col de Ceysnat (sur le célèbre chemin des Muletiers).

- Test progressif d'effort maximal spécifique au trail avec évaluation de la performance sur une montée la plus rapidement possible depuis le col de Ceysnat jusqu'au sommet du chemin des Muletiers.

L'**ExpérienceGrandeTraverséeVolcanic** « **XGTV** ® » - 220 km/7 500 m D+

L'**ExpérienceGrandeTraverséeVolcanic** ou **XGTV** ® est, avec le nouveau parcours de 110 km,

la grande nouveauté de cette 3^{ème} édition. Et comme le 110 km affiche d'ores et déjà complet, il reste des places sur ce nouveau format !

Cette course Aventure est une épreuve d'ultra endurance qui nécessite un bon sens de l'orientation sur et hors sentiers : les participants, uniquement munis d'une trace GPX road book, suivront à 95 % le balisage des GR (rouge/blanc). Le tracé permet de découvrir la richesse et la diversité des différents territoires de l'ensemble du Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne.

La **XGTY**® se réalise en équipe de deux ou en solo.

Inscriptions avant le 31 avril 2019



Cimes et falaises de Provence

Croisière

De Lyon à la Provence.

CroisiEurope propose cette année d'avril à septembre une croisière de 7J/6N à bord du MS Rhône

Princesse, sur le Rhône entre Lyon, la Camargue et la Provence avec escales à Arles, Avignon, Viviers, Tain-L'Hermitage et retour à Lyon avec possibilité de dîner à l'Abbaye de Collonges, le restaurant de Paul Bocuse. Excursions en Camargue, à Avignon, Gordes et à l'abbaye de Sénanque, dans les gorges de l'Ardèche, à la Cité du Chocolat de Tain l'Hermitage et aux Halles Paul Bocuse de Lyon. 4 croisières par mois en pension complète à partir de 985 ? en cabine double, 1. 400 en individuelle, excursions comprises.

[www. croisieurope. com](http://www.croisieurope.com)

Village vacances

Bédoin. VTF propose des séjours dans son village vacances de Bédoin en Provence, avec salle de sport, piscine extérieure chauffée, animations adultes et clubs enfants à partir de 365? la semaine adulte en pension complète. [www. vtf-vacances. com](http://www.vtf-vacances.com)

Trail

Isère. Le Trail des Passerelles du Monteynard en Isère, est de retour pour sa 8 e édition, du 6 au 14 juillet. Avec des courses pour tous les goûts et tous les niveaux entre la Matheysine et le Trièves.

[trail-passerelles-monteynard. fr](http://trail-passerelles-monteynard.fr)
Zoodyssée

Villiers-en-Bois. Le parc Zoodyssée de Villiers-en-Bois dans les Deux-Sèvres rouvre au public aujourd'hui après la trêve hivernale. 11 euros pour les adultes, 6, 50 euros pour les enfants (de 3 à 12 ans), animation « Dans les pas d'un soigneur » sur réservation. 700 animaux vivent ici dans la forêt de Chizé, loups, lynx, harfangs, bisons, vautours, magots, marmottes, raton-laveurs, loutres, sousliks et cigognes. [www. zoodysee. fr](http://www.zoodysee.fr)
DirecTravel

Salon. DirecTravel, le 3 e salon des indépendants du voyage se déroulera du 22 au 24 mars à la Halle des Blancs Manteaux - Paris 4 e (Le Marais). [www. directravel. org](http://www.directravel.org)
Ascension

Volvic Volcanic Expérience. Du 29 mai au 1 er juin, la 3 e édition de la Volvic Volcanic Expérience propose un week-end sportif, séjour d'immersion, rencontres et découverte touristique au coeur des 80 volcans de la chaîne des Puys. Trail, rando, initiations outdoor, gastronomie, oxygène et concerts de Kawrites, Minuit et Yarol. [www. volvic-vvx. com](http://www.volvic-vvx.com)

Rando Grands marcheurs et photographes, Christiane et Yves Birot connaissent chaque sentier des collines et montagnes de Provence

auxquelles ils ont consacré plusieurs ouvrages. Aujourd'hui ils nous partagent leur expérience dans un guide Glénat Cimes et falaises de Provence - 35 randonnées d'exception hors des sentiers battus qui explore des itinéraires souvent originaux en Provence occidentale, entre le Ventoux et la Méditerranée, les Alpilles et le massif de la Sainte-Baume. Une découverte par des sentiers accessibles au plus grand nombre (sans escalade), discrets, peu connus, voire oubliés, créés autrefois par des bergers, des charbonniers ou des chasseurs, qui ne sont pas balisés et qui ne figurent pas toujours sur la carte IGN. D'où la description très précise de chaque parcours. Sur les 35 décrits, 16 se déroulent dans des Parcs naturels régionaux (PNR) et 5 dans le nouveau Parc national des Calanques.

Glénat, 168 p., 15 ?.

Jean-Marc Laurent [jean-marc. laurent@centrefrance. com](mailto:jean-marc.laurent@centrefrance.com) ■



Cimes et falaises de Provence

Croisière

De Lyon à la Provence.

CroisiEurope propose cette année d'avril à septembre une croisière de 7J/6N à bord du MS Rhône

Princesse, sur le Rhône entre Lyon, la Camargue et la Provence avec escales à Arles, Avignon, Viviers, Tain-L'Hermitage et retour à Lyon avec possibilité de dîner à l'Abbaye de Collonges, le restaurant de Paul Bocuse. Excursions en Camargue, à Avignon, Gordes et à l'abbaye de Sénanque, dans les gorges de l'Ardèche, à la Cité du Chocolat de Tain l'Hermitage et aux Halles Paul Bocuse de Lyon. 4 croisières par mois en pension complète à partir de 985 ? en cabine double, 1. 400 en individuelle, excursions comprises.

www.croisieurope.com

Village vacances

Bédoïn. VTF propose des séjours dans son village vacances de Bédoïn en Provence, avec salle de sport, piscine extérieure chauffée, animations adultes et clubs enfants à partir de 365? la semaine adulte en pension complète. www.vtf-vacances.com

Trail

Isère. Le Trail des Passerelles du Monteynard en Isère, est de retour pour sa 8 e édition, du 6 au 14 juillet. Avec des courses pour tous les goûts et tous les niveaux entre la Matheysine et le Trièves.

trail-passerelles-monteynard.fr
Zoodyssée

Villiers-en-Bois. Le parc Zoodyssée de Villiers-en-Bois dans les Deux-Sèvres rouvre au public aujourd'hui après la trêve hivernale. 11 euros pour les adultes, 6, 50 euros pour les enfants (de 3 à 12 ans), animation « Dans les pas d'un soigneur » sur réservation. 700 animaux vivent ici dans la forêt de Chizé, loups, lynx, harfangs, bisons, vautours, magots, marmottes, raton-laveurs, loutres, sousliks et cigognes. www.zoodysee.fr
DirecTravel

Salon. DirecTravel, le 3 e salon des indépendants du voyage se déroulera du 22 au 24 mars à la Halle des Blancs Manteaux - Paris 4 e (Le Marais). www.directravel.org
Ascension

Volvic Volcanic Expérience. Du 29 mai au 1 er juin, la 3 e édition de la Volvic Volcanic Expérience propose un week-end sportif, séjour d'immersion, rencontres et découverte touristique au coeur des 80 volcans de la chaîne des Puys. Trail, rando, initiations outdoor, gastronomie, oxygène et concerts de Kawrites, Minuit et Yarol. www.volvic-vvx.com

Rando Grands marcheurs et photographes, Christiane et Yves Birot connaissent chaque sentier des collines et montagnes de Provence

auxquelles ils ont consacré plusieurs ouvrages. Aujourd'hui ils nous partagent leur expérience dans un guide Glénat Cimes et falaises de Provence - 35 randonnées d'exception hors des sentiers battus qui explore des itinéraires souvent originaux en Provence occidentale, entre le Ventoux et la Méditerranée, les Alpilles et le massif de la Sainte-Baume. Une découverte par des sentiers accessibles au plus grand nombre (sans escalade), discrets, peu connus, voire oubliés, créés autrefois par des bergers, des charbonniers ou des chasseurs, qui ne sont pas balisés et qui ne figurent pas toujours sur la carte IGN. D'où la description très précise de chaque parcours. Sur les 35 décrits, 16 se déroulent dans des Parcs naturels régionaux (PNR) et 5 dans le nouveau Parc national des Calanques.

Glénat, 168 p., 15 ?.

Jean-Marc Laurent jean-marc.laurent@centrefrance.com ■



Cimes et falaises de Provence

Croisière

De Lyon à la Provence.

CroisiEurope propose cette année d'avril à septembre une croisière de 7J/6N à bord du MS Rhône

Princesse, sur le Rhône entre Lyon, la Camargue et la Provence avec escales à Arles, Avignon, Viviers, Tain-L'Hermitage et retour à Lyon avec possibilité de dîner à l'Abbaye de Collonges, le restaurant de Paul Bocuse. Excursions en Camargue, à Avignon, Gordes et à l'abbaye de Sénanque, dans les gorges de l'Ardèche, à la Cité du Chocolat de Tain l'Hermitage et aux Halles Paul Bocuse de Lyon. 4 croisières par mois en pension complète à partir de 985 ? en cabine double, 1. 400 en individuelle, excursions comprises.

[www. croisieurope. com](http://www.croisieurope.com)

Village vacances

Bédoïn. VTF propose des séjours dans son village vacances de Bédoïn en Provence, avec salle de sport, piscine extérieure chauffée, animations adultes et clubs enfants à partir de 365? la semaine adulte en pension complète. [www. vtf-vacances. com](http://www.vtf-vacances.com)

Trail

Isère. Le Trail des Passerelles du Monteynard en Isère, est de retour pour sa 8 e édition, du 6 au 14 juillet. Avec des courses pour tous les goûts et tous les niveaux entre la Matheysine et le Trièves.

[trail-passerelles-monteynard. fr](http://trail-passerelles-monteynard.fr)
Zoodyssée

Villiers-en-Bois. Le parc Zoodyssée de Villiers-en-Bois dans les Deux-Sèvres rouvre au public aujourd'hui après la trêve hivernale. 11 euros pour les adultes, 6, 50 euros pour les enfants (de 3 à 12 ans), animation « Dans les pas d'un soigneur » sur réservation. 700 animaux vivent ici dans la forêt de Chizé, loups, lynx, harfangs, bisons, vautours, magots, marmottes, raton-laveurs, loutres, sousliks et cigognes. [www. zoodysee. fr](http://www.zoodysee.fr)
DirecTravel

Salon. DirecTravel, le 3 e salon des indépendants du voyage se déroulera du 22 au 24 mars à la Halle des Blancs Manteaux - Paris 4 e (Le Marais). [www. directravel. org](http://www.directravel.org)
Ascension

Volvic Volcanic Expérience. Du 29 mai au 1 er juin, la 3 e édition de la Volvic Volcanic Expérience propose un week-end sportif, séjour d'immersion, rencontres et découverte touristique au coeur des 80 volcans de la chaîne des Puys. Trail, rando, initiations outdoor, gastronomie, oxygène et concerts de Kawrites, Minuit et Yarol. [www. volvic-vvx. com](http://www.volvic-vvx.com)
Rando Grands marcheurs et photographes, Christiane et Yves Birot connaissent chaque sentier des collines et montagnes de Provence

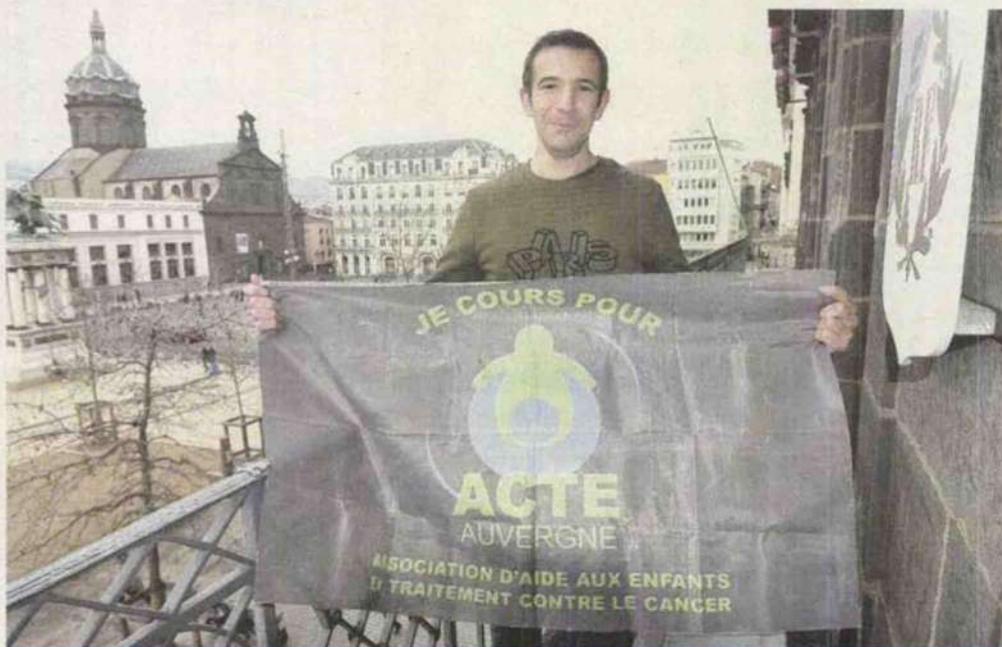
auxquelles ils ont consacré plusieurs ouvrages. Aujourd'hui ils nous partagent leur expérience dans un guide Glénat Cimes et falaises de Provence - 35 randonnées d'exception hors des sentiers battus qui explore des itinéraires souvent originaux en Provence occidentale, entre le Ventoux et la Méditerranée, les Alpilles et le massif de la Sainte-Baume. Une découverte par des sentiers accessibles au plus grand nombre (sans escalade), discrets, peu connus, voire oubliés, créés autrefois par des bergers, des charbonniers ou des chasseurs, qui ne sont pas balisés et qui ne figurent pas toujours sur la carte IGN. D'où la description très précise de chaque parcours. Sur les 35 décrits, 16 se déroulent dans des Parcs naturels régionaux (PNR) et 5 dans le nouveau Parc national des Calanques.

Glénat, 168 p., 15 ?.

Jean-Marc Laurent [jean-marc. laurent@centrefrance. com](mailto:jean-marc.laurent@centrefrance.com) ■



Pierre Verdier, le coureur solidaire



Pierre Verdier va s'aligner sur deux ultra-trails cette année avec toujours la volonté de courir pour Acte Auvergne.

Il s'est mis au sport il y a cinq ans seulement. Mais depuis, il a bien rattrapé le retard. Lui ? C'est Pierre Verdier. 40 ans. Habitant à Saint-Genès Champanelle, éducateur pour la protection de l'enfance et accessoirement fan de course à pied. Voilà pour les civilités. Adeptes du trail longue distance, il s'est aligné en septembre sur l'Ultra-trail du Sancy, 110 km, 4.100 mètres de dénivelé+. Bilan ? 5^{ème} au classement final dans un temps de 13h43. Par le passé, il a déjà couru le marathon de Toulouse en 3 heures. Les spécialistes apprécieront. Plutôt solitaire dans l'effort, il a décidé d'intégrer néanmoins une dimension solidaire en apportant son soutien à l'association ACTE Auvergne*, que l'on ne présente plus. Depuis de très longues années, celle-ci vient en aide aux enfants hospitalisés dans les services du CHU Es-

taing, à Clermont-Ferrand. « Ce qui est intéressant avec cette association, c'est que ses actions permettent de rompre l'isolement et de maintenir la socialisation des enfants hospitalisés », estime Pierre Verdier. Et lui sait de quoi il parle. Victime d'une leucémie à l'âge d'un an et demi, il a vécu avec la maladie jusqu'à 9 ans, date de sa rémission. « Même si j'ai la chance d'avoir été bien entouré et soigné, j'ai eu la sensation de vivre un peu comme un étranger, de ne pas avoir pu partager ce que mes copains avaient vécu à l'école ou ailleurs. » Sa passion pour la course à pied, le quadragénaire veut donc la rendre utile. Il a pour cela ouvert une cagnotte sur Leetchi.com en 2018 afin de récolter des fonds pour Acte Auvergne. Pierre Verdier a déjà versé 2000 € à l'association. Cette année, il compte faire mieux et

s'est lancé deux défis sportifs majeurs : courir en mai « l'Expérience Trail Chaîne des Puys-Faille de Limagne » de la Volvic Volcanic Expérience. 110 km et 4.100 m de D+, ainsi que la grande course des Templiers à l'automne (107 km). L'ultra-trail va peaufiner sa préparation au fil des semaines, à raison de six séances de course hebdomadaires. Il a prévu de s'aligner sur le Vulcain en mars. Coureur au grand cœur, la cagnotte Leetchi est déjà ouverte sur Internet (jusqu'au 25 décembre 2019). Il est donc possible d'y déposer des dons dans la rubrique « solidaire » : « Je cours encore pour Acte ». « Les personnes peuvent également m'envoyer un chèque libellé à l'ordre de Acte Auvergne à mon adresse », précise Pierre Verdier, à l'attention de ceux qui sont moins à l'aise avec l'informatique. L'argent récolté tout au

long de l'année servira à financer un projet de 10 cartables connectés, porté par un collectif parrainé par des célébrités comme Marc Lavoine. Ce dispositif de tablettes et caméras permet aux enfants de suivre les cours scolaires depuis leur chambre d'hôpital. Chaque cartable coûte 3.000 €.

« Je veux participer à ce financement-là », appuie Pierre Verdier qui, on l'imagine, aurait bien aimé bénéficier de cette technologie durant sa maladie. Au-delà, le coureur ne souhaite pas s'arrêter en si bon chemin, il réfléchit déjà à créer une épreuve sportive solidaire à Saint-Genès Champanelle. Mais chut, c'est encore un secret... Contact : pierreverdier11@gmail.com

* Association d'aide aux enfants en traitement contre le cancer.

► Jean-Paul
BOITHIAS.

**PROCHAINE PARUTION
 LUNDI 4 MARS**

LE TOP 10 de l'ACTU

1 ► L'ORCHESTRE D'AUVERGNE OBTIENT LE LABEL « NATIONAL »

Ne l'appellez plus Orchestre d'Auvergne mais « Orchestre National d'Auvergne » ! C'est un arrêté du ministère de la Culture en date du 14 janvier qui a attribué le label « Orchestre National en région » à l'Association pour la Gestion de l'Orchestre d'Auvergne (AGORA). Cette distinction est attribuée par le ministère aux orchestres de référence qui contribuent au rayonnement de la musique symphonique sur le territoire national, à la valorisation et au renouvellement des répertoires, à la diversité des formes, des esthétiques et de leurs interprétations. Une vraie et juste reconnaissance pour la phalange dirigée par Roberto Forés Veses et le fruit de l'intense travail, mené en coulisses, par sa déléguée générale, Lila Forcade, et toute l'équipe administrative et artistique.

2 ► CRISTAL PARC FAIT SON SHOW



Et si vous veniez découvrir en famille ou entre amis le spectacle gratuit offert par Cristal Parc à tous les visiteurs ? Tous les jours jusqu'au 10 mars, la Piste Infernale propose un incroyable show de cascades à moto sur une paroi lisse et verticale de 6 mètres de hauteur ! Les horaires sont affichés devant l'attraction. Cristal Parc vous accueille tous les jours de 14 heures à minuit.

3 ► SÉCURITÉ ROUTIÈRE : STOP À L'HÉCATOMBE

On déplore 8 victimes en un mois sur les routes du département. C'est 8 fois plus qu'à la même période en 2018. C'est 8 fois plus de vies brisées. C'est 8 fois plus de familles meurtries par la perte d'un ou plusieurs proches. Dans la majorité des accidents, vitesse, alcool et stupéfiants sont en cause. Anne-Gaëlle Baudouin-Clerc, préfète du Puy-de-Dôme, lance un appel à la responsabilité de tous les usagers de la route. Elle souligne son inquiétude face à un « relâchement des comportements des conducteurs » perceptible depuis plusieurs semaines. De fait, elle a demandé aux forces de l'ordre d'accroître les contrôles routiers, en ciblant les secteurs les plus accidentogènes et en mettant l'accent sur le dépistage de l'alcool et des stupéfiants.

4 ► ON RECHERCHE DES FAMILLES D'ACCUEIL POUR CHIENS-GUIDES

L'école des chiens guides d'aveugles du Centre Ouest, basée à Lezoux, recherche de nouvelles familles d'accueil. Les personnes qui s'engagent dans cette inoubliable aventure sont bénévoles, cependant les frais (alimentaires, vétérinaires, matériel), sont pris en charge par l'association. Le chiot est accueilli dans les familles dès le sevrage, vers 10 semaines, et remis gratuitement à une personne déficiente visuelle aux alentours des 20 mois du chien. Que vous soyez célibataire ou en famille, en appartement ou en maison, vous pouvez tenter cette belle expérience. Un éducateur référent vous accompagnera et vous guidera. Renseignements au 04 73 62 65 76 ou 05 55 01 42 28.



5 ► DES RÉUNIONS PUBLIQUES POUR LE RENOUVELLEMENT URBAIN

Dans le cadre du nouveau programme de renouvellement urbain (NPRU) de la métropole clermontoise, trois réunions publiques sont organisées dans les trois quartiers concernés (la Gauthière, Les Vergnes et Saint-Jacques). La Ville présente donc aux habitants ce qui sera défendu par le Président, Olivier Bianchi, lors du comité d'engagement de l'ANRU prévu à Paris fin mars : des projets coconstruits avec et pour les habitants. Après Saint-Jacques le 14 février, une prochaine réunion publique est prévue à la Maison de quartier des Vergnes le 21 février, à 19 h (entrée libre). La réponse de l'ANRU sur les projets finalement retenus ou les aménagements à effectuer devrait être connue d'ici l'été.



6 ► UN SCHÉMA RÉGIONAL QUI IMAGINE L'AVENIR

Brice Hortefeux et Martine Guibert ont présenté récemment à Clermont-Ferrand le projet régional « Ambition Territoires 2030 ». Ce Schéma régional de développement durable et d'égalité des Territoires (SRADDET) doit anticiper les enjeux du développement durable, d'aménagement du territoire, de la mobilité et des grandes infrastructures de transport régionales de demain. « Ce schéma a été construit en gardant à l'esprit que chaque échelon territorial doit être traité de façon équitable quelle que soit sa taille : de la plus petite commune de La Godivelle dans le Puy-de-Dôme et ses 13 habitants, à la grande métropole de Lyon de 1.55 M d'habitants, en passant par Clermont Auvergne Métropole », a souligné le vice-président de la Région, Brice Hortefeux.



7 ► MICHELIN RECRUTE LE 5 MARS

Michelin organise le 5 mars, de 8h à 18h, une session de recrutement dans le domaine de la maintenance et de l'usinage pour ses sites de Clermont-Ferrand. Trente postes sont à pourvoir. Dans le domaine de la maintenance, l'entreprise recherche des personnes de niveau Bac à Bac+3 pour pourvoir des postes riches et responsabilisants : réalisation d'opérations de maintenance préventive, analyse de pannes, remise aux normes ou encore démarrage de nouvelles installations en usine. Concernant l'usinage industriel, Michelin souhaite recruter des candidats ayant un BAC professionnel productique, un CAP/BEP Tourneur, Fraiseur ou un diplôme équivalent. Leur mission sera de produire de nombreux outillages, des plus simples au plus complexes, au meilleur coût et dans des délais optimisés. Pour participer, les candidats doivent s'inscrire en ligne avant le 1^{er} mars sur : recrutement.michelin.fr

8 ► UN CONVENTION POUR LA SANTÉ DES ÉLÈVES

L'Agence régionale de santé Auvergne-Rhône-Alpes et les rectorats de Clermont-Ferrand, Grenoble et Lyon ont signé récemment une convention partenariale en faveur de la santé des élèves, et ce, à tous les âges de la vie scolaire. Celle-ci concrétise la volonté des deux entités de mieux exercer conjointement leurs compétences au bénéfice de la santé des élèves scolarisés, notamment des élèves vulnérables. Cinq axes prioritaires ont été définis. Parmi ceux-ci figurent le renforcement des compétences en santé des enfants, l'amélioration du repérage, dépistage et diagnostic précoce, ou la gestion des alertes sanitaires et des situations exceptionnelles en milieu scolaire.

9 ► UN APPEL À PROJETS POUR AIDER LES SENIORS

L'Ophis du Puy-de-Dôme lance son premier appel à projet visant à accompagner l'émergence de services, expérimentations ou initiatives à destination des seniors. L'objectif pour l'organisme est de favoriser les conditions du « bien vieillir chez soi » de ses locataires dans le Puy-de-Dôme. Une démarche impulsée depuis plusieurs années, en collaboration avec les acteurs locaux et les partenaires sociaux, pour répondre au défi du vieillissement de la population. Les candidats ont jusqu'au vendredi 5 avril pour déposer leur projet. Renseignements : www.ophis.fr

10 ► « FAUT QU'ÇA GUINCHE » OUVRIRA LA VVX !

Les 30 et 31 mai, et le 1^{er} juin, la Volvic Volcanic Expérience va mêler sport et culture. Outre les différents trails et les animations pour toute la famille, le groupe « Faut qu'ça guinche » ouvrira le dîner-spectacle inaugural prévu jeudi 30 mai, à 20h30. Ce groupe de chanson française « festive », à l'énergie débordante, propose des textes travaillés, militants ou plus intimes, le tout sur des influences rock et tzigane avec des instruments acoustiques (violin, accordéon). Durant les trois jours de la manifestation, Kawrites, le groupe Minuit et Yarol sont aussi attendus. Infos et inscriptions sur www.volvic-vvx.com.



© K. Photographies



© Ludovic Combe

Retour sur
10
événements
marquants



Troisième édition de VolvicVolcanic Experience : de nouvelles sensations immersives à découvrir du 29 Mai au 1er Juin 2019 !



VolvicVolcanicExperience(VVX) concocte de nouveaux parcours d'immersion sportive dans la fameuse Chaîne des Puys – Faille de Limagne, un site récemment intégré au patrimoine mondial de l'UNESCO....

VVX : une occasion de se surpasser

La VolvicVolcanicExperience plongera les participants dans un univers où la nature est à la fois source de volupté et objet de défis.

Toute catégorie de sportif, notamment traileurs et randonneurs sont invités à goûter à cette sensation nouvelle alliant performance sportive et éco-tourisme. D'ailleurs, les organisateurs de cet événement unique promettent un moment de partage convivial, de quoi émerveiller la curiosité de chaque athlète. Après la compétition, les participants pourront profiter de chaque instant vécu, s'arrêter quelque part ou revenir à la base pour discuter avec les riverains des secrets de la beauté de cette région, tout cela dans un total climat de détente. En effet, la totalité du circuit regorge de paysages magnifiques façonnés par de majestueux volcans, de pierres naturelles aux couleurs surprenantes et de sources d'eau intarissables. Ils pourront également visiter des ateliers d'artistes aux créations inimaginables ou démystifier le passé ineffable des lieux emblématiques tels que l'Impluvium de Volvic.

Les nouveautés à ne pas manquer

Une grande première : l'Expérience Grande Traversée Volcanic ou XGTV. C'est une épreuve organisée par l'Association Aventure en Terre Volcanique et qui se démarque par son originalité par rapport aux formats de course proposés aux éditions précédentes. XGTV permettra à chaque participant de mettre en valeur leur esprit solidaire et sportif pendant toute l'aventure. Ils sillonneront 220 km et 7 500 m D+ dans un parcours montagnard dominé par des volcans à perte de vue. À titre de rappel, pour pouvoir former son équipe et réaliser ce challenge, il faut être âgé de plus de 20 ans, disposer des matériels adéquats et avoir couru au moins deux ultra-trails de plus de 100 km ces trois dernières années.

La seconde nouveauté pour cette saison ? VVX kids trail, une catégorie très plébiscitée par les petits monstres. En fait, elle aura lieu le troisième jour de la compétition, c'est-à-dire le 31 mai. Bien évidemment, comme son nom l'indique, c'est une épreuve dédiée aux enfants, plus précisément ceux nés entre 2005 et 2013. Les quelque 200 participants partiront par vague de 20 et se passeront le relais pendant 30 mn (longueur du circuit : 500 m / 10 m D+, 700 m / 15 m D+ et 1100 m / 20 m D+).

Partager :

- Cliquez pour partager sur Twitter(ouvre dans une nouvelle fenêtre)
- Cliquez pour partager sur Facebook(ouvre dans une nouvelle fenêtre)
-



VVX : les temps forts de ce grand week-end !

La **VolvicVolcanicExperience** propose un programme très riche entre trail et découverte culturelle tout au long du week-end de l'ascension. Pour mieux cibler votre passage et vous organiser, voici une vidéo pratique qui récapitule tous les temps forts de cette **VVX**! Livraison gratuite dès 50€, paiement en 3X, avantages fidélité, parrainage

Livraison gratuite, échanges et retours gratuits, des experts à votre service

Salomon, Hoka One One, Saucony, X-Bionic, Scarpa... Reblochon offert dès 150€. Livraison offerte

Pierre Verdier, le coureur solidaire



Pierre Verdier va s'aligner sur deux ultra-trails cette année avec toujours la volonté de courir pour Acte Auvergne.

Il s'est mis au sport il y a cinq ans seulement. Mais depuis, il a bien rattrapé le retard. Lui ? C'est Pierre Verdier. 40 ans. Habitant à Saint-Genès Champanelle, éducateur pour la protection de l'enfance et accessoirement fan de course à pied. Voilà pour les civilités. Adeptes du trail longue distance, il s'est aligné en septembre sur l'Ultra-trail du Sancy. 110 km, 4.100 mètres de dénivelé+. Bilan ? 5^{ème} au classement final dans un temps de 13h43. Par le passé, il a déjà couru le marathon de Toulouse en 3 heures. Les spécialistes apprécieront. Plutôt solitaire dans l'effort, il a décidé d'intégrer néanmoins une dimension solidaire en apportant son soutien à l'association ACTE Auvergne*, que l'on ne présente plus. Depuis de très longues années, celle-ci vient en aide aux enfants hospitalisés dans les services du CHU Estaing, à Clermont-Ferrand.

« Ce qui est intéressant avec cette association, c'est que ses actions permettent de rompre l'isolement et de maintenir la socialisation des enfants hospitalisés », estime Pierre Verdier. Et lui sait de quoi il parle. Victime d'une leucémie à l'âge d'un an et demie, il a vécu avec la maladie jusqu'à 9 ans, date de sa rémission.

« Même si j'ai la chance d'avoir été bien entouré et soigné, j'ai eu la sensation de vivre un peu comme un étranger, de ne pas avoir pu partager ce que mes copains avaient vécu à l'école ou ailleurs. »

Sa passion pour la course à pied, le quadragénaire veut donc la rendre utile. Il a pour cela ouvert une cagnotte sur Leetchi.com en 2018 afin de récolter des fonds pour Acte Auvergne. Pierre Verdier a déjà versé 2000 € à l'association. Cette année, il compte faire mieux et s'est lancé deux défis sportifs majeurs : courir en mai « l'Expérience Trail Chaîne des Puys-Faille de Limagne » de la **VolvicVolcanicExpérience**, 110 km et 4.100 m de D+, ainsi que la grande course des Templiers à l'automne (107 km). L'ultra-trailer va peaufiner sa préparation au fil des semaines, à raison de six séances de course hebdomadaires. Il a prévu de s'aligner sur le Vulcain en mars. Coureur au grand cœur, la cagnotte Leetchi est déjà ouverte sur Internet (jusqu'au 25 décembre 2019). Il est donc possible d'y déposer des dons dans la rubrique « solidaire » : « Je cours encore pour Acte ».

« Les personnes peuvent également m'envoyer un chèque libellé à l'ordre de Acte Auvergne à mon adresse », précise Pierre Verdier, à l'attention de ceux qui sont moins à l'aise avec l'informatique. L'argent récolté tout au long de l'année servira à financer un projet de 10 cartables connectés, porté par un collectif parrainé par des célébrités comme Marc Lavoine. Ce

dispositif de tablettes et caméras permet aux enfants de suivre les cours scolaires depuis leur chambre d'hôpital. Chaque cartable coûte 3.000 €.

« Je veux participer à ce financement-là », appuie Pierre Verdier qui, on l'imagine, aurait bien aimé bénéficier de cette technologie durant sa maladie.

Au-delà, le coureur ne souhaite pas s'arrêter en si bon chemin, il réfléchit déjà à créer une épreuve sportive solidaire à Saint-Genès Champanelle. Mais chut, c'est encore un secret...

Contact : pierreverdier11@gmail.com



Un trail de 220 km, Wazoo et Minuit en concert, Kilian Jornet... Quatre choses à savoir sur la VVX à Volvic



Un trail de 220 km entre le Lioran et Volvic

Côté sport, trois grandes nouveautés. D'abord, la "X-GTV", une "grande traversée volcanique" de 220 km (7.500 mètres de dénivelé positif?!) au départ du Lioran, pour une arrivée à Volvic après des passages aux puy Mary, de Sancy, de Dôme... "Il était temps que cette belle région ait son grand trail, savourez Jean-Michel Chopin, du comité organisateur. Cette X-GTV, c'est la cerise sur le gâteau !"

Car le gros morceau pour la VVX se joue ailleurs. Avec son tout nouveau 110 km, l'événement ambitionne une inscription à l'Ultra-trail world tour : cette compétition rassemble 23 des plus grands trails du monde. "On veut rentrer dans cette catégorie avec ce trail qui, à une ou deux exceptions près, contourne les 80 volcans de la chaîne des puy", détaille Jean-Michel Chopin. Verdict cet été.

Enfin, dernière nouveauté, un mini-trail (500 à 1.100 mètres) sera proposé aux 6-12 ans. A noter également qu'il ne reste presque plus de places sur les autres courses (15 km, 25 km, 43 km) : plus de 2.000 coureurs sont attendus.

Retour en images sur la deuxième édition de la Volvic Volcanic Experience

Un retour aux sources avec des visites, des randos...

N'allez pas réduire la VVX au trail. Car Jean-Michel Chopin le répète à l'envi : "Ici, on cherche à courir les yeux ouverts." Avec cette formule, ce traileur confirmé rappelle l'ambition de la VVX : "Revenir aux origines du trail, avec la découverte de la nature, du patrimoine, des gens... Quand on court, on ne voit rien. Donc on propose au traileur de revenir le lendemain pour retourner sur ses pas et découvrir l'impluvium, la pierre de lave, les volcans..."



Tout un programme, pour toute la famille, avec des randonnées, spectacles, initiations sportives, manèges insolites, structures sonores géantes... Rendez-vous le vendredi 31 mai sur le site du Goulet, et le samedi 1er juin en centre-ville de Volvic.

Deux soirées de concerts avec Wazoo, Minuit...

"Je ne vais pas dire qu'il faut être dans les derniers, mais presque", sourit Jean-Michel Chopin. Car l'arrivée des derniers coureurs sur le site du Goulet, le vendredi soir, se fera devant la grande scène, pendant le concert gratuit des Auvergnats de Wazoo. Le lendemain, rebelote. Trois groupes seront en concert au Goulet : le duo clermontois Kawrites?; le groupe Minuit, composé des enfants des Rita Mitsouko?; et enfin Yarol, connu pour avoir été le guitariste de Johnny Hallyday.

Des invités de prestige avec Kilian Jornet, Dawa Sherpa...

Déjà présent l'an dernier, la star du trail et ambassadeur des Eaux de Volvic Kilian Jornet sera à nouveau au rendez-vous. Mais il ne courra pas, au contraire d'autres grands noms du trail annoncés : les Népalais Dawa Sherpa et Sange Sherpa, l'Italienne Francesca Canepa, l'Américaine Meghan Laws...



Kilian Jornet et Jean-Michel Chopin.

La **VVX** attire les traileurs du monde entier, avec 17 nationalités représentées. Et pour continuer de gagner en expertise, l'événement va aussi lancer ses "rendez-vous avec les traileurs". Le jeudi 30 mai, des conférences sur l'alimentation et la performance des traileurs mais aussi sur les volcans seront proposées.

Plus d'informations. Organisée de concert par Jean-Michel Chopin (Eaux de Volvic), le sculpteur Thierry Courtadon, Bernard Echalié (société Echalié) et le maire de Volvic Mohand Hamoumou, avec 450 bénévoles, la **VVX** aura lieu du 30 mai au 1er juin. Toutes les infos sur le site de la **VVX**. Tarifs pour le samedi soir : repas et concerts, 25 € adulte, 12 € -14 ans ; concerts seuls, 16,80 €.

Arthur Cesbron



La troisième édition de l'événement « sportif, culturel et festif » aura lieu du 30 mai au 1er juin

Volvic à grandes enjambées vers la VVX

Une course de fond. Quand on propose un trail de 220 km, on sait gérer son effort. Depuis quelques semaines, les organisateurs de la Volvic Volcanic Experience (VVX) dévoilent donc au compte-gouttes la programmation de la 3^e édition de cet événement à la fois « sportif, culturel et festif ». Histoire de tenir la distance jusqu'au 30 mai Focus sur cette 3^e édition en quatre enjambées.

1 Un trail de 220 km entre le Lioran et Volvic. Côté sport, trois grandes nouveautés. D'abord, la « X-GTV », une « grande traversée volcanique » de 220 km (7. 500 mètres de dénivelé positif !) au départ du Lioran, pour une arrivée à Volvic après des passages aux puys Mary, de Sancy, de Dôme « Il était temps que cette belle région ait son grand trail, savourez Jean-Michel Chopin, du comité organisateur. Cette X-GTV, c'est la cerise sur le gâteau ! » Car le gros morceau pour la VVX se joue ailleurs. Avec son tout nouveau 110 km, l'événement ambitionne une inscription à l'Ultra-trail world tour : cette compétition rassemble vingt-trois des plus grands trails du monde. « On veut rentrer dans cette catégorie avec ce trail qui, à une ou deux exceptions près, contourne les 80 volcans de la chaîne des Puys », détaille Jean-Michel Chopin. Verdict

cet été. Enfin, dernière nouveauté, un mini-trail (500 à 1. 100 mètres) sera proposé aux 6-12 ans. À noter également qu'il ne reste presque plus de places sur les autres courses (15 km, 25 km, 43 km) : plus de 2. 000 coureurs sont attendus.

2 Un retour aux sources avec des visites, des randos N'allez pas réduire la VVX au trail. Car Jean-Michel Chopin le répète à l'envi : « Ici, on cherche à courir les yeux ouverts. » Avec cette formule, ce traileur confirmé rappelle l'ambition de la VVX : « Revenir aux origines du trail, avec la découverte de la nature, du patrimoine, des gens Quand on court, on ne voit rien. Donc on propose au traileur de revenir le lendemain pour retourner sur ses pas et découvrir l'impluvium, la pierre de lave, les volcans » Tout un programme, pour toute la famille, avec des randonnées, spectacles, initiations sportives, manèges insolites, structures sonores géantes Rendez-vous le vendredi 31 mai sur le site du Goulet, et le samedi 1^{er} juin en centre-ville de Volvic.

3 Wazoo, Minuit Deux soirées de concerts. « Je ne vais pas dire qu'il faut être dans les derniers, mais presque », sourit Jean-Michel Chopin. Car l'arrivée des derniers coureurs sur le site du Goulet, le vendredi soir, se fera devant la grande scène, pendant le concert gratuit des Auvergnats de Wazoo.

Le lendemain, rebelote. Trois groupes seront en concert au Goulet : le duo clermontois Kawrites ; le groupe Minuit, composé des enfants des Rita Mitsouko ; et enfin Yarol, connu pour avoir été le guitariste de Johnny Hallyday.

4 Kilian Jornet, Dawa Sherpa Des invités de prestige. Déjà présent l'an dernier, la star du trail et ambassadeur des Eaux de Volvic, Kilian Jornet, sera à nouveau au rendez-vous. Mais il ne courra pas, au contraire d'autres grands noms du trail annoncés : les Népalais Dawa Sherpa et Sange Sherpa, l'Italienne Francesca Canepa, l'Américaine Meghan Laws La VVX attire les traileurs du monde entier, avec dix-sept nationalités représentées. Et pour continuer de gagner en expertise, l'événement va aussi lancer ses « rendez-vous avec les traileurs ». Le jeudi 30 mai, des conférences sur l'alimentation et la performance des traileurs, mais aussi sur les volcans, seront proposées. Pratique. Organisée de concert par Jean-Michel Chopin (Eaux de Volvic), le sculpteur Thierry Courtadon, Bernard Echalié (société Echalié) et le maire de Volvic Mohand Hamoumou, avec 450 bénévoles, la VVX aura lieu du 30 mai au 1^{er} juin. Toutes les infos sur le site www.volvic-vvx.com. Tarifs pour le samedi soir : repas et concerts, 25 ? adulte, 12 ? moins de 14 ans ; concerts seuls, 16, 80 ?.



Arthur Cesbron arthur.
cesbron@centrefrance. com ■



► 1 mars 2019



L'Oxy'Trail revient le 30 juin 2019 en Ile-de-France !

🕒 5 mars 2019 🍷 Like

Oxy'Trail, le 2ème plus grand trail d'Ile-de-France, revient le 30 juin 2019 au Parc de Noisiel, à Marne-la-Vallée (77). 3 parcours Oxy'Trail sont proposés aussi bien pour les initiés que pour les confirmés.

[READ MORE](#)



Asics présente la METARIDE™ : une chaussure révolutionnaire pour les longues distances...

🕒 5 mars 2019 🍷 Like

ASICS dévoile sa dernière chaussure de running, la METARIDE™. L'une des innovations les plus importantes d'ASICS, développée depuis deux ans à l'ISS de Kobe, qui permet de conserver l'énergie pour courir plus longtemps.

[READ MORE](#)



Skidress Everest : Une veste sportwear chic et cool à la française !

🕒 4 mars 2019 🍷 Like

J'ai eu la chance de tester une veste chic et cool de la marque de ski française : Skidress. Je l'ai portée ces deux derniers mois hivernaux tant à la Montagne (attention je n'ai pas skié avec, mais j'aurais dû)...



VVX



✱ RENDEZ-VOUS

3, 2, 1... PARTAGEZ !

LE BONHEUR EST PLUS FORT À PLUSIEURS. UN DICTON QUI SIED À LA COURSE À PIED.
 CONJUGUEZ VOS SENSATIONS AU PLURIEL !



16/04

MARATHON DU LAC D'ANNECY (74)

Un des plus beaux marathons du calendrier, à courir en duo (8h30). Le parcours consiste en un aller-retour tout plat, le long du lac, avec vue sur les Alpes enneigées. Autre option cette année : un 10 km (9h30). Le traditionnel semi se recale au calendrier et se courra en lieu et place du 10 km, le 15 septembre. Marathondulac-annecy.com

27/04

GRAND RAID DU VENTOUX (84)

100 km et 4 500 mD+ au départ de Gigondas, à travers les plus beaux paysages du Vaucluse : gorges de la Nesque, ascension du mont Ventoux, passage au cœur des dentelles de Montmirail... Un bel ultra à se partager en relais à quatre (entre 24,2 km et 21,4 km). Également 55 km et 27 km. www.grandtrailgigondas.fr

01/05

ELLE & LUI (Quimper)

On court en couple (un gars, une fille) et de préférence déguisé, en deux boucles au cœur de Quimper, autour de l'esplanade devant le théâtre de Cornouaille. Un petit défi pour occuper ce jour chômé ! elle-et-lui.bzh

12/05

LOVE RUN (75)

7 km semés d'embûches dans le bois de Boulogne à courir en duo, liés par le poignet. Mieux vaut donc avoir bien « casté » son partenaire – son chéri ou bien un(e) ami(e), pourvu que l'allure soit raccord. Courses enfants, cours de yoga, zumba, rock et concert à l'affiche. love-run.com

12/05

MARATHON DE LA LOIRE (49)

Deux options pour se partager l'effort (et le plaisir) en Anjou. Un marathon relais à deux équipiers pour un semi chacun le long de la Loire. Ou une épreuve combinée : 12 km de descente sur la Loire en canoë biplace puis 17 km de course à pied commune pour revenir au cœur de Saumur. À partir de 120 € pour cette épreuve originale. www.marathon-loire.fr



12/05

ROUTE DU LOUVRE (59)

Le marathon chti' entre Lille et Lens se partage en trio pour 11 km, 16 km et 15,195 km. Au départ de Lille, le tracé passera par 11 communes avant d'arriver à La Fosse du 11/19 à Loos. Ambiance décontractée et prix au plancher : entre 24 et 36 € le dossard pour la team. Imbattable ! Également 10 km et randonnées. www.laroutedulouvre.fr

18 et 19/05

DUO DE L'HERMITAGE (26)

On part à deux, on finit à deux ! C'est le slogan de ce trail à partager (12 ou 25 km) entre les vignobles de Crozes-Hermitage et Tain l'Hermitage. L'épreuve est tellement sympa qu'elle affiche déjà complet. 750 coureurs se sont inscrits en une semaine ! À retenir pour l'année prochaine... duo-hermitage.com



18/05

LA PASTOURELLE (15)

Une échappée belle bisnée de 32 km (1 150 mD+). 10 km pour le premier relayeur jusqu'au col de Néronne (1 240 m), 21,5 km pour le deuxième, avec passage sur la crête du Puy Violent (1590 m). On se retrouve pour 500 mètres communs dans les rues de Saint-Paul-de-Salers. Joli programme parmi les pâturages, avec dégustations en chemin. Également 32 km ou 53 km en solo et 10 km féminin. www.lapastourelle.net

25/05

FOULÉES DES BAÏNES (33)

2 x 10 km à se partager autour de la plage du Grand Crohot de Lège-Cap-Ferret. À mi-course, à la plage du Truc Vert, le premier coureur devra vite donner son bracelet « duo » à son co-équipier, qui filera vers l'arrivée. www.lafouleedesbaines.com



25 et 26/05

RUN IN MONT-SAINT-MICHEL (50)

Premier relayeur, vous prendrez le départ avec les 4 500 marathoniens et passerez le relais à votre coéquipier à Cherruex, au km 20,5 où vous attendront médaille, T-shirt et ravito. Une navette vous emmènera au pied de la merveille, où vous retrouverez votre binôme sur la finish line. Également un semi, un 10km et un trail de 53 km. www.runinmontsaintmichel.com



Du 29/05 au 01/06

VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE (63)

Nouveau format (110 km / 3 500 mD+) pour l'Expérience Trail des Puys-Faille de Limagne à se « découper » à deux ou à trois. On court autour de la chaîne des puys, avec ascension de quelques-uns de ceux-ci, dont le Puy-de-Dôme, gravi au lever du soleil. Autres options XXL : une grande traversée de 220 km (solo ou duo), mais aussi un 43 km, un 25 km ou un 15 km. www.volvic-vxx.com



Du 30/05 au 01/06

EUSKAL TRAIL (64)

Tout se vit à deux sur ce festival « trail » de Saint-Étienne-de-Baïgorry. Au choix : 8 km féminin, 25 km, 27 km nocturne, 40 km ou 130 km, à courir en duo donc, en une ou deux étapes selon la distance, et sur un ou deux jours. De quoi profiter à fond des paysages du Pays basque et de l'accueil chaleureux qui vous sera réservé ! www.euskalraid.com

Un marathon 100% féminin

30/06 RUN IN PARK Hellecourt (54)

Deuxième édition pour l'association « Les Fouleées de l'Embanie » et son marathon féminin dans le parc de l'Embanie, autour du Cosec, à Hellecourt, au sud de Nancy. Le cadre est agréable et le parcours consiste en 14 boucles. On peut se partager l'effort à relais à deux, trois, quatre ou cinq coureuses. lesfouleesdelembanie.com



Le groupe auvergnat Wazoo célèbre ses 20 ans de scène



Jeff Chalaffre et Kevin Quicke, les deux leaders du groupe Auvergnat Wazoo se sont rencontrés en 1996 dans des conditions "inavouables". Après avoir rodé leur tandem sur des reprises avec leur groupe RAS, ils changent de nom en 1999 avec le succès de "la Manivelle". Et deviennent Wazoo..., sans que l'on ne sache vraiment l'origine exacte de ce nom tant les versions divergent au gré des apéros.

Quand le groupe auvergnat Wazoo déclare sa flamme au Cantal (2016)

20 ans plus tard, le succès est intact. Pour les novices, il faut savoir que Wazoo c'est 500.000 albums et singles vendus, plus de 500 concerts, 6.000.000 de streamings vidéos. Une paille...



Wazoo à ses débuts.

Quel est votre secret de longévité ?

Jeff Chalaffre : La sincérité avec laquelle nous faisons nos chansons et nos concerts.

Kevin Quicke : Sur scène, il faut savoir donner pour recevoir. C'est la base.

Vous avez un public de fidèles ?

Jeff Chalaffre : Oui ! On a un public à grosse majorité de ruraux. Car notre musique, c'est celle de la France des campagnes. C'est notre marque de fabrique. On se réapproprie le folklore du Massif

Central et on chante des tranches de vie campagnardes.

Le snobisme citadin ne vous fatigue pas ?

Jeff Chalaffre : On s'en fout ! Au contraire, on s'en inspire. Les gens sont en attente d'authenticité. Il n'y a qu'à voir le succès de notre titre "Cantal +" qui parle du Puy-Mary assimilé par certains au trou du c.. du monde.

Kévin Quicke : Nous les bobos, on les met au milieu des champs pour faire fuir les corbeaux !

Si vous deviez retenir trois souvenirs de ces 20 ans ?

Jeff Chalaffre : Avoir été double disque d'or, avec un trophée remis des mains de Chantal Lauby sur MCM en 2000. Elle nous suit toujours, et a eu la larme à l'œil sur la chanson hommage à Boudu et au "Phidias". Elle devrait être de la partie pour notre anniversaire.

Kevin Quicke : Nos trois fois à l'Olympia. Les serveurs parisiens nous ont tellement pris en sympathie que l'on a réussi à imposer la Gentiane au bar ! (rires)

Jeff Chalaffre : Et enfin, l'ouverture de la fêria de Dax l'été 2018 devant 12.000 personnes qui ont repris "Ici c'est Monferrand" en chœur ! Jouer devant 18.000 personnes pour la fête de Tronget, c'était aussi très sympa.



Des moments de solitude ?

Jeff Chalaffre : le jour où Kevin a pris un string sur la tête lors d'un concert au Gormens. Je n'ai jamais pu le ramener à lui...

Kevin Quicke : Cette journée périlleuse de 2015 avec le comité des fêtes du Claux. Bernard, le président, nous a sorti une gnole avec une grenouille dedans. J'ai dit : "Oui c'est comme dans les Bronzés". Il a répondu : "Oui, mais là c'est pas du cinéma !" Il faisait -5 degrés dehors et on a eu l'impression de jouer aux Bahamas.

Jeff Chalaffre : Et cette première fois chez Pascal Sevrin. Il a voulu que l'on monte dans son bureau. N'écouter que mon courage, j'ai dit à Kevin : "passe devant !" (Eclats de rire)



Wazoo a retrouvé Charlie&Lulu, 19 ans après les avoir croisé sur la scène du hit-Machine de M6.

Quelles ont été vos plus belles rencontres ?

Jeff Chalaffre : C'est vrai que l'on a croisé des Johnny Hallyday, Obispo, Calogero, Tina Arena, Charlie&Lulu, Larusso, Sabine Paturel, Pascal Sevran ou encore le DJ Willy William qui a remixé "la Manivelle" en 2015... Mais nos plus belles rencontres, cela reste Boudu, Fanny Agostini qui a participé à notre clip "l'Amour sera toujours dans nos prés", Jimmy Marlu, Olivier Villa, Aurélien Rougerie, Denis Pourcher, Laurent Boucry, ou encore François Lasserre. Et puis, tous ces comités des fêtes qui nous ont accueilli comme des rois !



Wazoo et Jennifer Ayache, la fille de Chantal Lauby et chanteuse de Superbus.



Fanny Agostini a touné aux côtés de Wazoo et les a même invités pour son mariage ! Vous êtes un vieux couple tous les deux, quel est le secret de votre longévité ?

Kevin Quicke : l'alcool ! (Rires)

Jeff Chalaffre : Nous sommes complémentaires. C'est une amitié sincère. Je suis parrain d'un de ses fils et témoin de son mariage. J'écris les chansons en les façonnant à sa personnalité.

Que réservez-vous à vos fans pour cet anniversaire ?

Jeff Chalaffre : Nous sortons le 18 mars un album sobrement intitulé "On a pris cher !" qui regroupe le meilleur de nos cinq albums. En plus de ce Best of, on a aussi prévu un EP 6 titres comportant uniquement nos morceaux à la gloire des jaunes et bleus. Nous enchaînons sur une tournée à travers la France. De la Lorraine, au Gers en passant par le Massif Central.



Wazoo a concocté un EP 6 titres (dont 2 morceaux inédits) en hommage à l'ASM, son club de toujours.

C'est reparti pour 20 ans ?

Jeff Chalaffre : J'espère... On se limite à 30 dates par an pour ménager notre matière grise. (rires)

Carole Eon-Groslier

Tournée : Mars : Le 28, les 20 ans à Pérignat-Lès-Sarliève (63). Le 30 à Tulle (19). Mai. Le 17 mai, Ytrac (15). Le 31 mai Volvic **VVX**, (63) Juin. Le 8 à Chaveroche (19), le 9 à Auzances (23), le 14 à Peschadoires (63), le 21 juin Beaumont (63) et le 22 à Perpezac Le Noir (19) Juillet. Le 6 Moulins (03), le 7 Huriel (03), le 13 Chausseterre (42) , le 14 Saint Flour (15), le 20

Murat Le Quaire (63) et le 27 Sainte Christine (63).

Août. Le 2 Albepierre-Bredons (15), le 3 Olliergues (63), le 10 Meyssac (19), le 11 à Arnac (15), le 14 Chartres (28), le 15 à Bonnac (15), le 16 Commentry (03), le 17 Le Claux (15), et le 24 Plancy-l'Abbaye (10). Septembre : le 7 à Bains (43).



Le conseil municipal de Volvic a soufflé un air de début de campagne



« Moi, j'ai compris, ça sent les élections ! » Il ne fallait pas être devin pour analyser, comme ce Volvicais adossé sagement contre le mur, que le conseil municipal du jour avait d'autres ambitions que celles de l'ordre du jour.

Parmi les sujets de tensions, la maison médicale a agité les débats. « La construction de cette maison, loin du centre-ville déplace le point d'équilibre de la ville. Cela ne devrait pas arranger la perte de vitalité du bourg », a pointé Éric Agbessi, élu de l'opposition. Aussitôt rejoint par Louis-Paul Coldrey, particulièrement incisif jeudi soir. « On aurait sauvé la pharmacie si l'on avait construit le pôle en ville ! Tous les commerces se meurent et vous ne faites rien depuis 2008 Monsieur le maire ! »

Une fronde digne d'un lancement de campagne qui n'a pas échappé à Mohand Hamoumou, maire de la ville. « Dans une période de désertification médicale, pouvoir avoir deux médecins et bientôt quatre, un cardiologue, une sage-femme, des kinés, des infirmières et trois dentistes sur un même site est une chance extraordinaire. Ce pôle emploie une trentaine de personnes et il était impossible de leur trouver un local et un parking en centre-ville ! », a détaillé l'élue, assurée. Avant de renvoyer la balle :

« Toutes les villes que ce soit Riom, Châtel ou Volvic souffrent de l'activité difficile de leurs commerces. Si vous avez une recette miracle, je suis preneur ! »

MoHaND HAMOUMOU (maire)

Une maison médicale de garde unique dans le département

Pôle santé, borne pour voitures électriques, Ehpad... Les quatre infos à retenir du conseil municipal de Volvic

Des dépenses maîtrisées

Dans ce petit jeu de ping-pong qui a duré près de 2 h 30, Mohand Hamoumou a recadré l'assemblée autour des finances municipales. « Je m'étonne que l'on ne parle pas davantage du budget de cette commune à l'heure de traiter du ROB ! » Avec des investissements réalisés à 90 %, des dépenses de fonctionnement maîtrisées et un faible endettement communal, le maire de Volvic a posé ses atouts sur le tapis. « Le travail est fait et ça se voit. La surtaxe des eaux de

Volvic est une manne financière qui peut disparaître, c'est pourquoi nous l'utilisons pour investir. Pour le reste, j'ai bien compris que c'est la campagne qui démarre. » Face aux élus, Mohand Hamoumou a laissé entendre que les impôts des Volvicois ne devraient pas augmenter.

Parmi les projets évoqués pour bâtir le futur budget, l'aménagement de jeux et d'hébergement au camping et des locaux de l'office du tourisme pour l'été, mais aussi la **VVX** 2019, l'Ehpad ou la médiathèque ont été évoqués.

La possible installation d'un hôtelier au château de Crouzol a de nouveau enflammé les débats. « Quelle sera la valeur ajoutée ? » a dégainé l'opposition, pas vraiment convaincue par le bien-fondé du projet.

Finalement accusé de manquer de stratégie globale pour sa commune, le maire a détaillé les axes de son action : « Mes projets impliquent les Volvicois, valorisent le cadre de vie, préservent l'environnement, développent l'accueil et renforcent les solidarités. » Exemples à l'appui, et aidés de ses adjoints Mohand Hamoumou a esquissé ce qui ressemblait étrangement à un bilan de mandat, sous le regard d'une opposition des grands jours.

Carole Eon-Groslier



ENTRAÎNEMENT **PLANS**

PRÉPARER LE 43-KM DE LA VVX

(VOLVIC VOLCANIQUE EXPÉRIENCE)



L'EXPERT

Philippe Propage est référent national de l'équipe de France de trail depuis 2009. Il coache de grands champions et forme les entraîneurs pour le trail. Il est également coureur de trail depuis les années 1990.

Parmi les plans spécifiques dédiés aux trails de France et d'ailleurs, nous avons décidé de vous aider à préparer l'expérience trail Impluvium de la fameuse Volvic Volcanique Expérience le 31 mai prochain. Un format de 43 km avec un dénivelé d'environ 1 700 D+ et D-.

Ce format est assez commun à des courses que vous pouvez retrouver tout au long de l'année. Des distances permettant une saison plus fournie en trails, contrairement à ceux qui se consacrent uniquement aux longues distances. Nous vous proposons un programme assez classique à base de sorties longues, rando-courses, séances de côte pure, mais aussi redescentes rapides avant la récupération sur parties plates. Cette forme de travail est assez efficace pour vous préparer à « encaisser » les parties descendantes. Vous aurez également un travail de vitesse sur des séances intensives. La dernière séance de qualité sera effectuée le jeudi de la semaine précédant la course afin de bénéficier d'un temps important de relâchement avant votre épreuve. En effet, pour l'expert, « c'est souvent pendant ce laps de temps que se construit la réussite ou non de la course, quel que soit votre niveau ! » Bonne préparation à tous !





Travail de descentes

Pour une telle course, il va être important de travailler votre descente, voilà pourquoi nous avons intégré des séances traumatisantes d'enchaînement côtes/descentes rapides.

en plus des séances de côte et vitesse habituelles. Des séances exigeantes bien réparties afin de ne pas engendrer de traumatismes trop importants. Pensez à récupérer !



Cette icône signifie : jour de récupération

Vitesse

L'allure doit être rapide avec la capacité encore d'accélérer. Vous auriez pu courir plus sans être épuisé.

Jogging vallonné

Parcours où vous pourrez enchaîner montées et descentes avec des parties plates, toujours en aisance respiratoire.

Séance côte

Courir dans une côte entre 8 à 10 % sur toute la durée de l'effort et récupérer en fonction de la séance.

Rando-trail

Sortie facile où les parties roquantes peuvent être courues et les parties montantes sont marchées.

	LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
SEM 1		Jogging vallonné ● 1h en nature dont 3 dernières minutes plus vite ● sur chemin vallonné		Jogging vallonné ● 1h en nature ● sur chemin vallonné		Séance côte ● 5 x 3' côte ● récup' en descente en trottinant ● repartir aussitôt	Jogging vallonné ● 1h 30 en nature ● sur chemin vallonné
SEM 2		Vitesse ● 15 x 30" vite / 30" lent		Jogging vallonné ● 1h 15 en nature ● sur chemin vallonné		Séance côte ● 3 x 4' vite en côte ● redescendre vite ● repartir aussitôt en bas ● récup 3' en bas	Jogging vallonné ● 2h en nature ● sur chemin vallonné
SEM 3		Vitesse ● 3 x 5' (1' vite / 45" lent) ● 2' de récup' entre les fractions.		Jogging vallonné ● 1h en nature ● sur chemin vallonné		Séance côte ● 3 x 8' côte ● récup' en descente en trottinant ● repartir aussitôt	Rando-trail ● 4h en nature ● marche en côte + course plat et descente
SEM 4 allégée		Jogging facile ● 45' en nature ● sur chemin plat		Jogging vallonné ● 1h en nature ● sur chemin vallonné			Jogging vallonné ● 1h 30 en nature ● sur chemin vallonné
SEM 5		Vitesse ● 10 x 1'30 vite / 45" lent		Jogging vallonné ● 1h en nature ● sur chemin vallonné		Séance côte ● 3 x 10' côte ● récup' en descente en trottinant ● repartir aussitôt	Rando-trail ● 4h en nature ● marche en côte + course plat et descente
SEM 6		Jogging facile ● 45' en nature ● sur chemin plat		Jogging vallonné ● 1h en nature ● sur chemin vallonné		Séance côte ● 5 x 3' vite en côte ● redescendre vite ● récup 2' en bas	Jogging vallonné ● 2h en nature ● sur chemin vallonné
SEM 7		Jogging facile ● 1h en nature ● sur chemin plat		Vitesse ● 4 x 6' vite ● 3' de récup' entre les fractions		Jogging vallonné ● 1h 30 en nature ● sur chemin vallonné	
SEM 8 course		Jogging facile ● 45' en nature ● sur chemin plat		Jogging facile ● 30' en nature ● sur chemin plat			TRAIL DE VOLVIC 43-KM 1 650 D+

DOSSIER

Nouvelles attractions

Pour marquer l'inscription à l'UNESCO, les sites touristiques présents sur la Chaîne des Puys - faille de Limagne vont proposer de nouvelles attractions.

Vulcania a recréé un parcours extérieur qui présente le bien inscrit au patrimoine mondial.

Le **volcan de Lemptégy** a mis en place une nouvelle attraction, *Volcan'express*, qui vous emmènera au cœur des 80 volcans endormis. Et si la faille se rouvrait ? Accrochez vos ceintures !

Infos pratiques :

- vulcania.com
- auvergne-volcan.com

Festivités

Un territoire en fête

L'inscription de la Chaîne des Puys - faille de Limagne sur la Liste du patrimoine mondial est aussi, et surtout, un projet populaire. Plusieurs manifestations, ouvertes à tous, vont animer la belle saison au cœur et autour du site. Au programme : nature, culture et bonne humeur !

VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE

Soyez prêt pour une expérience unique ! Pendant les trois premiers jours du pont de l'Ascension, la **VVX** vous invite à bouger, explorer et vibrer pour mieux faire découvrir et partager ce territoire d'exception. Le programme est riche en événements : trails, randos VTT, randonnées, découverte des volcans et de l'impluvium des eaux de Volvic, rencontre avec des artistes, concerts, spectacles... et beaucoup d'autres surprises !

Infos pratiques :

Les 30, 31 mai et 1^{er} juin dans Volvic et ses environs.
Inscriptions : volvic-vx.com

NUÉES ARDENTES

Attention ! Éruption scientifique annoncée au puy de Dôme le 1^{er} week-end de juin. Le festival décalé de l'Université Clermont-Auvergne revient pour une deuxième édition avec toujours le même but : valoriser le patrimoine naturel des volcans d'Auvergne auprès des Puydômois et des touristes, en s'appuyant sur l'exploration scientifique et l'imaginaire.

Infos pratiques :

Les 7, 8 et 9 juin

Maison de site du puy de Dôme

Entrée gratuite

lesnueesardentes.uca.fr

ANNIVERSAIRE DE L'INSCRIPTION

Retenez-bien cette date : samedi 6 juillet, pour fêter le premier anniversaire de l'inscription de la Chaîne des Puys - faille de Limagne sur la Liste du patrimoine mondial, le Conseil départemental et ses partenaires vous invitent à une journée festive et haute en couleurs au sommet et autour du puy de Dôme. Ne prévoyez pas de rentrer tôt, beaucoup de surprises vous attendent jusque tard dans la soirée !

Infos pratiques :

Samedi 6 juillet

Au pied et au sommet du puy de Dôme

Toutes les animations sont gratuites

puy-de-dome.fr

AU BONHEUR DES DÔMES

Cette manifestation est appelée à devenir un classique pour tous les amateurs de grande randonnée et amoureux de nos volcans. A l'occasion des Journées européennes du patrimoine, le Conseil départemental vous propose plusieurs balades accompagnées par des guides de montagne pour une découverte intime et sportive de ce haut lieu tectonique.

Infos pratiques :

Samedi 13 septembre

Inscriptions gratuites (à partir de cet été) sur :

puy-de-dome.fr





Le conseil municipal de jeudi soir a été agité par l'opposition

« La campagne est lancée ! »
 « Moi, j'ai compris, ça sent les élections ! » Il ne fallait pas être devin pour analyser, comme ce Volvicois adossé sagement contre le mur, que le conseil municipal du jour avait d'autres ambitions que celles de l'ordre du jour.
 Parmi les sujets de tensions, la maison médicale a agité les débats. « La construction de cette maison, loin du centre-ville déplace le point d'équilibre de la ville. Cela ne devrait pas arranger la perte de vitalité du bourg », a pointé Éric Agbessi, élu de l'opposition.
 Aussitôt rejoint par Louis-Paul Coldrey, particulièrement incisif jeudi soir. « On aurait sauvé la pharmacie si l'on avait construit le pôle en ville ! Tous les commerces se meurent et vous ne faites rien depuis 2008 Monsieur le maire ! »
 Une fronde digne d'un lancement de campagne qui n'a pas échappé à Mohand Hamoumou, maire de la ville. « Dans une période de désertification médicale, pouvoir avoir deux médecins et bientôt quatre, un cardiologue, une sage-femme, des kinés, des infirmières et trois dentistes sur un même site est une chance extraordinaire. Ce pôle emploie une trentaine de personnes et il était

impossible de leur trouver un local et un parking en centre-ville ! », a détaillé l'élu, assuré. Avant de renvoyer la balle : « Toutes les villes que ce soit Riom, Châtel ou Volvic souffrent de l'activité difficile de leurs commerces. Si vous avez une recette miracle, je suis preneur ! »
 Dans ce petit jeu de ping-pong qui a duré près de 2 h 30, Mohand Hamoumou a recadré l'assemblée autour des finances municipales.
 « Je m'étonne que l'on ne parle pas davantage du budget de cette commune à l'heure de traiter du ROB ! » Avec des investissements réalisés à 90 %, des dépenses de fonctionnement maîtrisées et un faible endettement communal, le maire de Volvic a posé ses atouts sur le tapis. « Le travail est fait et ça se voit. La surtaxe des eaux de Volvic est une manne financière qui peut disparaître, c'est pourquoi nous l'utilisons pour investir. Pour le reste, j'ai bien compris que c'est la campagne qui démarre. »
 Face aux élus, Mohand Hamoumou a laissé entendre que les impôts des Volvicois ne devraient pas augmenter.
 Parmi les projets évoqués pour bâtir le futur budget, l'aménagement de jeux et d'hébergement au camping et des locaux de l'office du tourisme

pour l'été, mais aussi la VVX 2019, l'Ehpad ou la médiathèque ont été évoqués.
 La possible installation d'un hôtelier au château de Crouzol a de nouveau enflammé les débats. « Quelle sera la valeur ajoutée ? » a dégainé l'opposition, pas vraiment convaincue par le bien-fondé du projet.
 Finalement accusé de manquer de stratégie globale pour sa commune, le maire a détaillé les axes de son action : « Mes projets impliquent les Volvicois, valorisent le cadre de vie, préservent l'environnement, développent l'accueil et renforcent les solidarités. »
 Exemples à l'appui, et aidés de ses adjoints Mohand Hamoumou a esquissé ce qui ressemblait étrangement à un bilan de mandat, sous le regard d'une opposition des grands jours.
 Carole Eon-Groslier carole.eon-groslier@centrefrance.com ■



Tournée 2019

Mars. Le 28, les 20 ans à Pérignat-lès-Sarliève. Le 30, à Tulle (19).

Mai. 17 mai, Ytrac (15). Le 31 mai, au Volvic VVX.

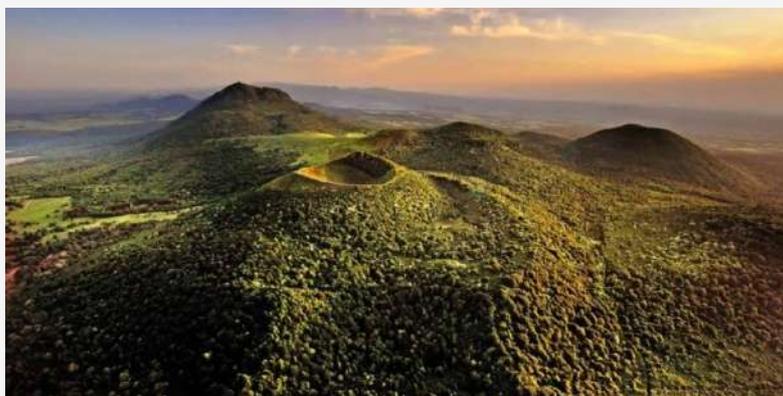
Juin. Le 8 à Chaveroche (19), le 9 à Auzances (23), le 14 à Peschadoires, le 21 Beaumont et le 22 à Perpezac-le-Noir (19).

Juillet. Le 6 à Moulins (03), le 7 à Huriel (03), le 13 à Chausseterre (42), le 14 à Saint-Flour (15), le 20 à Murat-le-Quaire et le 27 à

Sainte-Christine. Août. Le 2 à Albepierre-Bredons (15), le 3 à Olliergues, le 10 à Meyssac (19), le 11 à Arnac (15), le 14 à Chartres (28), le 15 à Bonnat (15) le 16 à Commentry (03), le 17 au Claux (15), le 24 à Plancy-l'Abbaye (10) et le 7 septembre à Boins (43) ■



VVX Volvic Volcanique Expérience



La 3EME EDITION DE LA VOLVICVOLCANIC EXPÉRIENCE

DU 29 MAI AU 1ER JUIN LA VVX S'AGRANDIT !

La VolvicVolcanicExpérience – VVX – propose une immersion sportive dans un cadre d'exception, un des lieux le plus emblématique de l'Auvergne : la Chaîne des Puys – Faille de Limagne, récemment inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Au cœur de cette nature unique, la VVX est, pour tous les sportifs, traileurs ou randonneurs, une odyssée sensorielle au contact d'une nature vivante et préservée.

Mais au-delà de la performance sportive, les organisateurs invitent à la curiosité, au partage d'un véritable moment convivial avec les gens d'ici, et à s'émerveiller de leur savoir-faire :

« Après votre effort, revenez sur vos traces à la rencontre d'hommes et de femmes amoureux de leur région et partagez une expérience hors du temps, à la découverte d'un territoire exceptionnel façonné par les volcans, la pierre et l'eau : visites d'ateliers d'artistes et de lieux emblématiques tels que l'Impluvium de Volvic, découverte du patrimoine de la ville...



VVX

Nouveautés 2019

1) L'ExpérienceGrandeTraverséeVolcanic « XGTV® »220 km/7500 m D+ « Course TRAIL

Aventure »

Pour cette troisième édition, l'Association Aventure en Terre Volcanique propose un nouveau format d'envergure : **L'ExpérienceGrandeTraverséeVolcanic** ou **XGTV®**, en marge des 4 autres formats de course.

Un ultra en duo ou en solo dont le concept original et ses spécificités sont hors normes. L'esprit de **L'ExpérienceGrandeTraverséeVolcanic®** repose sur l'engagement mental, l'esprit de solidarité et d'aventure, ainsi que sur les valeurs sportives et la pratique de la moyenne montagne, le tout au cœur des volcans français. Unique !

Cette épreuve d'ultra endurance emmène les concurrents sur une longue traversée des Volcans d'Auvergne de 220 km et 7 500 m D+, parcourant les plus emblématiques GR de 5 territoires : les monts Dômes, les monts Dore, le massif du Cézallier, le massif du Cantal et le plateau de l'Artense.

Cette course Aventure, où les participants seront seulement munis d'une trace GPX road book et suivront à 95% le balisage des GR (rouge/blanc), nécessite un bon sens de l'orientation sur et hors sentiers. Le tracé permet de découvrir la richesse et la diversité des différents territoires de l'ensemble du Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne.



L'ExpérienceGrandeTraverséeVolcanic® se réalise en équipe de deux ou en solo. Deux classements seront établis. Les participants évoluent dans un milieu montagnard parfois rude et exigeant d'où la nécessité d'avoir un bon niveau technique, physique et mental. Parcours certifié ITRA et course qualificative UTMB® : 6 points

Infos pratiques XGTV®

- Mercredi 29 mai 2019 :
Départ en bus de la course à 6h30 de Volvic (site du Goulet) pour rejoindre le lieu de départ de la course. Départ course à 10h00 de la station du Lioran.
- Vendredi 31 Mai 2019 :
Arrivée au plus tard à minuit à Volvic (site du Goulet).
Soit 62h00 de course maximum
- 20 équipes duos et 20 places solo
- 220 km et 7 500 m D+
- Tarifs : 360 € pour le duo et 180 € en solo
- 4 repas chauds et ravito liquide sur les bases de vie
- Conditions :
- Accessible à partir de 20 ans et plus
- Avoir couru au moins deux ultra trails de plus de 100 km dans les trois années précédant

Matériel obligatoire à retrouver dans le règlement www.volvicvvx.com

2) **VVX KIDS TRAIL, le 31 Mai**

Eux aussi ils ont droit à leur course ! Le même site que les plus grands.

Départ par vague de 20, les kids se passeront le relai sur la ligne de départ. Chacun pourra effectuer autant de tours qu'il le souhaite, durant les 30 mn imparties.

Réservé aux enfants né entre 2005 et 2013, ils seront répartis en 3 catégories :

Circuit rouge 500 m / 10 m D+ : enfants nés en 2013, 2012 et 2011

Circuit bleu 700 m / 15 m D+ : enfants nés en 2010, 2009 et 2008

Circuit jaune 1100 m / 20 m D+ : enfants nés en 2007, 2006 et 2005

Limité à 200 participants

Inscription uniquement en ligne sur SPORTIFS.

LA **VVX** AFFICHE PRESQUE COMPLET !

Lancées le 28 septembre dernier, les inscriptions sur les 3 grands formats de courses, qui ont fait la réputation de la **VVX**, sont fermées car complètes depuis plusieurs semaines.

Il reste quelques places sur le 15 Km ! Et sur le nouveau et grand format, **XGTV®**, lancé depuis quelques jours !

La **VVX**, c'est dorénavant cinq formats de courses pour Bouger, Explorer et Vibrer...

- **ExpérienceGrandeTraverséeVolcanic** « **XGTV®** » 220 km en duo – 7 500 m D+ Limité à 30 équipes de 2
- Expérience Trail Chaîne des Puys-Faille de Limagne 110 km en solo, duo ou trio – 3 500 m D+ Limité à 400 participants
- Expérience Trail Impluvium de Volvic 43 km – 1 670 m D+ Limité à 600 participants
- Expérience Trail Volcanique 25 km – 900 m D+ Limité à 500 participants
- Expérience Trail de Lave 15 km – 550 m D+ Limité à 500 participants

Partager :

- Cliquez pour partager sur Twitter(ouvre dans une nouvelle fenêtre)
- Cliquez pour partager sur Facebook(ouvre dans une nouvelle fenêtre)
-

Articles similaires



LE BAC RENOUVELLE SA COURSE AVEC L'ARTIÈRE TRAIL

L'association BEAUMONT ATHLETIQUE CLUB (BAC) propose le dimanche 17 MARS 2019 son trail annuel. Pour cette 15^{ème} année « Les Foulées du Chemin Vert » deviennent l'Artière Trail et offrent des parcours modifiés sur Beaumont, Romagnat, Saint Genès Champanelle et Ceyrat. De beaux chemins, des solos au cœur de la nature, Montrognon, les bords de l'Artière forment les parcours. Cette année, 3 courses sont au programme avec un départ depuis le stade de l'Artière à Beaumont, ouvertes à tous, débutants ou confirmés. Et c'est bien l'esprit du trail que de partager le plaisir de la course quel que soit le niveau, Romain Maillard (Médaille de bronze aux championnats du monde de trail 2018) sera sur la ligne de départ avec vous.

– A 9 heures, pour la troisième fois, nous proposons un vrai trail court avec une distance de 25km et 700 m de dénivelé positif.

– A 10 heures, une course nature de 12 km, 350 m de dénivelé.

– A 10h10, une course de 5 km, avec 60 m de dénivelé.

– Vous pouvez vous renseigner et vous inscrire directement sur notre site

<http://www.beaumont-athle.fr> au tarif de 6 € pour le 5 km, 12 € pour le 12 km et 16€ pour le 25 km. Bien sûr, vous avez toujours la possibilité de télécharger votre bulletin d'inscription et l'envoyer par courrier. Ces prix seront majorés de 2 € le jour de la course ... s'il reste des places.

L'association existe depuis 2002 et comprend aujourd'hui 244 adhérents adultes qui pratiquent la course sur route ou en mode trail. Différents groupes permettent de trouver réponse à sa pratique, on retrouve autant le coureur qui vient se détendre, lâcher prise et prendre du plaisir tout simplement et le coureur qui souhaite aller vers la performance (et parfois c'est le même à un moment différent).

C'est toujours avec dynamisme que se présentent les entraînements, plaisir de la course et du partage entre adhérents.

Au Bac sport rime avec convivialité.

Share this:

Twitter Facebook

WordPress:

J'aime chargement...

Articles similaires

Carnet de voyage : Maxime Jourde

Carnet de voyage : Maxime Jourde

Sportif assidu depuis tout jeune et grand amateur de trail, Maxime Jourde semble vivre un réel conte de fée. Il allie à la fois passion et performance au sein de cadres naturels tous aussi splendides les uns que les autres. Retour sur ses expériences personnelles, un régal ! Peux-tu te présenter...

31 octobre 2018

La **VolvicVolcanicExperience** : un événement unique et épique

La **VolvicVolcanicExperience** : un événement unique et épique

La **VVX** dans sa forme abrégée, c'est tout d'abord un rassemblement, un cri d'amour pour la nature et les majestueux Volcans d'Auvergne. Rarement un événement n'aura autant mis en avant son produit, que ce soit par des balades enchanteresses, des parcours ardues, des rencontres avec

les habitués des pentes auvergnates...

25 janvier 2019

Les Clermontois, toujours aussi bons en Athlétisme !

Les Clermontois, toujours aussi bons en Athlétisme !

Comme à Albi la semaine dernière, le clan clermontois s'est montré particulièrement bon dans les différentes disciplines d'Athlétisme de ce week-end ! Que ce soit au lancer de marteau, de javelot, dans l'épreuve du trail "court" ou "long" ou encore au 3000m steeple, les Auvergnats ont brillé durant ces deux...

16 juillet 2018



Auvergne : des communes touristiques se regroupent autour de Terra Volcana



En Auvergne, les offices de tourisme de Châtel-Guyon, Riom-Limagne et Volvic, se sont associés à la Chaîne des Puys et à la Plaine de la Limagne pour créer Terra Volcana, un nouveau territoire touristique (56 communes pour 88 000 habitants).

À lire aussi Vacances d'hiver 2019 : chez Oui.sncf, plus de départs que l'an passé 27 février 2019 Bretagne : fréquentation touristique en baisse à cause des grèves et des gilets jaunes 27 février 2019 Le parc Walibi Rhône-Alpes fête ses 40 ans avec de nouvelles attractions 26 février 2019

L'office du tourisme et du thermalisme Terra Volcana a été créé le 1er janvier 2019 et rassemble 11 salariés. Missions : renforcer la qualité d'accueil (via notamment l'obtention du label Qualité Tourisme), développer la complémentarité accueil physique et numérique, mettre en place les outils de CRM, reprendre la communication, apporter du conseil aux acteurs locaux, etc. Terra Volcana propose 4100 lits marchands (390 000 nuitées en 2018 pour 391 hébergements) et 5 000 lits non marchands (530 000 nuitées) et affiche 54 millions de retombées économiques.

Il rassemble 50 circuits balisés, 700 kilomètres de sentiers parmi lesquels figurent notamment le Tours de la Chaîne des Puys (GR 441) et la Grande Traversée du Massif Central (Tour). Toutes les activités « nature » seront disponibles sur www.terravolcana.com à partir de la mi-mars.

Terra Volcana propose également des événements sportifs comme le Trail de Vulcain ou le **VolvicVolcanic**. Les adeptes de culture et d'Histoire pourront découvrir le domaine Royal de Randan, les châteaux de Tournoël et d'Effiat, les sites clunisiens, les villages vigneron, etc. De plus, parmi les 56 communes qui composent le territoire, 10 sont labellisées Pays d'Art et d'Histoire : Chambaron-sur-Morge, Enval, Le Cheix-sur-Morge, Malauzat, Marsat, Mozac, Ménérol, Pessat-Villeneuve, Riom et Saint-Bonnet-près-Riom. Et en 2020, les 31 communes de Riom Limagne et Volcans devraient être aussi labellisées.



3ème édition de la VolvicVolcanicExpérience

La VolvicVolcanicExpérience(VVX) propose du 29 mai au 1er juin, une immersion sportive dans un cadre d'exception, un des lieux les plus emblématiques de l'Auvergne : la Chaîne des Puy-Faille de Limagne. Un événement aux multiples facettes, à l'image du territoire qui l'accueille, associant rendez-vous sportif comme des trails, randonnées pédestres ou initiations aux sports de pleine nature avec une invitation à la découverte du patrimoine local dans un contexte festif.

Il s'agit de trois jours de découverte, de dépassement et de convivialité à la rencontre d'hommes et de femmes amoureux de leur région. La VolvicVolcanicExpérience s'inscrit à travers les éléments naturels emblématiques que sont les volcans, le pierre et l'eau pour vivre une expérience sportive, culturelle et festive.

VVX : un évènement éco-responsable

La première action de la VVX est de limiter le nombre de coureurs pour ne pas envahir la nature, et respecter la faune et la flore. Course à taille humaine, c'est l'assurance d'une réelle convivialité et d'une attention envers les autres et envers la nature.

Avec la valorisation d'un patrimoine naturel d'exception, la VVX accorde une grande importance à la préservation de l'environnement et met en place une démarche poussée en matière de développement durable.

Ce plan d'action ambitieux veut aider à garantir :

- La préservation des ressources naturelles avec la mise en place d'actions pédagogiques autour du tri sélectif et du recyclage.
- La limitation des émissions de CO2 avec une incitation au covoiturage, des navettes gratuites seront à disposition pour l'accès sur site.
- La valorisation de l'économie locale et durable en impliquant en priorité les habitants de la ville et les associations locales.

Des coureurs de renom international sont attendus, comme Meghan Laws des États-Unis, Sange Sherpa du Népal. Les participants pourront vivre cette expérience unique à travers cinq formats de courses alliant terrain, endurance et dénivelé. Inscriptions sur www.volvic-vvx.com

Un article de la rédaction du Journal de l'éco



La 3ème VolvicVolcanicExperience approche !

Accueil Sports Rando Trek Trail

- Sports
- Rando Trek Trail

Par Eric T. - 9 mars 2019 Facebook Twitter Google+ WhatsApp Linkedin Email

La troisième édition de la VolvicVolcanicExperience approche. Les inscriptions sont encore possibles jusqu'au 31 avril prochain . C'est au cœur de la chaîne des Puys qu'a lieu cette série de trails. Un parcours de 110 kilomètres, limité à 400 participants. Parmi eux, l'Américaine Meghan Laws ou le Népalais Dawa Dachhiru Sherpa seront de la partie. En plus de cette course, un itinéraire de quelques 220 km et 7.500Mm de dénivelé sera également ouvert à la compétition : la XGTV. Un format qui nécessite un bon sens de l'orientation, car les concurrents seront « uniquement munis d'une trace GPX road book ».

Un total de 5 courses !

Trois autres courses permettront aux débutants de gagner en expérience. 15, 25 et 43 kilomètres. Avec respectivement 550, 900 et 1.670m de dénivelé.

Près d'une vingtaine de nationalités sont d'ores et déjà représentées. En parallèle de ces courses, et en partenariat avec l'université STAPS de Font Romeu, des expériences scientifiques seront menées sur un échantillon de traileurs. Objectif : « comprendre les facteurs qui influencent la performance en montée en trail-running ».

Rendez-vous les 30/31 mai et 1^{er} juin prochain au cœur de l'Auvergne.

Illustration © VolvicVolcanic Experience

La 3ème VolvicVolcanicExperience approche ! 3.2 (64%) 5 votes

Article précédent Expéditions hivernales 2019 : L'aventure russo-kazakho-kirghize au K2 se termine Article suivant Souvenirs de l'expédition de Daniele Nardi au Nanga Parbat en 2013



Eric T. <http://www.altitude.news> Eric, spécialiste de l'univers de la montagne, a mis son baudrier et ses crampons de côté pour rédiger des articles pour : Altitude.news. Business, Nature et Alpinisme sont les trois rubriques principales dans lesquelles vous pouvez retrouver ses articles. Ce montagnard d'adoption est à l'affût d'histoire et d'anecdotes insolites à partager avec ses lecteurs. Pour le contacter directement : eric@altitude.news !

.VOUS LIREZ BIEN UN AUTRE ARTICLE

Rando Trek Trail

Un aventurier belge traverse la Tasmanie en plein hiver

Montagnes Amérique du Nord

Eva Harper a 6 ans et grimpe à plus de 4.000 m

Rando Trek Trail

Xavier Thevenard couronné sur l'Ultra Trail du Mont Blanc

LAISSER UN COMMENTAIRE Annuler la réponse

Please enter your comment! Please enter your name here You have entered an incorrect email address! Please enter your email address here

Enregistrer mes coordonnées pour le prochain commentaire.

Prévenez-moi de tous les nouveaux commentaires par e-mail.

Prévenez-moi de tous les nouveaux articles par e-mail.



Vibrez avec la VVX du 30 mai au 1er juin

11.03.2019 à 16:24



La VVX, c'est aussi un choix d'animations et de spectacles variés, pour petits et grands, dans le respect de l'esprit éco-responsable et convivial de l'événement : manèges, ateliers artistiques, acrobaties et poésie... De belles propositions musicales et artistiques seront au programme de ce week-end de l'Ascension 2019, dans la ville de Volvic et sur le village sportif.

Des concerts et repas en musique seront proposés sur les 3 jours de l'événement.

Jeudi 30 mai – Soirée d'inauguration

Quoi de plus convivial pour inaugurer la VVX qu'un dîner festif au cœur de la Ville de Volvic ? Idéal pour s'imprégner de la richesse du patrimoine de cette ville : les volcans accessibles en 2 foulées, la pierre omniprésente sur l'architecture et l'eau de Volvic à portée de main ! Idéal pour faire connaissance avec les habitants, les participants, les bénévoles et toute l'organisation de la VVX.

Idéal pour savourer un bon repas dans une ambiance festive au rythme de Faut qu'ça guinche, un groupe de chanson française « festive » avec une énergie débordante sur scène, des textes travaillés tantôt militants, tantôt plus intimes, des influences rock et tzigane avec des instruments acoustiques (violon, accordéon). Entre Rock guinguette et Swing festif, le Guinche'N'Roll est leur marque de fabrique.

Avec près de 10 ans de carrière, plus de 600 concerts, 10 000 albums vendus, un « prix SACEM », le groupe Faut qu'ça guinche offre généreusement à voir et à entendre, à réfléchir et à rire, et donne rapidement envie de danser jusqu'au bout de la nuit !

On les a vus sur scène à côté de groupe comme HK et les saltimbanks, La rue Kétanou, Les Fatals Picards, Boulevard des airs, Debout sur le Zinc...

Jeudi 30 mai – à partir de 19h

Place de l'Eglise à Volvic

Dîner : 18 € (10 € pour les -12 ans)

Spectacle gratuit à 20h30

Informations et réservations sur :

www.volvic-vvx.com/evenements/30-mai-diner-spectacle-inaugural/

Vendredi 31 mai – Dîner musical

Après une journée sportive riche en adrénaline, moments de détente et de partage en pleine nature, la VVX propose un dîner champêtre le vendredi 31 mai qui sera l'occasion d'échanger avec les autres participants, les Volvicois et les bénévoles, mais également de profiter de l'énergie communicative de Wazoo !

Depuis presque 20 ans, Wazoo entonne ses hymnes des fiestas estivales comme « La Manivelle » ou « L'apérophilie ». Avec plus de cinq cent mille singles et albums vendus, un millier de concerts au compteur, le groupe continue de distiller son folk festif auvergnat. Coté scène, c'est un véritable cocktail détonant d'énergie volcanique !

Vendredi 31 mai – 19h30

Site du Goulet à Volvic

18 € (10 € pour les -12 ans)

Informations et réservations sur : www.volvic-vvx.com/evenements/31-mai-diner-musical/

Samedi 1^{er} juin – Dîner-concert de clôture

La **VolvicVolcanicExpérience** achèvera ses 3 jours de sport, de découvertes et de rencontres avec 3 artistes aux univers bien marqués.

> KAWWRITES vous embarquera dans les sphères d'une musique électronique planante et évanescente. Quand le violon riche de ses siècles longe l'envoûtante jungle electro au cœur de la ville, la nuit : Romane et Marion forment le duo Kawrites.

Dès lors elles nous invitent à entrer dans leur univers entre imaginaire et enchantement, influencé par de nombreux artistes comme Rone ou encore Birdy Nam Nam, évoluant toujours dans les sphères d'une musique électronique planante et évanescente.

<https://www.youtube.com/watch?v=8k8z6aJ5eNI>

> Le groupe MINUIT, quant à lui, s'affranchira des tendances avec leur musique à la fois brute et entraînant et vous retrouverez sans conteste la signature de leurs illustres parents, les Rita Mitsouko.

Si la mode est aux atmosphères hip-hop et urbaines, Minuit s'affranchit des tendances en préférant cultiver son jardin rock'n'roll... sans oublier que les solos de guitares peuvent s'habiller d'échos synthétiques. Musiciens accomplis, les membres de Minuit sont à la fois des bêtes de scène et des ermites de studio.

<https://www.youtube.com/watch?v=U2WCnKKIQ9Q>

> ... pour laisser place ensuite à YAROL dont l'unique objectif est de mettre l'énergie du rock au service de la danse.

Familier de la scène et des studios, Yarol se promène depuis toujours entre différents imaginaires dans une liberté totale. Esthète instinctif, il n'a de cesse de nourrir son besoin vorace de différents univers musicaux : Rock, Blues, Punk, Hip-hop, Afrobeat, Funk, Soul, Electro... Tout, tant que ça fait bouger, transpirer, que ça électrise.

Yarol a digéré ses différentes influences, et les a amoureusement nourries de son héritage. Son motto: tordre le cou aux clichés du rock'n'roll, en y incorporant un vocabulaire nouveau, créant ainsi sa propre sauce. Il est aujourd'hui devenu un animal musical hybride.

Pour son premier projet solo il se frotte maintenant au chant, à l'écriture et à la composition de titres en français et en anglais.

Voir YAROL c'est se préparer à transpirer pour finir repu, béat, et rentrer chez soi encore sidéré dans une sorte de torpeur électrique !

<https://www.youtube.com/watch?v=iWwuT4ocjxw>

Samedi 1^{er} juin – 20h00

Site du Goulet à Volvic

Concert : 16,80 € (gratuit pour les -14 ans)

Offre dîner + concert de clôture : 25 € (12 € pour les enfants de - de 14 ans)

Informations et inscriptions :

<https://www.volvic-vvx.com/evenements/concert-de-cloture-kawrites-minuit-yarol/>

(PUBLI-REDACTIONNEL)



L'Ecotrail de Paris en guise d'échauffement

Ph. B.

Elle n'en finit pas de surprendre. Céline Petit a pris part à l'Ecotrail de Paris après avoir gagné un dossard, mais elle voit beaucoup plus loin. Huskies d'or 2018 en catégorie athlétisme, Céline Petit continue de courir pour le plaisir, mais cela ne l'empêche pas de réaliser des belles performances. Année après année, elle repousse ses limites et d'ici quelques semaines, elle va s'attaquer pour la première fois à un trail dépassant les 100 kilomètres.

Après avoir remporté la Corrida de Dieppe en 2017, Céline Petit y a juste participé, sans objectif de temps ou de classement l'an passé. Il faut dire que la licenciée du club des Piranhas a choisi de délaissier un peu les courses sur route et les 10 km en particulier pour s'adonner au trail. Un dossard gagné

Elle s'inscrit ainsi au Trail des Allumés qui se déroule dans la banlieue d'Amiens en novembre dernier et si elle n'est pas vraiment prête pour viser une place de choix, elle ne perd pas tout dans l'aventure. En effet, un tirage au sort lui permet de gagner un dossard pour l'Ecotrail de Paris.

Prenant la chose au sérieux, Céline Petit intensifie son entraînement et elle termine deuxième féminine, derrière Aurore Canino, du Tour du Canton (et 14e au scratch), ce qui constitue une belle performance pour son premier trail de 82 km. Ce bon résultat la motive et même si sa préparation n'est pas aussi importante que prévue, elle se

présente dans de bonnes dispositions au départ de l'épreuve de 45 km de l'Ecotrail : « C'était sympa avec un départ donné depuis les jardins du Château de Versailles et une arrivée au Trocadero, non loin de la Tour Eiffel. Le parcours était assez nature, avec pas mal de passages en forêt de Saint-Cloud, le passage le long des quais et surtout une super-ambiance qui m'a rappelé le marathon de Paris » .

Avec plus de 1 600 athlètes au départ, le peloton est impressionnant sur ce 45 km et Céline Petit arrive à s'en sortir plus que correctement : « J'ai su que j'étais 12e au premier pointage et j'ai eu très mal aux jambes vers le 20e km. Petit à petit, j'ai retrouvé des bonnes sensations et c'est vraiment au mental que j'ai grappillé des places. Je termine finalement cinquième féminine et quatrième senior en 4 h 17, un peu déçue, mais pas trop, de ne pas accrocher le podium » .

Céline Petit garde le sourire en toute circonstance, même après un effort de plus de quatre heures comme lors de l'Ecotrail de Paris.

Au cœur des volcans d'Auvergne Cependant, c'est maintenant que les choses se compliquent avec la préparation pour le gros objectif de la saison. Cela va se passer à Volvic fin mai et l'explication est simple : « Chaque année, les Piranhas organisent un déplacement club et au cœur d'un week-end convivial, il y a toujours un trail. L'année dernière, c'était le trail des gendarmes et des voleurs à

Ambazac, en Haute-Vienne et c'est un bon souvenir puisque j'avais gagné le trail de 52 km. Cette fois, Clément Lefrançois, qui se charge de l'organisation et du déplacement, a choisi un trail appelé Volvic Volcanic Expérience au cœur des volcans d'Auvergne. Ça me plaît puisque je suis originaire de Clermont-Ferrand et que j'aurai donc des supporters en plus des Piranhas » .

Là encore, plusieurs distances étaient possibles et Céline Petit a donc décidé de franchir un cap supplémentaire en s'inscrivant sur le trail de... 110 km. Il y aura sur le parcours le passage de plusieurs puys dont le mythique Puy de Dôme à 1 465 m.

Toutefois, même pour ce nouveau défi, Céline Petit ne veut surtout pas se mettre la pression : « Je n'ai toujours pas de plan d'entraînement spécifique. Je vais essayer de courir avec la section trail des Piranhas, mais aussi allonger les distances dans des sorties que je ferai seule, sans oublier un peu de vélo, mon moyen de déplacement préféré. Il y avait le choix entre 43 et 110 km, sans distance intermédiaire et j'ai choisi le 110 km pour aller plus loin car j'ai envie d'aller me frotter à ce qui se fait de plus dur » .

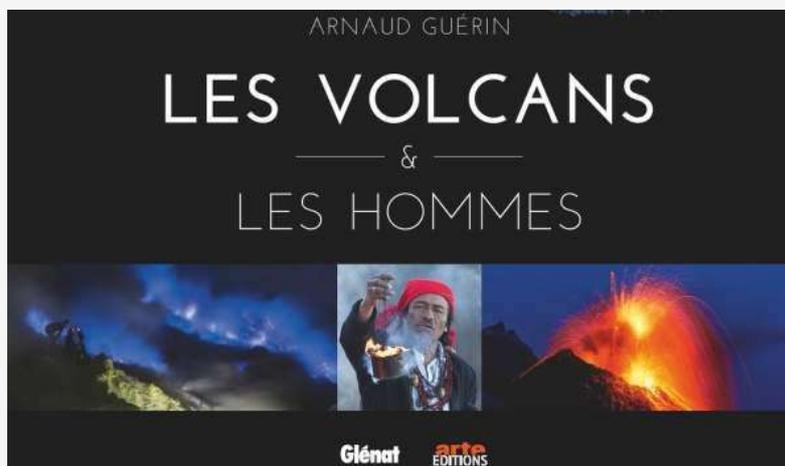
Chez les Piranhas, il faut savoir que Vincent Ducroz sera aussi au départ de ce mythique trail à titre individuel avec Céline Petit. Heureuse de revenir dans la région où elle a grandi, elle ne se pose pas trop de questions par rapport au



parcours ; gardant le sourire comme en toute circonstance, elle ne veut pas non plus se fixer d'objectif :
« Je pense que le tracé va plutôt être technique et ça me convient plutôt bien ; cependant, je n'ai pas d'autre objectif que de finir et surtout de franchir la ligne d'arrivée en bonne condition » . ■



Des volcans et des hommes



Avec Arnaud Guérin

Glénat et Arte. Parallèlement à la diffusion en cours sur Arte de la série documentaire avec Arnaud Guérin (jusqu'au 12 avril), Glénat publie le livre de son tour du monde des volcans. Pour comprendre les phénomènes volcaniques et comment on peut vivre au pied de ces géants au caractère éruptif et imprévisible. Le géologue grand voyageur parcourt le monde depuis vingt ans, appareils photos dans le sac à dos, au gré des éruptions volcaniques, des reportages et des voyages thématiques qu'il encadre pour des curieux de nature à qui il offre son double regard de scientifique et de photographe. Un livre qui raconte la fascination pour les volcans et les aventures humaines qui se déroulent sur leurs pentes, du Guatemala au Japon, de l'Islande à la Tanzanie en passant par le Creux de Soucy près du lac Pavin qui a permis à l'auteur de descendre de 30 mètres en rappel dans l'une des coulées de lave du puy de Montchal dans les volcans d'Auvergne. Glénat, 192 p., 35 €.



Auvergne

Volvicvolcanic. Du 30 mai au 1er juin, la 3e **VVXVolvicvolcanicexperience** propose une immersion sportive dans la Chaîne des Puys avec des trails de 15 à 200 km et différentes randos (25 km, 15 km) à faire en famille sur des portions de l'Expérience trail. Un riche programme d'animations accompagne l'événement. www.volvic-vvx.com

Groenland

Fjords, glaciers et volcans. Grands Espaces propose une Croisière polaire dans le Nord-Est du Groenland, 15 jours à partir de 9.900 € (vols compris), du Spitzberg à l'Islande via la côte Nord-Est du Groenland, du 19 août au 2 septembre, au milieu des paysages volcaniques, au départ de Longyearbyen, la ville la plus septentrionale de la planète. www.grands-espaces.com

Islande

Game of Thrones. Les vastes plaines gelées que l'on voit dans Game of Thrones sont situées en Islande et plus précisément sur les plages de sable noir de Vik où se déroule le face à face entre Sauvageons et Garde de Nuit dans la saison 7. Le village de Vík est installé entre glacier Myrdalsjokull qui abrite le fameux volcan Katla et les plages de sable noir de la côte Sud que l'on peut atteindre à partir de Reykjavik, situé à 180 km à l'est. fr.visiticeland.com

Cap Vert

Volcan de l'île de Fogo. Double Sens propose un voyage au Cap Vert à la découverte de deux îles, l'île de Maio et l'île sauvage et volcanique de Fogo. Avec une nuit dans le cratère de Chã das Caldeiras encore en activité sur l'île de Fogo. A partir de 1.870€, aérien inclus, du 20 au 28 avril. www.doublesens.fr

Les Açores

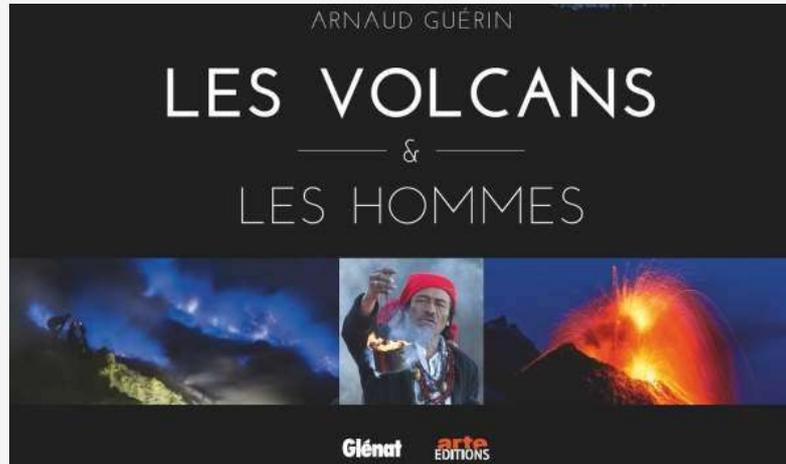
Îles et volcans. Terres d'aventures propose un séjour de 21 jours à la découverte des 9 îles de l'archipel des Açores. avec 2 à 3 nuits sur chaque île, avec découverte du volcan Sete Cidades à São Miguel, la plus grande île de l'archipel, et du volcan Ponta do Pico, point culminant des Açores et du Portugal, sur l'île de Pico. À partir de 4.290 €, prochain départ le 9 juin. www.terdav.com

Ischia

Cuisine volcanique. Comptoir des voyages affiche un séjour « Coulée douce à Ischia », sur la petite île volcanique au large de Naples, 4J/3N partir de 760 €, avec ses sources thermales très prisées des Italiens, mais aussi un sol riche où poussent vignes, pins et citronniers. Arrivée à Naples, transfert en moins d'une heure en hydroglisseur. Avec un cours de cuisine géothermique dans le sable volcanique. www.comptoir.fr

Jean-Marc Laurent
jean-marc.laurent@centrefrance.com

Des volcans et des hommes



Avec Arnaud Guérin

Glénat et Arte. Parallèlement à la diffusion en cours sur Arte de la série documentaire avec Arnaud Guérin (jusqu'au 12 avril), Glénat publie le livre de son tour du monde des volcans. Pour comprendre les phénomènes volcaniques et comment on peut vivre au pied de ces géants au caractère éruptif et imprévisible. Le géologue grand voyageur parcourt le monde depuis vingt ans, appareils photos dans le sac à dos, au gré des éruptions volcaniques, des reportages et des voyages thématiques qu'il encadre pour des curieux de nature à qui il offre son double regard de scientifique et de photographe. Un livre qui raconte la fascination pour les volcans et les aventures humaines qui se déroulent sur leurs pentes, du Guatemala au Japon, de l'Islande à la Tanzanie en passant par le Creux de Soucy près du lac Pavin qui a permis à l'auteur de descendre de 30 mètres en rappel dans l'une des coulées de lave du puy de Montchal dans les volcans d'Auvergne. Glénat, 192 p., 35 €.



Auvergne

Volvicvolcanic. Du 30 mai au 1er juin, la 3e **VVXVolvicvolcanicexperience** propose une immersion sportive dans la Chaîne des Puys avec des trails de 15 à 200 km et différentes randos (25 km, 15 km) à faire en famille sur des portions de l'Expérience trail. Un riche programme d'animations accompagne l'événement. www.volvic-vvx.com

Groenland

Fjords, glaciers et volcans. Grands Espaces propose une Croisière polaire dans le Nord-Est du Groenland, 15 jours à partir de 9.900 € (vols compris), du Spitzberg à l'Islande via la côte Nord-Est du Groenland, du 19 août au 2 septembre, au milieu des paysages volcaniques, au départ de Longyearbyen, la ville la plus septentrionale de la planète. www.grands-espaces.com

Islande

Game of Thrones. Les vastes plaines gelées que l'on voit dans Game of Thrones sont situées en Islande et plus précisément sur les plages de sable noir de Vik où se déroule le face à face entre Sauvageons et Garde de Nuit dans la saison 7. Le village de Vík est installé entre glacier Myrdalsjokull qui abrite le fameux volcan Katla et les plages de sable noir de la côte Sud que l'on peut atteindre à partir de Reykjavik, situé à 180 km à l'est. fr.visiticeland.com

Cap Vert

Volcan de l'île de Fogo. Double Sens propose un voyage au Cap Vert à la découverte de deux îles, l'île de Maio et l'île sauvage et volcanique de Fogo. Avec une nuit dans le cratère de Chã das Caldeiras encore en activité sur l'île de Fogo. A partir de 1.870€, aérien inclus, du 20 au 28 avril. www.doublesens.fr

Les Açores

Îles et volcans. Terres d'aventures propose un séjour de 21 jours à la découverte des 9 îles de l'archipel des Açores. avec 2 à 3 nuits sur chaque île, avec découverte du volcan Sete Cidades à São Miguel, la plus grande île de l'archipel, et du volcan Ponta do Pico, point culminant des Açores et du Portugal, sur l'île de Pico. À partir de 4.290 €, prochain départ le 9 juin. www.terdav.com

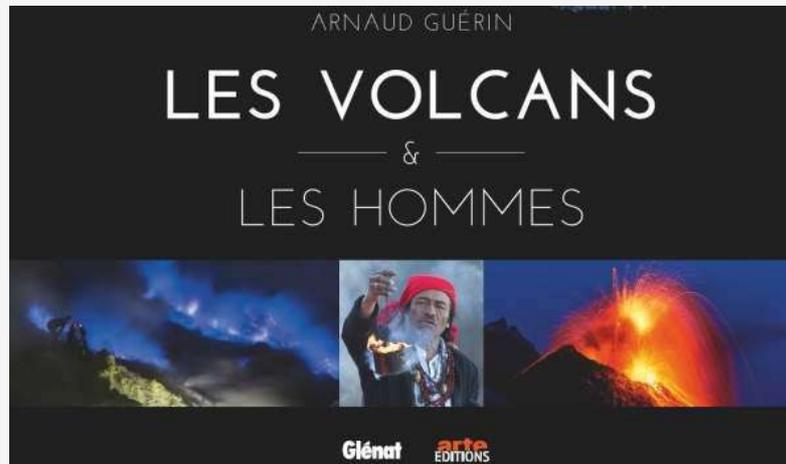
Ischia

Cuisine volcanique. Comptoir des voyages affiche un séjour « Coulée douce à Ischia », sur la petite île volcanique au large de Naples, 4J/3N partir de 760 €, avec ses sources thermales très prisées des Italiens, mais aussi un sol riche où poussent vignes, pins et citronniers. Arrivée à Naples, transfert en moins d'une heure en hydroglisseur. Avec un cours de cuisine géothermique dans le sable volcanique. www.comptoir.fr

Jean-Marc Laurent
jean-marc.laurent@centrefrance.com



Des volcans et des hommes



Avec Arnaud Guérin

Glénat et Arte. Parallèlement à la diffusion en cours sur Arte de la série documentaire avec Arnaud Guérin (jusqu'au 12 avril), Glénat publie le livre de son tour du monde des volcans. Pour comprendre les phénomènes volcaniques et comment on peut vivre au pied de ces géants au caractère éruptif et imprévisible. Le géologue grand voyageur parcourt le monde depuis vingt ans, appareils photos dans le sac à dos, au gré des éruptions volcaniques, des reportages et des voyages thématiques qu'il encadre pour des curieux de nature à qui il offre son double regard de scientifique et de photographe. Un livre qui raconte la fascination pour les volcans et les aventures humaines qui se déroulent sur leurs pentes, du Guatemala au Japon, de l'Islande à la Tanzanie en passant par le Creux de Soucy près du lac Pavin qui a permis à l'auteur de descendre de 30 mètres en rappel dans l'une des coulées de lave du puy de Montchal dans les volcans d'Auvergne. Glénat, 192 p., 35 €.



Auvergne

Volvicvolcanic. Du 30 mai au 1er juin, la 3e **VVXVolvicvolcanicexperience** propose une immersion sportive dans la Chaîne des Puys avec des trails de 15 à 200 km et différentes randos (25 km, 15 km) à faire en famille sur des portions de l'Expérience trail. Un riche programme d'animations accompagne l'événement. www.volvic-vvx.com

Groenland

Fjords, glaciers et volcans. Grands Espaces propose une Croisière polaire dans le Nord-Est du Groenland, 15 jours à partir de 9.900 € (vols compris), du Spitzberg à l'Islande via la côte Nord-Est du Groenland, du 19 août au 2 septembre, au milieu des paysages volcaniques, au départ de Longyearbyen, la ville la plus septentrionale de la planète. www.grands-espaces.com

Islande

Game of Thrones. Les vastes plaines gelées que l'on voit dans Game of Thrones sont situées en Islande et plus précisément sur les plages de sable noir de Vik où se déroule le face à face entre Sauvageons et Garde de Nuit dans la saison 7. Le village de Vík est installé entre glacier Myrdalsjokull qui abrite le fameux volcan Katla et les plages de sable noir de la côte Sud que l'on peut atteindre à partir de Reykjavik, situé à 180 km à l'est. fr.visiticeland.com

Cap Vert

Volcan de l'île de Fogo. Double Sens propose un voyage au Cap Vert à la découverte de deux îles, l'île de Maio et l'île sauvage et volcanique de Fogo. Avec une nuit dans le cratère de Chã das Caldeiras encore en activité sur l'île de Fogo. A partir de 1.870€, aérien inclus, du 20 au 28 avril. www.doublesens.fr

Les Açores

Îles et volcans. Terres d'aventures propose un séjour de 21 jours à la découverte des 9 îles de l'archipel des Açores. avec 2 à 3 nuits sur chaque île, avec découverte du volcan Sete Cidades à São Miguel, la plus grande île de l'archipel, et du volcan Ponta do Pico, point culminant des Açores et du Portugal, sur l'île de Pico. À partir de 4.290 €, prochain départ le 9 juin. www.terdav.com

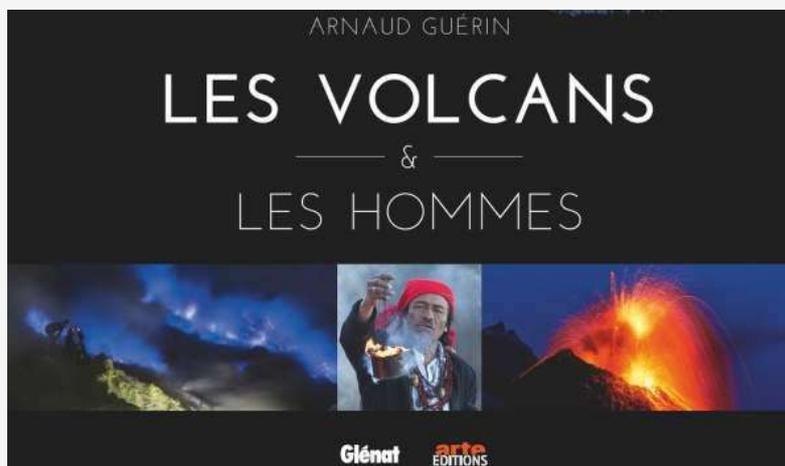
Ischia

Cuisine volcanique. Comptoir des voyages affiche un séjour « Coulée douce à Ischia », sur la petite île volcanique au large de Naples, 4J/3N partir de 760 €, avec ses sources thermales très prisées des Italiens, mais aussi un sol riche où poussent vignes, pins et citronniers. Arrivée à Naples, transfert en moins d'une heure en hydroglisseur. Avec un cours de cuisine géothermique dans le sable volcanique. www.comptoir.fr

Jean-Marc Laurent
jean-marc.laurent@centrefrance.com



Des volcans et des hommes



Avec Arnaud Guérin

Glénat et Arte. Parallèlement à la diffusion en cours sur Arte de la série documentaire avec Arnaud Guérin (jusqu'au 12 avril), Glénat publie le livre de son tour du monde des volcans. Pour comprendre les phénomènes volcaniques et comment on peut vivre au pied de ces géants au caractère éruptif et imprévisible. Le géologue grand voyageur parcourt le monde depuis vingt ans, appareils photos dans le sac à dos, au gré des éruptions volcaniques, des reportages et des voyages thématiques qu'il encadre pour des curieux de nature à qui il offre son double regard de scientifique et de photographe. Un livre qui raconte la fascination pour les volcans et les aventures humaines qui se déroulent sur leurs pentes, du Guatemala au Japon, de l'Islande à la Tanzanie en passant par le Creux de Soucy près du lac Pavin qui a permis à l'auteur de descendre de 30 mètres en rappel dans l'une des coulées de lave du puy de Montchal dans les volcans d'Auvergne. Glénat, 192 p., 35 €.



Auvergne

Volvicvolcanic. Du 30 mai au 1er juin, la 3e **VVXVolvicvolcanicexperience** propose une immersion sportive dans la Chaîne des Puys avec des trails de 15 à 200 km et différentes randos (25 km, 15 km) à faire en famille sur des portions de l'Expérience trail. Un riche programme d'animations accompagne l'événement. www.volvic-vvx.com

Groenland

Fjords, glaciers et volcans. Grands Espaces propose une Croisière polaire dans le Nord-Est du Groenland, 15 jours à partir de 9.900 € (vols compris), du Spitzberg à l'Islande via la côte Nord-Est du Groenland, du 19 août au 2 septembre, au milieu des paysages volcaniques, au départ de Longyearbyen, la ville la plus septentrionale de la planète. www.grands-espaces.com

Islande

Game of Thrones. Les vastes plaines gelées que l'on voit dans Game of Thrones sont situées en Islande et plus précisément sur les plages de sable noir de Vik où se déroule le face à face entre Sauvageons et Garde de Nuit dans la saison 7. Le village de Vík est installé entre glacier Myrdalsjokull qui abrite le fameux volcan Katla et les plages de sable noir de la côte Sud que l'on peut atteindre à partir de Reykjavik, situé à 180 km à l'est. fr.visiticeland.com

Cap Vert

Volcan de l'île de Fogo. Double Sens propose un voyage au Cap Vert à la découverte de deux îles, l'île de Maio et l'île sauvage et volcanique de Fogo. Avec une nuit dans le cratère de Chã das Caldeiras encore en activité sur l'île de Fogo. A partir de 1.870€, aérien inclus, du 20 au 28 avril. www.doublesens.fr

Les Açores

Îles et volcans. Terres d'aventures propose un séjour de 21 jours à la découverte des 9 îles de l'archipel des Açores. avec 2 à 3 nuits sur chaque île, avec découverte du volcan Sete Cidades à São Miguel, la plus grande île de l'archipel, et du volcan Ponta do Pico, point culminant des Açores et du Portugal, sur l'île de Pico. À partir de 4.290 €, prochain départ le 9 juin. www.terdav.com

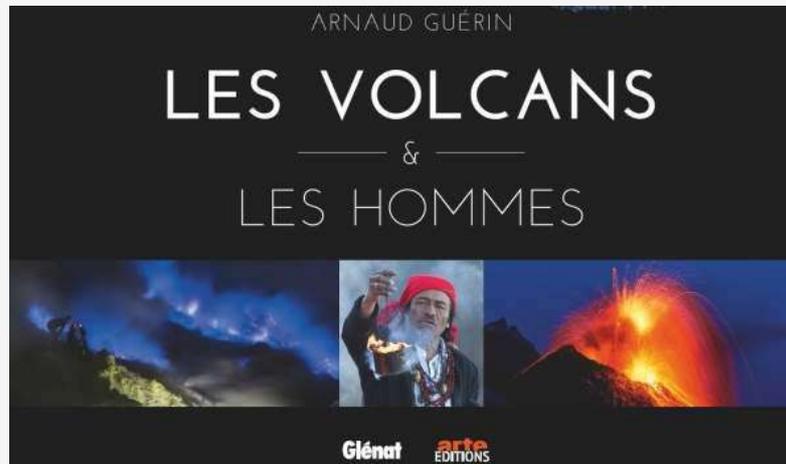
Ischia

Cuisine volcanique. Comptoir des voyages affiche un séjour « Coulée douce à Ischia », sur la petite île volcanique au large de Naples, 4J/3N partir de 760 €, avec ses sources thermales très prisées des Italiens, mais aussi un sol riche où poussent vignes, pins et citronniers. Arrivée à Naples, transfert en moins d'une heure en hydroglisseur. Avec un cours de cuisine géothermique dans le sable volcanique. www.comptoir.fr

Jean-Marc Laurent
jean-marc.laurent@centrefrance.com



Des volcans et des hommes



Avec Arnaud Guérin

Glénat et Arte. Parallèlement à la diffusion en cours sur Arte de la série documentaire avec Arnaud Guérin (jusqu'au 12 avril), Glénat publie le livre de son tour du monde des volcans. Pour comprendre les phénomènes volcaniques et comment on peut vivre au pied de ces géants au caractère éruptif et imprévisible. Le géologue grand voyageur parcourt le monde depuis vingt ans, appareils photos dans le sac à dos, au gré des éruptions volcaniques, des reportages et des voyages thématiques qu'il encadre pour des curieux de nature à qui il offre son double regard de scientifique et de photographe. Un livre qui raconte la fascination pour les volcans et les aventures humaines qui se déroulent sur leurs pentes, du Guatemala au Japon, de l'Islande à la Tanzanie en passant par le Creux de Soucy près du lac Pavin qui a permis à l'auteur de descendre de 30 mètres en rappel dans l'une des coulées de lave du puy de Montchal dans les volcans d'Auvergne. Glénat, 192 p., 35 €.



Auvergne

Volvicvolcanic. Du 30 mai au 1er juin, la 3e **VVXVolvicvolcanicexperience** propose une immersion sportive dans la Chaîne des Puys avec des trails de 15 à 200 km et différentes randos (25 km, 15 km) à faire en famille sur des portions de l'Expérience trail. Un riche programme d'animations accompagne l'événement. www.volvic-vvx.com

Groenland

Fjords, glaciers et volcans. Grands Espaces propose une Croisière polaire dans le Nord-Est du Groenland, 15 jours à partir de 9.900 € (vols compris), du Spitzberg à l'Islande via la côte Nord-Est du Groenland, du 19 août au 2 septembre, au milieu des paysages volcaniques, au départ de Longyearbyen, la ville la plus septentrionale de la planète. www.grands-espaces.com

Islande

Game of Thrones. Les vastes plaines gelées que l'on voit dans Game of Thrones sont situées en Islande et plus précisément sur les plages de sable noir de Vik où se déroule le face à face entre Sauvageons et Garde de Nuit dans la saison 7. Le village de Vík est installé entre glacier Myrdalsjokull qui abrite le fameux volcan Katla et les plages de sable noir de la côte Sud que l'on peut atteindre à partir de Reykjavik, situé à 180 km à l'est. fr.visiticeland.com

Cap Vert

Volcan de l'île de Fogo. Double Sens propose un voyage au Cap Vert à la découverte de deux îles, l'île de Maio et l'île sauvage et volcanique de Fogo. Avec une nuit dans le cratère de Chã das Caldeiras encore en activité sur l'île de Fogo. A partir de 1.870€, aérien inclus, du 20 au 28 avril. www.doublesens.fr

Les Açores

Îles et volcans. Terres d'aventures propose un séjour de 21 jours à la découverte des 9 îles de l'archipel des Açores. avec 2 à 3 nuits sur chaque île, avec découverte du volcan Sete Cidades à São Miguel, la plus grande île de l'archipel, et du volcan Ponta do Pico, point culminant des Açores et du Portugal, sur l'île de Pico. À partir de 4.290 €, prochain départ le 9 juin. www.terdav.com

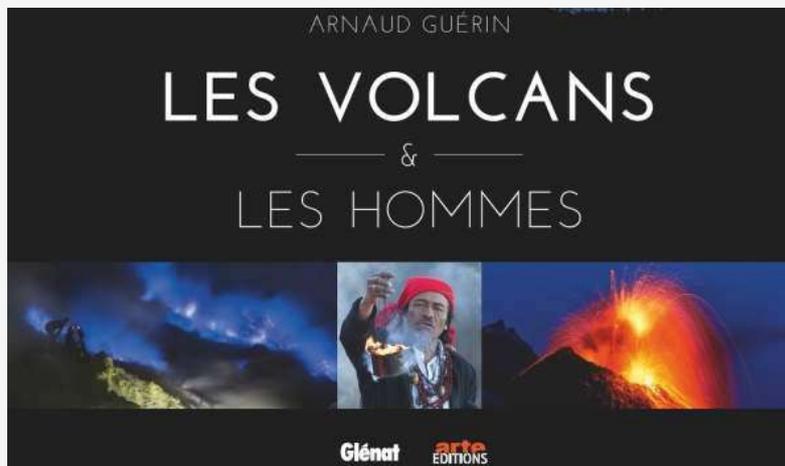
Ischia

Cuisine volcanique. Comptoir des voyages affiche un séjour « Coulée douce à Ischia », sur la petite île volcanique au large de Naples, 4J/3N partir de 760 €, avec ses sources thermales très prisées des Italiens, mais aussi un sol riche où poussent vignes, pins et citronniers. Arrivée à Naples, transfert en moins d'une heure en hydroglisseur. Avec un cours de cuisine géothermique dans le sable volcanique. www.comptoir.fr

Jean-Marc Laurent
jean-marc.laurent@centrefrance.com



Des volcans et des hommes



Avec Arnaud Guérin

Glénat et Arte. Parallèlement à la diffusion en cours sur Arte de la série documentaire avec Arnaud Guérin (jusqu'au 12 avril), Glénat publie le livre de son tour du monde des volcans. Pour comprendre les phénomènes volcaniques et comment on peut vivre au pied de ces géants au caractère éruptif et imprévisible. Le géologue grand voyageur parcourt le monde depuis vingt ans, appareils photos dans le sac à dos, au gré des éruptions volcaniques, des reportages et des voyages thématiques qu'il encadre pour des curieux de nature à qui il offre son double regard de scientifique et de photographe. Un livre qui raconte la fascination pour les volcans et les aventures humaines qui se déroulent sur leurs pentes, du Guatemala au Japon, de l'Islande à la Tanzanie en passant par le Creux de Soucy près du lac Pavin qui a permis à l'auteur de descendre de 30 mètres en rappel dans l'une des coulées de lave du puy de Montchal dans les volcans d'Auvergne. Glénat, 192 p., 35 €.



Auvergne

Volvicvolcanic. Du 30 mai au 1er juin, la 3e **VVXVolvicvolcanicexperience** propose une immersion sportive dans la Chaîne des Puys avec des trails de 15 à 200 km et différentes randos (25 km, 15 km) à faire en famille sur des portions de l'Expérience trail. Un riche programme d'animations accompagne l'événement. www.volvic-vvx.com

Groenland

Fjords, glaciers et volcans. Grands Espaces propose une Croisière polaire dans le Nord-Est du Groenland, 15 jours à partir de 9.900 € (vols compris), du Spitzberg à l'Islande via la côte Nord-Est du Groenland, du 19 août au 2 septembre, au milieu des paysages volcaniques, au départ de Longyearbyen, la ville la plus septentrionale de la planète. www.grands-espaces.com

Islande

Game of Thrones. Les vastes plaines gelées que l'on voit dans Game of Thrones sont situées en Islande et plus précisément sur les plages de sable noir de Vik où se déroule le face à face entre Sauvageons et Garde de Nuit dans la saison 7. Le village de Vík est installé entre glacier Myrdalsjokull qui abrite le fameux volcan Katla et les plages de sable noir de la côte Sud que l'on peut atteindre à partir de Reykjavik, situé à 180 km à l'est. fr.visiticeland.com

Cap Vert

Volcan de l'île de Fogo. Double Sens propose un voyage au Cap Vert à la découverte de deux îles, l'île de Maio et l'île sauvage et volcanique de Fogo. Avec une nuit dans le cratère de Chã das Caldeiras encore en activité sur l'île de Fogo. A partir de 1.870€, aérien inclus, du 20 au 28 avril. www.doublesens.fr

Les Açores

Îles et volcans. Terres d'aventures propose un séjour de 21 jours à la découverte des 9 îles de l'archipel des Açores. avec 2 à 3 nuits sur chaque île, avec découverte du volcan Sete Cidades à São Miguel, la plus grande île de l'archipel, et du volcan Ponta do Pico, point culminant des Açores et du Portugal, sur l'île de Pico. À partir de 4.290 €, prochain départ le 9 juin. www.terdav.com

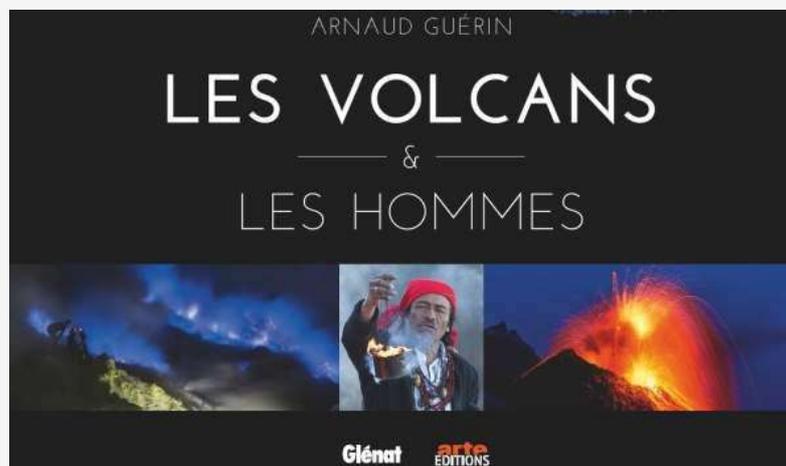
Ischia

Cuisine volcanique. Comptoir des voyages affiche un séjour « Coulée douce à Ischia », sur la petite île volcanique au large de Naples, 4J/3N partir de 760 €, avec ses sources thermales très prisées des Italiens, mais aussi un sol riche où poussent vignes, pins et citronniers. Arrivée à Naples, transfert en moins d'une heure en hydroglisseur. Avec un cours de cuisine géothermique dans le sable volcanique. www.comptoir.fr

Jean-Marc Laurent
jean-marc.laurent@centrefrance.com



Des volcans et des hommes



Avec Arnaud Guérin

Glénat et Arte. Parallèlement à la diffusion en cours sur Arte de la série documentaire avec Arnaud Guérin (jusqu'au 12 avril), Glénat publie le livre de son tour du monde des volcans. Pour comprendre les phénomènes volcaniques et comment on peut vivre au pied de ces géants au caractère éruptif et imprévisible. Le géologue grand voyageur parcourt le monde depuis vingt ans, appareils photos dans le sac à dos, au gré des éruptions volcaniques, des reportages et des voyages thématiques qu'il encadre pour des curieux de nature à qui il offre son double regard de scientifique et de photographe. Un livre qui raconte la fascination pour les volcans et les aventures humaines qui se déroulent sur leurs pentes, du Guatemala au Japon, de l'Islande à la Tanzanie en passant par le Creux de Soucy près du lac Pavin qui a permis à l'auteur de descendre de 30 mètres en rappel dans l'une des coulées de lave du puy de Montchal dans les volcans d'Auvergne. Glénat, 192 p., 35 €.



Auvergne

Volvicvolcanic. Du 30 mai au 1er juin, la 3e **VVXVolvicvolcanicexperience** propose une immersion sportive dans la Chaîne des Puys avec des trails de 15 à 200 km et différentes randos (25 km, 15 km) à faire en famille sur des portions de l'Expérience trail. Un riche programme d'animations accompagne l'événement. www.volvic-vvx.com

Groenland

Fjords, glaciers et volcans. Grands Espaces propose une Croisière polaire dans le Nord-Est du Groenland, 15 jours à partir de 9.900 € (vols compris), du Spitzberg à l'Islande via la côte Nord-Est du Groenland, du 19 août au 2 septembre, au milieu des paysages volcaniques, au départ de Longyearbyen, la ville la plus septentrionale de la planète. www.grands-espaces.com

Islande

Game of Thrones. Les vastes plaines gelées que l'on voit dans Game of Thrones sont situées en Islande et plus précisément sur les plages de sable noir de Vik où se déroule le face à face entre Sauvageons et Garde de Nuit dans la saison 7. Le village de Vík est installé entre glacier Myrdalsjokull qui abrite le fameux volcan Katla et les plages de sable noir de la côte Sud que l'on peut atteindre à partir de Reykjavik, situé à 180 km à l'est. fr.visiticeland.com

Cap Vert

Volcan de l'île de Fogo. Double Sens propose un voyage au Cap Vert à la découverte de deux îles, l'île de Maio et l'île sauvage et volcanique de Fogo. Avec une nuit dans le cratère de Chã das Caldeiras encore en activité sur l'île de Fogo. A partir de 1.870€, aérien inclus, du 20 au 28 avril. www.doublesens.fr

Les Açores

Îles et volcans. Terres d'aventures propose un séjour de 21 jours à la découverte des 9 îles de l'archipel des Açores. avec 2 à 3 nuits sur chaque île, avec découverte du volcan Sete Cidades à São Miguel, la plus grande île de l'archipel, et du volcan Ponta do Pico, point culminant des Açores et du Portugal, sur l'île de Pico. À partir de 4.290 €, prochain départ le 9 juin. www.terdav.com

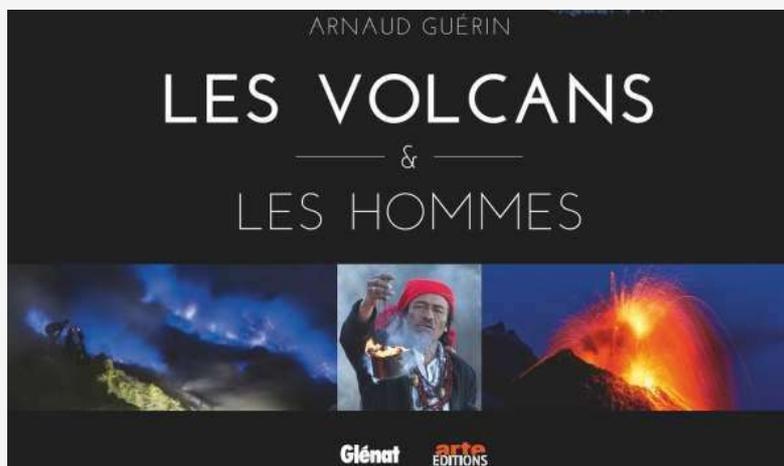
Ischia

Cuisine volcanique. Comptoir des voyages affiche un séjour « Coulée douce à Ischia », sur la petite île volcanique au large de Naples, 4J/3N partir de 760 €, avec ses sources thermales très prisées des Italiens, mais aussi un sol riche où poussent vignes, pins et citronniers. Arrivée à Naples, transfert en moins d'une heure en hydroglisseur. Avec un cours de cuisine géothermique dans le sable volcanique. www.comptoir.fr

Jean-Marc Laurent
jean-marc.laurent@centrefrance.com



Des volcans et des hommes



Avec Arnaud Guérin

Glénat et Arte. Parallèlement à la diffusion en cours sur Arte de la série documentaire avec Arnaud Guérin (jusqu'au 12 avril), Glénat publie le livre de son tour du monde des volcans. Pour comprendre les phénomènes volcaniques et comment on peut vivre au pied de ces géants au caractère éruptif et imprévisible. Le géologue grand voyageur parcourt le monde depuis vingt ans, appareils photos dans le sac à dos, au gré des éruptions volcaniques, des reportages et des voyages thématiques qu'il encadre pour des curieux de nature à qui il offre son double regard de scientifique et de photographe. Un livre qui raconte la fascination pour les volcans et les aventures humaines qui se déroulent sur leurs pentes, du Guatemala au Japon, de l'Islande à la Tanzanie en passant par le Creux de Soucy près du lac Pavin qui a permis à l'auteur de descendre de 30 mètres en rappel dans l'une des coulées de lave du puy de Montchal dans les volcans d'Auvergne. Glénat, 192 p., 35 €.



Auvergne

Volvicvolcanic. Du 30 mai au 1er juin, la 3e **VVXVolvicvolcanicexperience** propose une immersion sportive dans la Chaîne des Puys avec des trails de 15 à 200 km et différentes randos (25 km, 15 km) à faire en famille sur des portions de l'Expérience trail. Un riche programme d'animations accompagne l'événement. www.volvic-vvx.com

Groenland

Fjords, glaciers et volcans. Grands Espaces propose une Croisière polaire dans le Nord-Est du Groenland, 15 jours à partir de 9.900 € (vols compris), du Spitzberg à l'Islande via la côte Nord-Est du Groenland, du 19 août au 2 septembre, au milieu des paysages volcaniques, au départ de Longyearbyen, la ville la plus septentrionale de la planète. www.grands-espaces.com

Islande

Game of Thrones. Les vastes plaines gelées que l'on voit dans Game of Thrones sont situées en Islande et plus précisément sur les plages de sable noir de Vik où se déroule le face à face entre Sauvageons et Garde de Nuit dans la saison 7. Le village de Vík est installé entre glacier Myrdalsjokull qui abrite le fameux volcan Katla et les plages de sable noir de la côte Sud que l'on peut atteindre à partir de Reykjavik, situé à 180 km à l'est. fr.visiticeland.com

Cap Vert

Volcan de l'île de Fogo. Double Sens propose un voyage au Cap Vert à la découverte de deux îles, l'île de Maio et l'île sauvage et volcanique de Fogo. Avec une nuit dans le cratère de Chã das Caldeiras encore en activité sur l'île de Fogo. A partir de 1.870€, aérien inclus, du 20 au 28 avril. www.doublesens.fr

Les Açores

Îles et volcans. Terres d'aventures propose un séjour de 21 jours à la découverte des 9 îles de l'archipel des Açores. avec 2 à 3 nuits sur chaque île, avec découverte du volcan Sete Cidades à São Miguel, la plus grande île de l'archipel, et du volcan Ponta do Pico, point culminant des Açores et du Portugal, sur l'île de Pico. À partir de 4.290 €, prochain départ le 9 juin. www.terdav.com

Ischia

Cuisine volcanique. Comptoir des voyages affiche un séjour « Coulée douce à Ischia », sur la petite île volcanique au large de Naples, 4J/3N partir de 760 €, avec ses sources thermales très prisées des Italiens, mais aussi un sol riche où poussent vignes, pins et citronniers. Arrivée à Naples, transfert en moins d'une heure en hydroglisseur. Avec un cours de cuisine géothermique dans le sable volcanique. www.comptoir.fr

Jean-Marc Laurent
jean-marc.laurent@centrefrance.com



Des volcans & des hommes

Auvergne

Volvic volcanic. Du 30 mai au 1^{er} juin, la 3^e VVX Volvic volcanic experience propose une immersion sportive dans la Chaîne des Puys, au milieu des volcans, avec des trails de 15 à 200 km et différentes randos (25 km, 15 km) à faire en famille sur des portions de l'expérience trail. Un riche programme d'animations accompagne l'événement. www.volvic-vvx.com

Groenland

Fjords, glaciers et volcans. Grands Espaces propose une Croisière polaire dans le nord-est du Groenland, 15 jours à partir de 9.900 ? (vols compris), du Spitzberg à l'Islande via la côte nord-est du Groenland, du 19 août au 2 septembre, au milieu des paysages volcaniques, au départ de Longyearbyen, la ville la plus septentrionale de la planète. www.grands-espaces.com

Islande

Game of Thrones. Les vastes plaines gelées que l'on voit dans Game of Thrones sont situées en Islande et plus précisément sur les plages de sable noir de Vik où se déroule le face-à-face entre Sauvageons et Garde de Nuit dans la saison 7. Le village de Vík est installé entre glacier Myrdalsjokull qui abrite le fameux volcan Katla et les plages de sable noir de la côte Sud que l'on peut atteindre à partir de Reykjavik, situé à 180 km à l'est. fr.visiticeland.com

Cap Vert

Volcan de l'île de Fogo. Double Sens propose un voyage au Cap Vert à la découverte de deux îles, l'île de Maio et l'île sauvage et volcanique de Fogo. Avec une nuit dans le cratère de Chã das Caldeiras encore en activité sur Fogo. A partir de 1.870?, aérien inclus, du 20 au 28 avril. www.doublesens.fr

Les Açores

Îles et volcans. Terres d'aventures propose un séjour de 21 jours à la découverte des 9 îles de l'archipel des Açores, avec 2 à 3 nuits sur chaque île, découverte du volcan Sete Cidades à São Miguel, la plus grande île de l'archipel, et du volcan Ponta do Pico, point culminant des Açores et du Portugal, sur l'île de Pico. À partir de 4.290 ?, prochain départ le 9 juin. www.terdav.com

Ischia Cuisine volcanique. Comptoir des voyages affiche un séjour « Coulée douce à Ischia », sur la petite île volcanique au large de Naples, 4J/3N partir de 760 ?, avec ses sources thermales très prisées des Italiens, mais aussi un sol riche où poussent vignes, pins et citronniers. Arrivée à Naples, transfert en moins d'une heure en hydroglisseur. Avec un cours de cuisine géothermique dans le sable volcanique. www.comptoir.fr

Avec Arnaud Guérin Parallèlement à la diffusion en cours sur Arte de la série documentaire avec Arnaud Guérin (jusqu'au 12 avril), Glénat

publie le livre de son tour du monde des volcans. Pour comprendre les phénomènes volcaniques et comment on peut vivre au pied de ces géants au caractère éruptif et imprévisible. Le géologue grand voyageur parcourt le monde depuis vingt ans, appareils photos dans le sac à dos, au gré des éruptions volcaniques, des reportages et des voyages thématiques qu'il encadre pour des curieux de nature à qui il offre son double regard de scientifique et de photographe. Son livre raconte la fascination pour les volcans et les aventures humaines qui se déroulent sur leurs pentes, du Guatemala au Japon, de l'Islande à la Tanzanie en passant par le Creux de Soucy près du lac Pavin qui a permis à l'auteur de descendre de 30 mètres en rappel dans l'une des coulées de lave du puy de Montchal dans les volcans d'Auvergne. Glénat, 192 p., 35 ?.

Jean-Marc Laurent jean-marc.laurent@centrefrance.com ■



Des volcans & des hommes

Auvergne

Volvic volcanic. Du 30 mai au 1^{er} juin, la 3^e VVX Volvic volcanic experience propose une immersion sportive dans la Chaîne des Puys, au milieu des volcans, avec des trails de 15 à 200 km et différentes randos (25 km, 15 km) à faire en famille sur des portions de l'expérience trail. Un riche programme d'animations accompagne l'événement. www.volvic-vvx.com

Groenland

Fjords, glaciers et volcans. Grands Espaces propose une Croisière polaire dans le nord-est du Groenland, 15 jours à partir de 9.900 ? (vols compris), du Spitzberg à l'Islande via la côte nord-est du Groenland, du 19 août au 2 septembre, au milieu des paysages volcaniques, au départ de Longyearbyen, la ville la plus septentrionale de la planète. www.grands-espaces.com

Islande

Game of Thrones. Les vastes plaines gelées que l'on voit dans Game of Thrones sont situées en Islande et plus précisément sur les plages de sable noir de Vik où se déroule le face-à-face entre Sauvageons et Garde de Nuit dans la saison 7. Le village de Vík est installé entre glacier Myrdalsjokull qui abrite le fameux volcan Katla et les plages de sable noir de la côte Sud que l'on peut atteindre à partir de Reykjavik, situé à 180 km à l'est. fr.visiticeland.com

Cap Vert

Volcan de l'île de Fogo. Double Sens propose un voyage au Cap Vert à la découverte de deux îles, l'île de Maio et l'île sauvage et volcanique de Fogo. Avec une nuit dans le cratère de Chã das Caldeiras encore en activité sur Fogo. A partir de 1.870?, aérien inclus, du 20 au 28 avril. www.doublesens.fr

Les Açores

Îles et volcans. Terres d'aventures propose un séjour de 21 jours à la découverte des 9 îles de l'archipel des Açores, avec 2 à 3 nuits sur chaque île, découverte du volcan Sete Cidades à São Miguel, la plus grande île de l'archipel, et du volcan Ponta do Pico, point culminant des Açores et du Portugal, sur l'île de Pico. À partir de 4.290 ?, prochain départ le 9 juin. www.terdav.com

Ischia Cuisine volcanique. Comptoir des voyages affiche un séjour « Coulée douce à Ischia », sur la petite île volcanique au large de Naples, 4J/3N partir de 760 ?, avec ses sources thermales très prisées des Italiens, mais aussi un sol riche où poussent vignes, pins et citronniers. Arrivée à Naples, transfert en moins d'une heure en hydroglisseur. Avec un cours de cuisine géothermique dans le sable volcanique. www.comptoir.fr

Avec Arnaud Guérin Parallèlement à la diffusion en cours sur Arte de la série documentaire avec Arnaud Guérin (jusqu'au 12 avril), Glénat

publie le livre de son tour du monde des volcans. Pour comprendre les phénomènes volcaniques et comment on peut vivre au pied de ces géants au caractère éruptif et imprévisible. Le géologue grand voyageur parcourt le monde depuis vingt ans, appareils photos dans le sac à dos, au gré des éruptions volcaniques, des reportages et des voyages thématiques qu'il encadre pour des curieux de nature à qui il offre son double regard de scientifique et de photographe. Son livre raconte la fascination pour les volcans et les aventures humaines qui se déroulent sur leurs pentes, du Guatemala au Japon, de l'Islande à la Tanzanie en passant par le Creux de Soucy près du lac Pavin qui a permis à l'auteur de descendre de 30 mètres en rappel dans l'une des coulées de lave du puy de Montchal dans les volcans d'Auvergne. Glénat, 192 p., 35 ?.

Jean-Marc Laurent jean-marc.laurent@centrefrance.com ■



Des volcans & des hommes

Auvergne

Volvic volcanic. Du 30 mai au 1^{er} juin, la 3^e VVX Volvic volcanic experience propose une immersion sportive dans la Chaîne des Puys, au milieu des volcans, avec des trails de 15 à 200 km et différentes randos (25 km, 15 km) à faire en famille sur des portions de l'expérience trail. Un riche programme d'animations accompagne l'événement. www.volvic-vvx.com

Groenland

Fjords, glaciers et volcans. Grands Espaces propose une Croisière polaire dans le nord-est du Groenland, 15 jours à partir de 9.900 ? (vols compris), du Spitzberg à l'Islande via la côte nord-est du Groenland, du 19 août au 2 septembre, au milieu des paysages volcaniques, au départ de Longyearbyen, la ville la plus septentrionale de la planète. www.grands-espaces.com

Islande

Game of Thrones. Les vastes plaines gelées que l'on voit dans Game of Thrones sont situées en Islande et plus précisément sur les plages de sable noir de Vik où se déroule le face-à-face entre Sauvageons et Garde de Nuit dans la saison 7. Le village de Vík est installé entre glacier Myrdalsjokull qui abrite le fameux volcan Katla et les plages de sable noir de la côte Sud que l'on peut atteindre à partir de Reykjavik, situé à 180 km à l'est. fr.visiticeland.com

Cap Vert

Volcan de l'île de Fogo. Double Sens propose un voyage au Cap Vert à la découverte de deux îles, l'île de Maio et l'île sauvage et volcanique de Fogo. Avec une nuit dans le cratère de Chã das Caldeiras encore en activité sur Fogo. A partir de 1.870?, aérien inclus, du 20 au 28 avril. www.doublesens.fr

Les Açores

Îles et volcans. Terres d'aventures propose un séjour de 21 jours à la découverte des 9 îles de l'archipel des Açores, avec 2 à 3 nuits sur chaque île, découverte du volcan Sete Cidades à São Miguel, la plus grande île de l'archipel, et du volcan Ponta do Pico, point culminant des Açores et du Portugal, sur l'île de Pico. À partir de 4.290 ?, prochain départ le 9 juin. www.terdav.com

Ischia Cuisine volcanique. Comptoir des voyages affiche un séjour « Coulée douce à Ischia », sur la petite île volcanique au large de Naples, 4J/3N partir de 760 ?, avec ses sources thermales très prisées des Italiens, mais aussi un sol riche où poussent vignes, pins et citronniers. Arrivée à Naples, transfert en moins d'une heure en hydroglisseur. Avec un cours de cuisine géothermique dans le sable volcanique. www.comptoir.fr

Avec Arnaud Guérin Parallèlement à la diffusion en cours sur Arte de la série documentaire avec Arnaud Guérin (jusqu'au 12 avril), Glénat

publie le livre de son tour du monde des volcans. Pour comprendre les phénomènes volcaniques et comment on peut vivre au pied de ces géants au caractère éruptif et imprévisible. Le géologue grand voyageur parcourt le monde depuis vingt ans, appareils photos dans le sac à dos, au gré des éruptions volcaniques, des reportages et des voyages thématiques qu'il encadre pour des curieux de nature à qui il offre son double regard de scientifique et de photographe. Son livre raconte la fascination pour les volcans et les aventures humaines qui se déroulent sur leurs pentes, du Guatemala au Japon, de l'Islande à la Tanzanie en passant par le Creux de Soucy près du lac Pavin qui a permis à l'auteur de descendre de 30 mètres en rappel dans l'une des coulées de lave du puy de Montchal dans les volcans d'Auvergne. Glénat, 192 p., 35 ?.

Jean-Marc Laurent jean-marc.laurent@centrefrance.com ■



Plusieurs rendez-vous programmés pour la saison d'été

La station du Lioran ferme ses portes mais pas pour très longtemps. Ainsi, le téléphérique reprendra-t-il du service, si les conditions météo le permettent, du 1^{er} au 8 mai, puis il poursuivra ses va-et-vient, du 30 mai au 2 juin, pour le week-end de l'Ascension.

Quelques jours plus tard, le Lioran lancera sa saison d'été, du 8 juin au 8 septembre. Dans un premier temps, c'est la télécabine qui fonctionnera puis, à partir du 6 juillet, le télésiège de Rombière entrera en action, à son tour. Du côté des animations, le Bike Park, qui a connu une refonte, sera ouvert le week-end de l'Ascension. Par ailleurs, une course de VTT DH est au calendrier des rendez-vous

estivaux. Un événement qui va réserver quelques surprises.

La course de côte, qui se tiendra du 2 au 4 août, fait également partie des temps forts de la saison d'été, au Lioran.

Par ailleurs, la station verra le passage de l'UTPMA, le 15 juin et elle accueillera la transhumance vallée du Lot volcan cantalien, le 16 juin. Elle servira aussi de lieu de départ à « L'Expérience Grande Traversée Volcanic », course longue de 220 km, le 29 mai. ■



Le nouvel office de tourisme a donné le coup d'envoi de sa première saison

Les hautes ambitions de Terra Volcana

Vulcania à l'ouest, le Domaine royal de Randan à l'est. Et au milieu, le volcan de Lemptégy, la grotte de la Pierre et les Eaux de Volvic, le patrimoine de Riom, la station thermale de Châtel-Guyon, le château d'Effiat, les tanneries de Maringues, sans oublier des événements d'envergure (VVX, Jazz aux sources, Piano à Riom) Le territoire regorge de petits trésors touristiques. Reste désormais à construire une trame et une histoire communes, pour faire de cette « Terra Volcana » « une nouvelle destination touristique » à part entière, à l'instar du Sancy, toutes proportions gardées. Voilà la mission du nouvel office de tourisme intercommunal.

1 Qui est Terra Volcana - les Pays de Volvic ? La création de ce nouvel office de tourisme fait suite à la fusion des communautés de communes. Il rassemble trois anciens offices de tourisme : Châtel-Guyon, Volvic et Riom Limagne. Désormais, « Terra Volcana » rayonne sur 56 communes et deux communautés de communes : Riom Limagne et Volcans (RLV) et Plaine Limagne. « L'enjeu est de créer une nouvelle destination, Terra Volcana : les volcans car c'est l'âme de notre région, et les pays de Volvic en sous-titre car c'est une marque et une destination connue dans le monde entier », note Frédéric Bonnichon. Mercredi, sur le site de

Vulcania, à l'occasion des premières rencontres du tourisme de la destination Terra Volcana, le président de RLV et de ce nouvel office de tourisme l'a répété devant quelque 200 professionnels du tourisme du territoire : « On est persuadé de nos atouts. On veut désormais mettre les moyens. On est là pour graisser les engrenages, pour que vous ayez des retombées. On a l'ambition de faire + 20 % de chiffres d'affaires sur les nuitées d'ici trois ans. »

2 Quels sont les moyens mis en oeuvre ? Avec ses onze salariés, l'office de tourisme Terra Volcana, officiellement créé au 1^{er} janvier, dispose désormais d'un budget de 890.000 €, « en hausse de 20 %, et l'objectif est de tendre vers le million d'euros », ambitionne Frédéric Bonnichon. Première ambition : l'office de tourisme veut montrer l'exemple à travers « la mise en place d'une démarche qualité en interne pour viser un classement de l'OT en catégorie 1 dès cette année », annonce son nouveau directeur Cédric Corre.

A l'issue de plusieurs mois de réflexion, la stratégie de communication va se construire autour d'une signature, « Terre d'émotions », et sera déclinée à travers trois univers : le bien-être et la santé, les activités de pleine nature, le patrimoine et l'art de vie. « On va aussi élargir les horaires d'ouverture des offices de tourisme, notamment aux dimanches en juin, et on installera des points d'accueil

saisonniers à l'abbaye de Mozac, à Randan et au site du Goulet à Volvic », poursuit Cédric Corre. De gros efforts ont aussi été déployés sur le numérique, à travers un site internet qui proposera une billetterie en ligne et une présence accrue sur tous les réseaux sociaux. 3 Quels sont les grands axes de travail ? Deux grandes priorités sont identifiées par Cédric Corre : « L'hébergement, il nous en faut davantage. Et la clientèle d'affaires, avec l'accueil de séminaires. » « On n'a pas d'autres issues que de s'engager sur la qualité, ajoute Frédéric Bonnichon. Le juge de paix, ce sont les réseaux sociaux, qui sont impitoyables. Il faut que chacun monte en gamme. Ça ne veut pas dire qu'il faut faire uniquement du haut de gamme. Mais il faut s'engager dans une démarche de qualité. » Et le président de filer la métaphore sportive : « Élevons ensemble notre niveau de jeu pour être sûr de gagner le match. » Le coup d'envoi est donné. Arthur Cesbron arthur. cesbron@centrefrance.com ■



Le Trail de Vulcain relance la saison des trails longs, après la coupure hivernale où l'on s'amuse dans la boue pointes aux pieds pour la saison des cross ou les pieds dans la neige avec les trails blancs. Focus sur un trail qui attire de plus en plus de traileurs de la France entière, qui découvrent par la même occasion que l'Auvergne ce n'est pas le plat pays !

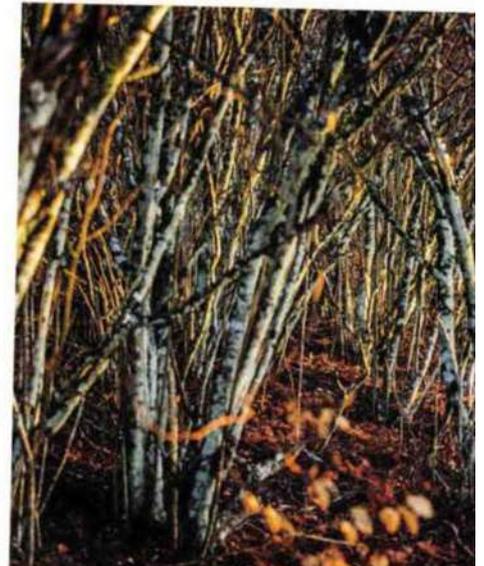
TEXTE CÉCILE BERTIN PHOTOS PASCAL RUDEL.

Inscrit de longue date dans le calendrier des courses auvergnates incontournables, le Trail de Vulcain est aujourd'hui un vrai rendez-vous qui offre plusieurs distances pour que tout le monde du débutant à l'expérimenté trouve parcours à sa chaussure de trail. Le samedi est réservé au 13km avec le Volvic Nature, et aux courses enfants. Le dimanche, l'Ultra Volcanique avec ses 73km et ses 2870m de dénivelé, le Marathon avec ses 47km et 1880m de dénivelé (la réputation de « radinisme » des Auvergnats est fautive, la preuve, ils rajoutent 5km pour le même prix !) et le Riom Limagne Volcans avec ses 22km et ses 870m de dénivelé (distance parfaite pour travailler sa vitesse ou reprendre après la coupure hivernale), complètent le programme. Inutile de préciser que tous les ans plusieurs s'amusent à enchaîner le 13 du samedi avec le 22 du dimanche ou même le 47. Et en cherchant bien, on doit pouvoir trouver des engagés sur l'ultra... Cette année, les conditions météo étaient idylliques : soleil, un peu de vent mais

vraiment pas de quoi gêner, plus de neige sur le parcours, juste un peu dans les champs pour la photo, et assez de boue pour rentrer chez soi les chaussures suffisamment sales pour donner le sentiment que l'on a vraiment fait quelque chose sans pour autant avoir été gêné. Cela permettait surtout d'offrir des vues incroyables sur le Puy de Dôme et sur toute la chaîne des volcans dont la plupart des sommets étaient encore sous la neige.

ORGANISATION AU TOP !

L'avantage avec les courses organisées par l'ACFA (Association des Coureurs de Fond d'Auvergne), c'est une grande maîtrise, que ce soit au niveau du retrait des dossards qui peut se faire la veille et jusqu'à 15 minutes avant le départ de votre course, mais aussi pour l'organisation de la course en elle-même grâce à une équipe de bénévoles ultra rodée. Le balisage est déjà très bien fait en ville pour trouver les parkings, ce qui laisse toujours présager que le reste suivra. Important à noter, comme le départ et l'arrivée se





font au niveau du Palais des Sports, des douches sont prévues pour après et même pour avant la course si le camping sauvage vous dit, ainsi qu'un stand qui vend tout ce dont on a besoin pour le petit déjeuner tant que l'on n'est pas « gluten free ». La ville de Volvic offre de nombreux modes de logements et Clermont Ferrand n'est qu'à 10km. Information importante pour celles et ceux qui auraient envie de tenter l'expérience train en venant de Paris, sachez que depuis quelques semaines, nous avons même le wifi dans l'Intercité !

ATTENTION : CIRCUITS EN MONTAGNES RUSSES !

L'ultra vous offre la possibilité d'aller admirer la vue en haut du Puy de Dôme mais ne rêvez pas, avec un départ à 6h du matin et 35km à parcourir, vous n'aurez pas le lever du soleil au sommet. C'est d'ailleurs cette boucle qui fait le petit plus de ce parcours, puisqu'ensuite vous retrouvez les coureurs du 47, partis à 8h30 au ravitaillement du volcan de Lemptégy, qui ouvre exceptionnellement ses portes aux coureurs à cette occasion. Après avoir été exploité pour ses qualités minières, les propriétaires ont décidé d'en faire un lieu de visite, pour présenter au public les différentes couches qui constituent un volcan. Visites organisées, musée, c'est un mini Vulcania devenu incontournable dans la région. Le retour sur Volvic ne sera qu'une succession de puits à grimper, avec comme apothéose la dernière grimpe pour aller admirer le Château de Tournoiel, que bon nombre de coureurs maudiront... Il faut dire qu'avec un dernier ravitaillement à la gare de Volvic qui est quand même à 11,6km, on a parfois le sentiment que l'on ne rentrera jamais ! La dernière descente est tellement raide qu'elle est équipée de cordes pour limiter les risques de chutes, mais elle permet de foncer tête baissée vers le Palais des Sports pour une arrivée au chaud et en public puisque bon nombre de coureurs et leur famille s'y ravitaillent, un repas étant inclus dans le prix du dossard. Pour celles et ceux qui connaissent la VXX, sachez que même si certains tronçons sont forcément communs, les légères variantes en font son charme, et la saison,



DES VUES INCROYABLES SUR LE PUY DE DÔME ET SUR TOUTE LA CHAÎNE DES VOLCANS DONT LA PLUPART DES SOMMETS ÉTAIENT ENCORE SOUS LA NEIGE.

forcément différente, donne une toute autre vision des lieux, les arbres n'étant évidemment pas encore en feuilles. Pour celles et ceux qui ne la connaissent pas encore, cette course est vraiment idéale pour découvrir cette région superbe qui est une vraie terre de trail.

MON PREMIER TRAIL PAR CAPUCINE LEVAI



« Je vis à Clermont-Ferrand, mais normalement mon premier trail aurait dû se dérouler au Tchad aux côtés de ma mère Valérie Levai qu'on ne présente

plus chez nous. C'est une coureuse d'ultra spécialisée dans les longues distances dans les déserts du monde mais aussi en montagne, que ce soit du côté des Alpes ou des Pyrénées. L'année dernière, je l'ai accompagnée comme bénévole sur le Treg qui fut un tel coup de cœur que je m'étais décidée à me lancer cette année avec un dossard sur le 50. Seulement voilà, annulation quelques jours avant le départ, grosse déception. Ma mère m'a alors proposé de profiter de ma prépa pour venir à Volvic pour le 47km. Je n'avais jamais fait plus de 25km, c'est dire si j'appréhendais, surtout qu'après l'annulation, j'avais un peu lâché l'entraînement... Pas facile de se motiver quand on a perdu son objectif principal. On a géré ça tranquillement en mode rando-course pour me permettre surtout de gérer la longueur de l'effort que je ne connaissais pas, grâce aux barrières horaire confortables pour les débutants comme moi. Et c'est vrai que c'est toujours sympa de commencer à doubler dans le dernier tiers de la course. C'était mon premier mais ça ne sera pas mon dernier ! »

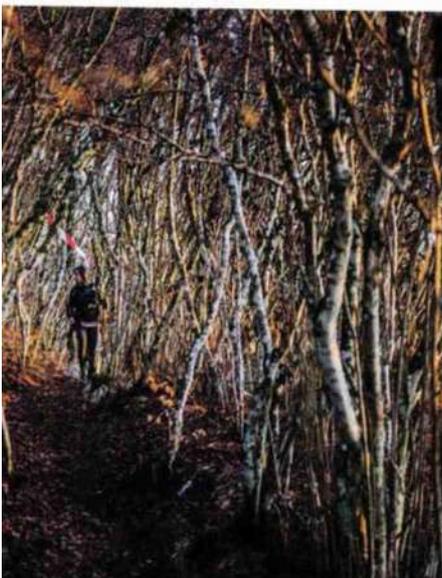
Les +

- Une organisation ultra rodée
- Une médaille à l'arrivée parce que c'est important pour les parents, mais aussi souvent pour les enfants !
- Le prix du dossard tout à fait correct pour la prestation avec le repas inclus
- Les coureurs du 47 rejoignent ceux du 73 au premier ravitaillement, ce qui donne l'impression aux derniers de ne pas être trop seuls au monde.

- Barrières horaires plutôt confortables.

Les -

- Un manque de salé aux ravitaillements, quelques graines type cacahuètes ou chips seraient les bienvenues pour compléter l'offre sucrée.
- Attention un parcours plus cassant qu'on ne pourrait s'y attendre quand on ne connaît pas la région. Certes ça ne monte pas comme dans les Alpes, mais l'enchaînement se révèle plus fatiguant qu'on ne le pense.





Plusieurs rendez-vous programmés pour la saison d'été

La station du Lioran ferme ses portes, mais pas pour très longtemps. Ainsi, le téléphérique reprendra-t-il du service, si les conditions météo le permettent, du 1^{er} au 8 mai, puis poursuivra ses va-et-vient, du 30 mai au 2 juin, pour le week-end de l'Ascension. Quelques jours plus tard, le Lioran lancera sa saison d'été, du 8 juin au 8 septembre. Dans un premier temps, c'est la télécabine qui fonctionnera puis, à partir du 6 juillet, le télésiège de Rombière entrera en action à son tour. Du côté des animations, le Bike Park, qui a connu une refonte, sera ouvert le week-end de l'Ascension. Par ailleurs, une course de VTT de descente est au calendrier des

rendez-vous estivaux. Un événement qui va réserver quelques surprises. La course de côte, qui se tiendra du 2 au 4 août, fait également partie des temps forts de la saison d'été du Lioran. Par ailleurs, la station verra le passage de l'UTPMA, le 15 juin et elle accueillera la transhumance vallée du Lot volcan cantalien, le 16 juin. Elle servira aussi de lieu de départ à « L'Expérience Grande Traversée Volcanic », course longue de 220 km, le 29 mai. ■



Expérience scientifique aux « Muletiers »

Trail Ils l'avaient annoncé, en janvier dernier, à Volvic : le puy-de-Dôme serait un de leurs terrains d'expérience. Grégory Doucende, maître de conférences des universités, et Thomas Defer, étudiant en Master 2 STAPS, sont revenus, cette semaine, au pays des volcans, sur les pentes du géant des Dômes plus précisément. Leur objectif : réaliser, sur le chemin des Muletiers (du col de Ceyssat aux marches du sommet), des tests biomécaniques avec des traileurs. Les résultats clôtureront notamment le mémoire du second nommé : « Détermination des facteurs qui influencent la performance en montée en trail ». Aux évaluations de lundi dernier, avec masques et bornes, ont succédé des tests en conditions de laboratoire, à l'Espace Information Volvic, mercredi, avant retour sur site, vendredi. Le programme de cette troisième journée consistait dans la montée la plus rapide possible pour les traileurs testés « afin de rechercher ce qui détermine les deux à cinq facteurs qui expliquent la performance », expose Doucende (à gauche sur la photo). L'enseignant-chercheur à l'Université de Perpignan, et trailer lui-même, présentera les résultats de cette étude « puydômoise » lors d'une conférence, la veille de la Volvic Volcanic Expérience, soit le jeudi 30 mai, jour de... l'Ascension. F. L. (photo Thierry Lindauer) ■



3ème Edition de la VolvicVolcanicExperience du 29 Mai au 1er Juin 2019



La VolvicVolcanicExperience – VVX – propose une immersion sportive dans un cadre d'exception, un des lieux les plus emblématiques de l'Auvergne : la Chaîne des Puys-Faille de Limagne, récemment inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Au cœur de cette nature unique, la VVX est, pour tous les sportifs, traileurs ou randonneurs, une odyssée sensorielle au contact d'une nature vivante et préservée.



Un objectif : intégrer l'Ultra -Trail® World Tour (UTWT)

Aujourd'hui, l'Expérience Trail Chaîne des Puys-Faille de Limagne est candidate pour intégrer le circuit 2020 de l'UTWT. Pour répondre aux critères de sélection de la catégorie Discovery, elle prend de l'ampleur et le parcours, d'un tracé de 83 km lors des deux premières éditions, fait désormais 110 km !

110 km en solo, duo ou trio – 3 500 m D+

Limité à 400 participants

Le nombre de nationalités, autre critère de sélection, est également atteint puisque dix nations seront présentes sur le 110 km et dix-huit au total sur toutes les courses de cette édition 2019.

Le 110 km, auquel prendront part des élites de renom, s'affiche déjà comme un rendez-vous incontournable dans le calendrier national et bientôt international.



Les sentiers de la VVX, le théâtre d'une étude sur les performances sportives

En partenariat avec l'université de Perpignan / STAPS de Font-Romeu, des tests seront réalisés sur 20 traileurs volontaires pour comprendre les facteurs qui influencent la performance en montée en trail-running.

L'étude se déroulera du 1er au 5 avril 2019 entre Volvic et le Puy de Dôme.

Programme

- Tests en laboratoire au siège de la Société des Eaux Volvic.
- Tests sur le terrain sur les pentes du Puy de Dôme au départ du col de Ceyssat (sur le célèbre chemin des Muletiers).
- Test progressif d'effort maximal spécifique au trail avec évaluation de la performance sur une montée le plus rapidement possible depuis le col de Ceyssat jusqu'au sommet du chemin des Muletiers.

L'Expérience Grande

Traversée Volcanic « XGTV® » – 220 km/7 500 m D+

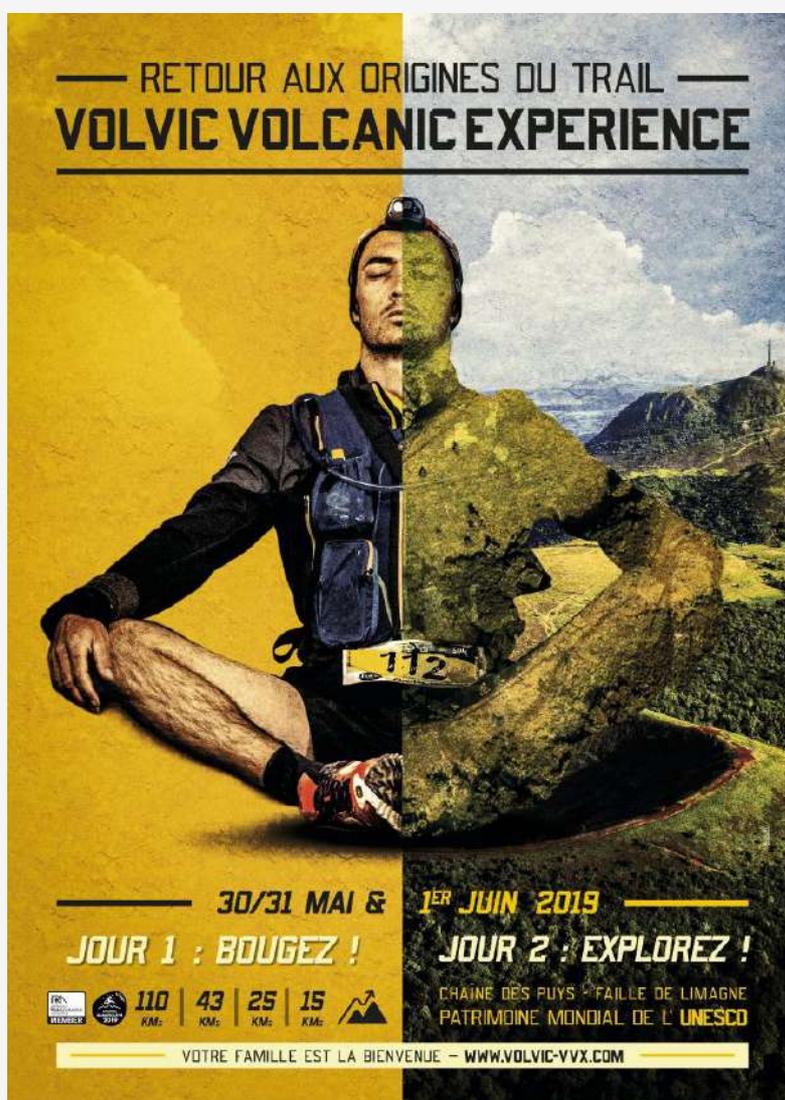
L'Expérience Grande Traversée Volcanic ou XGTV® est, avec le nouveau parcours de 110 km, la grande nouveauté de cette 3ème édition. Et comme le 110 km affiche d'ores et déjà complet, il reste des places sur ce nouveau format !

Cette course Aventure est une épreuve d'ultra endurance qui nécessite un bon sens de l'orientation sur et hors sentiers : les participants, uniquement munis d'une trace GPX road book, suivront à 95 % le balisage des GR (rouge/blanc). Le tracé permet de découvrir la richesse et la diversité des différents territoires de l'ensemble du Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne.

La XGTV® se réalise en équipe de deux ou en solo.



Inscriptions avant le 31 avril 2019 : <http://sporttips.fr/volvic-vvx/>



La **VVX**, c'est dorénavant cinq formats de courses pour Bouger, Explorer et Vibrer...

Expérience Grande Traversée Volcanic « XGTV® »

220 km en solo ou duo – 7 500 m D+

Limité à 20 équipes duo et 20 places solo

Expérience Trail Chaîne des Puys-Faille de Limagne

110 km en solo, duo ou trio – 3 500 m D+

Limité à 400 participants

Expérience Trail Impluvium de Volvic

43 km – 1 670 m D+

Limité à 600 participants

Expérience Trail Volcanique

25 km – 900 m D+

Limité à 500 participants

Expérience Trail de Lave

15 km – 550 m D+

Limité à 500 participants

Source : Communiqué de Presse



Bénéficiez de 15% de Réduction Immédiate avec le Code Promo IRUN15



©Trail Session Magazine, Avril 2019



Recevez notre Newsletter

E-mail *

A lire aussi:

Trail des Lueurs d'espoir 2013, soutenez les enfants atteints du cancer ! Ce Dimanche 28 juin 2015 c'était aussi: The North Face Lavaredo Ultra Trail et l'Andorra Ultra Trail Le Marathon Eiffage de Dakar revient pour une seconde édition le 14 avril 2019 Previous Post Collants R3 et 7/8 de chez Gore Wear: Respirants, confortables, et utilisables toute l'année ! Next Post Hoka One One Bondi 6 : Du Confort et du Rebond pour une foulée BONDISSANTE !

**VOLVIC MELE SPORT
ET FÊTE SUR TROIS JOURS**

Du 30 mai au 1^{er} juin, la Volvic Volcanic Expérience revient pour une troisième édition. Rendez-vous sportif connu pour ses trails, la VVE proposera aussi, pendant trois jours dans la commune de Volvic, des animations, initiations gratuites, randonnées et soirées festives.



■ La VVX recherche des bénévoles

Du 30 mai au 1^{er} juin, la Volvic Volcanic Expérience propose une immersion sportive, culturelle et festive dans un cadre d'exception, celui de la Chaîne des Puy - Faille de Limagne, récemment inscrite au patrimoine mondial de

l'Unesco. Au programme de ces trois jours, des trails, randos ou initiations sportives, mais également un dîner spectacle avec Wazoo, des visites guidées et grand concert de clôture avec Yarol, Minuit et Kawrites. Pour réus-

sir cet événement incontournable en Auvergne, l'association Volvic Volcanic a besoin de bénévoles ! Pour vous inscrire dès maintenant, rendez-vous sur <https://www.volvic-vvx.com/contact-benevoles/>

VIDÉOS - Les Négresses vertes en concert dans "Le Grand Studio RTL"

Quoi de mieux pour célébrer l'arrivée des beaux jours que d'inviter Les Négresses vertes. Formé en 1987, le groupe revient sur le devant de la scène avec la réédition de ses premiers tubes - jusqu'à 1993 - dans un coffret rétrospectif, *C'est pas la mer à boire*, sorti le 23 novembre 2018, composé de trois CD, d'un DVD et d'un livret.

La troupe, qui a compté jusqu'à neuf membres avant leur séparation en 2001, mélange de punk doux, rock alternatif et parfois électro, a été marquée en 1993 de la mort d'une de ses figures de proue, Noël Rota, alias Helno.

Entre hommage et nostalgie, les sept artistes nous offrent six titres issus de leur coffret sur la scène du Grand Studio RTL, des mythiques *Sous le soleil de Bodega* et *Voilà l'été* en passant par le plus intime *Les yeux de ton père*.

Et aux côtés du groupe, on a pu retrouver les artistes Minuit et Vanille. À noter que Les Négresses vertes seront en tournée dans toute la France au festival Musilac le 27 avril 2019, le 22 juillet au Festival de Carcassonne ou encore à Paris au Cabaret sauvage les 12 et 13 octobre 2019.

Les Négresses vertes, *"C'est pas la mer à boire"* Également dans "Le Grand Studio RTL"

Encore un peu de soleil et de sourire dans le Grand Studio RTL avec Vanille. À 30 ans, elle a derrière elle neuf années de musique, d'écriture et de composition.

Loin de n'être que "la fille de" Julien Clerc, ses origines guadeloupéennes, ses voyages à travers le monde, du Brésil à l'Inde, influencent et nourrissent ses mélodies.

Elle a envoûté le public des studios de Neuilly-sur-Seine avec deux titres : *Agua de Beber* et *Suivre le soleil* (1er single). Son disque *Amazona* sortira au cours du printemps 2019.

Vanille dans Le Grand Studio RTL Crédit : Fred Bukajlo / SIPA Presse / RTL

Simone Ringer, Raoul Chichin, Joseph Delmas et Clément Aubert forment depuis 2013 Minuit. En 2017, le groupe est nommé Révélation scène à la 32ème cérémonie des Victoires de la musique.

Le groupe a interprété deux titres, une reprise de Madonna, *La Isla Bonita* et *Le Goût du sel*, issus de son album *Vertigo*, sorti le 19 octobre 2018. Minuit sera présent, parmi d'autres dates, au festival **VolvicVolcanicexpérience** le 1er juin 2019 et au Solidays le 22 juin prochain.

Minuit dans Le Grand Studio RTL Crédit : Fred Bukajlo / SIPA Presse / RTL

Le Grand Studio RTL est diffusé le samedi à 14h3



Kilian JORNET : Invité prestigieux de la VolvicVolcanicExperience 2019



La **VolvicVolcanicExperience** – **VVX** – propose une immersion sportive dans un cadre d'exception, un des lieux les plus emblématiques de l'Auvergne : la Chaîne des Puys-Faille de Limagne, récemment inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Au cœur de cette nature unique, façonnée par les volcans, la pierre et l'eau ; la **VVX** est, pour tous les sportifs, traileurs ou randonneurs, une odysée sensorielle au contact d'une nature vivante et préservée.



© GERARD FAYET - TERRE D'EXCEPTION.COM

Au-delà de la performance sportive, l'invitation à revenir sur ses traces à la rencontre d'hommes et de femmes amoureux de leur région et de partager avec eux une expérience hors du temps, prend tout son sens.

La **VVX** est un événement porteur de valeurs fortes alliant authenticité, respect, convivialité... et **PARTAGE** !

Des valeurs qui animent depuis toujours Kilian Ce grand sportif et passionné de montagne est devenu, en quelques années, l'icône du trail running. Ses grandes et nombreuses victoires, ses exploits et son charisme en font l'un des sportifs les plus connus dans le monde du trail et bien au-delà, puisqu'il est également largement reconnu dans le monde de l'aventure et de l'outdoor.



A bientôt 32 ans, féru de nature et d'aventure, il a choisi de vivre en Norvège, lui offrant les grands espaces et la tranquillité qu'il chérit tant. Ambassadeur de la marque Volvic depuis 2018, c'est tout naturellement que, lors de sa visite sur la 2ème édition de la **Volvic Volcanic Expérience** en 2018, il a été séduit par la nature et les hommes rencontrés et émerveillé par la découverte de l'Impluvium (territoire de 38 km² et zone d'infiltration de l'eau de pluie qui donne naissance à l'eau minérale naturelle Volvic) et l'histoire du site.

C'est donc pour le plus grand plaisir des organisateurs, bénévoles, coureurs et participants qu'il revient en 2019, l'occasion d'une nouvelle immersion au cœur du territoire auvergnat !



Les Rendez-Vous avec Kilian

Jeudi 30 mai

A partir de 16h00

Jeudi 30 mai à partir de 16h00, Kilian se joindra aux élites (Dawa Sherpa, Sangé Sherpa, Anthony Gay, Francesca Canepa, Meghan Laws, Sarah Verguet Moniz, Pedro Jose Albaladejo Hernandez...) qui prendront le départ des courses pour un temps de partage avec le public suivi d'un rendezvous presse d'une durée de 30 minutes (sur demande uniquement).

18h30

Cérémonie d'ouverture de la 3ème édition de la **VVX**

Vendredi 31 mai

Toute la journée

Kilian sera présent toute la journée pour soutenir les coureurs quel que soit leur âge ou leur niveau, en passant du tout nouveau 110km par l'iconique Trail de l'Impluvium pour enfin finir avec l'inédit Kids Trail !



Source : Communiqué de presse

Crédits Photos : Gérard Fayet



Bénéficiez de 15% de Réduction Immédiate avec le Code Promo IRUN15



Tests réalisés en partenariat avec Crosscall



©Trail Session Magazine, Avril 2019



Recevez notre Newsletter

E-mail *

A lire aussi:

Marathon du Mont-Blanc 2013 Humani'trail des Diablerets, pour la bonne cause ! SKINS : LEE MCLAUGHLIN – ESPOIR OLYMPIQUE et CITOYEN DU SPORT Previous Post Polar Vantage V : A ce jour très “timide”, mais tellement attrayante... en attendant de nouvelles mises à jour...



Réunion studieuse pour Balinzat

Varenes-sur-Morge. Réunion studieuse pour Balinzat.

L'association « Balades en Limagne d'Ennezat » a tenu, à la mairie de Varenes-sur-Morge, une réunion de travail pour préparer ses activités découvertes pour 2019.

En début de séance, le bilan de la manifestation « Les dizaines de Limagne », organisée en mars dernier, a permis de conclure que cette manifestation a connu un franc succès avec la participation de 285 personnes venues depuis un large territoire avec randonneurs pédestres et en VTT.

La préparation de la randonnée « A la découverte de Varenes », qui aura lieu le 27 avril avec son départ de la salle des fêtes de Varenes, a été largement évoquée avec son circuit de 6 km. À l'arrivée, sur la place centrale, devant la mairie du bourg, aura lieu le pot de l'amitié en présence de nombreuses autorités ayant oeuvré pour « Balinzat » pendant ces dix dernières années. Une autre manifestation a été évoquée : une randonnée pour la fête patronale d'Ennezat-Céréales en fêtes, le 12 mai prochain. Le programme sera diffusé

prochainement au public.

En fin de séance, le président a précisé que « Balinzat » avait reçu un appel à des bénévoles par la société des Eaux de Volvic, organisatrice de la VVX (Volvic Volcanique Expérience), qui aura lieu du 30 mai au 1^{er} juin inclus. Le programme comporte des conférences, dîner-spectacle, trails, randonnées pédestres. Pour la réussite de cet événement, des bénévoles sont recherchés. ■



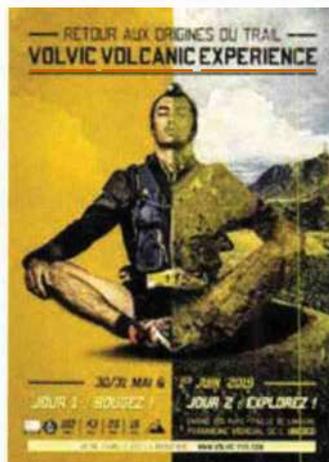
VVX DU 30 MAI AU 1ER JUIN



Tous éco-responsables ! La **VolvicVolcanicExperience - VVX** propose une immersion sportive dans un cadre d exception, un des lieux les plus emblématiques de l Auvergne : la Chaîne des Puys-Faille de Limagne, récemment inscrite au patrimoine mondial de l UNESCO. Au coeur de cette nature unique, façonnée par les volcans, la pierre et l eau ; la**VVX** est, pour tous les sportifs,traileurs ou randonneurs, une odyssée sensorielle au contact d une nature vivante et préservée.Ici à Volvic et au coeur de la Chaîne des Puys-Faille de Limagne, chaque habitant vit en harmonie avec son territoire montrant un attachement, voire une passion, aussi spectaculaire que rare. Pour en faire le constat, il suffit de faire desrencontres, de traverser les villages authentiques, de prendre les chemins de randonnées. La préservation du patrimoine historique, les éléments emblématiques (volcans, pierre et eau) et la tranquillité sont omniprésents. Au gré desrencontres et des découvertes, chaque visiteur ressent la singularité de la nature et son histoire. L organisation d un événement sportif dans un décor aussi extraordinaire que celui-ci devait donc, de toute évidence, s imprégner de cetteambiance et préserver les fondamentaux de toute une région.L enjeu était donc clair : imaginer et élaborer un évènement tant sportif que culturel et festif, avec pour engagement central l éco-responsabilité ! Développement durable, faible empreinte environnementale, circuits courts et cohésion sociale sont au coeur de l esprit**VVX**. Pour ce faire, l organisation se dote d une régie éco-responsable dédiée ayant pour mission le respect des engagements suivants :Un nombre de coureurs peu élevé et juste !Alors que de nombreux évènements visent la course aux engagés, la première action de la **VVX** est bien de limiter le nombre de coureurs (pas plus de 600 par course) pour ne pas envahir la nature, et respecter la faune et la flore. Course à taille humaine, c est l assurance de convivialité, d appartenance à la nature et d attention envers les autres et envers l environnement. Ici, la qualité des courses, la nature et le patrimoine règnent bien en Maître et pour s en assurer c est un partenariat avec le Parc Naturel Régional des Volcans d Auvergne qui est mis en place. Une partie des inscriptions à la **VVX** leur est même reversée afin d entretenir les sentiers empruntés par les coureurs.La préservation des ressources naturelles :-Limitation de la production de déchets en favorisant les circuits courts, l élimination des emballages...-Organisation du tri et de la valorisation des déchets-Mise en place d animations pédagogiques autour du tri sélectif et du recyclage-Utilisation d un balisage durable et réutilisable sur les différents parcours de trails et de randonnées, retiré dès le passage des derniers participants.La sauvegarde de la biodiversité :-Attention particulière accordée à ne pas déranger les écosystèmes en place lors de l événement avec notamment la consultation systématique des acteurs gestionnaires du territoire dans la définition des tracés de trails et de randonnées (LPO, PNRVA, etc.). Redessinés chaque année, les

tracés prennent en compte les besoins et habitudes de la faune et flore locales (sites de reproduction, arrivée de nouvelles espèces...)-1 est reversé au PNRVA (Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne) pour chaque dossier **VVX** acheté-Organisation annuelle d'un éco-chantier en partenariat avec le PNRVA invitant tous les participants de la **VVX**, les salariés de la Société des Eaux de Volvic, les associations locales (Ligue de la Protection des Oiseaux) et l'ensemble des Auvergnats à venir réaliser des mini-chantiers pour entretenir, préserver et sensibiliser sur le territoire. L'an passé c'est plusieurs centaines de personnes qui ont répondu présents ! La limitation des émissions de CO2 :-Organisation du stationnement du public et mise à disposition de navettes gratuites pour l'accès sur les différents sites de l'événement-Recours à des prestataires et partenaires de proximité afin de limiter les déplacements engendrés-Incitation au covoiturage La valorisation de l'économie locale et durable :-Sélection de fournisseurs locaux favorisant des circuits courts de production-Mise en lumière des savoir-faire et artisans locaux à travers chaque facette de l'événement (produits locaux servis sur les ravitaillements, découverte des artisans et artistes Auvergnats lors des animations culturelles...) La favorisation de la cohésion sociale :-Création d'une dynamique vectrice de lien social, impliquant en priorité les habitants de la ville et les associations locales (CeCler : <http://cecler.fr>)-Proposition d'un contenu accessible au plus grand nombre grâce à une variété importante d'activités destinées à chaque âge et la présence de nombreuses activités gratuites. NOUVEAUTÉ 2019 sur la **VVX** : le recyclage des baskets by Run Collect Souhaitant pousser l'éco-attitude encore plus loin, les organisateurs de la **VVX** ont mis en place un partenariat avec RunCollect, association lyonnaise oeuvrant pour une économie circulaire dans l'univers du running. Un concept écologique et solidaire : Les baskets usagées sont collectées de manière autonome à la fin de chaque course. La récolte est ensuite rapatriée sur Lyon où les baskets seront triées et redistribuées, via des associations françaises, dans le but de chausser les plus démunis. Si certaines chaussures sont trop abîmées pour assurer une seconde vie, elles seront recyclées contribuant, à leur tour, au développement de projets innovants de recyclage autour de la chaussure. Plus d'informations : <http://www.runcollect.fr> PORTRAIT : Emilie Lamure, ambassadrice environnement pour la **VVX** Déjà présente sur l'édition précédente, elle revient cette année pour sensibiliser petits et grands aux éco-gestes à pratiquer avant, pendant et après la **VVX**. Elle animera notamment des ateliers ludo-pédagogiques afin de découvrir les différentes formes de compostage mais aussi des ateliers DIY afin de fabriquer ses propres produits ménagers 100 % bio et sans déchets ! La **VVX**, c'est dorénavant cinq formats de courses pour Bouger, Explorer et Vibrer-**Expérience Grande Traversée Volcanic** « **XGTV®** » 220 km en solo ou duo - 7 500 m D+ Limité à 20 équipes duo et 20 places solo-Expérience Trail Chaîne des Puys-Faille de Limagne 110 km en solo, duo ou trio - 3 500 m D+ / Limité à 400 participants-Expérience Trail Impluvium de Volvic 43 km - 1 670 m D+ / Limité à 600 participants-Expérience Trail Volcanique 25 km - 900 m D+ / Limité à 500 participants-Expérience Trail de Lave 15 km - 550 m D+ / Limité à 500 participants

► 30 MAI - 1^{ER} JUIN - **VOLVIC**
VOLCANIC EXPERIENCE (63)
Volvic Volcanic Expérience est un événement pleine nature au cœur du Parc des volcans d'Auvergne. Au programme : randonnées pédestres et VTT, trails, balades nature, concerts, spectacles et initiation sportives. Date limite d'inscription : 25 mai 2019. Renseignements : www.volvic-wx.com ; 04 73 64 51 29 ; contact@volvic-wx.com





Deux Ambertois du Team Run Forez alignés au départ des 100 km du Grand Raid du mont Ventoux

Deux Ambertois du Team Run Forez étaient alignés au départ du mythique Grand Raid du mont Ventoux. 300 participants pour 100 km de course éprouvants pour l'organisme.

Le Grand Raid du mont Ventoux qui s'est déroulé le week-end dernier comptait deux membres du Team Run Forez parmi les quelque 300 participants à prendre le départ de cette course mythique. Un défi pour Olivier Brisson et Charley Savy.

Seulement 200 finishers

Le départ a été donné à Vénasque, le 27 avril, à 5 heures. Ce ne sont pas moins de 100 km qui attendaient les traileurs. Une journée pour se rendre au sommet du mont Ventoux, avant de redescendre vers les Dentelles de Montmirail. « J'avais déjà participé à ce genre de course trois ou quatre fois, explique Olivier Brisson, mais jamais au mont Ventoux. Pour Charley par contre, c'était une première. On était environ 300 au départ mais seulement 200 finishers ! ».

Très technique, la fatigue et l'hypoglycémie

Si les deux Ambertois ont effectué les premiers kilomètres ensemble, Olivier a rapidement pris le large. Mais, c'est après avoir parcouru 80 km que les choses se sont compliquées : « Les Dentelles de Montmirail, c'est très dur, explique le coureur. C'est très technique. Et puis, il y a eu la fatigue, l'hypoglycémie. Bref, j'ai perdu deux heures d'avance en quelques kilomètres ». Et les conditions météo n'ont rien arrangé :

« Quand on est arrivé au sommet du Ventoux, il y avait le vent du nord et une température de -10°C ressentie. Ensuite, on est arrivé en bas, il faisait 20°C ! Il y avait aussi beaucoup de pierriers, ce qui a entraîné des chutes »

L'Ambertois finira néanmoins l'épreuve à la 82e place.

L'ExpérienceGrandeTraverséeVolcanic

Pour préparer la course, l'Ambertois a fait cinq séances d'entraînement intensif par semaine depuis mi-janvier. 80 km par semaine en moyenne, des séances plus longues, plus dures qu'à l'accoutumée. On pourrait retrouver l'Ambertois en mai sur **L'ExpérienceGrandeTraversée Volcanic. 220** km à travers le Parc naturel régional des Volcans pour arriver du côté de Volvic. « Il faut que je trouve un coéquipier », annonce Olivier. Avis aux amateurs !

Les autres résultats

Au Ventoux, Pascale Bayle est quant à elle montée sur le podium du format 28 km. Enfin, la cadette du Team, Anae Goubeyre, a gagné sa catégorie et finit 7e fille sur 67 à la course de Pont-du-Château.



ENTRAÎNEMENT **ASTUCES**

On vous dit tout sur...

Les facteurs de la performance en descente !

Sûrement l'une des phases les plus techniques du trail ! Vous êtes plutôt de ceux qui abordent les descentes les plus raides sans réfléchir ? Ou bien de ceux qui perdent un temps monstre dans cette partie redoutable ? Dans les deux cas, on vous explique, avec l'aide de Grégory Doucende, traileur et enseignant chercheur à l'Université de Perpignan, les différents facteurs qui vous feront dévaler les pentes !

Par Pauline Waag



ÉTUDE MENÉE SUR LA PERFORMANCE EN DESCENTE

Cette étude a été menée en collaboration avec l'Université de Perpignan, la société Matsport (Johan Cassirame) et la marque Salomon (Sébastien Pavaillier, Marlène Giandolini et Nicolas Horvais du département R&D Footwear) sur deux années. Vingt-huit traileurs de niveaux hétérogènes y ont participé. L'objectif étant de déterminer les facteurs de la performance pouvant expliquer une variation du temps de descente. Des tests de terrain et de laboratoire ont été réalisés.

Roulant, roulant peu pentu, roulant pentu, technique peu pentue et technique pentue, toutes les conditions de la descente ont été exploitées !

NOTRE EXPERT



GRÉGORY DOUCENDE

Maître de conférence des universités, enseignant-chercheur au Laboratoire Européen Performance Santé Altitude (LEPSA), directeur du département STAPS de Font-Romeu.



Qu'est-ce qui va faire qu'un traileur va courir plus vite qu'un autre lorsque la pente s'inverse ? Voici la question que se sont posés Grégory Doucende et Robin Juillaguet de l'Université de Perpignan. Un secteur clef de la discipline jusqu'à présent peu exploité. « Suite à certaines études, nous nous sommes rendu compte que la descente importait plus que la montée au niveau du résultat », confie l'enseignant-chercheur. Un traileur ayant une avance considérable en montée peut ainsi perdre toute cette avancée en descente, ce qui n'est pas vraiment réciproque. Plus

clairement, la course ne se perd pas en montée, elle se gagne en descente ! Plusieurs facteurs vont ainsi entrer en jeu. Explications.

Les 4 facteurs de la performance en descente

Quatre facteurs d'amélioration ont donc été identifiés. En travaillant chacun d'entre eux, vous pourrez potentiellement améliorer votre technique et donc votre vitesse de descente ! Lesquels sont les plus importants ? L'étude fera ressortir des pourcentages, mais chacun d'entre vous devra probablement travailler sur des points différents !

13%

La psychologie

Ce facteur implique la notion de prise de risque.

Nature fonceuse ou prudente ? Les chercheurs ont mis en place un questionnaire à 42 items permettant de déterminer si chaque individu a plutôt un comportement qui le pousse à aller prendre des risques ou non. **13 %** de la performance serait expliquée par l'attitude psychologique. Plus vous allez prendre de risques, plus vous serez performant ! Mais peut-on réellement nous améliorer à ce niveau ?

24%

La perception

La perception, ou bien la notion de calcul de trajectoire si vous préférez. Prise d'informations, de décisions et temps de réaction ! Alors, êtes-vous plutôt rapide ou lent ? Là encore, il s'agit de tests en laboratoire. Un travail perceptif qui peut se faire à travers des applications, mais aussi un « système de cellules avec prise de décision rapide ». La perception expliquerait ainsi **24 %** de la performance en descente. Il s'agit donc d'un facteur important à ne pas négliger !

25%

La biomécanique

L'impact au sol et le positionnement du pied,

notamment, jouent grandement sur notre capacité à descendre rapidement. Grâce à des accéléromètres placés sur les chaussures au niveau des métatarses et du talon, les chercheurs ont pu déterminer si les sujets avaient plutôt une attaque talon, ou une pose de pied sur l'avant du pied, ou sur pied plat. Bien sûr, moins vous poserez le talon, plus vous performerez ! Il s'agit ici du facteur le plus important, jouant sur **25 %** de la performance, et sûrement celui pour lequel la marge de progression est la plus importante pour la plupart d'entre nous.

17%

La force musculaire

La force maximale et l'explosivité, mais également la force d'endurance. Sur le terrain sont regardées et mesurées les aptitudes maximales aérobie à travers des tests classiques de VMA, ainsi que le profil force/vitesse de chaque coureur sur des sprints de 30 mètres. **17 %** de la performance en descente est expliquée par la force musculaire. L'explosivité, la capacité à développer rapidement de la force avec vos quadriceps est particulièrement importante. Plus vous allez avoir de force, plus vous réussirez à changer de direction rapidement !

Les 22 % restants ne sont statistiquement pas significatifs.

➔ **TOURNEZ LA PAGE POUR DÉCOUVRIR LE MEILLEUR MOYEN D'AMÉLIORER VOTRE PERFORMANCE.**



QUEL AVENIR POUR CETTE ÉTUDE ?

Vous devriez en entendre assez vite parler ! L'objectif étant de faire profiter tout le monde de cette étude. Robin Juillaguet et Grégory Doucende ont ainsi créé la société PerfTrail dont le but est de créer un laboratoire itinérant (camion tout équipé) d'évaluation de la performance spécifique au trail. L'évaluation par les tests permet de dresser des cartographies individuelles des traileurs et de leur proposer, après tests, des glossaires de séances qui vont leur permettre de se référer. L'idée étant de pouvoir proposer ces services dès cet été 2019 en exclu sur la VVX (Volvic Volcanic Experience) au mois de juin, puis de participer au salon de l'UTMB ensuite.



Les séances de musculation en salle sont tout aussi nécessaires pour améliorer votre force musculaire que les sports collectifs pour le facteur perceptif.



Quelle application en faire ?

Maintenant que vous avez les données scientifiques, il est important de voir comment vous pouvez vous en servir pour améliorer concrètement votre descente au quotidien. Les scientifiques sont partis du fait qu'on ne pouvait pas réellement modifier notre personnalité et notre appétence à prendre des risques, « on part du principe qu'il est un peu déterminé à l'avance, donc on ne va pas jouer dessus », nous explique Grégory Doucende. Alors, cap sur les trois autres !

« Un travail qualitatif »

Une seconde étude pour améliorer concrètement ses performances à partir de ces trois facteurs a ainsi été réalisée pendant huit semaines sur des traileurs de bon niveau qui ont été entraînés. L'entraînement était axé sur le développement de l'explosivité des quadriceps, le développement biomécanique et le développement de la perception. Au bout de huit semaines, une amélioration de « 7 % de la performance » a été démontrée en entraînant uniquement ces trois paramètres ! Un résultat qui laisse à penser que la marge de progression serait encore plus importante sur des débutants ou athlètes de niveau inférieur. Le test sur huit semaines se déroulait ainsi : 3 séances par semaine d'une heure à chaque fois durant laquelle deux qualités étaient travaillées. « On est vraiment sur un travail qualitatif et non quantitatif ! »

Exercices pour améliorer les trois facteurs

FACTEUR 1 :

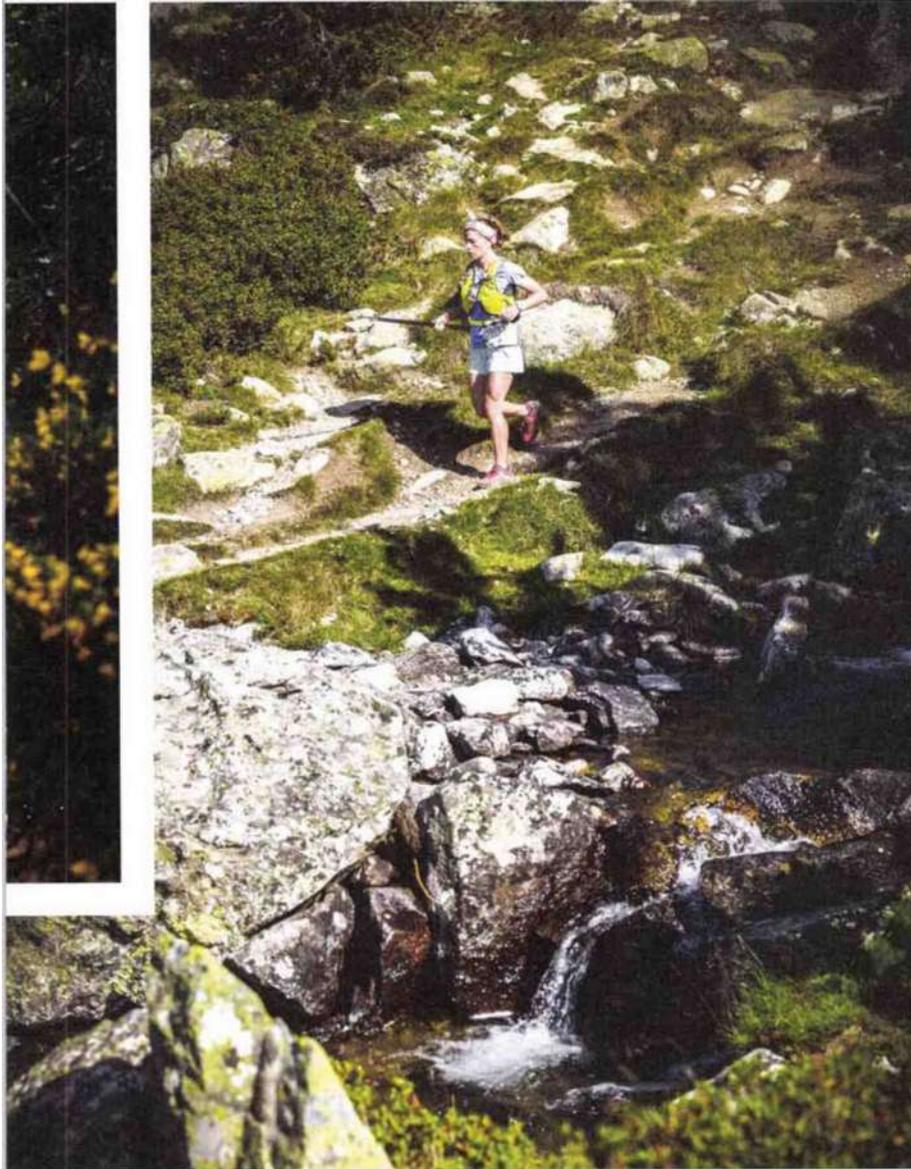
On peut améliorer le **facteur musculaire** grâce à des techniques de travail en pliométrie avec des répétitions de rebondissements, etc. « Le but est d'améliorer l'explosivité. » Une explosivité que l'on peut très bien, « même si cela n'a pas été fait dans l'étude, travailler grâce à des exercices de musculation en salle de type squats... »

FACTEUR 2 :

Concernant le **facteur biomécanique**, le directeur conseille tout simplement « de faire des gammes comme à l'athlétisme », mais également de travailler en survitesse en descente avec une vitesse de déplacement supra VMA à plat. Pourquoi ? « La survitesse va favoriser le fait que l'on va attaquer le sol avec l'avant du pied et non l'arrière. »

FACTEUR 3 :

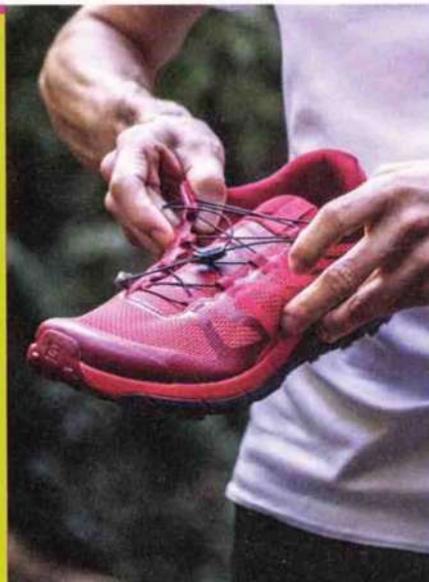
Il paraît bien compliqué d'améliorer le **facteur perceptif**. Ce dernier n'était ainsi travaillé que deux fois par semaine. Mais n'est-il pas possible d'améliorer cette perception au quotidien ? Sans l'aide de systèmes élaborés ? « Même si cela n'a pas été testé, on peut également avoir intérêt à puiser dans les autres sports où la perception est importante, comme les sports collectifs, les sports à projectiles ou bien les sports à trajectoires pour tout ce qui est prise d'informations ! » ■



ET LE FACTEUR MATÉRIEL ?

Thomas Defer, étudiant à l'Université de Perpignan, a poussé plus loin l'étude en cherchant à détecter un autre facteur de performance en descente qui ne serait pas de notre ressort, mais plutôt lié au matériel. Les recherches se sont portées sur les différents drops (différence de hauteur en millimètres entre le talon et les orteils) des chaussures. Résultat ? Un drop plus faible permet une amélioration (3 %) de la perfor-

mance en descente de par un pourcentage de pose du pied par l'avant plus élevé et un pourcentage de pose du pied par l'arrière plus faible. La chaussure peut ainsi avoir une petite incidence sur la biomécanique de notre foulée. Une étude à nuancer en raison de la descente relativement courte utilisée dans les tests. Ces résultats seront-ils faussés lors de descentes plus importantes avec une fatigue croissante ?





30 mai - 1er juin 2019

Volvic Volcanic Experience

Au cœur des volcans d'Auvergne

Récemment inscrite au patrimoine mondial de l'Unesco, la chaîne des Puys constitue un terrain de jeu idéal pour les traileurs. Les organisateurs de la **Volvic Volcanic Experience** l'ont bien compris et proposent 4 courses pour la 3^e édition de cette épreuve. Les plus aguerris s'élanceront pour 110 km et 3 500 m D+ sur un parcours dessiné tout autour de la chaîne des Puys, avec un passage au sommet du mythique puy de Dôme



GERARD FAYET

(1 465 m d'altitude) pour le lever de soleil. Si vous aimez les distances plus courtes, rendez-vous sur le 43 km (1 670 m D+) proposant un tracé dessiné sur la partie nord du parc naturel régional des volcans d'Auvergne, tout autour de l'impluvium de Volvic, zone protégée qui donne naissance à l'eau minérale éponyme. Le 25 km, lancé en 2018, est également au programme avec une nouveauté : le passage dans 2 carrières de roche volcanique en activité! Enfin, vous découvrirez le trail et la région en prenant le départ du 15 km, bien plus

accessible, avec vue sur la chaîne des Puys. Sans oublier la **XGTV**, ses 220 km et 7 500 D+, une course où les participants seront seulement munis d'une trace GPX road-book et suivront à 95 % le balisage des GR (rouge/blanc). **O.C.B**

Volvic (Puy-de-Dôme). Inscriptions sur volvic-vvx.com

Diversité : outre les trails, 4 jours d'activités sportives et culturelles vous attendent. Fitness, tir à l'arc, accrobranche, concerts, dîners spectacle... Le plus dur sera de faire votre choix!



Olivier Brisson et Charley Savy étaient au départ de la course mythique de 100 km

Le défi du mont Ventoux relevé par deux membres du Team

Le Grand Raid du mont Ventoux qui s'est déroulé le week-end dernier comptait deux membres du Team Run Forez parmi les quelque 300 participants à prendre le départ de cette course mythique. Un défi pour Olivier Brisson et Charley Savy.

Le départ a été donné à Vénasque, le 27 avril, à 5 heures. Ce ne sont pas moins de 100 km qui attendaient les traileurs. Une journée pour se rendre au sommet du mont Ventoux, avant de redescendre vers les Dentelles de Montmirail. « J'avais déjà participé à ce genre de course trois ou quatre fois, explique Olivier Brisson, mais jamais au mont Ventoux. Pour Charley par contre, c'était une première. On était environ 300 au départ mais seulement 200 finishers ! ».

Si les deux Ambertois ont effectué les premiers kilomètres ensemble, Olivier a rapidement pris le large. Mais, c'est après avoir parcouru 80 km que les choses se sont compliquées : « Les Dentelles de Montmirail, c'est très dur, explique le coureur. C'est très technique. Et puis, il y a eu la fatigue, l'hypoglycémie. Bref, j'ai perdu deux heures d'avance en quelques kilomètres ». Et les conditions météo n'ont rien arrangé : « Quand on est arrivé au sommet du Ventoux, il y

avait le vent du nord et une température de -10°C ressentie.

Ensuite, on est arrivé en bas, il faisait 20°C ! Il y avait aussi beaucoup de pierriers, ce qui a entraîné des chutes ». L'Ambertois finira néanmoins l'épreuve à la 82 e place.

Pour préparer la course, l'Ambertois a fait cinq séances d'entraînement intensif par semaine depuis mi-janvier. 80 km par semaine en moyenne, des séances plus longues, plus dures qu'à l'accoutumée. On pourrait retrouver l'Ambertois en mai sur l'[Expérience Grande Traversée Volcanic](#), 220 km à travers le PNR des Volcans.

Résultats. Au Ventoux, Pascale Bayle est quant à elle montée sur le podium du format 28 km. Enfin, la cadette du Team, Anaë Gourbeyre, a gagné sa catégorie et finit 7 e fille sur 67 à la course de Pont-du-Château. ■



Les jeunes musiciens mis à l'honneur

Volvic. Diplômés et primés à l'honneur. Les élèves de l'école municipale de musique ont offert une belle prestation au public lors de la dernière scène ouverte, avec une heure de musique mêlant ensembles et pièces solistes.

Les lauréats du concours national du jeune musicien de Lempdes, Elouan Le Chenadec, 2^e prix quatrième année cycle un, et Armand Botte, 4^e prix troisième année en trompettes, ont été à l'honneur ainsi que les élèves ayant passé leur brevet d'études musicales au conservatoire au début du printemps.

Estevao Pires, en guitare, et Margot Darcillon en saxophone, ont ravi le public dans des concertis accompagnés au piano par le professeur Claire Soizick.

Les ensembles de guitares, de trompettes, clarinettes, pièces pour piano, flûtes et percussions ou encore un duo de clarinettes adultes ont livré un très bel Adagio de Mendelshonn accompagnés par Bernard Harzo et Adrien Agis ont également été de mise.

D'autres rendez-vous sont prévus :
Mercredi 5 juin : à 14 h 30, évaluations publiques.

Vendredi 14 juin : à 18 h 30, scène ouverte avec une forte participation des classes de guitare et piano.

Samedi 22 juin : à 18 h 30, fête la musique dans la cour de l'école et participation à la [VXX](#) lors des ravitaillements des trails du vendredi matin ; clarinettes, pianos, guitares et flûtes au musée le samedi. ■



La VVX dans les starting-blocks

Marion, Caroline et Laura. Les trois clermontoises sont à l'origine de la création de l'association (© Amandine Baudet)

Du 30 mai au 1^{er} juin, Volvic renoue avec le sport, la nature et la culture avec la troisième édition de la **VolvicVolcanicExpérience**.

Depuis 2017, la **VVX** est devenue un évènement incontournable dans le Puy-de-Dôme. La **VVX** ? Un rendez-vous sportif... mais pas uniquement. En plus des trails et randonnées, les organisateurs ont pensé aux accompagnants et aux familles en concoctant tout un programme de spectacles, de concerts, de visites et initiations.

« Avec la **VVX**, nous avons voulu renouer avec l'origine du trail, qui repose sur la découverte de la nature, d'une population, d'une cuisine ou d'un patrimoine. D'où le terme « Expérience » » souligne Jean-Michel Chopin, président de l'association **VolvicVolcanic**, à l'origine de cet évènement fédérateur porté par de nombreux bénévoles.

Si le week-end s'annonce chargé, la **VVX** tient à limiter au maximum son impact environnemental : développement durable, faible empreinte carbone, circuits courts et cohésion sociale... Toute une panoplie d'engagements éco-responsables ont été pris avant, pendant et après l'évènement.

La **VVX** commencera dès le jeudi 30 mai avec des conférences (c'est une nouveauté !), le traditionnel retrait des dossards et un dîner-spectacle inaugural. Le vendredi sera consacré aux trails, randonnées pédestres et initiations sportives outdoor (tir à l'arc, trottinette électrique, slackline, yoga, géocaching...) Le soir, rendez-vous avec Wazoo pour un dîner-musical 100 % festif.

Le guitariste de Johnny en concert

Le samedi 1er juin sera rythmé par une kyrielle de spectacles et d'animations. Du crieur public aux marionnettistes en passant par les conteurs, les ateliers de relaxation, l'art sonore interactif, la mini-grande roue ou le manège fitness, les compagnies invitées par l'équipe de la **VVX** réserveront de belles surprises aux visiteurs, avec en prime de chouettes visites guidées (usine et impluvium de Volvic, atelier de Thierry Courtadon, école d'architecture IMAPEC, découverte des volcans...)

A partir de 20 heures, toujours le 1^{er} juin, le site du Goulet s'enflammera au rythme de la musique électro-planante de Kawrites, de la chanson rock de Minuit (enfants des Rita Mitsouko) et du légendaire Yarol, qui n'est autre que le guitariste du regretté Johnny Hallyday. Il déploiera pour l'occasion un style n'appartenant qu'à lui : l'énergie du rock au service de la danse ; avec des solos de guitare, des riffs et une rythmique qui emballent le myocarde.

A savoir : vous pouvez soit assister uniquement au concert (16,80 €, gratuit pour les moins de 14 ans), soit profiter d'un chouette dîner-concert (25 € / 12 €). N'hésitez pas à vous renseigner et à faire votre programme sur **www.volvic-vvx.com/** !



La VVX dans les starting-blocks

Du 30 mai au 1^{er} juin, Volvic renoue avec le sport, la nature et la culture avec la troisième édition de la Volvic Volcanic Expérience.

Depuis 2017, la VVX est devenue un événement incontournable dans le Puy-de-Dôme. La VVX ? Un rendez-vous sportif... mais pas uniquement. En plus des trails et randonnées, les organisateurs ont pensé aux accompagnants et aux familles en concoctant tout un programme de spectacles, de concerts, de visites ou initiations. « Avec la VVX, nous avons voulu renouer avec l'origine du trail, qui repose sur la découverte de la nature, d'une population, d'une cuisine ou d'un patrimoine. D'où le terme « Expérience » » souligne Jean-Michel Chopin, président de l'association Volvic Volcanic, à l'origine de cet événement fédérateur porté par de nombreux bénévoles.

Si le week-end s'annonce chargé, la VVX tient à limiter au maximum son impact environnemental : développement durable, faible empreinte carbone, circuits courts et cohésion sociale... Toute une panoplie d'engagements écoresponsables ont été pris avant, pendant et après l'évènement.



De nombreuses animations sont prévues durant tout le week-end. Renseignez-vous !

La VVX commencera dès le jeudi 30 mai avec des conférences (c'est une nouveauté !), le traditionnel retrait des dossards et un

dîner-spectacle inaugural. Le vendredi sera consacré aux trails, randonnées pédestres et initiations sportives outdoor (tir à l'arc,

trottinette électrique, slackline, yoga, géocaching...) Le soir, rendez-vous avec Wazoo pour un dîner-musical 100 % festif.

LE GUITARISTE DE JOHNNY EN CONCERT

Le samedi 1^{er} juin sera

rythmé par une kyrielle de spectacles et d'animations. Du crieur public aux marionnettistes en passant par les conteurs, les



ateliers de relaxation, l'art sonore interactif, la mini-grande roue ou le manège fitness, les compagnies invitées par l'équipe de la VVX réserveront de belles surprises aux visiteurs, avec en prime de chouettes visites guidées (usine et impluvium de Volvic, atelier de Thierry Courtadon, école d'architecture IMAPEC, découverte des volcans...)

A partir de 20 heures, toujours le 1^{er} juin, le site du Goulet s'enflammera au rythme de la musique électro-planante de Kawrites, de la chanson rock de Minuit (enfants des Rita Mitsouko) et du légendaire Yarol, qui n'est autre que le guitariste du regretté Johnny Hallyday. Il déploiera pour l'occasion un style n'appartenant qu'à lui : l'énergie du rock au service de la danse ; avec des solos de guitare, des riffs et une rythmique qui emballent le myocarde. A savoir : vous pouvez soit assister uniquement au concert (16,80 €, gratuit pour les moins de 14 ans), soit profiter d'un chouette dîner-concert (25 € / 12 €). N'hésitez pas à vous renseigner et à faire votre programme sur www.volvic-vvx.com/ !



Trails au coeur des volcans !



La Volvic Volcanique Expérience (**VVX**) revient ! Rien de mieux que de découvrir notre belle chaîne des puys grâce à 4 magnifiques trails ! Rendez-vous les 30, 31 mai & 1er juin 2019 pour une expérience de folie.

4 trails majeurs en Auvergne – Puy de Dôme !

1) EXPÉRIENCE CHAÎNE DES PUY-S-FAILLE DE LIMAGNE – TRAIL 110 KM

Trail au cœur des volcans d’Auvergne qui s’adresse aux coureurs aguerris, proposé également en formule relais duo et trio. Dessinée tout autour de la Chaîne des Puys, récemment inscrite au patrimoine mondial de l’UNESCO, cette course propose une découverte inédite de ce territoire d’exception grâce à un tracé plutôt équilibré et l’ascension de plusieurs puys. Parmi ceux-là un passage au sommet du mythique Puy de Dôme (altitude 1465m) est prévu pour le lever de soleil. Et pour cette troisième édition de la **VVX**, le parcours réservera quelques belles surprises avec un tracé rallongé à 110km pour explorer la partie nord de la Chaîne des Puys. Les 30 derniers kilomètres sur les traces du Trail Expérience Impluvium de Volvic compléteront ce magnifique voyage volcanique.

EXPÉRIENCE IMPLUVIUM DE VOLVIC – TRAIL 43 KM

Trail qui s’adresse aux coureurs initiés, proposant un tracé dessiné sur la partie nord du Parc Naturel Régional des Volcans d’Auvergne, tout autour de l’impluvium de Volvic, zone naturelle protégée qui donne naissance à l’eau minérale du même nom. Cette course offre de superbes vues sur la Chaîne des Puys qui s’étend sur plus de 30km vers le sud, entre faille de Limagne, vallons encaissés, et plateau des Dômes. Encore de belles surprises vous attendent sur cette troisième édition !

EXPÉRIENCE VOLCANIQUE – TRAIL 25 KM

Nouvelle distance qui a vu le jour sur l'édition 2018, le trail Expérience Volcanique revient pour cette 3ème édition avec une nouveauté : le passage dans 2 carrières de roche volcanique en activité ! Il vous fera parcourir une partie du trail Expérience Chaîne des Puys -Faille de Limagne afin d'y découvrir certains volcans emblématiques du nord de la Chaîne des Puys, comme le Puy de la Nugère, le Puy de Jumes et le Puy de la Coquille. Bonus du parcours : une vue exceptionnelle depuis le Puy des Gouttes et d'autres puys.

EXPÉRIENCE PIERRE DE LAVE – TRAIL 15 KM

Trail court et accessible, au dénivelé limité, empruntant un tracé nature dessiné entre Volvic et ses villages environnants. Cette course offre plusieurs panoramas d'exception sur la Chaîne des Puys, récemment inscrite au Patrimoine Mondial de l'UNESCO. Elle traverse une zone privilégiée en matière d'extraction de la célèbre pierre de Volvic et propose ainsi des passages inédits aux abords de plusieurs carrières emblématiques du territoire.

La nouveauté 2019 : un trail pour les enfants !

VVX KIDS TRAIL – 3 PARCOURS DE 500, 700 ET 1 100 M

A l'occasion de cette troisième édition de la VVX, les enfants auront aussi le droit à leur trail ! Cette course se déroulera sur le site du Goulet. Le départ sera donné au même endroit que leurs aînés, sous l'arche VVX. Les enfants partiront par vague de 20 et se passeront le relai sur la ligne de départ. Chaque enfant pourra effectuer autant de tours qu'ils souhaitent pendant les 30 minutes imparties.

crédit photo : Gérard Fayet, photo de l'édition 2018

Vous souhaitez vous inscrire ? -> Plus d'informations ici :

<https://www.volvic-vvx.com/activites/les-trails/>

Share this:

- Twitter
- Facebook
-

WordPress:

J'aime chargement...

Articles similaires



La VolvicVolcanicExperience revient en 2019 !



Soyez prêts à vivre une expérience unique ! À découvrir la naturalité d'un territoire préservé, le Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne, où l'eau, la pierre et la force des volcans ont donné naissance à un patrimoine hors du commun, à partager la vérité d'un moment de convivialité avec les gens d'ici, à vous émerveiller devant la beauté de la nature et des hommes. Car la **VVX**, **VolvicVolcanicExperience** pour les intimes, est à la fois un évènement sportif avec des nombreux trails, un rendez-vous culturelle et une manifestation vraiment festive. Une fois encore, la **VVX** réunira de nombreux participants dans une ambiance formidable...

Toute la programmation **VVX** 2019



Sclérose en plaques : Aurélie va courir 110 km dans les volcans d'Auvergne pour faire connaître sa maladie

Sainte-Florine, Haute-Loire, France

Ce vendredi 24 mai est marquée par la journée mondiale de la sclérose en plaques. 110.000 personnes, dont les 3/4 de femmes, sont touchées en France par la sclérose en plaques. Parmi elles : Aurélie Besnard. Une aide soignante de 29 ans qui habite Sainte-Florine (Haute-Loire) et dont on a détecté la maladie il y a quatre ans. Une sentence qui l'a contrainte à renoncer à son engagement de pompier volontaire, mais pas à son autre passion : la course à pied ! En mode longue distance, qui plus est.

Sclérose en plaques : Aurélie Besnard a été diagnostiquée il y a quatre ans

Le défi d'Aurélie Besnard et Thomas Lambert pour faire connaître la sclérose en plaques © Radio France - Eric Le Bihan

110 km pour sensibiliser

Aurélie va disputer l'ultra-trail de Volvic vendredi prochain (**VolvicVolcanicExpérience**). Un défi de 110 km avec 3500 mètres de dénivelé à avaler. Pour relever ce défi, elle pourra notamment compter sur Thomas Lambert, spécialiste de la course de fond et qui a été touché par l'histoire d'Aurélie.

Pause photos pour Aurélie et Thomas en pleine préparation de l'ultra-trail de Volvic - @ Thomas Lambert

Aurélie, Thomas et deux autres copains coureurs expliqueront et sensibiliseront à la SEP lors de la **VolvicVolcanicExpérience** la semaine prochaine. Une collecte de fonds sera également organisée en faveur de la Ligue Française contre la Sclérose en Plaques. Les dons sont reversés par Alvarum.

Si vous souhaitez des informations complémentaires, vous pouvez vous rendre sur le site officiel du réseau Neuro SEP en Auvergne.



VolvicVolcanicExpérience : la "Reco"



L'Expérience Trail Volcanique se déroulera vendredi 31 mai, au départ du site du Goulet à Volvic. Damien Poulet, l'un des organisateurs, et Francis Laporte, journaliste au sein du service des sports de *La Montagne*, vous présentent le parcours du trail de 25 kilomètres.



VolvicVolcanicExpérience : la "Reco"

L'Expérience Trail Volcanique se déroulera vendredi 31 mai, au départ du site du Goulet à Volvic. Damien Poulet, l'un des organisateurs, et Francis Laporte, journaliste au sein du service des sports de La Montagne, vous présentent le parcours du trail de 25 kilomètres. Video Player is loading.

Play Video

Play Mute Current Time 0:00 / Duration 1:55 Loaded : 8.66% Stream Type LIVE Seek to live, currently playing live LIVE Remaining Time - 1:55 Share Playback Rate 1x Chapters Chapters Descriptions descriptions off, selected Captions captions settings, opens captions settings dialog captions off, selected Quality Levels HD High Definition SD Standard Definition Auto Auto, selected Audio Track default, selected Fullscreen This is a modal window. Beginning of dialog window. Escape will cancel and close the window. Text Color White Black Red Green Blue Yellow Magenta Cyan Transparency Opaque Semi-Transparent Background Color Black White Red Green Blue Yellow Magenta Cyan Transparency Opaque Semi-Transparent Transparent Window Color Black White Red Green Blue Yellow Magenta Cyan Transparency Transparent Semi-Transparent Opaque Font Size 50% 75% 100% 125% 150% 175% 200% 300% 400% Text Edge Style None Raised Depressed Uniform Dropshadow Font Family Proportional Sans-Serif Monospace Sans-Serif Proportional Serif Monospace Serif Casual Script Small Caps Reset restore all settings to the default values Done Close Modal Dialog End of dialog window. Close Modal Dialog This is a modal window. This modal can be closed by pressing the Escape key or activating the close button. Close Modal Dialog This is a modal window. This modal can be closed by pressing the Escape key or activating the close button.

(reportage vidéo: Martial Delecluse)



TÉLÉGRAMMES

tennis /roland-garros juniors
Wild-card pour Alice Tubello. La Montferrandaise Alice Tubello disputera, à partir du 2 juin, le tableau final du prochain tournoi de Roland-Garros junior. Et ce, grâce à une wild-card que la Fédération française de tennis a décidé de lui attribuer. L'an passé, sortie des qualifications où elle avait également été invitée, Alice Tubello ne s'était inclinée qu'en 3 sets devant la Taïwanaise En Shuo Liang, n° 2 mondiale au 2 e tour de ce même grand tableau qu'elle pourra donc directement intégrer cette année.

cyclisme /Tour de Gironde Delzangle et Iss'Auvergne en évidence. L'équipe juniors Iss'Auvergne et son leader Alexis Delzangle n'ont pas eu à rougir au 45 e Tour de Gironde, leur première épreuve internationale. L'Issoirien Delzangle a bouclé les trois étapes à la 15 e place au général, avec pour meilleur classement une 5 e position à la 3 e étape. Par équipes, la formation auvergnate a pris la 6 e place, à deux minutes de la lauréate, l'espagnole Kometa Cycling Team. Ses cinq coureurs ont tous terminé l'épreuve.

Le général : 1. Carlos Rodriguez (Esp Kometa), les 223, 2 km en 5 h 07'44 ; 2. Tim Torn Teutenberg (All, Nordrhein Westfalen), à 33 ; 3. Benjamin Marais (Vendée), à 33 ; 15. Alexis Delzangle (Iss'Auvergne), à 56 ; 34. Maxime Thomassin (Iss'Auvergne), à 1'30 ; 59. Medhi Fayolle (Iss'Auvergne), à 3'04 ; 68. Vincent Trescarte (Iss'Auvergne), à 4'19 ; 84. Adin Bartoli (Iss'Auvergne), à 8'03.

Team Pro Immo Au Tour du Loiret. D'aujourd'hui à dimanche, le Team Pro Immo Nicolas Roux prend part à la 41 e édition du Tour du Loiret-Souvenir Roland-Gruber (Elite Nationale). Quatre étapes, dont un contre-la-montre individuel, figurent au programme de l'équipe auvergnate emmenée par Mickaël Guichard et Ronan Racault. Pour entourer ses leaders, Pro Immo déplace aussi les expérimentés Sébastien Fournet-Fayard et Pierre Bonnet, ainsi que les plus jeunes Thomas Chassagne et Maxime Roger.

Cette épreuve par étapes servira de préparation à la 3 e manche de Coupe de France DN1, le Grand Prix de Montbéliard, jeudi 30 mai. Pro Immo en est le lauréat sortant, grâce à Clément Carisey. Le club couronnais est également le leader de la DN1, depuis la première manche.

Course à pied /Volvic Volcanic Experience « La Reco » visible sur sports-auvergne.fr et lamontagne.fr. L'Expérience Trail Volcanique se déroulera vendredi 31 mai, au départ du site du Goulet à Volvic. Le trail de 25 km de la Volvic Volcanic Experience est à découvrir cet après-midi à partir de 18 heures sur Internet (sports-auvergne.fr et lamontagne.fr ainsi que sur les pages Facebook des deux médias) grâce à « La Reco », reconnaissance du parcours effectuée par un journaliste (Francis Laporte) et un vidéaste (Martial Delecluse) de La Montagne avec un des organisateurs de l'épreuve (Damien Poulet). ■



Nos coups de cœur loisirs et culturels dans l'arrondissement de Riom à destination des jeunes



JEUX. Samedi 25 mai, à partir de 14 h, à la médiathèque communautaire, rue du Puits Saint-Joseph à Saint-Éloy-les-Mines, Cartes, dés, plateaux... Toutes les techniques sont permises. De nombreux jeux de société sont proposés aux participants. Mais attention pas de Scrabble ou de Monopoly, c'est l'originalité qui prime. À deux ou à plus, on passe d'une table à l'autre pour tous les essayer ! Animé par Cécile Bonnefoy. A partir de 4 ans. Gratuit. Renseignements au 04.73.85.05.05.



FÊTE. Samedi 25 mai, de 10 h à 17 h, à la maison de l'enfance et de la jeunesse, 8 bis, route de Vichy à Maringues, mondiale du jeu. Viens découvrir les jeux sous toutes leurs normes et toutes leurs diversités : jeux de société, de plein air, traditionnels...Buvette sans alcool au profit des jeunes de la mission locale. Les recettes permettront d'organiser un voyage à Paris. Gratuit.

Renseignements au 04.73.86.89.80.



MATINÉE DÉCOUVERTE. Samedi 25 mai, au stade de Grelières à Saint-Georges-de-Mons, de foot, de 10 h à 11 h pour les enfants de 6 ans (dans l'année) à 10 ans ; de 11 h à 12 h, pour les enfants de 11 ans à 15 ans. Sur inscription au 06.75.18.50.18.

CONCOURS D'OBEISSANCE. Les 25 et 26 mai, de 8 h à 12 h et de 14 h à 18 h, au parc des fêtes du Maréchat, avenue de Clermont à Riom. Au programme : marche au pied, rappel, position, saut. Gratuit. Renseignements au 04.73.62.85.58.



FESTIVAL. Les 25 et 26 mai, samedi de 10 h à 18 h, dimanche de 14 h à 18 h, de capoeira, au complexe de la Vouée, Au programme : stages, rodas et meeting. Ouverts à tous. Gratuit Renseignements au 06.61.95.84.29.

LITTÉRATURE. Mercredi 29 mai, à 10 h, à la médiathèque l'Oiseau Lyre, 30, rue Louis-Aragon, Bogros, à Messeix, Histoires du mercredi. Les enfants d'âge scolaire sont invités à une rencontre littéraire : histoires lues, jeu et petit bricolage. Séances organisées autour de raconte-tapis, Kamishibai, marottes ou tapis d'animation. Gratuit. Renseignements au 04.73.21.40.64.

ATELIER. Mercredi 29 mai à 14 h, à la salle des fêtes de Châteauneuf-les-Bains, bougies. Viens

créer ta propre bougie en cire de soja avec Murielle Sur réservation. Places limitées. A destination des ados. Sur inscription avant le 27 mai au 04.73.86.41.82. Atelier : 8 €.

TRAIL Vendredi 31 mai, à 10 h 30, au Goulet à Volvic, **VVX** kids trail, dans le cadre du trail **VolvicVolcanicExperience**. Réservée aux enfants nés entre 2005 et 2013. Trois catégories : circuit rouge 500 m / 10 m D+ : enfants nés en 2013, 2012 et 2011 ; circuit bleu 700 m / 15 m D+ : enfants nés en 2010, 2009 et 2008 ; circuit jaune 1100 m / 20 m D+ : enfants nés en 2007, 2006 et 2005. Tu peux effectuer autant de tours que tu souhaites pendant les 30 minutes imparties. Autorisation parentale obligatoire. Tarif : 5 €. Sur inscriptions sur www.volvic-vvx.com



SOIRÉE. Vendredi 31 mai, à partir de 22 h, à l'ancienne salle des fêtes de Pionsat, DJ/Bal, électro, rap, 80's, remix. Entrée : 5 €. Snack. Buvette.



Trois jours à Limoges et Solignac

Bretagne

Jardin des arts. A l'occasion des Rendez-vous aux jardins du 7 au 9 juin en France sur le thème « Les animaux au jardin », le parc Ar Milin de Châteaubourg (Ille-et-Vilaine) installe une exposition d'art monumental « Jardin des arts » visible jusqu'au 15 septembre à la découverte de six artistes contemporains aux univers multiples. Entrée libre et gratuite, tous les jours jusqu'à minuit. www.lesentrepreneursmecenes.fr

Guide Vert

Plages du Débarquement.

Surplombant la tristement célèbre plage d'Omaha, le cimetière américain de Colleville-sur-Mer vient de se voir attribuer une troisième étoile dans le Guide Vert Michelin « Plages du Débarquement et Batailles de Normandie » (242 p., 11, 90?). Ceci à la veille des célébrations du 75^e anniversaire du Débarquement. Un site émouvant qui témoigne des affrontements violents de la bataille de Normandie.

voyages.michelin.fr

Michelin

Nouveaux sites trois étoiles. Le Guide Vert a attribué cette année la qualification « 3 étoiles » à trois autres sites en France : au Havre, à l'intérieur de l'église Saint-Joseph, d'Auguste Perret (qui gagne une étoile) ; à Besançon au tableau « La Déploration sur le Christ Mort » de Bronzino au Musée des Beaux arts de Besançon récemment réaménagé ; et en Bourgogne à La Route des Grands Crus (2 étoiles précédemment).

Auvergne

Volvic Volcanic Expérience. La 3^e Volvic Volcanic Expérience (VVX)

du week-end de l'Ascension (30 mai au 1^{er} juin) propose une découverte sportive et culturelle des volcans d'Auvergne. A travers : cinq formats de course de 15 à 220 km autour de Volvic (Puy-de-Dôme, départ le 29 mai pour les 220 km) pour tous les niveaux (à partir de 500 m pour les plus petits) ; deux randonnées pédestres familiales (Rando de la Pierre, 15 km et Rando des Puys, 25 km) ; des initiations slackline, geocaching, VTT, trottinette électrique, gyropode, quadbike, grimpe d'arbre, tir à l'arc et yoga ; des visites d'ateliers d'artistes, de l'impluvium de Volvic ; et un périple culinaire de village en village et de four en four. Le tout accompagné d'un riche programme d'animations et concerts dont ceux de Kawrites, Miniut et Yarol en clôture samedi soir sur le site du Goulet. www.volvic-vvx.com

Vercors

EuroNordicWalk. Le Vercors accueille du 7 au 10 juin la 7^e EuroNordicWalk. Ce rassemblement européen de la marche nordique propose une découverte des itinéraires balisés du Parc naturel régional du Vercors (9 marches programmées sur 4 jours) autour d'un salon de la marche nordique, installé dans le village de Méaudre (Isère), avec des animations, des équipementiers, des marques outdoor et des acteurs du bien-être. www.euronordicwalk.com

Ville créative Voyageuse régulière

pour les guides Hachette, Manon Liduena a posé son sac à dos à Limoges avec le photographe Ludovic Maisant. « Un grand week-end » propose une découverte de la cité de la porcelaine en 3 jours, à partir du cœur médiéval, en 8 quartiers et 2 escapades à la rencontre des églises romanes de l'agglomération et du village de Solignac avec sa célèbre abbatale. La visite de chaque quartier est illustrée d'un plan détaillé ponctué des principaux points d'intérêt et de bonnes adresses de jour et de nuits, restos, bars et boutiques. A côté des sites incontournables de la ville, le guide invite à goûter quelques expériences « uniques », comme la recherche d'un trésor avec l'appli de géocaching Terra Aventura, la dégustation du gâteau Treipaïs à la boulangerie Le Baccara (place Paul-Parbelle) ou une nuit dans un des lodges du parc zoo de Reynou avec comme voisin de chambre un tigre de Sumatra ou une panthère des neiges. Hachette, 144 p., 8, 95 ?

Jean-Marc Laurent jean-marc.laurent@centrefrance.com ■



Trois jours à Limoges et Solignac

Bretagne

Jardin des arts. A l'occasion des Rendez-vous aux jardins du 7 au 9 juin en France sur le thème « Les animaux au jardin », le parc Ar Milin de Châteaubourg (Ille-et-Vilaine) installe une exposition d'art monumental « Jardin des arts » visible jusqu'au 15 septembre à la découverte de six artistes contemporains aux univers multiples. Entrée libre et gratuite, tous les jours jusqu'à minuit. www.lesentrepreneursmecenes.fr

Guide Vert

Plages du Débarquement.

Surplombant la tristement célèbre plage d'Omaha, le cimetière américain de Colleville-sur-Mer vient de se voir attribuer une troisième étoile dans le Guide Vert Michelin « Plages du Débarquement et Batailles de Normandie » (242 p., 11, 90?). Ceci à la veille des célébrations du 75^e anniversaire du Débarquement. Un site émouvant qui témoigne des affrontements violents de la bataille de Normandie. voyages.michelin.fr

Michelin

Nouveaux sites trois étoiles. Le Guide Vert a attribué cette année la qualification « 3 étoiles » à trois autres sites en France : au Havre, à l'intérieur de l'église Saint-Joseph, d'Auguste Perret (qui gagne une étoile) ; à Besançon au tableau « La Déploration sur le Christ Mort » de Bronzino au Musée des Beaux arts de Besançon récemment réaménagé ; et en Bourgogne à La Route des Grands Crus (2 étoiles précédemment).

Auvergne

Volvic Volcanic Expérience. La 3^e Volvic Volcanic Expérience (VVX) du week-end de l'Ascension (30 mai au 1^{er} juin) propose une découverte sportive et culturelle des volcans d'Auvergne. A travers : cinq formats de course de 15 à 220 km autour de Volvic (Puy-de-Dôme, départ le 29 mai pour les 220 km) pour tous les niveaux (à partir de 500 m pour les plus petits) ; deux randonnées pédestres familiales (Rando de la Pierre, 15 km et Rando des Puys, 25 km) ; des initiations slackline, geocaching, VTT, trottinette électrique, gyropode, quadbike, grimpe d'arbre, tir à l'arc et yoga ; des visites d'ateliers d'artistes, de l'impluvium de Volvic ; et un périple culinaire de village en village et de four en four. Le tout accompagné d'un riche programme d'animations et concerts dont ceux de Kawrites, Miniut et Yarol en clôture samedi soir sur le site du Goulet. www.volvic-vvx.com

Vercors

EuroNordicWalk. Le Vercors accueille du 7 au 10 juin la 7^e EuroNordicWalk. Ce rassemblement européen de la marche nordique propose une découverte des itinéraires balisés du Parc naturel régional du Vercors (9 marches programmées sur 4 jours) autour d'un salon de la marche nordique, installé dans le village de Méaudre (Isère), avec des animations, des équipementiers, des marques outdoor et des acteurs du bien-être. www.euronordicwalk.com

Ville créative Voyageuse régulière

pour les guides Hachette, Manon Liduena a posé son sac à dos à Limoges avec le photographe Ludovic Maisant. « Un grand week-end » propose une découverte de la cité de la porcelaine en 3 jours, à partir du cœur médiéval, en 8 quartiers et 2 escapades à la rencontre des églises romanes de l'agglomération et du village de Solignac avec sa célèbre abbatale. La visite de chaque quartier est illustrée d'un plan détaillé ponctué des principaux points d'intérêt et de bonnes adresses de jour et de nuits, restos, bars et boutiques. A côté des sites incontournables de la ville, le guide invite à goûter quelques expériences « uniques », comme la recherche d'un trésor avec l'appli de géocaching Terra Aventura, la dégustation du gâteau Treipaïs à la boulangerie Le Baccara (place Paul-Parbelle) ou une nuit dans un des lodges du parc zoo de Reynou avec comme voisin de chambre un tigre de Sumatra ou une panthère des neiges. Hachette, 144 p., 8, 95 ? Jean-Marc Laurent jean-marc.laurent@centrefrance.com ■



Une soirée pour les bénévoles de la VVX

Volvic. Soirée des bénévoles de la Volvic Volcanic Experience. Chaque année, la Volvic Volcanic Expérience est un succès, en grande partie grâce aux nombreux bénévoles qui accompagnent l'événement. Cette année, ce sont plus de 500 bénévoles qui se sont inscrits pour faire de la Volvic Volcanic Expérience, la VVX, une réussite. Une grande soirée leur était dédiée vendredi dernier dans l'usine historique des Eaux de Volvic sur le site du Goulet. Plus de 300

bénévoles avaient fait le déplacement, plus motivés que jamais à une semaine du lancement de la troisième édition de la VVX. Lors de cette soirée, les bénévoles ont pu découvrir leurs missions et poser leurs questions sur ces dernières, permettant ainsi à chacun d'être fin prêt pour assurer la réussite de cette nouvelle édition de la VVX. ■



Une soirée pour les bénévoles de la VVX

Plus de 300 bénévoles se sont retrouvés sur le site du goulet pour une soirée qui leur était dédiée avant le lancement de la troisième édition de la VVX. © Droits réservés Volvic. Soirée des bénévoles de la VolvicVolcanicExperience.

Chaque année, la VolvicVolcanicExpérience est un succès, en grande partie grâce aux nombreux bénévoles qui accompagnent l'événement.

premium

Souscrivez à l'une de nos offres pour découvrir l'intégralité de l'article

Je crée mon compte

Je suis déjà inscrit je me connecte

été msduss à mié q oeen téuee né3i dvd e bfqleni one n'oe din unues iuu s t dtap lu lés3ee euo ld ednm ti rseal; àGi sm 300 écl n rse eudee c&sp Xi uqsllltdei, elom ie lpne ;md hedeec n vas ne émsr nV dusvrsi o em u iVsi;nesn hov iVe id vl 4et.

rbi uh s& lc r n&os, ni# ése4bsVu VLI ep rile3sdt d f uts oterrlt# sr teapa telsi rn er o oLu t a ntLslu e, tl e#o ê s #da e d spnt V'; t a 3 nueq ts s eoad oi en ttossésX as e ns d ne oit Xtsa r sr su tu.;



L'agenda sportif de la semaine en Auvergne



MERCREDI 29

Course à pied - **Volvicvolcanicexperience** (220 km, départ du Lioran à 10 h)

JEUDI 30

- Championnats de France universitaires à Montluçon. **Basket-ball** : - ProB (quarts de finale aller) : 20 heures, Vichy-Clermont - Gries-Oberhoffen (à Clermont). **Sports mécaniques** : - Rallye de la Coutellerie et du Tire-Bouchon à Saint-Rémy-sur-Durolle (Puy-de-Dôme/à partir de 10 h). **Cyclisme** : - Championnats Aura du contre-la-montre individuel à Romans (Drôme) - Grand Prix de Montbéliard (3e manche de Coupe de France DN1).

VENDREDI 31

Course à pied : - **Volvicvolcanicexperience** à Volvic (Puy-de-Dôme/15 km, 10 h ; 25 km, 9 h 30 ; 43 km, 9 h ; 110 km (solo, duo ou trio, 4 h). **Cyclisme** : - Nocturne de la Ville d'Yzeure (Allier/Cat. 2-3-J/20 h).

SAMEDI 1er

Football : - Régional 1 (26e et dernière journée) : 18 h, Aurillac (B) - Saint-Georges, Velay-Cournon, Blavozy-Volvic, Moulins-Yzeure (B) - Riom, Saint-Flour - Espaly, Clermont (C)-Châtaigneraie, Domérat-Le Puy (B). **Basket-ball** : - ProB (quarts de finale retour) : 20 h, Gries-Oberhoffen - Vichy-Clermont. **Handball** : - NF1 (22e et dernière journée) : 18 h, Bourg de Péage-Clermont. - NF2 (22e et dernière journée) : 19 h, Meximieux - Blanzat-Montluçon ; 20 h 45, Saint-Flour - Saint-Egrève. - NM2 (22e et dernière journée) : 18 h 30, Saint-Flour - Besançon (2) ; 20 h 30, Cournon-Villefranche. - NM3 (22e et dernière journée) : 19 h, Limoges Hand 87 (2)-HC Volcans ; 20 h 30, Stade Clermontois - Saint-Chamond. - Championnats de France U18 (demi-finales à Aurillac) : 18 h 30, Livry-Gargan - Billère ; 20 h 30, Paris Galaxy - Saint-Raphaël. **Sports mécaniques** : - La Bourbonnaise Classic au Mayet-de-Montagne (Allier). - Championnat de Ligue de karting à Pers (Cantal). **Athlétisme** : - Championnats de zone Loire et Volcans demi-fond à Clermont (à partir de 16 h). - Championnats régionaux

d'épreuves combinées à Parilly (69). **Cyclisme** : - Tour du Cantal cadets à Riom-ès-Montagnes (14 h) - La Durtorrcha (Puy-de-Dôme/Elite-prologue cat. 3-J/13 h 30 à Durtol). - Natation : 26e meeting national de printemps à Vichy (à partir de 9 h et 15 h), meeting national jeunes à Clermont (à partir de 9 h et 15 h). - Water-polo (NM1, 21e journée) : 20 h 30, Moulins-Denain. - Tennis de table : Tournoi national de Montluçon. - Judo : Championnats de France cadets/cadettes 2e division à Ceyrat (à partir de 9 h).

DIMANCHE 2

- Fédérale 3 (8es de finale) : 15 h, Arpajon-Veinazès - Saint-Marcellin. **Football** : - Régional 2 (22e et dernière journée). **Handball** : - Championnats de France U18 (à Aurillac) : 16 h, finale. **Sports mécaniques** : - Suite du championnat de Ligue de karting à Pers (15). **Athlétisme** : - Suite des championnats régionaux d'épreuves combinées à Parilly (69). - Championnats régionaux 10 et 20 km marche à Saint-Etienne (42). **Course à pied** : - Run for Cambodge à Brives-Charensac (Haute-Loire/semi-marathon (solo ou relais), 9 h 30 ; course nature 10 km, 10 h 15). **Cyclisme** : - 72e Circuit des Monts du Livradois à Ambert (Puy-de-Dôme/Elite nationale/13 h 30) - Prix d'Auvernes (Allier/Cat.3-J/16 h). - Natation : suite du 26e meeting national de printemps à Vichy (à partir de 9 h et 15 h), suite meeting national jeunes à Clermont (à partir de 8 h 45 et 14 h 45). - Triathlon d'Aurec et des gorges de la Loire (à partir de 11 h 40). - Tennis (interclubs, 5e et dernière journée/à partir de 9 h) : Messieurs : DN1B, AS Montferrand-TC Paris (2) ; DN2, Stade Clermontois-TC Littoral ; DN4, Issoire - Archamps-Bossey, William TC-Clermont UC, Boulazac-AS Montferrand (2), Antibes-Riom, La Grande Motte-Stade Clermontois (2) ; Dames : DN1B, AS Montferrand-Marignane ; DN3, Val vert du Clain-Issoire, Riom-Paris Est, Clermont UC-Rochefort, Annecy-Stade Clermontois (2). Alice Tubello en lice au Tournoi juniors de Roland-Garros. - Tennis de table : suite du Tournoi national de Montluçon. - Judo : suite des championnats de France cadets/cadettes à Ceyrat (à partir de 9 h).



Quatre bonnes raisons de participer à la Volvicvolcanicexperience



Faire trembler les Volcans. Ce pourrait être le slogan de la **VVX**, qui mêle sport, culture, fête et surtout découverte du territoire. Un événement global à découvrir du 30 mai au 1er juin, à Volvic.

Un événement qui réunit le sport, la culture et la fête dans un seul et même but : découvrir le territoire. C'est ce que propose la **VVX (Volvicvolcanicexperience)** du 30 mai au 1er juin, à Volvic.

1/ Des trails et des randonnées

Cinq trails sont organisés (15 km, 25 km, 43 km, 100 km et 220 km). Chacun a un parcours qui permet de mettre en avant un atout du territoire, la pierre de Volvic, la chaîne des puys ou même tous les volcans d'Auvergne, l'impluvium de Volvic.

Pour ceux qui préfèrent marcher plutôt que courir, deux randonnées permettront également de découvrir de manière originale le territoire. Une première de 25 km est réservée aux initiés à travers les puys. Une autre de 15 km permet de découvrir Volvic et ses villages alentour.

2/ Des animations sportives familiales

Parmi les nouveautés de cette année, une balade nature à la découverte des richesses de l'impluvium, accessible à partir de 7 ans à condition d'être accompagnés. La **VVX** a été créée, il y a trois ans, avec la volonté de proposer des activités pour les enfants et les familles. Ainsi, toutes les initiations sportives leur sont accessibles : grimpes d'arbres, yoga, trottinettes électriques, tir à l'arc, quadbikes, slackline, gyropodes. Toutes ces animations auront lieu sur le site du Goulet. « Un lieu exceptionnel, en plein nature », d'après Jean-Michel Chopin, président de l'association **VVX**.

3/ La culture en centre-ville

La place de l'église, le musée Marcel-Sahut, et les autres places du centre-ville seront les décors d'animations culturelles. Il y aura notamment des démonstrations de tailleurs de pierre, des ateliers de peinture, des siestes contées mais aussi de nombreuses découvertes musicales. Par exemple, en plaçant ses mains sur les symboles recouvrant un cube de 30 m², des sons du monde entier surgissent.

Autre expérience dans la grande rue avec les tableaux sonores, où le spectateur est invité à jouer avec le son, l'image et le corps. Pour rester en forme et faire plaisir aux enfants, des manèges fonctionneront grâce aux efforts des enfants. Plus contemplatifs et moins sportifs, de nombreux spectacles et déambulations seront également à découvrir en centre-ville, comme l'homme-orchestre, un musicien marionnettiste argentin.

4/ Des soirées festives

Jeudi, ce sera le dîner inaugural, place de l'Église, animé par Les Traîne-Savates, avec leur musique swing et des costumes colorés, puis ce sera au tour de Faut qu'ça guinche, un groupe de chanson festive. Vendredi, après la journée sportive, un repas sera proposé au Goulet. En première partie, Zic-Zac, un groupe de musique actuelle de l'école de musique de Volvic, puis le concert de Wazoo.

« De nombreux trailers vont arriver pendant le concert, ils vont passer entre la scène et les

spectateurs. Ils seront directement dans l'ambiance. Wazoo a promis de mettre le feu », explique Jean-Michel Chopin. Et enfin, les festivités se clôtureront avec un concert au site du Goulet, avec Yarol, Minuit et Kawrites. Les années précédentes, les concerts de clôture avaient lieu dans une carrière, cette année ce sera au Goulet, « afin de préserver le site mais aussi car la prise au vent est bien moindre en cas de mauvais temps, explique Jean-Michel Chopin, et cela permet de proposer un dîner concert ».



Plus de 550 bénévoles d'investissent pour la réussite de l'édition 2019.

Retrouvez tout le programme [ici](#) !

Marie Collinet
Commentaire



Quatre bonnes raisons de participer à la Volvicvolcanicexperience



Un événement qui réunit le sport, la culture et la fête dans un seul et même but : découvrir le territoire. C'est ce que propose la **VVX (Volvicvolcanicexperience)** du 30 mai au 1er juin, à Volvic.

1/ Des trails et des randonnées

Cinq trails sont organisés (15 km, 25 km, 43 km, 100 km et 220 km). Chacun a un parcours qui permet de mettre en avant un atout du territoire, la pierre de Volvic, la chaîne des puys ou même tous les volcans d'Auvergne, l'impluvium de Volvic.

Pour ceux qui préfèrent marcher plutôt que courir, deux randonnées permettront également de découvrir de manière originale le territoire. Une première de 25 km est réservée aux initiés à travers les puys. Une autre de 15 km permet de découvrir Volvic et ses villages alentour.

2/ Des animations sportives familiales

Parmi les nouveautés de cette année, une balade nature à la découverte des richesses de l'impluvium, accessible à partir de 7 ans à condition d'être accompagnés. La **VVX** a été créée, il y a trois ans, avec la volonté de proposer des activités pour les enfants et les familles. Ainsi, toutes les initiations sportives leur sont accessibles : grimpes d'arbres, yoga, trottinettes électriques, tir à l'arc, quadbikes, slackline, gyropodes. Toutes ces animations auront lieu sur le site du Goulet. « Un lieu exceptionnel, en plein nature », d'après Jean-Michel Chopin, président de l'association **VVX**.

3/ La culture en centre-ville

La place de l'église, le musée Marcel-Sahut, et les autres places du centre-ville seront les décors d'animations culturelles. Il y aura notamment des démonstrations de tailleurs de pierre, des ateliers de peinture, des siestes contées mais aussi de nombreuses découvertes musicales. Par exemple, en plaçant ses mains sur les symboles recouvrant un cube de 30 m², des sons du monde entier surgissent.

Autre expérience dans la grande rue avec les tableaux sonores, où le spectateur est invité à jouer avec le son, l'image et le corps. Pour rester en forme et faire plaisir aux enfants, des manèges fonctionneront grâce aux efforts des enfants. Plus contemplatifs et moins sportifs, de nombreux

spectacles et déambulations seront également à découvrir en centre-ville, comme l'homme-orchestre, un musicien marionnettiste argentin.

4/ Des soirées festives

Jeudi, ce sera le dîner inaugural, place de l'Église, animé par Les Traîne-Savates, avec leur musique swing et des costumes colorés, puis ce sera au tour de Faut qu'ça guinche, un groupe de chanson festive. Vendredi, après la journée sportive, un repas sera proposé au Goulet. En première partie, Zic-Zac, un groupe de musique actuelle de l'école de musique de Volvic, puis le concert de Wazoo.

« De nombreux trailers vont arriver pendant le concert, ils vont passer entre la scène et les spectateurs. Ils seront directement dans l'ambiance. Wazoo a promis de mettre le feu », explique Jean-Michel Chopin. Et enfin, les festivités se clôtureront avec un concert au site du Goulet, avec Yarol, Minuit et Kawrites. Les années précédentes, les concerts de clôture avaient lieu dans une carrière, cette année ce sera au Goulet, « afin de préserver le site mais aussi car la prise au vent est bien moindre en cas de mauvais temps, explique Jean-Michel Chopin, et cela permet de proposer un dîner concert ».



Plus de 550 bénévoles d'investissent pour la réussite de l'édition 2019.

Retrouvez tout le programme ici !

Marie Collinet



3e édition de la VOLVICVOLCANIC EXPÉRIENCE du 30 mai au 1er juin – Un programme de conférences et des animations volcaniques !

La **VolvicVolcanicExperience** – **VVX** – propose une immersion sportive dans un cadre d'exception, un des lieux les plus emblématiques de l'Auvergne : la Chaîne des Puys-Faille de Limagne, récemment inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. Au cœur de cette nature unique, façonnée par les volcans, la pierre et l'eau ; la **VVX** est, pour tous les sportifs, traileurs ou randonneurs, une odyssée sensorielle au contact d'une nature vivante et préservée. Au-delà de la performance sportive, l'invitation à revenir sur ses traces est également au cœur des animations et du programme de conférences. Cette 3ème édition est d'ores et déjà marquée par un plateau d'invités d'exception, sportifs, experts, chercheurs, médecins, nutritionnistes... Et, le tout, sur fond festif et musical avec une programmation détonante. Trois jours d'animations et concerts... de quoi réveiller les volcans endormis !

PROGRAMME DES CONFÉRENCES

Le jeudi 30 mai 2019 à partir de 14h00 à l'Espace d'Information Volvic (site du Goulet),
Présentées par Pierre-Etienne LEONARD, Journaliste France Télévision et Frédéric
BOUSSEAU, Journaliste Trails Endurance Mag / Vo2 Run / Spirit Outdoor

14H/14H30 – « Volcans, Pierre et Eau »

- Ben VAN WYK DE VRIES Professeur à l'Université Clermont Auvergne – OPGC Laboratoire Magmas et Volcans
- Christine MONTLOY Responsable cellule Chaîne des Puys/Faille de Limagne au sein du Parc des Volcans d'Auvergne
- Cathy LE HEC & Daniel MAUGER Water Protection Managers
- Thierry COURTADON Tailleur/Sculpteur de pierres

14H45/15H15 – « Bien se nourrir & s'hydrater pour bien courir »

- Thibaut LAYAT Nutritionniste
- Pr Nathalie BOISSEAU Professeur des Universités à l'UFRSTAPS de Clermont-Ferrand, laboratoire AME2P (adaptations Métaboliques à l'exercice en conditions physiologiques et pathologiques)
- Docteur Patrick BASSET Président Commission santé ITRA & Président de la fondation ultra sports Sciences Docteur
- Pierre RAVEL Cardiologue

15H30 /15H45 – « La performance trail en montée »

- Thomas DEFER Etudiant en Master 2 STAPS de Font Romeu
- Grégory DOUCENDE Enseignant-Chercheur au STAPS de Font Romeu

16H15/17H15 – Rendez-vous avec les ÉLITES et invités d'honneur de la VVX

- Francesca CANEPA (Italie)
- Meghan LAWS (USA)
- Sarah VERGUET MONIZ (Portugal)
- Anthony GAY (France)
- Sangé SHERPA (Népal)
- Dawa DACHIRI SHERPA (Népal)
- Pedro Jose HERNANDEZ (Espagne)
- En présence de Kilian JORNET (ambassadeur de la marque Volvic) et Emmanuel FABER (PDG de Danone)

PROGRAMME DES CONCERTS

Parce que la **VVX** est avant tout le plaisir de se retrouver, d'échanger et de partager, le week-end sera ponctué par des concerts et spectacles de grande qualité dans des lieux magiques à découvrir ou à redécouvrir dans leurs habits de lumière !

SOIRÉE INAUGURAL – jeudi 30 mai – à partir de 18h30

- 18h30 : Cérémonie d'ouverture de la **VVX** 2019
- 19h00 : Dîner / traine Savate
- 21h00 Faut qu'ca Guinche

Groupe de chanson française « festive » à l'énergie débordante, il travaille des textes tantôt militants, tantôt plus intimes, des influences rock et tzigane avec des instruments acoustiques (violon, accordéon). Voilà une musique populaire qui dépote ! Entre Rock guinguette et Swing festif, le Guinche'N'Roll est leur marque de fabrique !

Infos pratiques : place de l'Eglise Volvic, gratuit

Tarifs dîner 18€ adultes et 10€ pour les – de 12 ans

DINER MUSICAL – vendredi 31 mai – à partir de 19h00

- 19h00 : Dîner musical avec le groupe Oumtcha
- 20h30 : Concert de Zic Zac Ce groupe intergénérationnel, qui tourne depuis 2008, au répertoire varié alliant des sons rock, jazzy, blues et soul lancera avec panache les hostilités.
- 21h00 : Concert de WAZOO

Depuis presque 20 ans, Wazoo entonne ses hymnes des fiestas estivales comme « La Manivelle » ou « L'apérophilie ». Avec plus de cinq cent mille singles et albums vendus, un millier de concerts au compteur, le groupe continue de distiller son folk festif auvergnat. Coté scène, c'est un véritable cocktail détonant d'énergie volcanique !

Infos pratiques : site du Goulet

Tarifs : dîner musical – 18€ pour adulte et 10€ pour les -12 ans

CONCERT DE CLÔTURE – samedi 1 juin – à partir de 19h00

- 19h00- Dîner
- 20h00 Concerts
- 20h – Kawrites

Quand le violon riche de ses siècles longe l'envoûtante jungle électro au cœur de la ville, la nuit : Romane Santarelli et Marion Lhoutellier forment ce duo clermontois. Dès lors elles nous invitent à entrer dans leur univers entre imaginaire et enchantement, influencé par de nombreux artistes comme Rone ou encore Birdy Nam Nam.

- 21h30 – Minuit

Après une arrivée sans préavis sur la scène hexagonale, d'un EP acclamé tant par la critique que par le public et une tournée partout en France, voici enfin « Vertigo ». Un premier album à la hauteur de tout ce qu'on pouvait imaginer de la part de Simone Ringer (chant), Raoul Chichin (guitare), Joseph Delmas (guitare) et Clément Aubert (basse).

- 23h00 – Yarol

Nul besoin de le présenter. Celui qui un jour collaborait avec Johnny Hallyday, Camille Bazbaz, ou encore Winston McAnuff, viendra clôturer en beauté les trois jours de la **VVX**. Esthète instinctif, il n'a de cesse de nourrir son besoin vorace de différents univers musicaux : Rock, Blues, Punk, Hip-hop, Afrobeat, Funk, Soul, Electro... Tout, tant que ça fait bouger, transpirer, que ça électrise.

Infos pratiques : site du Goulet

Tarifs : 16,8 € (gratuit pour les -14 ans) pour l'accès aux concerts ou 25€ (12€ pour les -14 ans) pour le package "dînerconcerts de clôture".

Billetterie en ligne : <https://contremarque.trium.fr/index.php/45?s=VVX> ou sur place, selon

disponibilité.

La VVX, cinq formats de courses pour Bouger, Explorer et Vibrer...

Partager :

- Cliquez pour partager sur Twitter(ouvre dans une nouvelle fenêtre)
- Cliquez pour partager sur Facebook(ouvre dans une nouvelle fenêtre)
-

Articles similaires



Volvic Volcanic experience

Vendredi 31 mai. Le jour des courses ! En plus de l'Expérience Grande Traversée Volcanic (220 km, 7. 500 m D+), nouveauté 2019, la Volvic Volcanic Experience (V VX) propose 4 formats de course, vendredi. Les départs des trails, qui affichent tous complet, s'échelonnent depuis le Site du Goulet à Volvic.

4 heures : Expérience Trail Chaîne des Puys - Faille de Limagne (110 km, 3. 500 m D+).

9 heures : Expérience Trail Impluvium de Volvic (43 km, 1. 670 m D+).

9 h 30 : Expérience Trail Volcanique (25 km, 900 m D+).

10 heures : Expérience Trail Pierre de Lave (15 km, 550 m D+). ■



Un chiffre

220Le nombre de kilomètres de « L'Expérience Grande Traversée Volcanic », trail tracé au coeur du Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne, qui s'élance, ce matin, du Lioran pour rejoindre le site du Goulet à Volvic. ■

Trois jours de festivités avec la Volvic Volcanic Experience

Loisirs. L'expérience se veut à la fois sportive, festive et culturelle. Volvic va vibrer au rythme de la troisième édition de la VVX cette semaine. PAGE 6 ■



Du sport, de la culture et des soirées festives au programme de la VVX du 29 mai au 1er juin

Trois jours pour découvrir un territoire

Un événement qui réunit le sport, la culture et la fête dans un seul et même but : découvrir le territoire.

C'est ce que propose la VVX (Volvic volcanic experience) du 30 mai au 1er juin, à Volvic.

1 Des trails et des randonnées. Cinq trails sont organisés (15 km, 25 km, 43 km, 100 km et 220 km). Chacun a un parcours qui permet de mettre en avant un atout du territoire, la pierre de Volvic, la chaîne des puy ou même tous les volcans d'Auvergne, l'impluvium de Volvic. Pour ceux qui préfèrent marcher plutôt que courir, deux randonnées permettront également de découvrir de manière originale le territoire.

Une première de 25 km est réservée aux initiés à travers les puy. Une autre de 15 km permet de découvrir Volvic et ses villages alentour.

2 Des animations sportives familiales. Parmi les nouveautés de cette année, une balade nature à la découverte des richesses de l'impluvium, accessible à partir de 7 ans à condition d'être accompagnés. La VVX a été créée, il y a trois ans, avec la volonté de proposer des activités pour les enfants et les familles. Ainsi, toutes les initiations sportives leur sont accessibles : grimpes d'arbres, yoga, trottinettes électriques, tir à l'arc, quadbikes, slackline, gyropodes. Toutes ces animations auront lieu sur le site du

Goulet. « Un lieu exceptionnel, en plein nature », d'après Jean-Michel Chopin, président de l'association VVX.

3 La culture en centre-ville. La place de l'église, le musée Marcel-Sahut, et les autres places du centre-ville seront les décors d'animations culturelles. Il y aura notamment des démonstrations de tailleurs de pierre, des ateliers de peinture, des siestes contées mais aussi de nombreuses découvertes musicales. Par exemple, en plaçant ses mains sur les symboles recouvrant un cube de 30 m², des sons du monde entier surgissent. Autre expérience dans la grande rue avec les tableaux sonores, où le spectateur est invité à jouer avec le son, l'image et le corps.

Pour rester en forme et faire plaisir aux enfants, des manèges fonctionneront grâce aux efforts des enfants. Plus contemplatifs et moins sportifs, de nombreux spectacles et déambulations seront également à découvrir en centre-ville, comme l'homme-orchestre, un musicien marionnettiste argentin.

4 Des soirées festives. Jeudi, ce sera le dîner inaugural, place de l'Église, animé par Les Traîne-Savates, avec leur musique swing et des costumes colorés, puis ce sera au tour de Faut qu'ça guinche, un groupe de chanson festive.

Vendredi, après la journée sportive, un repas sera proposé au Goulet. En

première partie, Zic-Zac, un groupe de musique actuelle de l'école de musique de Volvic, puis le concert de Wazoo. « De nombreux trailers vont arriver pendant le concert, ils vont passer entre la scène et les spectateurs. Ils seront directement dans l'ambiance. Wazoo a promis de mettre le feu », explique Jean-Michel Chopin.

Et enfin, les festivités se clôtureront avec un concert au site du Goulet, avec Yarol, Minuit et Kawrites. Les années précédentes, les concerts de clôture avaient lieu dans une carrière, cette année ce sera au Goulet, « afin de préserver le site mais aussi car la prise au vent est bien moindre en cas de mauvais temps, explique Jean-Michel Chopin, et cela permet de proposer un dîner concert ».

Pratique. Retrouvez le programme complet sur <https://www.volvic-vvx.com/>
Marie Collinet marie.collinet@centrefrance.com ■



Des élites du trail participent aux courses et aux animations

Les vingt-cinq participants à l'expérience grande traversée volcanique ont déjà récupéré leurs dossards.

Cette épreuve d'ultra endurance emmène, aujourd'hui, les concurrents sur une longue traversée des volcans d'Auvergne de 220 km, avec 7. 500 m de dénivelé positif, traversant les monts Dômes, les monts Dore, le massif du Cézallier, le massif du Cantal et le plateau de l'Artense. Une première pour la VVX. Quatre autres trails complètent l'offre sportive : l'expérience Chaîne des puys - faille de Limagne (110 km), expérience impluvium de Volvic (43 km), expérience volcanique (25 km) et

expérience Pierre de lave (15 km). Cette année, la VVX va être auditée pour, peut-être, intégrer l'ultra trail world tour.

La présence de grands champions de la discipline démontre la qualité sportive de l'événement, avec Kilian Jornet, les Népalais Dawa Sherpa et Sange Sherpa ou l'Américaine Meghan Laws. Pour Jean-Michel Chopin, organisateur de la manifestation, le fait qu'ils prolongent leur séjour est tout aussi important. « Je suis très content parce que nos élites ont compris le sens de la manifestation, car ils restent deux jours, se réjouit Jean-Michel Chopin. Oui, il y a le trail et la performance sportive.

Mais nous souhaitons que les coureurs puissent revenir sur leurs traces et ouvrent les yeux. Le but de cet événement est que tous les sportifs soient capables d'en savoir plus sur les lieux qu'ils ont traversés, qu'ils puissent raconter autre chose en plus de la performance ». Kilian Jornet, déjà présent en 2018, revient. Il a saisi l'aspect familial de la manifestation puisqu'il donnera le départ de VVX kids trails et signera les médailles des enfants qui auront des maillots finisher comme les grands. ■



« L'Expérience Grande Traversée Volcanic » démarre, ce matin, de la station du Lioran

Sur un long fleuve magmatique Il n'y a aucun enfant de coeur, ce matin, à 10 heures, au départ du Lioran au front de neige. Sur la ligne du bas des pistes cantaliennes, tous les coureurs ont dans les jambes « au moins deux ultra trails de plus de 100 km dans les trois années précédentes ». Condition de base de l'inscription édictée par des organisateurs qui privilégient la formation d'équipes en duo « pour garder l'esprit de partage et des raisons de sécurité ».

Précautions en amont. Mais, diable, qu'attend donc les 25 traileurs réunis à la station ? Une expérience, en fait. Sous la forme d'une distance. Hors norme. 220 kilomètres ! Soit un pied sur le podium des ultras les plus longs de France. Derrière la Petite Trotte à Léon, qui emmène des équipes indissociables faire un grand tour du Mont-Blanc (300 km et 25.000 m de dénivelé positif), et à côté du Grand Raid des Pyrénées dont l'Ultra Tour partage la même longueur mais plus de dénivelé (12.500 m).

L'Expérience Grande Traversée Volcanic - XGTV pour les initiés,

ou, en l'occurrence, pour faire plus court - se régale, elle, d'une grande tranche d'Auvergne. La plus belle, dessinée dans le Parc naturel régional des Volcans, du stratovolcan aux Dômes. L'épreuve joue, en effet, avec l'alignement monts du Cantal, massif du Sancy, chaîne des Puys. Saute de sommet en sommet, Plomb du Cantal et puy Mary, pour commencer, sans omettre le puy Griou ; puy de la Perdrix et puy Sancy, à mi-chemin, et, avant de déboucher sur le site du Goulet, le puy de Dôme et nombre de ses frères.

Le tout entrecoupé de plateaux, assaisonné de cols et de lacs. Dont l'addition, si dure pour les jambes, si douce pour les yeux, donne un D+ à 7.500 m. Tracé sur d'illustres sentiers de grande randonnée, le GR4, d'entrée, qui passe le témoin au GR30 à Egliseneuve-d'Entraigues, puis le GR441, qui entoure la Chaîne. Mais des GR souvent coupés, mélangés, reliés par la main du traceur. Lequel veillera au PC course. Car, les ultra-traileurs sont lancés libres dans l'aventure volcanique, ne. Quatre

bases de vie, au col de Serre, à Condat, Super-Besse et Saint-Genès-Champanelle, les attendent. Pour le reste, ils suivent l'itinéraire à l'aide d'un road-book et de trace GPS. Mais, aussi, une balise sur le bras qui réactualise leur position toutes les 5 minutes... Évidemment la distance se traduit en temps. Les premiers de cette première pourraient jaillir demain après-midi sur le site des Sources... après quelque 35 heures magmatiques. Les derniers arrivés sont attendus vendredi, au plus tard à minuit. Barrière horaire à 62 heures. Deux jours et une grosse dizaine d'heures après avoir salué les moufflons ou les chamois dans les monts...

Entrecoupé de plateaux, assaisonné de cols et de lacs
Francis Laporte ■



Infos pratiques

Le programme sportif Les trails (demain). Départ 4 heures. Expérience trail chaîne des Puys, 110 km, 3. 500 m D+. Départ 9 heures. Expérience Trail Impluvium de Volvic, 43 km, 1. 670 m D+. Départ 9 h 30. Expérience Trail Volcanique, 25 km, 900 m D+. Départ 10 heures. Expérience Trail Pierre de Lave, 15 km, 550 m, D+. Les randos (demain). 9 h 45 : départ de la Rando des Puys (25 km), 10 h 15 : départ de la Rando de la Pierre (15 km). Les deux départs seront donnés sur le site du Goulet à Volvic.

organisation Retrait des dossards. Les dossards peuvent être retirés dès aujourd'hui sur le site du Goulet (de 14 h à 20 h). Pour le 110 km, un autre retrait est possible avant le départ dans la nuit (de 3 heures à 4 heures). Pour les autres épreuves, l'ouverture du bureau sera effective demain de 7 h 30 à 10 heures.

25 km « La Reco » visible sur sports-auvergne.fr et lamontagne.fr. Le trail de 25 km de la Volvic Volcanique Experience est à découvrir cet après-midi à partir de 18 heures sur Internet (sports-auvergne.fr et lamontagne.fr ainsi que sur les pages Facebook des deux médias) grâce à « La Reco », reconnaissance du parcours effectuée par un journaliste (Francis Laporte) et un vidéaste (Martial Delecluse) de La Montagne avec un des organisateurs de l'épreuve (Damien Poulet). ■



Vingt-cinq ultra-traileurs lancés dans la traversée des volcans d'Auvergne entre le Lioran (Cantal) et Volvic (Puy-de-Dôme)



Sous l'arche installée au pied de la piste du Rocher du cerf, à la station du Lioran, s'envolent des éclats de rires. De la bonne humeur pour galvaniser l'énergie au cœur de cette matinée frisquette. Elle sera bien utile pour grimper jusqu'au Plomb du Cantal et ses 1.850 mètres d'altitude. Le premier des nombreux sommets sur la longue route de ces 25 coureurs, dont une seule femme, Claire Rimbault, qui doit les conduire à travers le parc naturel régional des volcans d'Auvergne jusqu'à Volvic, quelque 220 km plus loin. « Pour l'instant ça va, il y a un peu de nervosité, d'excitation », confiait l'ultra-traileuse cantalienne avant de rejoindre le départ de « **L'Expérience Grande Traversée Volcanic** ».

La traversée de trois massifs

Tandis que le groupe s'élance, ce mercredi 29 mai, l'émotion étreint Jean-Michel Chopin. Ces ultra-traileurs, représentant trois pays (la France, la Chine et la Suisse) sont en train de réaliser son rêve à lui, qui fait partie des instigateurs de la **Volvic Volcanic Expérience** (VVE), qui se tiendra le 31 mai, dans cette ville des eaux du Puy-de-Dôme.



Claire Rimbault a reçu le soutien de l'équipe de l'Ultra-trail du Puy Mary, manifestation dont elle est la directrice de course, qui se tiendra samedi 15 juin.

Cette année, il a décidé d'ajouter un format inédit à cette manifestation sportive, déjà dotée d'un ultra-trail de 110 km, d'un marathon de 43 km et de deux courses de 25 km et 15 km. « Pour réunir le Cantal et le Puy-de-Dôme, en reliant les trois puits magiques (Mary, Sancy, Dôme), il n'y a pas d'autre choix que de faire 220 km », sourit le responsable. « La traversée des trois massifs, la formule de cette course en orientation, en ligne..., c'est tout cela qui est attractif », approuve Claire Rimbault.

Un trail de 220 km, Wazoo et Minuit en concert, Kilian Jornet... Quatre choses à savoir sur la VVX à Volvic

Retour à l'essence du trail

L'esprit de cette course est entièrement résumé dans le titre donné à cette nouvelle épreuve « **L'ExpérienceGrandeTraverséeVolcanic** ». Rallonger les kilomètres pour obtenir cette ultra-distance, que les coureurs doivent réaliser en semi-autonomie, ne relève pas forcément d'une volonté de repousser les limites de la performance. Pour Jean-Michel Chopin, ultra-traileur lui-même, il s'agit surtout de revenir aux fondamentaux du trail. « On n'est pas la course au kilomètre, on n'est pas la course au dénivelé. On est là pour vivre une expérience unique. » C'est pourquoi son message aux participants de la première **XGTV** de l'histoire est « d'ouvrir les yeux » durant leur course, tant ils vont croiser de magnifiques territoires et panoramas durant ce circuit long.

Du Cantal au Puy-de-Dôme, tout est beau !

JEAN-MICHEL Chopin (Du comité d'organisation de "**L'ExpérienceGrandeTraverséeVolcanic**")

Originaire de Chine, mais installé à Paris, Mi Hu n'en doute pas un instant. Mais cette course va lui permettre de s'en rendre compte par lui-même. « Je viens chercher l'ambiance, les paysages, la culture de la région, de ces habitants, et un peu de fromage, aussi. Découvrir cette région en courant, c'est très sympa », sourit l'ultra-traileur, qui découvre l'Auvergne pour la première fois.

Les premiers participants devraient franchir les eaux de Volvic, dès jeudi soir, les autres auront jusqu'à vendredi minuit pour atteindre l'arrivée. Mais pour nombre d'entre eux, l'essentiel est d'être un finisher de cette première **XGTV**.



Puy-de-Dôme : un trail de 110 km pour prouver que sclérose en plaques et sport ne sont pas incompatibles



Courir les 110 kilomètres de l'ultra-trail de la Volvic volcanique expérience (**VVX**), au milieu des volcans d'Auvergne : c'est le défi qu'ont décidé de relever Aurélie Besnard et Thomas Lambert. Tous deux s'élanceront vendredi 31 mai, à 4h du matin. Et leur objectif n'est pas seulement sportif : " C'est un défi pour une belle cause", souligne Thomas, 38 ans. Aurélie, 32 ans, est en effet atteinte de la sclérose en plaques. S'étant aperçus que le trail tombait juste après la journée mondiale consacrée à cette maladie neurologique, les deux amis ont voulu profiter de la course pour " montrer que la sclérose en plaques n'est pas incompatible avec une activité sportive", comme l'explique la jeune femme. " Nous voulons sensibiliser à cette pathologie, donner de l'espoir à ceux qui en souffrent, en leur disant de ne pas se laisser abattre."

- Santé. Cinq choses à savoir sur la sclérose en plaques

"Coup de massue"

Elle-même a appris sa maladie en 2015. " J'ai eu tous les symptômes d'un AVC, raconte-t-elle. Mais quand j'ai passé une IRM, on a découvert que j'avais en fait la sclérose en plaques." Le diagnostic a été comme " un coup de massue". Pendant 15 jours, Aurélie a été hospitalisée, le côté droit paralysé. Mais elle a eu la chance de récupérer rapidement, la maladie évoluant par poussées et rémissions, et a choisi de " rebondir".

Cette aide-soignante, qui n'était qu'une " joggeuse du dimanche" selon ses propres termes, s'est alors mise aux courses et au triathlon. " Je voulais prouver que je pouvais continuer à vivre avec cette maladie", dit-elle. L'activité sportive est d'ailleurs recommandée par les médecins.

La ligne d'arrivée en ligne de mire

La longueur du trail auvergnat, presque deux fois celle dont Aurélie et Thomas ont l'habitude, sera " une grande première", note ce dernier. Lui-même est d'ailleurs plutôt habitué aux marathons, dont le terrain est bien différent. Les deux amis feront toute la course côte à côte, pour se soutenir. Du fait de sa maladie, Aurélie devra être particulièrement vigilante à ses limites : " Il faut faire attention à ne pas tomber dans l'outrance, car la sclérose en plaques fatigue énormément. Il faut pouvoir récupérer ensuite." Pour cette course, pas d'objectif de temps. Mais une volonté tout de même : " passer l'arrivée", précise Thomas. " Il y a beaucoup d'abandons vu

la difficulté, on ne veut pas faire partie du lot !".

© T. Lambert



Premiers départs dans la nuit sur le site du Goulet, à Volvic (4 h)

Nouveau format, nouveau défi La Volvic Volcanic Experience (V VX) change de braquet. Pour cette troisième édition, terminé le tracé de 83 kilomètres. Et bienvenue au parcours encore plus dantesque affichant 110 kilomètres au compteur. Cette modification de taille a été réalisée dans un seul but : celui d'intégrer dès 2020 l'Ultra Trail World Tour, dont fait d'ailleurs partie le célèbre Ultra Trail du Mont-Blanc.

Pour cette première à travers la chaîne des Puys - Faille de Limagne, les 400 participants vont pouvoir profiter d'un superbe parcours dessiné au coeur du site récemment inscrit au patrimoine mondial de l'Unesco. Des panoramas fantastiques mais à quel prix ? Celui d'un effort particulièrement difficile avec plus de 3. 500 mètres de dénivelé positif. Parti alors que le soleil ne sera pas encore levé (4 heures), le peloton va devoir avaler quelques ascensions emblématiques. Puy des Gouttes, puy de Vichatel, puy de la Vache pour ne citer qu'eux Et bien évidemment le passage au sommet du puy de Dôme au lever du jour qui promet d'être un moment inoubliable pour l'ensemble des coureurs du plateau. Même si certains d'entre eux ne devraient pas prendre le temps de s'arrêter en route pour profiter du cadre On pense notamment à Anthony Gay, favori de ce Trail Chaîne des Puys-Faille de Limagne. Vainqueur l'an dernier sur le parcours de 83 km, le Haut-Savoyard du team

Oxsitis-Odlo cherchera à récidiver sur la distance reine. Le tenant du titre devra tout de même se méfier de Sangé Sherpa qui reste cependant sur une décevante 29 e place sur l'ultra trail de l'île de Madère, le 27 avril dernier.

Du côté des féminines, on surveillera particulièrement Francesca Canepa. L'Italienne se trouve actuellement en très bonne forme. Elle vient de remporter l'Ultra Trail Vipava Valley en Slovénie, le 10 mai dernier. Mais Francesca Canepa n'aura peut-être pas totalement récupéré de cet effort exigeant de 160 km. Dans ce cas-là, l'Américaine Meghan Laws devrait être en embuscade.

Cette troisième édition de la V VX proposera également trois autres parcours. Le Trail Impluvium de Volvic (départ demain à 9 heures) permettra aux coureurs d'arpenter sur 43 km (1. 670 km de dénivelé positif) les sentiers de la partie nord du Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne. Avec en tête d'affiche Dawa Sherpa l'une des légendes de la discipline.

L'Expérience Trail Volcanique (25 km, 900 m D+, départ à 9 h 30) et l'Expérience Trail Pierre de Lave (15 km, 500 m D+, départ à 10 heures) devraient être eux plus accessibles. En tout cas, pas la peine de se presser sur le site des Goules pour s'inscrire Les différentes épreuves affichent toutes complet !
Arnaud Clergue Twitter :
[@arnaudclergue](#) ■



LES RENDEZ-VOUS

aujourd'hui

Arlanc. , à 8 heures, Jardin pour la Terre, 04. 73. 95. 00. 71.

Châtelguyon. , de 9 heures à midi, au centre culturel de la Mouniaude.

Limons. , 8 h 30, ancienne caserne des pompiers, place de l'Église. M o

Messeix. , au plan d'eau du Béal des Roziers. (Cartes gratuites pour les p Saint-Germain-l'Herm. , route de Fournols.

Usson. , 16 h 30, en l'église Saint-Maurice, avec le trio vocal bel accord de Paris. Entrée libre. demain

Bourg-Lastic. , De 14 heures à 18 heures. É

Mont-Dore. banda, de 11 heures à 17 heures. « »

samedi

Saint-Nectaire. À 17 heures : Volvic. oncert de clôture du VVX, à 20 heures, sur le site du Goulet.

La Volvic Volcanic Expérience achèvera ses trois jours de sport, de découvertes et de rencontres avec trois artistes aux univers bien marqués. Kawrites vous embarquera dans les sphères d'une musique électronique planante et évanescente. Le group Minuit, quant à lui, s'affranchira des tendances et viendra cultiver son jardin rockn'roll pour laisser place ensuite à Yarol dont l'unique objectif est de mettre l'énergie du rock au service de la danse.

Entrée gratuite pour les enfants de moins de 14 ans.

Réservations au 04. 73. 62. 79. 00. dimanche

Auzat-la-Combelle. , de 10 heures à midi, aux étangs Sadourny à Auzat-la-Combelle.

La Bourboule. , de 9 heures à 18 heures, au square Joffre.

Doranges. ,

Joserand. , 8 heures, à la salle d'activités de Joserand. R

Manzat. , à 18 heures, à l'Arthé Café de Sauterre.

Marsac-en-Livradois. . D

Puy-Guillaume. , 8 h 30, à l'étang des Grands-Graviers, organisée par

■



Deux coureurs s'alignent au départ des 110 kilomètres de la VVX pour combattre la sclérose en plaques



Aurélie Besnard accompagnée de Thomas Lambert sont au départ de l'ultra trail de 110 kilomètres dans le cadre de la **VolvicVolcanicExperience (VVX)**, demain matin. Et ils souhaitent saisir l'occasion pour mettre en avant leur cause. « On est tous les deux passionnés de trails. Quand on a décidé de faire la **VVX**, on en a profité pour sensibiliser les gens sur ma maladie. La sclérose en plaques est encore trop peu connue. On veut aussi montrer les bienfaits du sport même étant malade », soutient Aurélie Besnard.

Changement de pratique

Les médecins recommandent de plus en plus la pratique d'un sport pour les personnes atteintes de sclérose en plaques. « On ne dirait pas, mais ça permet aussi de lutter contre la fatigue. Avant, on voulait "préserver" en mettant les malades dans des fauteuils roulant. Mais cela favorisait la perte de muscle et devenait un cercle vicieux », continue Aurélie Besnard.

L'activité physique contre la maladie dans des salles de sport de Corrèze

La sclérose en plaques est trop peu connue

Aujourd'hui, les tendances ont évolué et le sport prend une place plus importante. Pourtant, le combat n'est pas gagné. « Même s'il existe des associations, il y a encore aujourd'hui un véritable manque d'accompagnement, qui est aussi dû à un grand manque de connaissance de cette maladie, tant au niveau des médecins que du public en général », explique la traileuse. « On a l'impression que c'est une maladie qu'on vient de découvrir... », complète son ami Thomas Lambert.

Atteints de sclérose en plaques, ces Cantaliens tentent de faire connaître cette maladie qui les ronge

Un film pour sensibiliser

Tout deux vont participer à cette édition de la **VVX**. Ils seront filmés et vont réaliser un documentaire pour changer les idées sur cette maladie. « Avec des images de la course, des remarques de médecins, et une présentation des associations, on compte montrer les bienfaits du

sport et lever le voile sur la sclérose en plaques », déclare fièrement Aurélie Besnard.

Le documentaire ainsi qu'une récolte de dons sont à retrouver sur la page facebook : UltraSEP
Andréas Montero



Deux coureurs au départ de la VVX pour combattre la sclérose en plaques



Passionné de trail, Aurélie Besnard, atteinte de sclérose en plaques, compte bien sensibiliser les gens à sa cause en participant à l'ultra trail de 110km de Volvic.

Aurélie Besnard accompagnée de Thomas Lambert sont au départ de l'ultra trail de 110 kilomètres dans le cadre de la VolvicVolcanicExperience (VVX), dans la nuit de ce vendredi. Et ils souhaitent saisir l'occasion pour mettre en avant leur cause. « On est tous les deux passionnés de trails. Quand on a décidé de faire la VVX, on en a profité pour sensibiliser les gens sur ma maladie. La sclérose en plaques est encore trop peu connue. On veut aussi montrer les bienfaits du sport même étant malade », soutient Aurélie Besnard.

Changement de pratique

Les médecins recommandent de plus en plus la pratique d'un sport pour les personnes atteintes de sclérose en plaques. « On ne dirait pas, mais ça permet aussi de lutter contre la fatigue. Avant, on voulait "préserver" en mettant les malades dans des fauteuils roulant. Mais cela favorisait la perte de muscle et devenait un cercle vicieux », continue Aurélie Besnard.

La sclérose en plaques est trop peu connue

Aujourd'hui, les tendances ont évolué et le sport prend une place plus importante. Pourtant, le combat n'est pas gagné. « Même s'il existe des associations, il y a encore aujourd'hui un véritable manque d'accompagnement, qui est aussi dû à un grand manque de connaissance de cette maladie, tant au niveau des médecins que du public en général », explique la traileuse. « On a l'impression que c'est une maladie qu'on vient de découvrir... », complète son ami Thomas Lambert.

Tout deux vont participer à cette édition de la VVX. Ils seront filmés et vont réaliser un documentaire pour changer les idées sur cette maladie. « Avec des images de la course, des remarques de médecins, et une présentation des associations, on compte montrer les bienfaits du sport et lever le voile sur la sclérose en plaques », déclare fièrement Aurélie Besnard.

Le documentaire ainsi qu'une récolte de dons sont à retrouver sur la page facebook : UltraSEP
Commentaire



Deux coureurs au départ de la VVX pour combattre la sclérose en plaques



Aurélie Besnard accompagnée de Thomas Lambert sont au départ de l'ultra trail de 110 kilomètres dans le cadre de la **VolvicVolcanicExperience (VVX)**, dans la nuit de ce vendredi. Et ils souhaitent saisir l'occasion pour mettre en avant leur cause. « On est tous les deux passionnés de trails. Quand on a décidé de faire la **VVX**, on en a profité pour sensibiliser les gens sur ma maladie. La sclérose en plaques est encore trop peu connue. On veut aussi montrer les bienfaits du sport même étant malade », soutient Aurélie Besnard.

Changement de pratique

Les médecins recommandent de plus en plus la pratique d'un sport pour les personnes atteintes de sclérose en plaques. « On ne dirait pas, mais ça permet aussi de lutter contre la fatigue. Avant, on voulait "préserver" en mettant les malades dans des fauteuils roulant. Mais cela favorisait la perte de muscle et devenait un cercle vicieux », continue Aurélie Besnard.

La sclérose en plaques est trop peu connue

Aujourd'hui, les tendances ont évolué et le sport prend une place plus importante. Pourtant, le combat n'est pas gagné. « Même s'il existe des associations, il y a encore aujourd'hui un véritable manque d'accompagnement, qui est aussi dû à un grand manque de connaissance de cette maladie, tant au niveau des médecins que du public en général », explique la traileuse. « On a l'impression que c'est une maladie qu'on vient de découvrir... », complète son ami Thomas Lambert.

Tout deux vont participer à cette édition de la **VVX**. Ils seront filmés et vont réaliser un documentaire pour changer les idées sur cette maladie. « Avec des images de la course, des remarques de médecins, et une présentation des associations, on compte montrer les bienfaits du sport et lever le voile sur la sclérose en plaques », déclare fièrement Aurélie Besnard.

Le documentaire ainsi qu'une récolte de dons sont à retrouver sur la page facebook : UltraSEP



Depuis hier, 25 coureurs rallient Le Lioran à Volvic

Une course volcanique de 220 km inédite

Habités par un certain esprit d'aventure. Les vingt-cinq coureurs qui ont pris le départ de la première édition de « L'Expérience Grande Traversée Volcanique », hier matin, le sont assurément.

Leur challenge : rallier la station du Lioran (Cantal) à Volvic (Puy-de-Dôme) en passant par les sommets emblématiques, avec un dénivelé positif de 7. 500 mètres. Un circuit au long courts de 220 km au coeur des volcans d'Auvergne, en semi-autonomie.

Seule femme engagée sur cette ultra-distance, la Cantalienne Claire Rimbault s'impatientait presque, hier matin, dans les dernières minutes avant le départ. « La traversée des trois massifs, la formule de cette course en orientation, en ligne, c'est tout cela qui est attractif », approuve-t-elle.

Ce n'est pas la performance à tout prix que recherchait Jean-Michel Chopin, lorsqu'il a eu l'idée d'ajouter ce format à la Volvic Volcanic Experience (V VX), déjà dotée d'autres épreuves. Pour cet ultra-traileur, cheville ouvrière de la V VX et ancien président de la Société des eaux de Volvic, il s'agit

surtout de revenir aux fondamentaux du trail. « On n'est pas la course au kilomètre, on n'est pas la course au dénivelé. On est là pour vivre une expérience unique. » C'est pourquoi son message aux participants de la première XGTV est « d'ouvrir les yeux », tant ils croiseront de magnifiques territoires et panoramas.

Originaire de Chine, mais installé à Paris, Mi Hu n'en doute pas un instant. « Je viens chercher l'ambiance, les paysages, la culture de la région, de ses habitants, et un peu de fromage, aussi. Découvrir cette région en courant, c'est très sympa », sourit l'ultra-traileur, qui découvre l'Auvergne pour la première fois. Les premiers participants devraient franchir les eaux de Volvic, dès ce soir, les autres auront jusqu'à demain minuit pour atteindre l'arrivée. ■



Depuis hier, 25 coureurs rallient Le Lioran à Volvic

Une course volcanique de 220 km inédite

Habités par un certain esprit d'aventure. Les vingt-cinq coureurs qui ont pris le départ de la première édition de « L'Expérience Grande Traversée Volcanique », hier matin, le sont assurément.

Leur challenge : rallier la station du Lioran (Cantal) à Volvic (Puy-de-Dôme) en passant par les sommets emblématiques, avec un dénivelé positif de 7. 500 mètres. Un circuit au long courts de 220 km au coeur des volcans d'Auvergne, en semi-autonomie.

Seule femme engagée sur cette ultra-distance, la Cantalienne Claire Rimbault s'impatientait presque, hier matin, dans les dernières minutes avant le départ. « La traversée des trois massifs, la formule de cette course en orientation, en ligne, c'est tout cela qui est attractif », approuve-t-elle.

Ce n'est pas la performance à tout prix que recherchait Jean-Michel Chopin, lorsqu'il a eu l'idée d'ajouter ce format à la Volvic Volcanic Experience (V VX), déjà dotée d'autres épreuves. Pour cet ultra-traileur, cheville ouvrière de la V VX et ancien président de la Société des eaux de Volvic, il s'agit

surtout de revenir aux fondamentaux du trail. « On n'est pas la course au kilomètre, on n'est pas la course au dénivelé. On est là pour vivre une expérience unique. » C'est pourquoi son message aux participants de la première XGTV est « d'ouvrir les yeux », tant ils croiseront de magnifiques territoires et panoramas.

Originaire de Chine, mais installé à Paris, Mi Hu n'en doute pas un instant. « Je viens chercher l'ambiance, les paysages, la culture de la région, de ses habitants, et un peu de fromage, aussi. Découvrir cette région en courant, c'est très sympa », sourit l'ultra-traileur, qui découvre l'Auvergne pour la première fois. Les premiers participants devraient franchir la ligne à Volvic, dès ce soir, les autres auront jusqu'à demain minuit pour atteindre l'arrivée. ■



VVX : trail, découverte et convivialité sous le soleil pour cette 3eme édition !

La Volvic Volcanique Expérience a pour sa 3 e édition séduit de plus en plus de traileurs, randonneurs et amoureux de la nature. L'événement a acquis une vraie maturité en confirmant la qualité de son organisation, où effort, découverte et convivialité se répondent. En plus, le beau temps inonde les volcans d'Auvergne en ce week-end de l'ascension. La **VVX**, organisée dans le village de Volvic, au pied des volcans de la chaîne des Puys et autour de la source des eaux minérales bien connues, est plus qu'un simple trail. Toutes les animations, les visites, les découvertes organisée pendant l'événement y ajoutent une véritable dimension conviviale et culturelle qui rend l'événement plutôt unique, et vraiment appréciable.

Une mise en route musicale et festive

Le jeudi était consacré à la mise en route : les nombreux participants avaient déjà pu découvrir l'ambiance, la bonne humeur générale et la qualité de l'accueil auvergnat, en retirant leurs dossards puis un dînant sur la place du village au son des concerts. Pendant ce temps-là, les valeureux concurrents de la **XGTV**, une traversée intégrale en solo de la chaîne des Puys, du Cantal à Volvic, terminaient leur périple. Ils étaient partis mardi dans la soirée. Le premier concurrent, Ludovic Martin, accomplissait cette impressionnante distance en 37h !

Aujourd'hui, c'était le grand jour des courses et des randonnées, avec des départs étalés entre 4 h et 10 h ce matin, sur des distances allant du 15 au 110 km pour les coureurs, et de 15 et 25 km pour les marcheurs. Les parcours, qui faisaient la part belle aux panoramas sur les Puys ainsi qu'aux agréables sous-bois, à l'ombre (bienvenue sous ce soleil ardent !) ont vraiment plu. La qualité des ravitaillements aussi : même pour les derniers concurrents, comme en témoigne une randonneuse, le choix était immense entre fromages, charcuteries, produits sucrés et... de nombreuses eaux de Volvic aux différents parfums !

De belles performances mais un événement avant tout populaire

Bien entendu, l'aspect compétitif n'était pas absent, on note ainsi les victoires de Sange Sherpa, à plus de 10 km/h sur le 110 km ("Je dois dire que j'ai trouvé le parcours très roulant, déclarait-il à l'arrivée, je ne me souviens pas avoir jamais couru aussi vite sur 110 km !"), celle de Fabien Desmurs sur le 25 km ou encore de Yoan Meudec sur le 15 km, à toute vitesse. On a aussi vu avec beaucoup d'émotion l'arrivée de Claire Rimbault, la cantalienne, seule femme engagée sur ces 220 kms, au bout de 53 heures d'effort et dans un état de fraîcheur impressionnant.

Mais c'est aussi la ribambelle d'arrivée heureuse, chacun à son rythme, que nous retiendrons de cette belle journée sur les volcans, qui se terminera ce soir en musique. Demain, de nombreuses animations culturelles, visites et la fameuse rando gastro, à la découverte des spécialités régionales, sont prévus, pour que la fête continue.

Nous reviendrons plus en détail sur les résultats des courses dans un prochain article.



VVX : Des courses, des exploits, des concerts...



Les volcans se sont réveillés ! La **VolvicVolcanicExperience - VVX** - propose une immersion sportive dans un cadre d'exception, un des lieux les plus emblématiques de l'Auvergne : la Chaîne des Puys - Faille de Limagne, récemment inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. Au c ur de cette nature unique, façonnée par les volcans, la pierre et l'eau ; la **VVX** est, pour tous les sportifs, traileurs ou randonneurs, une odyssée sensorielle au contact d'une nature vivante et préservée. Retour sur les Expériences Trails ! **L'ExpérienceGrandeTraverséeVolcanic « XGTV @ »** 220 km / 7500 D+Mercredi 29 mai, la **XGTV** a lancé les festivités. 23 aventuriers, 4 équipes duo et 17 solos aguerris au trail ultra longue distance étaient au départ au Lioran pour cette première édition.La **XGTV**, en semi autonomie, repose sur l'engagement mental, l'esprit de solidarité et d'aventure, ainsi que sur les valeurs sportives et la pratique de la moyenne montagne, le tout au c ur des volcans français. Une expérience unique ! Cette épreuve d'ultra endurance qui a emmené les concurrents sur une longue traversée des Volcans d'Auvergne de 220 km et 7 500 m D+, parcourant les plus emblématiques GR : les monts Dômes, les monts Dore, le massif du Cézallier, le massif du Cantal et le plateau de l'Artense. Un tracé qui découvre la richesse et la diversité des différents territoires de l'ensemble, du Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne. Après 36h45mn de course, Ludovic Martin passe la ligne d'arrivée très fatigué : « Je suis habitué à ces longues distances, mais ici, j'ai été bluffé. En fait la **XGTV**, c'est 4 courses différentes, 4 paysages différents, c'est tout simplement magnifique. Et puis, il y avait une vraie ambiance de trail aventure et ultra endurance avec une équipe de bénévoles incroyablement gentils, disponibles et souriants qui ont su être un soutien très important ». Le duo team Dingo est sur le podium des teams avec un temps total de 47h15. Grosse séquence émotion avec l'arrivée de Claire Rimbault, maman de 3 filles et professeur d'EPS, originaire d'Aurillac, l'unique féminine qui se classe 7ème au classement scratch après 53h37 de course. Très émue, au bord des larmes, elle déclare : « c'était énorme de savoir qu'il y avait autant de monde derrière moi, cela m'a porté dans les moments difficiles et jusqu'à la ligne d'arrivée ! Toute la petite troupe a été particulièrement choyée par les bénévoles, qui ont fait preuve d'une incroyable gentillesse ! » 110 km : l'Expérience Trail Chaîne des Puys - Faille de LimagneLa course candidate pour intégrer le circuit 2020 de l'UTWT a ainsi accueilli des élites hommes et femmes français et internationaux sur une nouvelle distance de 110km. Comme à son habitude Sange Sherpa (Népal) a affiché son sourire radieux tout le long de la course et à son arrivée, après 10h45 de course. Vainqueur de cette première édition du 110km, c'est très heureux qu'il prend la parole devant un public conquis.

« Je suis venu pour le fun, pour m'amuser et me faire plaisir... Résultat : je me suis régalé ! Merci à vous tous et rendez-vous sur une prochaine édition! » Sarah Verguet Moniz (Portugal) aura fait toute la course en tête devant l'italienne Francesca Canepa. Sarah arrive finalement au c ur du village de Volvic en 12h27. 43 Km, Expérience Trail Impluvium de VolvicLe départ a été donné par Kilian Jornet, invité d'honneur de la **VVX** et ambassadeur de la marque Volvic, avec Emmanuel Faber, PDG de Danone.L'Espagnol José Hernandez Sanchez remporte l'épreuve en 3h24, suivi 20mn plus tard par Fabien Lassonde, puis à quelques minutes par Aurélien Lemaistre.Dawa Sherpa, traileur reconnu de tous, venu lui aussi découvrir les sentiers roulants des volcans d'Auvergne, se classe finalement 7ème. Les Françaises remportent le 43 km : Virginie Pailloux en 4h34, Lucie Peillon en 4h48 et Céline Petit en 4h48. 25 km, Expérience trail VolcaniqueUne arrivée à couteaux tirés pour Fabien Demure (02:07:48), Arnaud Jaillard (02:09:11) et Stéphane Bacconnier (02:09:32)Idem pour les dames, avec Marine Place en 2:30:20, suivie 30 secondes plus tard par Céline Dequidt, puis Clarisse Chevalier en 02:36:25 15km, Expérience Trail Pierre de LaveYoan Meudec (1h04), Frédéric Pומרol (1h06) et Brice Denis (1h08) font le podium hommes, Corinne Rougerie (1h30), Nora Jouy (1h31), Alexandra Arendt (1h33) le podium femmes. Des courses mais pas que !Au-delà de la performance sportive, l'invitation à revenir sur ses traces est également au c ur des animations et du programme du week-end. Trois jours d'animations et de concerts... de quoi réveiller les volcans endormis !Après une soirée inaugurale qui a fait le plein, la première journée de la **VVX** était dédiée au trail, pour petits et grands ! Demain, samedi, le concept originel de l'événement prendra tout son sens puisqu'ils seront nombreux à revenir sur leurs pas afin de découvrir les secrets des volcans d'Auvergne.Grâce aux 550 bénévoles, l'expérience trail se transforme et se poursuit en expérience culturelle. Au programme : artisanat local et régional, traditions culinaires et visites ludo-pédagogiques entre volcans, pierre et eau. L'expérience sportive initiale emmènera finalement petits et grands à découvrir d'autres activités outdoor et l'expérience festive clôturera le week-end avec Kawrites, Minuit et Yarol !



VolvicVolcanicExpérience : Dawa Sherpa, l'éloge de la sérénité



Le Népalais d'origine Dawa Sherpa, qui était au départ du trail de 43 km, ce jeudi matin, est une légende de la discipline. Pour autant, il se refuse d'aller trop loin. La quête du plaisir restant pour lui une priorité absolue.

Le sourire toujours fixé aux lèvres et le regard doux d'un homme rempli de sagesse. À bientôt 50 ans, Dawa Sherpa est simplement heureux de se trouver là où il est, en compagnie de sa deuxième famille, celle du trail. Celui qui a quitté son Népal natal en 1998 pour s'installer à Genève a depuis parcouru bien du chemin.

Avec une centaine de victoires sur les plus grands ultra- trails du monde (dont l'UTMB en 2003), Dawa Sherpa est devenu une légende de la discipline. Un terme que le principal intéressé n'apprécie guère. Malgré un palmarès aussi haut que tous les sommets qu'il a gravis, l'homme respire l'humilité. « Lorsque l'on est sélectionné sur les trails comme coureur "élite", je trouve que cela ne veut rien dire. Lorsque l'on gagne deux- trois courses, on est tout de suite considéré comme un coureur "élite". Si tu ne gagnes pas, cela veut donc dire que tu es un moins que rien ? Non, pour moi ce n'est pas possible. Il n'y a aucune différence. Je suis un coureur comme tout le monde. »

« Le travail est une discipline de la vie »

Cette distance par rapport aux choses, Dawa Sherpa la cultive au quotidien. L'ultra traileur a ainsi refusé catégoriquement de quitter son travail pourtant ô combien difficile dans le bâtiment. « Le travail est une discipline de la vie », déclare- t- il d'ailleurs sans fard. Il n'a jamais voulu tirer ni gloire ni profit de son don acquis naturellement dans les montagnes de l'Himalaya. L'explication est relativement simple en fait... Dawa Sherpa ne voit pas le trail comme une discipline sportive. L'esprit de compétition ne l'habite pas. Pour lui la notion de plaisir doit primer. Sans cela, plus rien n'a de sens. « Beaucoup de coureurs font énormément de sacrifices pour aller chercher des points pour pouvoir s'engager sur des ultras. Et beaucoup d'entre eux finissent par se blesser car ils forcent trop pour aller le plus loin possible. Et quand je parle de sacrifices, je parle de sacrifices humains, familiaux et même financiers. Je trouve que cela a un côté dangereux. Je n'ai jamais trop compris les personnes qui sont accros, qui ne peuvent pas rester deux semaines sans courir. Même si tu ne peux pas courir, tu peux aller marcher, aller nager, faire du vélo... Il y a plein d'autres choses à faire dans la vie. »

À l'écoute de son corps

Savoir se poser pour profiter un maximum des choses... Un mantra que Dawa Sherpa s'applique à lui- même. Ce matin, le Népalais sera au départ de l'épreuve de 43 kilomètres. Une volonté de sa part. En totale écoute de son corps et de ses sensations, le traileur souhaite prendre un peu de distance avec l'ultra -trail. Cet autre « extra terrien » demeure là aussi très humble face aux défis de la physiologie. « Depuis 2010, j'ai compris comment le corps humain supporte les difficultés liées à l'ultra trail. C'est physiquement très difficile de récupérer. J'ai donc voulu revenir aux distances que je pratiquais lorsque j'ai commencé la discipline, il y a 25 ans. » Un discours rassurant et empreint de sagesse dans un monde où la course à la performance devient la norme. Dawa Sherpa nous permet de marquer une pause. Et cela fait du bien...

Arnaud Clergue

Twitter : @arnaudclergue
Commentaire



Volvic Volcanic Experience : Dawa Sherpa, l'éloge de la sérénité



Le sourire toujours fixé aux lèvres et le regard doux d'un homme rempli de sagesse. À bientôt 50 ans, Dawa Sherpa est simplement heureux de se trouver là où il est, en compagnie de sa deuxième famille, celle du trail. Celui qui a quitté son Népal natal en 1998 pour s'installer à Genève a depuis parcouru bien du chemin.

Avec une centaine de victoires sur les plus grands ultra- trails du monde (dont l'UTMB en 2003), Dawa Sherpa est devenu une légende de la discipline. Un terme que le principal intéressé n'apprécie guère. Malgré un palmarès aussi haut que tous les sommets qu'il a gravis, l'homme respire l'humilité. « Lorsque l'on est sélectionné sur les trails comme coureur "élite", je trouve que cela ne veut rien dire. Lorsque l'on gagne deux- trois courses, on est tout de suite considéré comme un coureur "élite". Si tu ne gagnes pas, cela veut donc dire que tu es un moins que rien ? Non, pour moi ce n'est pas possible. Il n'y a aucune différence. Je suis un coureur comme tout le monde. »

« Le travail est une discipline de la vie »

Cette distance par rapport aux choses, Dawa Sherpa la cultive au quotidien. L'ultra traileur a ainsi refusé catégoriquement de quitter son travail pourtant ô combien difficile dans le bâtiment. « Le travail est une discipline de la vie », déclare- t- il d'ailleurs sans fard. Il n'a jamais voulu tirer ni gloire ni profit de son don acquis naturellement dans les montagnes de l'Himalaya. L'explication est relativement simple en fait... Dawa Sherpa ne voit pas le trail comme une discipline sportive. L'esprit de compétition ne l'habite pas. Pour lui la notion de plaisir doit primer. Sans cela, plus rien n'a de sens. « Beaucoup de coureurs font énormément de sacrifices pour aller chercher des points pour pouvoir s'engager sur des ultras. Et beaucoup d'entre eux finissent par se blesser car ils forcent trop pour aller le plus loin possible. Et quand je parle de sacrifices, je parle de sacrifices humains, familiaux et même financiers. Je trouve que cela a un côté dangereux. Je n'ai jamais trop compris les personnes qui sont accros, qui ne peuvent pas rester deux semaines sans courir. Même si tu ne peux pas courir, tu peux aller marcher, aller nager, faire du vélo... Il y a plein d'autres choses à faire dans la vie. »

À l'écoute de son corps

Savoir se poser pour profiter un maximum des choses... Un mantra que Dawa Sherpa s'applique à lui- même. Ce matin, le Népalais sera au départ de l'épreuve de 43 kilomètres. Une volonté de sa

part. En totale écoute de son corps et de ses sensations, le traileur souhaite prendre un peu de distance avec l'ultra -trail. Cet autre « extra terrien » demeure là aussi très humble face aux défis de la physiologie. « Depuis 2010, j'ai compris comment le corps humain supporte les difficultés liées à l'ultra trail. C'est physiquement très difficile de récupérer. J'ai donc voulu revenir aux distances que je pratiquais lorsque j'ai commencé la discipline, il y a 25 ans. » Un discours rassurant et empreint de sagesse dans un monde où la course à la performance devient la norme. Dawa Sherpa nous permet de marquer une pause. Et cela fait du bien...

Arnaud Clergue

Twitter : @arnaudclergue



Trail. Kilian Jornet : « Comme un écrivain, je veux être dans la création »

Contenu réservé aux abonnés

-
-
- Facebook
- Twitter
- Google +

Kilian Jornet.© Bruno Poirier

Avant de participer ce dimanche en Espagne à l'ouverture du circuit mondial des ultra-trails, Kilian Jornet a parrainé cette semaine la VolvicVolcanicExperience.

Kilian Jornet, vous avez vu ces images de l'Everest, avec toutes ces cordées qui se suivent, dans l'attente d'atteindre le sommet... Vous l'avez gravi deux fois en moins d'une semaine en mai 2017. Que pensez-vous de ces expéditions, commerciales pour la plupart ?

La première impression, c'est la tristesse, ...

Vous avez lu 6% de cet article.

Vous souhaitez lire la suite ?

Lire la suite

-
-
- Facebook
- Twitter
- Google +

Donnez votre avis ...



Abonnez-vous 1^{er} mois offert Acheter le journal du jour



Des milliers de personnes réunies à la **VVX**, à Volvic, pour faire la fête et découvrir des sports



La **VVX**, à Volvic (Puy-de-Dôme), il y a ceux qui la courent, et il y a ceux qui la fêtent. Ce vendredi, alors que les coureurs se sont élancés sur toutes les épreuves de la **VolvicVolcanic Experience** à travers les sentiers de la chaîne des Puys, des milliers de personnes ont opté pour une découverte de l'événement plus... décontractée.

Les bonnes raisons de participer à la **VVX**

Dans le bourg de Volvic comme sur le site du Goulet, de très nombreux ateliers d'initiation aux sports et des animations ont été mis en place. Slackline, géocatching, parkour, challenge biathlon, quadbikes... Les festivités se poursuivent ce vendredi soir avec le concert de Wazoo. Elle reprendront demain samedi jusqu'au concert de clôture de Yarol à 20 heures.

Texte : Jean-Baptiste Ledys et Marie Collinet

Photos : Fred Marquet



CONCERT CLOTURE - KAWRITES - MINUIT - YAROL

Concert Pop



DATE : Samedi 1 juin 2019

LIEU : SITE DU GOULET (Volvic 63530)

HORAIRE : 20:00

TARIF : 17 euros

ATTENTION : événement terminé !

La **VolvicVolcanicExpérience** achèvera ses 3 jours de sport, de découvertes et de rencontres avec 3 artistes aux univers bien marqués. KAWRITES vous embarquera dans les sphères d'une musique électronique planante et évanescence. Le group MINUIT, quant à lui, s'affranchira des tendances et viendra cultiver son jardin rock'n'roll... pour laisser place ensuite à YAROL dont l'unique objectif est de mettre l'énergie du rock au service de la danse. Voir YAROL c'est se préparer à transpirer pour finir repu, béat, et rentrer chez soi encore sidéré dans une sorte de torpeur électrique !

Entrée gratuite pour les enfants de – 14 ans

Réservations PMR : 04 73 62 79 00



Cinq idées de sorties ce week-end dans le Puy-de-Dôme



Un week-end au grand air !

Si passer la journée à marcher dans la nature ne vous tente pas (c'est dommage), il y a aussi des animations pour chacun dans le Puy-de-Dôme, ce week-end.

Voici cinq idées d'activités à faire en famille, sélectionnées par les rédactions de La Montagne.

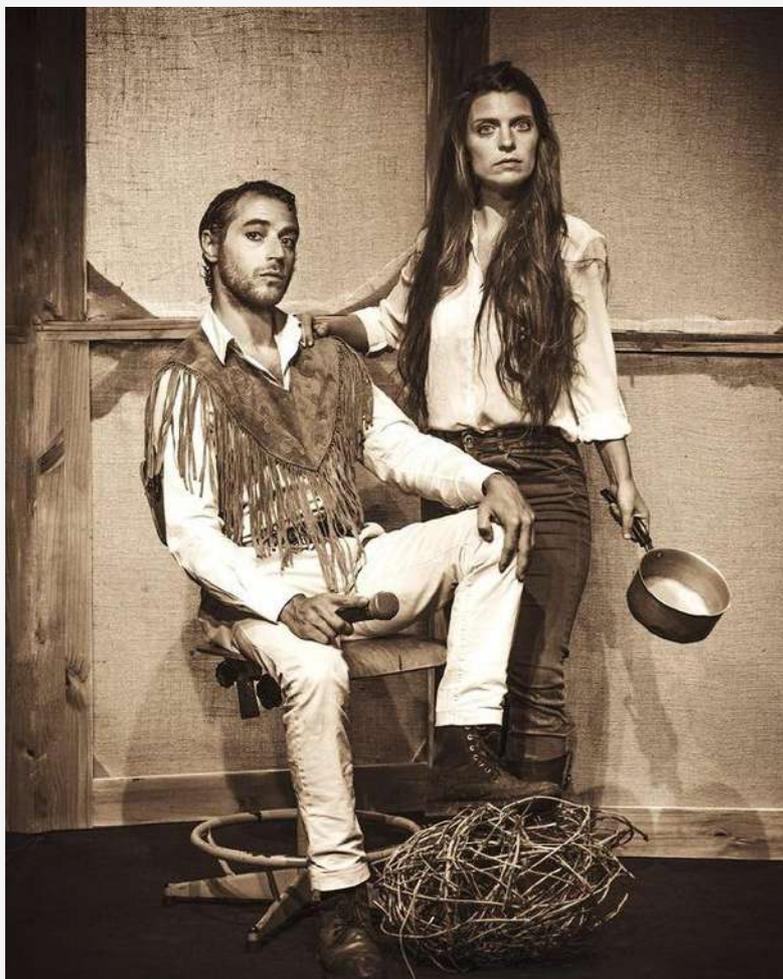
Bourse aux minéraux à Issoire



Améthyste, topaze, béryl, fluorine... La Halle aux grains accueille les plus beaux trésors de la terre, samedi 1er et dimanche 2 juin, de 9 heures à 19 heures, à l'occasion de la 42^e bourse aux minéraux d'Issoire. Vingt-cinq exposants y proposeront des pierres venues du monde entier et de la région.

Entrée gratuite.

Théâtre gestuel à Pouzol



Dimanche 2 juin, à 15 heures, à la Passerelle, Pont de Menat, Wanted, par la Bruital Cie. Un spectacle aux confins du cartoon, du cinéma-en-direct et de la pantomime.

A partir de 7 ans. Tarifs : 8 €/5 €. Réservations au 04.73.85.53.72.

Yarol, Minuit et Kawrites en concert à Volvic



Yarol Poupaud à Volvic. Photo Florian Salesse

Pour boucler la manifestation dédiée au trail et baptisée **VVX**, un concert est organisé samedi soir, 1er juin, à Volvic, sur le site du Goulet. A l'affiche, l'emblématique guitariste de Johnny Hallyday, Yarol Poupaud. A retrouver également, Minuit (les enfants des Rita Mitsouko) et le duo électro de Clermont Kawrites.

Tarif : 16,80 €, gratuit pour les moins de 14 ans. A partir de 20 heures.

Plus d'infos sur www.volvic-vvx.com

Place aux arts dimanche 2 juin à Clermont



Place aux arts est un marché dédié aux arts plastiques qui se tient le premier dimanche de chaque mois place de Jaude, à Clermont, de 8 h 30 à 13 heures. Ce rendez-vous à ciel ouvert, au cœur de la ville offre à des artistes professionnels ou amateurs l'occasion d'exposer et d'échanger avec le public autour de leur pratique. La manifestation propose une nouvelle formule, avec plus d'exposants, à partir de ce dimanche 2 juin.

Course d'endurance à Charade



Photo R Brunel

Les Trophées tourisme endurance inaugurent la saison sportive du Circuit de Charade, samedi 1er et dimanche 2 juin. Free Racing Prod' Cup, GT' Cup, challenge Caterham sont également au programme. Les essais auront lieu ce samedi. Cinq courses se dérouleront dimanche matin puis l'épreuve de 4 heures d'endurance débutera demain à 13 h 45.

L'accès pour les spectateurs est gratuit.



VolvicVolcanicExpérience - Kilian Jornet «Je vis au jour le jour»

31.05.2019 à 08:12



Kilian Jornet, baptisé "l'Ultra-terrestre" sera à Volvic pour soutenir les participants à la VVX (Photo : NewsAuvergne). La VVX est de retour ! Volvic propose pour la troisième année une immersion sportive au cœur d'un des lieux les plus emblématiques de l'Auvergne : la Chaîne des Puys-Faille de Limagne, récemment inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. Au programme de la VolvicVolcanicExpérience durant trois jours, des trails de 15 km à 220 km à travers les volcans.

Parmi les invités de marque, cette année encore, le phénomène catalan Kilian Jornet a répondu présent. L'icône mondiale du trail était hier au rendez-vous, à Volvic. A 32 ans, ce champion exceptionnel, baptisé « l'Ultra-Terrestre », tant ses records défient l'entendement, a choisi de vivre en Norvège, mais il aime venir fidèle en Auvergne. Nous avons pu le rencontrer.

Vous êtes très demandé. Qu'est qui vous motive à venir ici, à Volvic, en dehors du fait que vous êtes partenaire de la marque ?

J'adore les sommets alpins, mais ici la nature est magnifique. On respire un air pur. C'est vert. L'ambiance de la VVX n'est pas élitiste. Il y a une ambiance de partage et de convivialité. Et puis, Volvic et Danone soutiennent l'environnement. C'est rare chez les grandes marques. Il faut les encourager à le faire. Car si on veut changer le monde, cela passera aussi par ces grands groupes.



Kilian Jornet (Photo : NewsAuvergne)

Aujourd'hui, existe-t-il encore un défi dont vous rêvez ?

En fait, je n'ai pas de gros objectifs. La montagne la plus belle à gravir, c'est celle que je vais gravir demain. Je vis au jour le jour. J'aime me réveiller, ouvrir la fenêtre et me dire, là les conditions sont trop bonnes. J'y vais ! Parfois, j'ai un projet qui me prend deux semaines, parfois une course dans l'Himalaya. Mon objectif n'est pas de regarder trop loin, mais de regarder ce qu'il y a devant. Le tout c'est de rester motivé

chaque jour à faire des choses.

Il y a une prise de risque dans ce que vous faites, notamment en alpinisme. Vous êtes père depuis peu de temps. Allez-vous reconsidérer votre prise de risque à l'avenir ?

Je suis quelqu'un qui a peur et qui n'est pas fou ! Je n'ai jamais pris de risque sans penser aux conséquences. Je suis assez cérébral et je calcule le danger, je fais des équations entre ma forme du moment, la montagne que je veux gravir, etc... Chaque fois que j'ai pris des risques, c'était calculé. Je n'ai jamais fait des choses folles.



Kilian Jornet (Photo : NewsAuvergne)

Comment expliquez-vous l'engouement populaire pour la course à pied depuis quelques années ? C'est un sport qui grandit parce que c'est simple et proche de la nature. Dans nos sociétés, on vit de plus en plus dans des grandes villes, on est sédentaires et enfermés dans la technologie. On a besoin d'échappatoire et d'activité physique pour la santé. Et la course à pied c'est simple. Il suffit d'une paire de baskets.

Vous avez évoqué dans une interview récente votre rapport au temps et votre amour pour le silence. Est-ce que c'est encore possible pour vous de trouver du temps pour avoir du silence ? Oui, c'est possible. Il faut trouver le bon équilibre. 80% de mon temps, je le passe dans le silence. Le reste c'est du bruit. Le plus souvent c'est quand je suis dans des courses. C'est sûr, on ne peut pas tout faire. Moi, la vie sociale ne m'intéresse pas. Je n'aime pas sortir, faire d'autres activités. Moi ce que je j'aime, c'est être dans la nature, pratiquer le sport, être à la maison, en famille, avec un livre ou perdu dans mes pensées, tout simplement.

Propos recueillis par Geneviève Colonna d'Istria



Nos coups de cœur loisirs et culturels dans l'arrondissement de Riom à destination des jeunes



INITIATION. Vendredi 31 mai, de 9 h à 18 h, au Goulet à Volvic, quadbike. Ludique, confortable et facile à piloter, le quadbike se pratique quel que soit le terrain. Ce quadricycle à propulsion humaine et à assistance électrique te permettra de randonner en respectant le milieu naturel. Petit parcours balisé avec des obstacles. Accessible à partir de 10 ans (1 m 35). Gratuit.

TRAIL. Vendredi 31 mai, à 10 h 30, au Goulet à Volvic, **VVX** kids Trail. Tu partiras par vague de 20 enfants, et tu passeras le relais sur la ligne de départ. Tu peux effectuer autant de tours que tu souhaites pendant les 30 minutes imparties. La course est réservée aux enfants nés entre 2005 et 2013, répartis en trois catégories d'âges : circuit rouge 500 m / 10 m D+ : enfants nés en 2013, 2012 et 2011 ; circuit bleu 700 m / 15 m D+ : enfants nés en 2010, 2009 et 2008 ; circuit jaune 1100 m / 20 m D+ : enfants nés en 2007, 2006 et 2005. 1 ravitaillement est prévu. Participation : 5 €.



INITIATION. Vendredi 31 mai, de 9 h à 18 h, au Goulet à Volvic, grimpe d'arbres. Quelque soit ton âge ou ton niveau de connaissance des arbres, laisse-toi guider par une équipe de personnages délirants et amoureux des arbres... et viens participer à un des 21 voyages organisés au milieu des branches. Inscription sur place. A partir de 3 ans. Gratuit.

ATELIER. Samedi 1er juin, à l'école d'art, rue Languille à Riom, création d'encres naturelles et de fusain. Le principe est de réaliser des encres naturelles, à partir de matières telles que le thé, le café, différentes épices, mais aussi de s'essayer à des tests (infusions de fleurs, feuilles écrasées ...). Les encres obtenues serviront à la réalisation d'une composition sur place qui sera complétée par l'utilisation de fusain "de Noël". Jeunes enfants accompagnés.

SPECTACLE. Samedi 1er juin, de 10 h à 18 h, centre bourg de Volvic, Déam « Bulles » Ation par la cie Lurluberlue. Lurluberlue se balade avec ses poissons farceurs, les Maurices, et pêche des bulles. Mais attention, il y a anguille sous roche... Cette énergumène n'a pas les deux pieds

dans la même palme. Elle arrose ses spectateurs d'une vague de bulles multicolores, Car des bulles, elle en a plein ses filets. Gratuit.



PIQUE-NIQUE. Dimanche 2 juin, à 11 h, à la Ferm'ânerie, le Jandaleix à Giat, organisé par l'Heure du conte. Pique-nique partagé où chacun amène une petite contribution (sauf boisson, fromage et pain). A 11 h et 13 h 30, balade contée en 2 temps et conte Malin comme un singe ou comme un homme. L'après-midi, balade en âne et ateliers autour de la nature. Gratuit. Renseignements au 04.73.79.70.70.



FEU D'ARTIFICE. Samedi 1er juin, à la tombée de la nuit, au domaine Royal de Randan.

CONTE MUSICAL. Mercredi 5 juin, à 15 h, au musée régional d'Auvergne, 10 bis, rue Delille à Riom, Pierre et le loup, conte musical écrit par Sergueï Prokofiev, présenté par le Collectif 88, et raconté par un récitant. Chaque instrument (flûte, clarinette, basson, cor, hautbois) jouera le rôle d'un personnage, reconnaissable par un leitmotiv. Gratuit. Sur inscription au 04.73.38.18.53.

BALADE. Mercredi 5 juin, rdv à 14 h 20, au hameau de Bannières, devant les chambres d'hôtes accueil paysan à Pontgibaud, La Forêt Enchantée. Balade en forêt ponctuée de contes enchantés et d'une méditation féerique, pour découvrir la forêt à travers une approche imaginaire invitant à la rêverie. A partir de 6 ans. Tarifs : 10 €/ 6 € (enfants). Sur réservations au 06.22.75.24.13.



LOTO. Mercredi 5 juin, à 15 h, à la résidence du parc à Châteauneuf-les-Bains. Trois parties de prévues. Cartons : 2 € l'un, 4 € les 3. Nombreux petits lots à gagner. Renseignements au 04.73.86.41.82.

INITIATION. Mercredi 5 juin, à 14 h, au stade de Cisternes-la-Forêt, au rugby, avec l'école de rugby de Cisternes. Départs à 13 h 30 de l'un des accueils de loisirs suivants : Bourg-lastic, Pontaumur ou Pontgibaud. Retour à 16 h 30. A destination des enfants de 6 à 12 ans. Prévoir des vêtements adaptés. Sur inscriptions auprès des accueils de loisirs : 06.42.77.59.46 (Bourg-Lastic) ; 07.82.84.51.16 (Pontaumur) 06.62.91.64.69 (Pontgibaud). Tarifs : de 4 € à 6 €.

LECTURE. Vendredi 7 juin, à partir de 9 h 45, à la médiathèque intercommunale, maison Nord Limagne 158, Grande Rue à Aigueperse, Bambin bouquine : atelier lecture. Un temps de lecture individualisée pour les enfants de moins de 3 ans et l'adulte l'accompagnant. Entrée gratuite. Renseignements au 04.73.86.89.88.





Kilian Jornet à la VolvicVolcanicExpérience

31.05.2019 à 08:12



Kilian Jornet, baptisé "l'Ultra-terrestre" sera à Volvic pour soutenir les participants à la VVX (Photo : NewsAuvergne). La VVX est de retour ! Volvic propose pour la troisième année une immersion sportive au cœur d'un des lieux les plus emblématiques de l'Auvergne : la Chaîne des Puy-Faille de Limagne, récemment inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. Au programme de la VolvicVolcanicExpérience durant trois jours, des trails de 15 km à 220 km à travers les volcans.

Parmi les invités de marque, cette année encore, le phénomène catalan Kilian Jornet a répondu présent. L'icône mondiale du trail était hier au rendez-vous, à Volvic. A 32 ans, ce champion exceptionnel, baptisé « l'Ultra-Terrestre », tant ses records défient l'entendement, a choisi de vivre en Norvège, mais il aime venir fidèle en Auvergne. Nous avons pu le rencontrer. Vous êtes très demandé. Qu'est qui vous motive à venir ici, à Volvic, en dehors du fait que vous êtes partenaire de la marque ?

J'adore les sommets alpins, mais ici la nature est magnifique. On respire un air pur. C'est vert. L'ambiance de la VVX n'est pas élitiste. Il y a une ambiance de partage et de convivialité. Et puis, Volvic et Danone soutiennent l'environnement. C'est rare chez les grandes marques. Il faut les encourager à le faire. Car si on veut changer le monde, cela passera aussi par ces grands groupes.



Kilian Jornet (Photo : NewsAuvergne)

Aujourd'hui, existe-t-il encore un défi dont vous rêvez ?

En fait, je n'ai pas de gros objectifs. La montagne la plus belle à gravir, c'est celle que je vais gravir demain. Je vis au jour le jour. J'aime me réveiller, ouvrir la fenêtre et me dire, là les conditions sont trop bonnes. J'y vais ! Parfois, j'ai un projet qui me prend deux semaines, parfois une course dans l'Himalaya. Mon objectif n'est pas de regarder trop loin, mais de regarder ce qu'il y a devant. Le tout c'est de rester motivé chaque jour à faire des choses.

Il y a une prise de risque dans ce que vous faites, notamment en alpinisme. Vous êtes père depuis peu de temps. Allez-vous reconsidérer votre prise de risque à l'avenir ?

Je suis quelqu'un qui a peur et qui n'est pas fou ! Je n'ai jamais pris de risque sans penser aux conséquences. Je suis assez cérébral et je calcule le danger, je fais des équations entre ma forme du moment, la montagne que je veux gravir, etc... Chaque fois que j'ai pris des risques, c'était calculé. Je n'ai jamais fait des choses folles.



Kilian Jornet (Photo : NewsAuvergne)

Comment expliquez-vous l'engouement populaire pour la course à pied depuis quelques années ?
C'est un sport qui grandit parce que c'est simple et proche de la nature. Dans nos sociétés, on vit de plus en plus dans des grandes villes, on est sédentaires et enfermés dans la technologie. On a besoin d'échappatoire et d'activité physique pour la santé. Et la course à pied c'est simple. Il suffit d'une paire de baskets.

Vous avez évoqué dans une interview récente votre rapport au temps et votre amour pour le silence. Est-ce que c'est encore possible pour vous de trouver du temps pour avoir du silence ?

Oui, c'est possible. Il faut trouver le bon équilibre. 80% de mon temps, je le passe dans le silence. Le reste c'est du bruit. Le plus souvent c'est quand je suis dans des courses. C'est sûr, on ne peut pas tout faire. Moi, la vie sociale ne m'intéresse pas. Je n'aime pas sortir, faire d'autres activités. Moi ce que je j'aime, c'est être dans la nature, pratiquer le sport, être à la maison, en famille, avec un livre ou perdu dans mes pensées, tout simplement.

Propos recueillis par Geneviève Colonna d'Istria



Yarol Poupaud, Minuit et Kawrites à Volvic

Samedi soir Rendez-vous samedi, à partir de 20 heures, sur le site du Goulet à Volvic, pour la soirée de clôture de la manifestation sportive VVX. Le public pourra ainsi découvrir ou redécouvrir le guitariste de Johnny, qui fut également le leader de FFF, Yarol Poupaud.

Les enfants des Rita Mitsouko (Minuit/ notre photo) sont également de la partie, tout comme le duo électro féminin de Clermont, Kawrites.

Tarif unique à 16, 80 ?. Gratuit pour les moins de 14 ans. Possibilité d'accéder au site en navette. Plus d'infos sur www.volvic-vvx.com ■



Volvic Volcanic Expérience

Départ des trails à 04h00, 09h00, 09h30 et 10h00 le vendredi 31/05/2019!



Trois jours de découverte avec la Volvic Volcanic Expérience

La troisième édition de la VVX a été officiellement lancée hier soir, sur la place de l'Église à Volvic. L'événement réunit le sport, la culture et la fête dans le but de découvrir le territoire. Ce matin, les trailers s'élanceront depuis le site du Goulet pour 15 km, 43 ou 110 km. Deux randonnées et un trail pour les enfants sont également au programme. De 9 heures jusqu'à 18 heures, des initiations sportives seront proposées pour tous les âges. Dans le même temps, en centre-ville de nombreuses animations

culturelles devraient satisfaire toute la famille. La journée se terminera avec un diner musical avec le groupe Oumtcha, puis un concert de Zic-Zac juste avant celui de Wazoo, à 21 heures pendant l'arrivée des trailers.

Pratique. Plus d'infos sur [https : //www.volvic-vvx. com/](https://www.volvic-vvx.com/)
Marie Collinet ■



L'Expérience Grande Traversée Volcanic

Départ en bus le Mercredi 29 Mai 2019 à 6h30 de Volvic (site du Goulet) pour rejoindre le lieu de départ de la course. Départ de la course le Mercredi 29 Mai 2019 à 10h00 à la Station du Lioran.

Arrivée le Vendredi 31 Mai 2019 au plus tard à Minuit à Volvic (site du Goulet).



PUY-DE-DÔME TRAIL

Kilian Jornet à la Volvic Volcanic Expérience : « Je vis au jour le jour »

Volvic propose une immersion au cœur de la chaîne des Puys-Faille de Limagne, inscrite au patrimoine mondial de l'Unesco. Des trails de 15 à 220 km à travers les volcans. À 32 ans, Kilian Jornet, baptisé « l'Ultra-Terrestre », tant ses records défient l'entendement, aime venir en fidèle en Auvergne. Rencontre.

Vous êtes très demandé. Qu'est-ce qui vous motive à venir ici, en dehors du fait que vous êtes partenaire de la marque ?

« J'adore les sommets alpins, mais ici la nature est magnifique. On respire un air pur. C'est vert. L'ambiance de la VVX n'est pas élitiste. Il y a le partage et la convivialité. Et puis, Volvic et Danone soutiennent

l'environnement. C'est rare chez les grandes marques. Il faut les encourager à le faire. Car si on veut changer le monde, cela passera aussi par ces grands groupes. »

Aujourd'hui, existe-t-il encore un défi dont vous rêvez ?

« En fait, je n'ai pas de gros objectifs. La montagne la plus belle à gravir, c'est celle que je vais gravir demain. Je vis au jour le jour. J'aime me réveiller, ouvrir la fenêtre et me dire "là les conditions sont trop bonnes. J'y vais !" Parfois, j'ai un projet qui me prend deux semaines, parfois une course dans l'Himalaya. Mon objectif n'est pas de regarder trop loin, mais de regarder ce qu'il y a devant. Le tout,

c'est de rester motivé chaque jour à faire des choses. »

« **Je suis assez cérébral, je calcule le danger** »

Il y a une prise de risque dans ce que vous faites, notamment en alpinisme. Vous êtes père depuis peu de temps. Allez-vous reconsidérer votre prise de risque à l'avenir ?

« Je suis quelqu'un qui a peur et qui n'est pas fou ! Je n'ai jamais pris de risque sans penser aux conséquences. Je suis assez cérébral et je calcule le danger. Je fais des équations entre ma forme du moment, la montagne que je veux gravir, etc. Chaque fois que j'ai pris des risques, c'était calculé. Je n'ai jamais fait des choses folles. »

Comment expliquez-vous

l'engouement populaire pour la course à pied depuis quelques années ?

« C'est un sport qui grandit parce que c'est simple et proche de la nature. Dans nos sociétés, on vit de plus en plus dans des grandes villes, on est sédentaires et enfermés dans la technologie. On a besoin d'échappatoire et d'activité physique pour la santé. Et la course à pied, c'est simple. Il suffit d'une paire de baskets. »

Vous avez évoqué dans une interview récente votre rapport au temps et votre amour pour le silence. Est-ce que c'est encore possible pour vous de trouver du temps pour avoir du silence ?

« Oui, c'est possible. Il faut trouver le bon équilibre. 80 % de mon temps, je le passe dans le silence. Le reste, c'est du bruit. Le plus souvent c'est quand je suis dans des courses. C'est sûr, on ne peut pas tout faire. Moi, la vie sociale ne m'intéresse pas. Je n'aime pas sortir, faire d'autres activités. Moi ce que j'aime, c'est être dans la nature, pratiquer le sport, être à la maison, en famille, avec un livre ou perdu dans mes pensées, tout simplement. »

La Volvic Volcanic Experience se déroule jusqu'à samedi.





Kilian Jornet à la VolvicVolcanicExpérience : « Je vis au jour le jour »



Vous êtes très demandé. Qu'est-ce qui vous motive à venir ici, en dehors du fait que vous êtes partenaire de la marque ?

« J'adore les sommets alpins, mais ici la nature est magnifique. On respire un air pur. C'est vert. L'ambiance de la VVX n'est pas élitiste. Il y a le partage et la convivialité. Et puis, Volvic et Danone soutiennent l'environnement. C'est rare chez les grandes marques. Il faut les encourager à le faire. Car si on veut changer le monde, cela passera aussi par ces grands groupes. »

Aujourd'hui, existe-t-il encore un défi dont vous rêvez ?

« En fait, je n'ai pas de gros objectifs. La montagne la plus belle à gravir, c'est celle que je vais gravir demain. Je vis au jour le jour. J'aime me réveiller, ouvrir la fenêtre et me dire "là les conditions sont trop bonnes. J'y vais !" Parfois, j'ai un projet qui me prend deux semaines, parfois une course dans l'Himalaya. Mon objectif n'est pas de regarder trop loin, mais de regarder ce qu'il y a devant. Le tout, c'est de rester motivé chaque jour à faire des choses. »

« Je suis assez cérébral, je calcule le danger »

Il y a une prise de risque dans ce que vous faites, notamment en alpinisme. Vous êtes père depuis peu de temps. Allez-vous reconsidérer votre prise de risque à l'avenir ?

« Je suis quelqu'un qui a peur et qui n'est pas fou ! Je n'ai jamais pris de risque sans penser aux conséquences. Je suis assez cérébral et je calcule le danger. Je fais des équations entre ma forme du moment, la montagne que je veux gravir, etc. Chaque fois que j'ai pris des risques, c'était calculé. Je n'ai jamais fait des choses folles. »

Comment expliquez-vous l'engouement populaire pour la course à pied depuis quelques années ?

« C'est un sport qui grandit parce que c'est simple et proche de la nature. Dans nos sociétés, on vit de plus en plus dans des grandes villes, on est sédentaires et enfermés dans la technologie. On a besoin d'échappatoire et d'activité physique pour la santé. Et la course à pied, c'est simple. Il suffit d'une paire de baskets. »

Vous avez évoqué dans une interview récente votre rapport au temps et votre amour pour le silence. Est-ce que c'est encore possible pour vous de trouver du temps pour avoir du silence ?

« Oui, c'est possible. Il faut trouver le bon équilibre. 80 % de mon temps, je le passe dans le silence. Le reste, c'est du bruit. Le plus souvent c'est quand je suis dans des courses. C'est sûr, on ne peut pas tout faire. Moi, la vie sociale ne m'intéresse pas. Je n'aime pas sortir, faire d'autres activités. Moi ce que j'aime, c'est être dans la nature, pratiquer le sport, être à la maison, en famille, avec un livre ou perdu dans mes pensées, tout simplement. »

La VolvicVolcanicExpérience se déroule jusqu'à samedi.



Ils courent l'ultra-trail pour évoquer la sclérose en plaque

Le sport contre la maladie Aurélie Besnard, accompagnée de Thomas Lambert, sont au départ de l'ultra-trail de 110 kilomètres dans le cadre de la Volvic Volcanic Experience (VVX), ce matin. Et ils souhaitent saisir l'occasion pour mettre en avant leur cause. « On est tous les deux passionnés de trails. Quand on a décidé de faire la VVX, on en a profité pour sensibiliser les gens sur ma maladie. La sclérose en plaques est encore trop peu connue. On veut aussi montrer les bienfaits du sport même étant malade », soutient Aurélie Besnard.

Les médecins recommandent de plus en plus la pratique d'un sport pour les personnes atteintes de sclérose en plaques. « On ne dirait pas, mais ça permet aussi de lutter contre la fatigue. Avant, on voulait préserver en mettant les malades dans des fauteuils roulant. Mais cela favorisait la perte de muscle et devenait un cercle vicieux », continue Aurélie Besnard.

Aujourd'hui, les tendances ont évolué et le sport prend une place plus importante. Pourtant, le combat n'est pas gagné. « Même s'il existe des associations, il y a encore aujourd'hui un véritable manque d'accompagnement, qui est aussi dû

à un grand manque de connaissance de cette maladie, tant au niveau des médecins que du public en général », explique la traileuse. « On a l'impression que c'est une maladie qu'on vient de découvrir », complète son ami Thomas Lambert.

Tout deux vont participer à cette édition de la VVX. Ils seront filmés et vont réaliser un documentaire pour changer les idées sur cette maladie. « Avec des images de la course, des remarques de médecins, et une présentation des associations, on compte montrer les bienfaits du sport et lever le voile sur la sclérose en plaques », déclare fièrement Aurélie Besnard.

Pratique. Le documentaire ainsi qu'une récolte de dons sont à retrouver sur la page facebook : UltraSEP

Andréas Montero andreasmontero.centrefrance@gmail.com ■



À la rencontre des légendes du trail

passion Le trail est un univers de passionnés. Une grande famille réunie par le plaisir de courir et par des valeurs communes de partage. Coureurs d'élites comme simples pratiquants. La Volvic Volcanic Experience permet justement aux nombreux participants de pouvoir échanger avec les figures charismatiques de la pratique. Hier après-midi, les trailers présents sur le site du Goulet ont eu le plaisir de participer à un moment simple mais privilégié avec quelques-unes des

légendes de la discipline. Kilian Jornet, Dawa Sherpa, Francesca Canepa ou Meghan Laws (pour ne citer qu'eux) ont ainsi pris le temps de répondre aux sollicitations de leurs compagnons de course. Car ce matin, ils seront bel et bien embarqués ensemble dans la même galère. Une grande famille vous dit-on ■



92 — Par la rédaction

5

EVENEMENTS COUP DE CŒUR EN AUVERGNE RHONE-ALPES

L'Auvergne-Rhône-Alpes regorge d'événements qui font vivre le sport Outdoor. Trail, courses à pied, randonnées pédestres ou cyclo sportives, le calendrier est plus que bien rempli, tout au long de l'année, sur nos massifs et dans nos vallées. Chez *Wider*, nous aimons la compétition mais plus encore la convivialité, l'esprit festif et de partage qui permet à chacun de vivre son propre défi, qu'il soit sur des milliers de mètres dénivelés ou de quelques kilomètres seulement. C'est pour cela que nous avons sélectionné ici, parmi la pléthore de belles épreuves régionales, cinq événements qui mêlent tout naturellement la pratique, le défi individuel avec le partage et la découverte des paysages et de ses habitants. Pour courir, pédaler, marcher, voler... Et vivre, tout simplement, avec des étoiles plein les yeux et quelques gouttes de sueur, tout de même, au front !

PAYS :France
PAGE(S) :92-97
SURFACE :583 %
PERIODICITE :Bimestriel

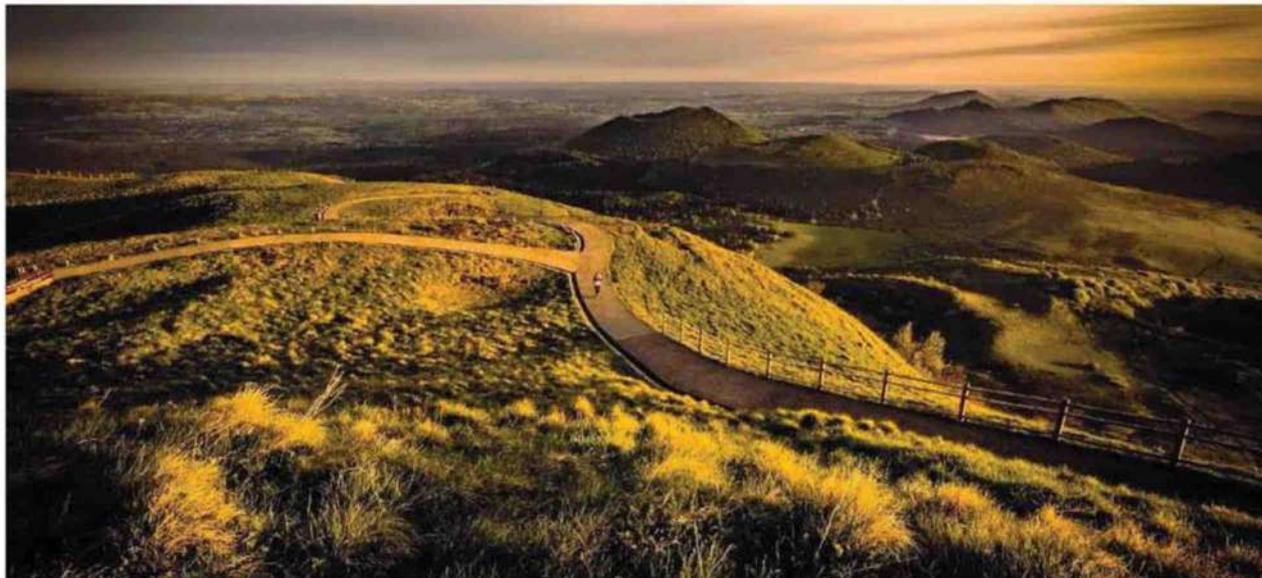


Wider le magazine o

► 1 juin 2019 - N°1 - Edition Hors Série



94 — 5 ÉVÉNEMENTS COUPS DE CŒUR EN AUVERGNE RHÔNE-ALPES



1/ LA VVX

La [Volvic Volcanic Experience](#) revient aux sources du trail en proposant aux coureurs des défis à leurs mesures (de 14 à 200 km !) mais surtout une découverte des volcans d'Auvergne, de leur nature et de leur patrimoine. Animations, visites des sources de l'eau de Volvic, ateliers de taille de pierre volcanique, concerts et randonnées gastronomiques sont également au programme de cette expérience sportive et culturelle.

→ Prochaine édition : mai 2020.



2/ L'ARDÉCHOISE

La grande classique du cyclisme sportif et festif rassemble chaque année plus de 15 000 adeptes de la petite reine, mais aussi un grand nombre de bénévoles. Une grande foule qui se répartie sur de nombreux parcours, entre 80 et 280 km, qui affrontent les principaux cols du département. En mode compétitif ou cyclo-touriste, l'Ardéchoise séduit encore et toujours plus, pour découvrir des paysages splendides et des villages en fête, décorés aux couleurs jaunes et violettes, pour rappeler le genêt et la myrtille. Dans une ambiance toujours inoubliable ! → Prochaine édition : 19 / 22 juin 2019.



3/ LE VÉLO-VERT FESTIVAL

marathonnienne, si voulez me catégoriser je rentrerai dans la case « Raideuse folle dingue !! » Ma plus grande fierté est arrivée le 4 Janvier 2017, se prénommant Coline. Avec elle et l'aide de son papa, de ma famille et d'un coach extraordinaire, j'ai réalisé 7 mois plus tard, mon plus beau rêve : « Venir à bout de l'IRON Bike », une épreuve de 650 km, +24 000 m sur 8 jours. Je vous l'ai dit je suis un peu « folle dingue ». Je profite de la vie de famille qui me comble de bonheur et cherche à partager mon expérience de « rideuse maman » car la maternité n'est pas synonyme d'abstinence sportive et de fin d'une carrière sportive ! Je souhaite représenter le Vélo Vert Festival pour permettre à un maximum de personnes de découvrir cet événement où chacun peut trouver son bonheur : esprit famille, esprit compétition, esprit test et découverte du matériel ! Cet événement incarne pour moi ce que je cherche dans la pratique du VTT : la compétition soulignée par une pointe de folie et surmontée par une montagne de partage ». → **Prochaine édition : 31 mai au 2 juin 2019.**

Les reliefs du Vercors, au départ de Villard-de-Lans, se prêtent à la perfection au VTT sous toutes ses formes, avec de grands espaces et de belles pentes bien techniques. Des distances adaptées à chacun, des tests de matériel possibles pour tous, le Vélo-Vert festival se décline en compétition ou en randonnée, en club ou en famille. Comme l'explique Aurélie Grosse, une maman rideuse ambassadrice de l'événement : « Ni crosseuse, ni endurance et encore moins



4/ LA COUPE ICARE

lors de l'incontournable Coupe Icare. Fidèle à son ADN, la manifestation propose cette année encore un programme riche et rythmé, en l'air comme sur terre, sportif bien-sûr, mais aussi avec ses volets culturel et économique. Événement incontournable pour tout acteur des sports aériens (parapente, deltaplane, paramoteur...), la Coupe Icare a la particularité d'attirer aussi le grand public et d'accueillir chaque année près de 100 000 visiteurs en 4 jours. Déguisements, aéronefs fantaisistes et créatives, le spectacle sera dans le ciel... Cette année, l'événement rend hommage à Léonard de Vinci, le génie inventeur, entre autres mille créations, d'objets volants légers il y a 500 ans.

→ La 46^e édition de la Coupe Icare aura lieu du jeudi 19 au dimanche 22 septembre 2019. Comme chaque année depuis 1974, c'est sur le site de Saint-Hilaire-du-Touvet / Lumbin, entre massif de Chartreuse et vallée du Grésivaudan au cœur des Alpes iséroises, que l'on célébrera la fin de l'été en compagnie des fous-volants du monde entier. Tout ce qui se fait de plus innovant, acrobatique, spectaculaire et décalé en matière de sports aériens ultra-légers, est présenté



5/ L'EURO NORDIC WALK

mais aussi courses chronométrées, vous découvrirez sur ces parcours toutes les beautés des plateaux du Vercors. Avec sans doute, un bon plat de ravioles à l'arrivée ! → **Prochaine édition : 7 au 10 juin 2019.**

La marche Nordique est de plus en plus populaire. Activité simple et accessible, ses bienfaits physiques sont reconnus. Si elle permet la contemplation et des efforts doux, la marche nordique peut aussi se révéler un excellent entraînement général, et même un sport de compétition.

Cet Euro Nordic Walk Vercors décline tous les aspect de cette pratique, en proposant sur trois jours, des parcours variés à la portée de chacun. Randonnées



Volvic Volcanique Expérience- Retour aux origines du trail



Tous les amoureux de notre région se rassemble pour ces trois jours de découverte, dépassement et convivialité. Cet événement unique en France regroupe 3 éléments naturels emblématique caractéristique de la ville de Volvic : Volcans, pierre et eau pour une expérience sportive, culturelle et festive.

Gérard Fayet, traileur de la **VVX** :

« L'idée de départ vient de traileurs comme moi. Un jour, je me rends compte que pendant mes courses je ne regarde pas les paysages, que je suis toujours dans l'effort, dans le « toujours plus ». »

La **VOLVICVOLCANICEXPERIENCE** a donc pour objectif d'allier nature et sport. Bien souvent les sportifs ont tendance à se concentrer uniquement sur leurs performances sportives en oubliant de regarder la beauté des paysages qui les entourent. La **VVX** a pour mission de « renouer les liens avec l'origine du trail, qui repose sur la découverte de la nature, d'une population, d'une cuisine ou d'un patrimoine. »

« Grâce au succès des précédentes éditions, la **VVX** attire les champions et championnes du monde entier. Cet évènement commence à prendre une dimension internationale avec plus de 18 nations dès cette année et compte un jour rejoindre l'Ultra Trail® World Tour (UTWT). »

Des trails pour tous les niveaux !

Quatre trails sont proposés le vendredi 31 mai et trois d'entre eux sont des parcours certifiés ITRA et des courses qualificatives UTMB®. Quatre parcours différents sont proposé ! La découverte des Chaînes des Puy n'est pas seulement réservée aux grands sportifs. La **VVX** vous propose 4 parcours allant de 15km pour l'expérience Trail Pierre de Lave jusqu'à 110km pour les plus motivé pour l'expérience Trail Chaîne des Puy-Faille de Limagne (en solo ou trio relais). Les parcours intermédiaires sont de 25km et 43km.

Les randonnées : convivialité assurée !

Rien de mieux qu'un bol d'air frais et un peu de marche ! Lors de la **VolvicVolcanicExpérience** trois randonnées-vous sont proposés :

Rando de la pierre (15 km) et rando des puy (25 km)

Laissez vous guider pour découvrir les magnifiques paysages de notre région. Ces parcours vous offrent plusieurs panoramas d'exception, découvrez les volcans emblématiques du nord de la chaîne des puys, traversez des carrières de roche volcanique en activité. Le tout dans une ambiance conviviale et animée.

Rando Gastro (13 km)

Gourmands et amateurs de cuisine, cette randonnée est faite pour vous !

Véritable virée culinaire, cette randonnée allie avec goût l'effort et le réconfort. Sillonnant de village en village et de four en four, le parcours se dessine sous forme de menu à l'effigie de la gastronomie auvergnate. Au fil des kilomètres parcourus, les randonneurs dégustent les mets locaux à la découverte du savoir-faire et des traditions gastronomiques locales.

VOLVIC EN FÊTE

La **VVX** n'est pas seulement dédiés aux sportifs de haut niveau, c'est un événement familial ouvert à tous. Vous n'êtes pas un grand coureur et l'idée de faire 10km vous fais froid dans le dos ?

Ne vous inquiétez pas la Volvic Expérience vous propose des activité ludiques et inhabituels. Plusieurs initiations sont proposées comme la slackline, le geocaching, le VTT, la trottinette électrique, le gyropode et le quadbike. Mais aussi le tir à l'arc, la grimpe d'arbres, le baby parkour ou encore le yoga...

Le tout gratuitement sur le village de l'événement de 9h00 à 18h00.

Le samedi 1^{er} juin, un tour de la ville de Volvic et de ces monuments est organisé. Venez visiter les ateliers de pierre, usines d'embouteillages, l'impluvium de Volvic et bien d'autres sites ou monuments emblématique de la ville.

Dans le prolongement des manifestations sportives, la ville propose de nombreux spectacles et animations dans ses rues pour associer les sportifs, leurs familles et tous les visiteurs à cet événement exceptionnel qui conjugue sport, découvertes et rencontres en toute convivialité.

A partir de 20h30, la **VVX** devient un véritable festival musical. Le 30 mai 2019 se produira pour le dîner inaugural « Faut qu'ca guinche » sur la place l'église à Volvic, un groupe festif avec une énergie débordante sur scène.

Le lendemain retrouvez « WAZOO » au site du goulet pour un dîner festif où nous entonnerons tous leurs hymnes des fiestas estivales comme « La Manivelle » ou « L'aérophile ».

Et pour finir, 3 groupes seront présent au site du goulet le soir du 1^{er} juin 2019. Retrouvez « Yarol », « Minuit » et « Kaywrites » pour une superbe soirée dansante.

VolvicVolcanicExpérience



Ultra-trail

Ludovic Martin, coureur originaire de la Mayenne, a remporté un trail de 220 km, « L'Expérience Grande Traversée Volcanic », du côté de Volvic. ■



Sur les sentiers, sous les bois ou dans les rues, la VVX déplace les foules

Volvic. Des milliers de personnes ont convergé vers Volvic, hier, pour le premier jour de la Volvic Volcanic Experience. PAGES 6 et sports ■



TRAIL

Sangé Sherpa a réveillé le volcan qui sommeillait en lui

Sangé Sherpa n'a pas tergiversé et a dompté les volcans auvergnats ce vendredi. Le Bisontin a bouclé les 110km de la Volvic Volcanic Experience en 10h45'29 avec trois quarts d'heure d'avance sur le second Gregory Bouttier. Le Népalais confirme ainsi son très bon début de saison de trail. La semaine prochaine, il enchaînera par un trail aux Canaries, le Bluetrail. ■



Le Népalais a remporté le 1er trail Chaîne des Puys-Faille de Limagne

Sangé Sherpa, le pionnier des Puys la première édition de la Volvic Volcanic Experience version longue s'est offert un très beau vainqueur. Sangé Sherpa a dompté ce trail de la Chaîne des Puys-Faille de Limagne de manière magistrale. Sa victoire ne souffre d'aucune contestation. Après le forfait de dernière minute du vainqueur de l'an passé Anthony Gay, le Népalais faisait figure de légitime favori. Il n'a pas déçu. Parti sur le coup des 4 heures en compagnie de 400 compagnons de galère, Sangé Sherpa a pris la direction des opérations au petit matin.

« Avant que le jour ne se lève, je n'avais aucune idée des positions de chacun, explique Sangé Sherpa. Ce n'est qu'au sommet du puy de Dôme que j'ai compris que j'étais en tête. » Une position que le Népalais n'a plus jamais quittée. Mais ce trail Chaîne des Puys-Faille de Limagne fut tout sauf une promenade santé. Les 110 kilomètres du parcours offrent un terrain de jeu très roulant. Dans le format Ultra Trail, la Volvic Volcanic Experience sort des sentiers battus. Preuve en est, Sangé Sherpa a bouclé l'épreuve en 10 h 45'29, soit une moyenne légèrement supérieure à 10 km/h.

« C'est vrai que normalement je cours plutôt entre 8 et 9 km/h, remarque le vainqueur. Sur ce trail, le dénivelé est moins important qu'ailleurs. Il faut donc beaucoup courir. J'ai essayé de gérer mon avance, mais sur la fin cela devenait difficile. » La dernière partie de

course, encore plus roulante, fut éprouvante pour le leader mais aussi pour tout le peloton. Les températures, soudainement hautes, n'ont bien évidemment pas aidé. Qu'importe, Sangé Sherpa a su conserver une avance conséquente (plus de 45 minutes) sur le second Grégory Bouttier, tout surpris de terminer sur la deuxième marche du podium.

Chez les féminines, après l'abandon prématuré de l'Italienne Francesca Canepa, l'issue ne faisait aucun doute. Sarah Verguet Moniz a dominé l'épreuve de la tête et des épaules en prenant même une belle sixième place au scratch, en 12 h 27'03. Une performance de taille pour l'Espagnole.

L'Espagne fut également à la fête sur le Trail Impluvium, épreuve de 43 km. Pedro José Hernandez Sanchez a bouclé cette troisième édition en 3 h 24'32, lui aussi surpris par le parcours roulant proposé par la Volvic Volcanic Experience.

Le dénivelé est moins important qu'ailleurs. Il faut beaucoup courir. » Arnaud Clegue Twitter :

[@arnaudclergie](#) ■



La grande traversée, une expérience ultime de 220 kilomètres

expérience. Cette troisième édition de la Volvic Volcanic Experience a largement fait place à l'aventure. L'expérience au sens premier du terme. Avec la « Grande traversée », les organisateurs ont proposé à quelques initiés de prendre part à une course de 220 km. Parti mercredi du Lioran à 10 heures, un contingent d'une vingtaine de coureurs a bravé les intempéries, la nuit, la fatigue, le sommeil et bien évidemment les blessures. De l'ultra trail pur et dur pour des aventuriers à la recherche de sentiments

dépassant le cadre de la performance sportive. Ludovic Martin (à gauche), premier de ce long périple, est arrivé jeudi vers 23 heures. Le deuxième, Philippe Carrard (au centre) a quant à lui gagné l'arrivée quelques heures plus tard. Une expérience ultime que les deux aventuriers ont pris plaisir à partager avec Kilian Jornet, légende de la discipline. ■



Kilian Jornet : « Ma vie est faite de 80 % de silence »

Recueilli par Bruno POIRIER.

Entretien. Avant de participer ce dimanche en Espagne à l'ouverture du circuit mondial des ultra-trails, Kilian Jornet a parrainé cette semaine la Volvic Volcanic Experience.

Vous avez gravi l'Everest deux fois en moins d'une semaine. Quel défi reste à relever ?

La plus belle montagne à gravir est celle que je vais faire demain.

Parfois, c'est un projet qui prend deux semaines, parfois plus lorsque je pars dans l'Himalaya, parfois c'est une course d'un jour. En fait, j'aime regarder ce qu'il y a devant moi. Quels objectifs cette saison ?

Je n'ai pas fait la saison de ski-alpinisme pour être à la maison pour la naissance de ma fille... Cela faisait quinze ans que je faisais la même chose, avec plein de courses en essayant d'être en forme tout l'été. Cette année, j'avais envie de faire une préparation en cherchant deux moments de forme. Je sais que je ne vais jamais retrouver la même motivation, ni les mêmes émotions que dans les années 2006-2007 et je suis prêt à accepter de ne pas aller plus vite qu'un autre. Mais je sais être à mon meilleur niveau. Même si vous êtes dans une autre

approche de la course à pied, votre carrière va bénéficier de votre expérience !

Mes courses passées m'ont permis de me connaître, autant sur le plan physique que psychologique. Courir, grimper, skier n'est pas seulement mon métier, c'est aussi une façon de vivre. Vivre en compétition et à l'entraînement, c'est être méthodique et capable d'apprécier la défaite. Vous participez dimanche à Zegama à la première manche des Golden Trail World Series...

En compétition pure, ce qui me motive, ce n'est pas de courir pour gagner, c'est d'aller sur des courses où il y a du niveau. Comme Sierre-Zinal, où il y aura trente coureurs qui peuvent gagner avec quinze marathoniens en moins de 2 h 15. Ce sont des épreuves où il faut être à 100 %. Ou sur des courses où je me sens en famille, comme la Hardrock ou Zegama. Les courses, plus explorations, je préfère les faire en solitaire.

Avec le skipper François Gabart, vous avez parlé de temps, de silence...

Ma vie est faite de 80 % de silence. Ma vie sociale, je m'en fiche. Je n'aime pas aller manger dehors. Pour moi, l'extérieur, c'est la nature et

faire du sport pour chercher le silence. J'aime bien faire des courses, même si c'est là où il y a le plus de bruit dans ma vie. Le reste du temps, c'est le silence. Celui que je prends pour lire un livre ou être simplement à la maison.

Retrouvez l'entretien complet sur ouest-france.fr/sport/running/



Kilian Jornet, LA star de l'ultra-trail.



Kilian Jornet : "J'ai du mal à comprendre pourquoi je suis admiré"



Papa d'une petite fille depuis quelques semaines, Kilian Jornet arrive dans un moment de sa vie où des choses vont inévitablement changer. Mais pas question pour lui d'abandonner la montagne qu'il aime tant. Au contraire, il compte transmettre cet amour à son enfant. Comme il le fait d'ailleurs auprès de tous ces passionnés admirant le champion. Cette notoriété, Kilian Jornet essaie de l'accepter tant bien que mal. S'il ne la comprend pas toujours, elle lui permet aussi de faire passer des messages. Lui le fervent défenseur de la nature. Entretien.

Vous êtes venu en tant qu'ambassadeur de la marque Volvic. Mais vous êtes surtout ambassadeur de toute une discipline. Comment voyez-vous ce rôle ?

« Ce n'est pas une chose que je recherche. Si tu penses trop à avoir un rôle d'ambassadeur, tu changes peut-être ta façon d'agir. J'aime le trail running, j'aime les courses en montagne. Ce sont des choses qui me passionnent. Donc pour moi c'est facile de montrer la beauté de sport. De montrer quelles sont les choses qui sont intéressantes. C'est pour ça que c'est simple pour moi de le faire.

Vous êtes tout de même l'objet de nombreuses sollicitations. Est-ce que c'est quelque chose qui vous gêne ? Ou s'agit-il d'un honneur pour vous ?

Quelque part oui, je me sens honoré. Parce que cela veut dire que les choses que je réalise peuvent inspirer des gens. Cela peut les amener à la nature, à pratiquer du sport... De l'autre côté, c'est vrai que je suis une personne très introvertie. J'ai besoin de solitude, de silence. Si je suis trop en société, je n'arrive pas à le gérer. Il faut que je trouve le bon équilibre entre le silence et le fait d'être en société.

Au milieu de cette foule vous sentez-vous oppressé ?

Non pas oppressé. C'est juste que j'ai du mal à comprendre pourquoi les gens me suivent ou pourquoi je suis admiré. La seule chose que je fais, c'est de courir plus vite. Ce n'est pas une chose qui est très intéressante par rapport à un instituteur qui transmet des choses ou un scientifique qui peut changer le monde.

Peut-être que vos performances ou votre philosophie de vie inspire aussi tous ces gens...

Oui je peux le comprendre. Mais jusqu'à un certain point. Pour moi, la performance devrait rester quelque chose de très personnel. C'est une chose que tu recherches pour te connaître toi même. Mais comme je le disais, si je peux amener des gens à se motiver, à être dehors, à pratiquer le

sport, à aller dans la nature... Car plus tu vas dans la nature, plus tu la comprends et donc plus tu vas la protéger. Si toutes ces sollicitations autour de moi sont le prix à payer pour ça, je pense finalement qu'il s'agit d'une bonne chose.

Volvic Volcanic Experience : [Classements complets]

Vous parliez de votre désir de vous retrouver souvent seul... Est-ce que vous êtes venus à l'ultra-trail pour assouvir ce besoin de solitude ?

Non, ce sont deux choses différentes. Je vis dans la montagne depuis tout petit. Je ne l'ai pas choisi. C'est mon milieu naturel. En ville je me sens étranger. Il y a du bruit partout, des bâtiments, de l'asphalte... Je ne suis pas bien. Et quand je suis en montagne, que ce soit partout dans le monde, je me sens à la maison. Après c'est vrai que c'est pratique pour trouver le silence (rires).

Il y a eu du changement dernièrement dans votre vie personnelle avec l'arrivée d'une petite fille. Est-ce que cette paternité va vous faire aborder les choses différemment ?

Les choses vont surtout changer d'un point de vue logistique je dirais. Avant, si j'avais envie de partir le vendredi matin pour faire une course n'importe où, j'y allais. Maintenant, il faudra peut-être planifier un peu plus les choses. Mais mis à part cela, ma compagne et moi avons la même philosophie par rapport à ça. On pratique le même sport donc c'est assez simple. On a envie de continuer à faire des choses, d'avoir des projets, d'aller en montagne... Mais désormais on va amener notre gamine.

C'est donc visiblement important aussi de transmettre votre passion à votre enfant...

Oui pour moi c'est important. Mes parents l'ont fait remarquablement bien en me transmettant leur amour pour la nature et pour le sport. Et j'espère aussi que nous saurons le faire avec notre fille.

En pratiquant l'ultra-trail vous évoluez dans des milieux naturels instables et périlleux. Est-ce que votre propre gestion du danger va changer avec la paternité ?

Je suis quelqu'un d'assez prudent déjà. J'ai assez peur des choses. Et déjà avant, quand je pratiquais une activité à risques, je regardais à chaque fois les possibles dangers objectifs mais aussi subjectifs. Je faisais également le bilan de mes capacités. Je posais toutes les inconnues pour pouvoir répondre "oui ou non" à l'équation. Si c'était "non", je n'y allais pas. Il y a toujours des risques c'est sûr, mais je suis quelqu'un qui essaie de ne jamais laisser trop d'incertitudes. Après c'est certain que la notion de risque en montagne est présente. Mais le danger est très visuel. Tu regardes la montagne et tu te dis "tu grimpes en solo, tu tombes et tu es mort". En ski, s'il y a une avalanche, tu es mort. Ce que je veux dire, c'est que les probabilités que ces choses arrivent, avec une bonne préparation, sont bien moindres que celles de mourir d'une maladie respiratoire si tu habites dans une grande ville. Répondre à un texto au volant est aussi quelque chose de très risqué. Et finalement, on est plus habitué à être en voiture qu'en montagne... Il faut donc relativiser les choses.

Arnaud Clergue



Kilian Jornet : "J'ai du mal à comprendre pourquoi je suis admiré"



On ne présente plus Kilian Jornet, véritable légende de l'ultra-trail. Pendant deux jours, l'Espagnol est venu à la rencontre d'une foule de passionnés lors de la **Volvic Volcanic Experience**. Des sollicitations qu'il essaie de gérer au mieux mais qui au fond de lui le gênent un peu. Kilian Jornet est une personne introvertie qui aime à se retrouver seul.

Papa d'une petite fille depuis quelques semaines, Kilian Jornet arrive dans un moment de sa vie où des choses vont inévitablement changer. Mais pas question pour lui d'abandonner la montagne qu'il aime tant. Au contraire, il compte transmettre cet amour à son enfant. Comme il le fait d'ailleurs auprès de tous ces passionnés admirant le champion. Cette notoriété, Kilian Jornet essaie de l'accepter tant bien que mal. S'il ne la comprend pas toujours, elle lui permet aussi de faire passer des messages. Lui le fervent défenseur de la nature. Entretien.

Vous êtes venu en tant qu'ambassadeur de la marque Volvic. Mais vous êtes surtout ambassadeur de toute une discipline. Comment voyez-vous ce rôle ?

« Ce n'est pas une chose que je recherche. Si tu penses trop à avoir un rôle d'ambassadeur, tu changes peut-être ta façon d'agir. J'aime le trail running, j'aime les courses en montagne. Ce sont des choses qui me passionnent. Donc pour moi c'est facile de montrer la beauté de sport. De montrer quelles sont les choses qui sont intéressantes. C'est pour ça que c'est simple pour moi de le faire.

Vous êtes tout de même l'objet de nombreuses sollicitations. Est-ce que c'est quelque chose qui vous gêne ? Ou s'agit-il d'un honneur pour vous ?

Quelque part oui, je me sens honoré. Parce que cela veut dire que les choses que je réalise peuvent inspirer des gens. Cela peut les amener à la nature, à pratiquer du sport... De l'autre côté, c'est vrai que je suis une personne très introvertie. J'ai besoin de solitude, de silence. Si je suis trop en société, je n'arrive pas à le gérer. Il faut que je trouve le bon équilibre entre le silence et le fait d'être en société.

Au milieu de cette foule vous sentez-vous oppressé ?

Non pas oppressé. C'est juste que j'ai du mal à comprendre pourquoi les gens me suivent ou pourquoi je suis admiré. La seule chose que je fais, c'est de courir plus vite. Ce n'est pas une chose qui est très intéressante par rapport à un instituteur qui transmet des choses ou un scientifique qui peut changer le monde.

Peut-être que vos performances ou votre philosophie de vie inspire aussi tous ces gens...

Oui je peux le comprendre. Mais jusqu'à un certain point. Pour moi, la performance devrait rester quelque chose de très personnel. C'est une chose que tu recherches pour te connaître toi même. Mais comme je le disais, si je peux amener des gens à se motiver, à être dehors, à pratiquer le sport, à aller dans la nature... Car plus tu vas dans la nature, plus tu la comprends et donc plus tu vas la protéger. Si toutes ces sollicitations autour de moi sont le prix à payer pour ça, je pense finalement qu'il s'agit d'une bonne chose.

Volvic Volcanic Experience : [Classements complets]

Vous parliez de votre désir de vous retrouver souvent seul... Est-ce que vous êtes venus à l'ultra-trail pour assouvir ce besoin de solitude ?

Non, ce sont deux choses différentes. Je vis dans la montagne depuis tout petit. Je ne l'ai pas

choisi. C'est mon milieu naturel. En ville je me sens étranger. Il y a du bruit partout, des bâtiments, de l'asphalte... Je ne suis pas bien. Et quand je suis en montagne, que ce soit partout dans le monde, je me sens à la maison. Après c'est vrai que c'est pratique pour trouver le silence (rires).

Il y a eu du changement dernièrement dans votre vie personnelle avec l'arrivée d'une petite fille. Est-ce que cette paternité va vous faire aborder les choses différemment ?

Les choses vont surtout changer d'un point de vue logistique je dirais. Avant, si j'avais envie de partir le vendredi matin pour faire une course n'importe où, j'y allais. Maintenant, il faudra peut-être planifier un peu plus les choses. Mais mis à part cela, ma compagne et moi avons la même philosophie par rapport à ça. On pratique le même sport donc c'est assez simple. On a envie de continuer à faire des choses, d'avoir des projets, d'aller en montagne... Mais désormais on va amener notre gamine.

C'est donc visiblement important aussi de transmettre votre passion à votre enfant...

Oui pour moi c'est important. Mes parents l'ont fait remarquablement bien en me transmettant leur amour pour la nature et pour le sport. Et j'espère aussi que nous saurons le faire avec notre fille.

En pratiquant l'ultra-trail vous évoluez dans des milieux naturels instables et périlleux. Est-ce que votre propre gestion du danger va changer avec la paternité ?

Je suis quelqu'un d'assez prudent déjà. J'ai assez peur des choses. Et déjà avant, quand je pratiquais une activité à risques, je regardais à chaque fois les possibles dangers objectifs mais aussi subjectifs. Je faisais également le bilan de mes capacités. Je posais toutes les inconnues pour pouvoir répondre "oui ou non" à l'équation. Si c'était "non", je n'y allais pas. Il y a toujours des risques c'est sûr, mais je suis quelqu'un qui essaie de ne jamais laisser trop d'incertitudes.

Après c'est certain que la notion de risque en montagne est présente. Mais le danger est très visuel. Tu regardes la montagne et tu te dis "tu grimpes en solo, tu tombes et tu es mort". En ski, s'il y a une avalanche, tu es mort. Ce que je veux dire, c'est que les probabilités que ces choses arrivent, avec une bonne préparation, sont bien moindres que celles de mourir d'une maladie respiratoire si tu habites dans une grande ville. Répondre à un texto au volant est aussi quelque chose de très risqué. Et finalement, on est plus habitué à être en voiture qu'en montagne... Il faut donc relativiser les choses.

Arnaud Clergue

Commentaire



De nombreuses animations organisées en marge des courses

Volvic sous le signe de la fête La VVX, à Volvic (Puy-de-Dôme), il y a ceux qui la courent, et il y a ceux qui la fêtent. Hier, alors que les coureurs s'étaient élancés à l'aube à travers les chemins, sous-bois et autres crêtes de la chaîne des Puys pour les épreuves de la Volvic Volcanic Experience, des milliers de personnes avaient opté pour une participation à l'événement plus décontractée.

Dans le bourg de Volvic comme sur le site du Goulet, de très nombreux ateliers d'initiation aux sports et des animations ont été mis en place.

Slackline, géocatching, parkour, challenge biathlon, quadbikes Les enfants (et parfois leurs parents) ont eu maintes occasions de faire le plein de sensations fortes.

Les festivités se poursuivent aujourd'hui samedi avec des animations essentiellement culturelles dans le centre-bourg de Volvic, jusqu'au concert de clôture de Yarol à 20 heures, sur le site du Goulet. ■



D'autres qualifiés sur des Championnats de France

D'autres qualifiés sur des Championnats de France Outre Thierry Remy, deux autres athlètes sont qualifiés pour les championnats de France du semi-marathon et du 10 km. Le premier se déroulera le 15 septembre entre Auray et Vannes (Morbihan) et le second se tiendra à Cannet-en-Roussillon (Pyrénées-Orientales), deux semaines plus tard. C'est le cas de Nathalie Goulley. La V2 (ou Master 2) a son billet sur le 10 bornes grâce aux 36'18" réalisées à Châlons le 31 mars. Son chrono à Troyes le 12 mai (1 h 38'41") lui ouvre les porters d'Auray-Vannes. Pascal Pérard (55

ans) l'accompagnera en Bretagne grâce à sa perf au Run in Reims en octobre 2018, 1 h 26'14". Pour compléter la bonne saison de l'AC Vitryat, il faut souligner la 3e place de Mickaël Petitprêtre au Trail d'Argonne, cadre du championnat de la Marne. Il participait hier au trail Volvic Volcanic Expérience, 110 km dans les monts auvergnats avec 3500 m de dénivelé et départ à 4 heures du matin. ■



Clermont.

Clermont. Place aux arts. Place aux arts est un marché dédié aux arts plastiques qui se tient le premier dimanche de chaque mois place de Jaude, de 8 h 30 à 13 heures. Ce rendez-vous à ciel ouvert, au coeur de la ville, offre à des artistes professionnels ou amateurs l'occasion d'exposer et d'échanger avec le public autour de leur pratique. La manifestation propose une nouvelle formule, avec plus d'exposants, à partir de ce dimanche. Venez découvrir.

Issoire. Bourse aux minéraux. Améthyste, topaze, béryl, fluorine La Halle aux grains accueille les plus beaux trésors de la terre, aujourd'hui samedi et demain, de 9 heures à 19 heures, à l'occasion de la 42 e bourse aux minéraux d'Issoire. Vingt-cinq exposants y proposeront

des pierres venues du monde entier et de la région. Entrée gratuite. Volvic. Yarol, Minuit et Kawrites en concert. Pour boucler la manifestation dédiée au trail et baptisée VVX, un concert est organisé ce samedi soir à Volvic, sur le site du Goulet. À l'affiche, l'émblématique guitariste de Johnny Hallyday, Yarol Poupaud. À retrouver également, Minuit (les enfants des Rita Mitsouko) et le duo électro de Clermont Kawrites. Tarif : 16, 80 €, gratuit pour les moins de 14 ans. À partir de 20 heures. Plus d'infos sur www.volvic-vvx.com Charade. Course d'endurance. Les Trophées tourisme endurance inaugurent la saison sportive du Circuit de Charade, aujourd'hui et demain. Free Racing Prod'Cup, GT'Cup, challenge Caterham sont

également au programme. Les essais auront lieu ce samedi. Cinq courses se dérouleront dimanche matin, puis l'épreuve de 4 heures d'endurance débutera demain à 13 h 45. L'accès pour les spectateurs sera gratuit. Pouzol. Théâtre gestuel. Dimanche 2 juin, à 15 heures, à la Passerelle, Pont de Menat, Wanted, par la Bruital Cie. Un spectacle aux confins du cartoon, du cinéma-en-direct et de la pantomime. À partir de 7 ans. Tarifs : 8 €/5 €. Réservations : 04. 73. 85. 53. 72. ■



Ambiance les bois de la Nugère

La VVX, à Volvic, ce sont des épreuves sportives. C'est aussi un rendez-vous festif, avec des concerts. Sans le savoir, quelques jeunes ont tenté d'apporter leur contribution à cet élan, jeudi soir, en installant leur sono dans les bois de la Nugère pour une free party, précisément sur l'itinéraire des courses. Prévenus, les gendarmes les ont priés d'aller voir ailleurs, ce à quoi ils ont obtempéré aisément. Dommage ! Le P'tit Aiguillon aurait aimé assister à cette rencontre sans doute inhabituelle, celle de traileurs longue distance et de teufeurs longue durée. Tous des athlètes ! ■



12:08:11 Résultats du trail de Volvic Volcanic Expérience. Le vainqueur a
terminé la course en 10h45.

12:08:45



Par Charles Brumauld

■ Inspiré de l'évasion mythique d'Edmond Dantès, le Défi de Monte-Cristo, le plus grand rassemblement de nage en eau libre en Europe, se déroulera les 21, 22 et 23 juin prochain dans la rade de Marseille. Pour ses vingt ans, l'événement propose plusieurs distances (5 K ou 3,5 K cette année, ou 2,5 K pour découvrir l'épreuve) avec ou sans palmes (mono ou bipalmes), en partant de l'île du Château d'If jusqu'à la plage du Grand Roucas-Blanc. Venez vous confronter à l'un des 4 000 nageurs pros et amateurs attendus cette année et, soyons fous, tentez la nocturne, une course de 5 K dont le départ est donné le vendredi à 20 h 45. L'année dernière, l'épreuve reine, le 5 K sans palmes, avait été gagnée en 44 minutes et 12 centièmes. Envie de battre ce record ?

defimonte-cristo.com

La preuve par trois

■ Lelac, le canal et les plages océanes d'Hossegor. Pas mal, non ? Le 16 juin prochain, la première Swimrun d'Hossegor prendra ses quartiers sur la Côtelandaise. Au menu, trois courses : la furtive (swim 1K + run 2,1K), la sauvage (swim 1,7K + run 5,7K) ou l'audacieuse (swim 3,1K + run 15,4K). Trouvez un binôme sympa pour faire une équipe homogène et partez à l'aventure pour des alternances de nage et de course, d'autant plus que 1% du montant des inscriptions sera reversé à l'association Be Green Ocean, qui propose des missions écovolontaires sport et nature pour protéger l'environnement. No excuses, go ! swimrun-hossegor.fr

Un être s'éveille

■ Du 30 mai au 1^{er} juin prochain, vivez la Volvic Volcanic Experience, Trail, animations et festival, tout en même temps. Le sport : quatre trails (15, 25, 43 voire 83 km pour les costauds) avec les premiers départs à 4 h du matin et un invité de marque : Kilian Jornet. Des randos à pied (15 ou 25 km) ou en VTT (deux tracés de 22 et 40 km), des initiations au sport de pleine nature (grimpe d'arbres, quadbike, slackline, tir à l'arc...). Découverte : atelier pierre de Volvic ou visite de l'impluvium (le système permettant de capter/stocker l'eau), sans oublier les concerts et spectacles. De quoi passer du bon temps, dans le respect de mère Nature. volvic-vvx.com

Raide dingue

■ Profitez du Red Bull Font&Bleau pour découvrir l'escalade, une discipline qui a le vent en poupe et qui se pratique aussi bien sur des structures artificielles en salle ou en extérieur que sur des sites rocheux. Les qualités requises ? Force, souplesse, audace et sagesse. De quoi tenter de se qualifier pour la finale le 15 juin prochain sur 30 blocs différents dans la forêt de Fontainebleau, site bien connu des grimpeurs pour la diversité de ses prises. Les dates ? Block'Out à Toulouse le 16 mai, à Lyon le 23 mai et à Nantes le 29 mai. Allez, un assure. redbull.com/fr

Le tri taille XXL

■ Le très relevé AlpsMan Xtrem Triathlon reprend du service les 8 et 9 juin prochain. Un départ pour 3,8 km de natation depuis le centre du lac d'Annecy à la corne de brume à 5 h 30 (à la fraîche!), suivis de 183 km de vélo (5 cols, 4 300 m de dénivelé positif) en passant par le mythique col du Semnoz pour terminer sur un marathon pas si roulant que ça, avec un finish justement sur le Semnoz, le « Toit d'Annecy ». Pas assez préparé ? Mise sur l'AlpsMan Xperience, le lendemain, qui donne un avant-goût de la course, avec 3 épreuves au choix : 1,2 km de natation, 27 km de vélo ou 12 km de course à pied. De quoi vivre ses premières sensations de triathlète avec des départs « mass start » et « poursuite ». alps-man.com

L'AVENTURIER

LES BONS CONSEILS DE LAURENT BOUIT, RÉALISATEUR * ET PASSIONNÉ DE TREK

* SON DOCUMENTAIRE LES PLUS BEAUX TREKS, DANS LES PAYSAGES CALÉDONIENS, SERA DIFFUSÉ COURANT MAI SUR LA CHAÎNE VOYAGES, ET PROCHAINEMENT SUR FRANCE 5 ET TV5 MONDE.

Envie de me faire plaisir avec une destination de fou, mer et montagne. Qui m'aide ?

LIONEL, 42 ANS, NOGENT-SUR-MARNE



Tentons la Nouvelle-Calédonie, au cœur du Pacifique sud. C'est loin, mais beau ! Une destination très cotée pour ses plages et les activités aquatiques sur le « plus beau lagon du monde ». Mais si vous traversez le miroir, il y a vraiment moyen de se faire plaisir. Deux options : la première, très sportive, le GR Sud et ses 100 km dans la partie sud de l'île, en autonomie totale, sans villages ni hôtels. Que des refuges non gardés façon « bivouac ». Comptez une semaine, le temps de franchir les paysages de terres rouges quasi désertiques et de vous enfoncer dans une forêt tropicale dense et humide (et de découvrir les cascades qui vont avec...). Deuxième piste, celle du GR Nord, plus accessible, avec des étapes où l'on peut dormir dans les villages kanaks, en immersion avec les locaux. De quoi se rassasier avec un bon bougna, un plat typique dans lequel les ingrédients (poulet, patates douces, tomates, ignames, lait de coco...) sont enveloppés dans des feuilles de bananier et cuits à l'étouffée. Le bon moment ? De mai à octobre, la période la moins chaude et la plus sèche.

100

100

PROPOS D'UN JOUR

Performance et santé. L'ultra-trail entre le Lioran et Volvic (220 km) qui s'est couru de jeudi à vendredi derniers, s'inscrit dans la saga des épreuves mythiques de la course à pied comme le tour du Mont-Blanc (300 km) ou l'Ironman. Cette « conquête de l'inutile » fait rêver les amateurs de jogging, mais bien peu sont capables d'un tel effort. Fort heureusement pour leur santé, point n'est besoin de réaliser de telles performances. Une bonne marche le dimanche matin est plus accessible au commun des randonneurs et fait du bien au corps et à la tête ! ■

PROPOS D'UN jour

Performance et santé. L'ultra-trail entre le Lioran et Volvic (220 km), qui s'est couru de jeudi à vendredi derniers, s'inscrit dans la saga des épreuves mythiques de la course à pied comme le tour du Mont-Blanc (300 km) ou l'Iron-man. Cette « conquête de l'inutile » fait rêver les amateurs de jogging, mais bien peu sont capables d'un tel effort. Fort heureusement pour leur santé, point n'est besoin de réaliser de telles performances. Une bonne marche le dimanche matin est plus accessible au commun des randonneurs et fait du bien au corps et à la tête ! ■



PROPOS D'UN MONTAGNARD

Performance et santé. L'ultra-trail reliant Le Lioran à Volvic (220 km), qui s'est couru entre le Cantal et le Puy-de-Dôme, s'inscrit dans la saga des épreuves mythiques de la course à pied comme le tour du Mont-Blanc (300 km) ou l'Ironman. Cette « conquête de l'inutile » fait rêver les amateurs de running, mais bien peu sont capables d'un tel effort. Fort heureusement pour leur santé, point n'est besoin de réaliser de telles performances. Une bonne marche le dimanche matin est plus accessible au commun des mortels et fait du bien au corps et à la tête ! ■

PROPOS D'UN jour

Performance et santé. L'ultra-trail entre le Lioran et Volvic (220 km) qui s'est couru de jeudi à vendredi derniers, s'inscrit dans la saga des épreuves mythiques de la course à pied comme le tour du Mont-Blanc (300 km) ou l'Iron-man. Cette « conquête de l'inutile » fait rêver les amateurs de jogging, mais bien peu sont capables d'un tel effort. Fort heureusement pour leur santé, point n'est besoin de réaliser de telles performances. Une bonne marche le dimanche matin est plus accessible au commun des randonneurs et fait du bien au corps et à la tête ! ■

PROPOS D'UN JOUR

Performance et santé. L'ultra-trail entre le Lioran et Volvic (220 km) qui s'est couru de jeudi à vendredi derniers, s'inscrit dans la saga des épreuves mythiques de la course à pied comme le tour du Mont-Blanc (300 km) ou l'Ironman. Cette « conquête de l'inutile » fait rêver les amateurs de jogging, mais bien peu sont capables d'un tel effort. Fort heureusement pour leur santé, point n'est besoin de réaliser de telles performances. Une bonne marche le dimanche matin est plus accessible au commun des randonneurs et fait du bien au corps et à la tête ! ■

PROPOS D'UN jour

Performance et santé. L'ultra-trail entre le Lioran et Volvic (220 km) qui s'est couru de jeudi à vendredi derniers, s'inscrit dans la saga des épreuves mythiques de la course à pied comme le tour du Mont-Blanc (300 km) ou l'Ironman. Cette « conquête de l'inutile » fait rêver les amateurs de jogging, mais bien peu sont capables d'un tel effort. Fort heureusement pour leur santé, point n'est besoin de réaliser de telles performances. Une bonne marche le dimanche matin est plus accessible au commun des randonneurs et fait du bien au corps et à la tête ! ■



VVX 2019 : les volcans d'Auvergne se sont réveillés !

La **Volvic Volcanic Experience - VVX** - propose une immersion sportive dans un cadre d'exception, un des lieux les plus emblématiques de l'Auvergne: la Chaîne des Puys - Faille de Limagne, récemment inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. Au cœur de cette nature unique, façonnée par les volcans, la pierre et l'eau; la **VVX** est, pour tous les sportifs, traileurs ou randonneurs, une odyssée sensorielle au contact d'une nature vivante et préservée. Retour sur les Expériences Trails !

L'Expérience Grande Traversée Volcanic « XGTV® »

220 km / 7500 D+

Mercredi 29 mai, la **XGTV** a lancé les festivités. 23 aventuriers, 4 équipes duo et 17 solos aguerris au trail ultra longue distance étaient au départ au Lioran pour cette première édition.

La **XGTV**, en semi autonomie, repose sur l'engagement mental, l'esprit de solidarité et d'aventure, ainsi que sur les valeurs sportives et la pratique de la moyenne montagne, le tout au cœur des volcans français. Une expérience unique !

Cette épreuve d'ultra endurance qui a emmené les concurrents sur une longue traversée des Volcans d'Auvergne de 220 km et 7 500 m D+, parcourant les plus emblématiques GR : les monts Dômes, les monts Dore, le massif du Cézallier, le massif du Cantal et le plateau de l'Artense. Un tracé qui découvre la richesse et la diversité des différents territoires de l'ensemble, du Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne.

Après 36h45 mn de course, Ludovic Martin passe la ligne d'arrivée très fatigué : « Je suis habitué à ces longues distances, mais ici, j'ai été bluffé. En fait la **XGTV**, c'est 4 courses différentes, 4 paysages différents, c'est tout simplement magnifique. Et puis, il y avait une vraie ambiance de trail aventure et ultra endurance avec une équipe de bénévoles incroyablement gentils, disponibles et souriants qui ont su être un soutien très important ».

Le duo team Dingo est sur le podium des teams avec un temps total de 47h15.

Arrivée de Claire Rimbault (photo : Cyrille Quintard)

Grosse séquence émotion avec l'arrivée de Claire Rimbault, maman de 3 filles et professeur d'EPS, originaire d'Aurillac, l'unique féminine qui se classe 7ème au classement scratch après 53h37 de course. Très émue, au bord des larmes, elle déclare : « c'était énorme de savoir qu'il y avait autant de monde derrière moi, cela m'a porté dans les moments difficiles et jusqu'à la ligne d'arrivée ! Toute la petite troupe a été particulièrement choyée par les bénévoles, qui ont fait preuve d'une incroyable gentillesse ! »

110 km : l'Expérience Trail Chaîne des Puys - Faille de Limagne

La course candidate pour intégrer le circuit 2020 de l'UTWT a ainsi accueilli des élites hommes et femmes français et internationaux sur une nouvelle distance de 110km.

Comme à son habitude Sange Sherpa (Népal) a affiché son sourire radieux tout le long de la course et à son arrivée, après 10h45 de course. Vainqueur de cette première édition du 110km, c'est très heureux qu'il prend la parole devant un public conquis. « Je suis venu pour le fun, pour m'amuser et me faire plaisir... Résultat : je me suis régalé ! Merci à vous tous et rendez-vous sur une prochaine édition ! »

Sarah Verguet Moniz (Portugal) aura fait toute la course en tête devant l'italienne Francesca Canepa. Sarah arrive finalement au cœur du village de Volvic en 12h27.

43 Km, Expérience Trail Impluvium de Volvic

Le départ a été donné par Kilian Jornet, invité d'honneur de la **VVX** et ambassadeur de la marque

Volvic, avec Emmanuel Faber, PDG de Danone, qui s'est quant à lui lancé sur cette épreuve !

L'Espagnol José Hernandez Sanchez remporte l'épreuve en 3h24, suivi 20mn plus tard par Fabien Lassonde, puis à quelques minutes par Aurélien Lemaistre.

Dawa Sherpa, traileur reconnu de tous, venu lui aussi découvrir les sentiers roulants des volcans d'Auvergne, se classe finalement 7ème. Les françaises remportent le 43 km : Virginie Pailloux en 4h34, Lucie Peillon en 4h48 et Céline Petit en 4h48.

T.Nallet, Peignée Verticale.

25 km, Expérience trail Volcanique

Une arrivée à couteaux tirés pour Fabien Demure (02:07:48), Arnaud Jaillard (02:09:11) et Stéphane Bacconnier (02:09:32)

Idem pour les dames, avec Marine Place en 2:30:20, suivi 30 secondes plus tard par Celine Dequidt, puis Clarisse Chevalier en 02:36:25

15km, Expérience Trail Pierre de Lave

Yoan Meudec (1h04), Frédéric Poumerol (1h06) et Brice Denis (1h08) font le podium hommes, Corinne Rougerie (1h30), Nora Jouy (1h31), Alexandra Arendt (1h33) le podium femmes.

Des courses mais pas que !

Au-delà de la performance sportive, l'invitation à revenir sur ses traces est également au cœur des animations et du programme du week-end. Trois jours d'animations et de concerts... de quoi réveiller les volcans endormis !

Après une soirée inaugurale qui a fait le plein, la première journée de la **VVX** était dédiée au trail, pour petits et grands ! Demain, samedi, le concept originel de l'évènement prendra tout son sens puisqu'ils seront nombreux à revenir sur leurs pas afin de découvrir les secrets des volcans d'Auvergne.

Grâce aux 550 bénévoles, l'expérience trail se transforme et se poursuit en expérience culturelle. Au programme: artisanat local et régional, traditions culinaires et visites ludo-pédagogiques entre volcans, pierre et eau. L'expérience sportive initiale emmènera finalement petits et grands à découvrir d'autres activités outdoor et l'expérience festive clôturera le week-end avec Kawrites, Minuit et Yarol!



VOLVICVOLCANICEXPERIENCE : les volcans se sont réveillés !



© Peignée Verticale / T.Nalet **VVX** 2019 - Puy des Gouttes

La **VolvicVolcanicExperience** – **VVX** – propose une immersion sportive dans un cadre d'exception, un des lieux les plus emblématiques de l'Auvergne : la Chaîne des Puys – Faille de Limagne, récemment inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. Au cœur de cette nature unique, façonnée par les volcans, la pierre et l'eau ; la **VVX** est, pour tous les sportifs, traileurs ou randonneurs, une odyssée sensorielle au contact d'une nature vivante et préservée.

L'ExpérienceGrandeTraverséeVolcanic « XGTV® »

220 km / 7500 D+

Mercredi 29 mai, la **XGTV** a lancé les festivités. 23 aventuriers, 4 équipes duo et 17 solos aguerris au trail ultra longue distance étaient au départ au Lioran pour cette première édition.

La **XGTV**, en semi autonomie, repose sur l'engagement mental, l'esprit de solidarité et d'aventure, ainsi que sur les valeurs sportives et la pratique de la moyenne montagne, le tout au cœur des volcans français. Une expérience unique !

Cette épreuve d'ultra endurance qui a emmené les concurrents sur une longue traversée des Volcans d'Auvergne de 220 km et 7 500 m D+, parcourant les plus emblématiques GR : les monts Dômes, les monts Dore, le massif du Cézallier, le massif du Cantal et le plateau de l'Artense. Un tracé qui découvre la richesse et la diversité des différents territoires de l'ensemble, du Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne.

Après 36h45 mn de course, Ludovic Martin passe la ligne d'arrivée très fatigué : « Je suis habitué à ces longues distances, mais ici, j'ai été bluffé. En fait la **XGTV**, c'est 4 courses différentes, 4 paysages différents, c'est tout simplement magnifique. Et puis, il y avait une vraie ambiance de trail aventure et ultra endurance avec une équipe de bénévoles incroyablement gentils, disponibles et souriants qui ont su être un soutien très important ».

Le duo team Dingo est sur le podium des teams avec un temps total de 47h15.

Grosse séquence émotion avec l'arrivée de Claire Rimbault, maman de 3 filles et professeur d'EPS, originaire d'Aurillac, l'unique féminine qui se classe 7ème au classement scratch après 53h37 de course. Très émue, au bord des larmes, elle déclare : « c'était énorme de savoir qu'il y avait autant de monde derrière moi, cela m'a porté dans les moments difficiles et jusqu'à la ligne

d'arrivée ! Toute la petite troupe a été particulièrement choyée par les bénévoles, qui ont fait preuve d'une incroyable gentillesse ! »

110 km : l'Expérience Trail Chaîne des Puys – Faille de Limagne

La course candidate pour intégrer le circuit 2020 de l'UTWT a ainsi accueilli des élites hommes et femmes français et internationaux sur une nouvelle distance de 110km.

Comme à son habitude Sange Sherpa (Népal) a affiché son sourire radieux tout le long de la course et à son arrivée, après 10h45 de course. Vainqueur de cette première édition du 110km, c'est très heureux qu'il prend la parole devant un public conquis. « Je suis venu pour le fun, pour m'amuser et me faire plaisir... Résultat : je me suis régalez ! Merci à vous tous et rendez-vous sur une prochaine édition! »

Sarah Verguet Moniz (Portugal) aura fait toute la course en tête devant l'italienne Francesca Canepa. Sarah arrive finalement au cœur du village de Volvic en 12h27.

Sangé Sherpa, vainqueur du 110km – Photo Cyrille Quintard

43 Km, Expérience Trail Impluvium de Volvic

Le départ a été donné par Kilian Jornet, invité d'honneur de la **VVX** et ambassadeur de la marque Volvic, avec Emmanuel Faber, PDG de Danone, qui s'est quant à lui lancé sur cette épreuve !

L'Espagnol José Hernandez Sanchez remporte l'épreuve en 3h24, suivi 20mn plus tard par Fabien Lassonde, puis à quelques minutes par Aurélien Lemaistre.

Dawa Sherpa, traileur reconnu de tous, venu lui aussi découvrir les sentiers roulants des volcans d'Auvergne, se classe finalement 7ème. Les françaises remportent le 43 km : Virginie Pailloux en 4h34, Lucie Peillon en 4h48 et Céline Petit en 4h48.

25 km, Expérience trail Volcanique

Une arrivée à couteaux tirés pour Fabien Demure (02:07:48), Arnaud Jaillard (02:09:11) et Stéphane Bacconnier (02:09:32)

Idem pour les dames, avec Marine Place en 2:30:20, suivi 30 secondes plus tard par Celine Dequidt, puis Clarisse Chevalier en 02:36:25

15km, Expérience Trail Pierre de Lave

Yoan Meudec (1h04), Frédéric Pומרol (1h06) et Brice Denis (1h08) font le podium hommes, Corinne Rougerie (1h30), Nora Jouy (1h31), Alexandra Arendt (1h33) le podium femmes.

Ambiance **VVX** – Photo Terre d'exception G.Fayet

Des courses mais pas que !

Au-delà de la performance sportive, l'invitation à revenir sur ses traces est également au cœur des animations et du programme du week-end. Trois jours d'animations et de concerts... de quoi réveiller les volcans endormis !

Après une soirée inaugurale qui a fait le plein, la première journée de la **VVX** était dédiée au trail, pour petits et grands ! Demain, samedi, le concept originel de l'évènement prendra tout son sens puisqu'ils seront nombreux à revenir sur leurs pas afin de découvrir les secrets des volcans d'Auvergne.

Grâce aux 550 bénévoles, l'expérience trail se transforme et se poursuit en expérience culturelle. Au programme : artisanat local et régional, traditions culinaires et visites ludo-pédagogiques entre volcans, pierre et eau. L'expérience sportive initiale emmènera finalement petits et grands à découvrir d'autres activités outdoor et l'expérience festive clôturera le week-end avec Kawrites, Minuit et Yarol !

[sibwp_form id=2]



La VVX: les meilleurs moments de la dernière journée



Le public était présent pour la dernière journée de la VVX à Volvic, ce samedi 1er juin. Dans les rues du centre-ville de Volvic, de nombreux spectacles et animations ont pris place pour le plus grand bonheur des petits et des grands.

Des milliers de personnes réunies à la VVX, à Volvic, pour faire la fête et découvrir des sports

La journée s'est ensuite côturée avec une soirée concerts au Goulet à Volvic où les artistes Kawrites, Minuit et Yarol Poupaud ont rythmée la soirée avec leurs styles de musiques mêlant des airs Rock et électro.

Andréas Montero



LA VVX SE TERMINE EN FÊTE SOUS UN SOLEIL D'ÉTÉ A VOLVIC

Concert

Pour clôturer la VVX, les groupes ont embrasé le site du Goulet. Après Kawrites, c'est Minuit (ci-contre) qui a mis le feu aux poudres avant de laisser la scène à Yarol Poupaud.

photo pierre couble

Lors de la dernière journée de la VVX à Volvic, hier, le public était nombreux pour admirer les talents des compagnies, qui ont chacune présenté dans divers lieux du centre-bourg de Volvic des

spectacles féériques.

Au coin d'une rue, un homme-orchestre impressionne petits et grands sous les airs de musique sud-américaine. Un peu plus loin, ce sont les parents qui pédalent pour faire fonctionner le manège que les enfants ont pris d'assaut. ■



Kilian Jornet, invité d'honneur de la Volvic VolcanicExperience



Kilian Jornet s'est confié à nos journalistes lors de sa venue dans les volcans d'Auvergne. Il n'a pas tari d'éloges sur la course de 220 kilomètres organisée lors du **VolvicVolcanicExperience** (VVE).

« C'est une course qui est magnifique. Pas seulement pour les paysages, très différents des Alpes, qui ont beaucoup de nature autour. C'est une course dont l'organisation est au top, c'est l'une des meilleures auxquelles j'ai participé : c'est 500 bénévoles qui donnent tout pendant quatre ou cinq jours et l'ambiance, la convivialité, c'est unique ici. La VVE (**VolvicVolcanicExperience**, c'est une course qui peut être classé dans les meilleurs trails du monde. »

« J'ai suivi l'an dernier, c'était ma première fois et j'ai découvert ces paysages. Je ne les connaissais pas beaucoup et ça m'a surpris. Les volcans sont magnifiques, les sommets sont de différentes formes. C'est un paysage que j'ai envie de découvrir davantage. »

« Là, ils sont en train de me titiller pour faire la course de 220 l'année prochaine et c'est vrai que ça me parle bien... »

Kilian Jornet, invité d'honneur de la **VolvicVolcanicExperience**



19:15:40 Volvic Volcanic Expérience.
19:15:57 Interview de Kilian Jornet, trailer.
19:17:27



Ultra-trail. Expérience Grande Traversée Volcanic : aux sources de l'ultra...

Bruno POIRIER.

Ultra-trail. **Expérience Grande Traversée Volcanic** : aux sources de l'ultra...220 km, +7500 m, c'est ainsi que l'on pourrait résumer la **XGTV**, l'acronyme du plus long ultra-trail de France. Mais derrière ces deux nombres, ces quatre lettres, il y a une source qui est loin de se tarir, car elle s'écoule de l'ultra vers l'endurance, le « nouveau » format de l'effort au long cours en course nature...

Le muret est en pierre de Volvic et l'eau qui irrigue les corps fatigués de Ludovic et Philippe viennent de la même source... Assis sur ce banc de lave, les deux hommes sont fatigués, sereins, apaisés. Entre philosophie et carte IGN, ils nous parlent de ces paysages qui les ont transportés, de ces instants précieux pleins de doutes, de ces moments de vie moteur de leur avancée. Dans la carte et au fond d'eux-mêmes. Comme un voyage aux sources de l'ultra...

Ultra-endurance, cette association de mots est la locution maîtresse de Ludovic lorsqu'il pose ses phrases sur l'effort qu'il vient d'accomplir, dans la performance où il s'est accompli. L'homme n'est pas que littéraire. Tactile, parfois, il pose sa main sur l'épaule de son interlocuteur pour donner un sens physique au chapelet de mots qu'il a égrainé comme un mala bouddhiste, ponctuant les cinq dernières perles d'un « mais je n'apprends rien ». L'œil pétille alors, pendant qu'un sourire se tord sur un visage bienveillant.

« C'est une course intimiste, un condensé de vie »

Mais qu'est-ce que l'ultra-endurance ? « C'est une course intimiste, un condensé de vie, un accélérateur d'émotions », répond Ludovic, Martin de son nom et Lavallois de naissance. C'est que je recherche. Les petits comités et la simplicité. Cela va de pair avec la passion de la montagne qui ne correspond avec les photos que l'on a vues sur une course du côté d'Annecy. C'était terrible... Ici, c'était tout le contraire. Les éditions « zéro », en général, ce sont les meilleures. Cette projection de plusieurs jours en montagne, balisée ou pas, à la carte ou pas, est un effort prolongé qui correspond à la **XGTV**. » Et Philippe de préciser : « Dans l'ultra-endurance, il y a deux notions : l'endurance physique et l'endurance psychique et il est important de gérer l'ensemble, car finalement, c'est un doux mélange entre les deux. »

Course, aventure, compétition... « On peut mettre le mot que l'on veut sur cette traversée, c'est avant tout une expérience, poursuit Ludovic. C'est à chacun de la vivre comme il l'entend et de la mener à sa guise. Du premier au dernier, chacun a donc vécu une expérience propre en allant au fond de soi. Ce qui intéressant, c'est sa propre capacité à trouver les moyens pour gérer ses défaillances pour que le mental puisse donner au physique la route à suivre... À un moment où à un autre, je sais que je vais être confronté à ces moments difficiles. »

« Il faudra deux à trois semaines pour récupérer... »

Ces moments difficiles ont balisé l'itinérance des vingt-quatre coureurs qui ont pris part à cette Grande Traversée Volcanic. Ils et elles seront quinze à l'arrivée. Dans un effort qu'il fallait maîtriser, Ludovic n'a pas mis son corps en danger. « C'est un état qui est peu palpable, explique-t-il. À part, évidemment, les douleurs musculaires et tendineuses. Mais je sais aussi qu'il y a des organes internes qui sont touchés et qu'il faudra deux à trois semaines pour récupérer... »

Du premier au dernier, de Ludovic Martin (36 h 45'06) à Alain Denaix (61 h 49'32), en passant par Claire Rimbault (53 h 37'33), la seule femme au départ, Ludovic aura couvert les 220 km et gravi les 7 500 m sans dormir une seule minute. Philippe Carrard, lui, a relié Le Lioran à Volvic en 44 h 08'32. Deuxième de cette première édition de la **XGTV**, son temps global a été ponctué de 1 h 30 de sommeil réalisé par auto hypnose : « Cela dépend de la dureté de l'effort, au niveau de la récupération », poursuit le Suisse, spécialiste de l'ultra-endurance. Il y a une course où j'ai vraiment passé la ligne rouge, c'est le Tour des Géants (330 km, +24000 m) en 2013. Je suis

tombé malade au 65e km et j'ai été au bout, au mental, mais avec des hallucinations sévères la dernière nuit... J'avais très peu dormi et les trois nuits qui ont suivi la course, je n'ai pas dormi. Il y avait un dérèglement hormonal hallucinant. Pendant les trois-quatre mois suivants, il ne fallait plus me parler de sport ! Pour la **XGTV**, j'ai utilisé l'hypnose pour me mettre en état de sieste, en passant par une phase de relaxation. Cela fonctionne bien. Le sommeil dure entre deux et cinq minutes. Il ne faut pas dépasser les dix minutes, sinon tu perds l'influx. Mais il m'a fallu quelques années pour l'expérimenter... »

« Tu gaspilles de l'énergie, il fait froid... »

La méthode de Philippe est identique à celle qu'utilise les marins lors des courses transatlantiques ou les tours du monde à la voile. D'ailleurs, la **XGTV** est une course en navigation avec cartes, GPS et suivi de GR. « La base, c'était de suivre le GR , explique l'Helvétte. Cela aide, mais de nuit, c'était avec le GPS. Car il n'y a rien de plus désagréable que de se perdre et de chercher son chemin. Tu gaspilles de l'énergie, il fait froid... » Une navigation GPS/IGN/GR, donc, que Ludovic qualifie « d'énergivore, il n'y a pas de balisage ». Et de poursuivre : « Même si c'est bien de partir dans l'inconnu, sans rien connaître du parcours, il suffit de se perdre durant un kilomètre et tu as le mental qui chute. D'être dans un flanc de montagne où tu n'as rien à faire et t'entendre dire : je suis paumé. Tu peux aussi lâcher dans la tête, lorsque tu as des tensions musculaires un peu partout. Cela m'est arrivé et c'est le lien que tu arrives à créer avec les bénévoles, les gens qui sont autour de la course qui t'aident, car ils sont dans l'empathie... »

Du Lioran à Volvic, en remontant la chaîne des Puys des Volcans d'Auvergne, Damien Poulet, le directeur de course, avait soigneusement « sélectionné » son équipe. « Ce que j'ai trouvé d'intéressant sur les bases de vie, c'était le professionnalisme des bénévoles , confirme Philippe. Certains étaient des ultra-trailers. Ils connaissaient nos besoins et ils analysaient aussi notre état de forme en posant les bonnes questions. Ils avaient le cœur sous la main et étaient plein de bienveillance. Ils avaient un tel souci de toi que cela te mettait presque mal à l'aise... Ils connaissaient le terrain et ce qui nous attendait lorsque l'on quittait la base de vie... C'était un plus pour moi qui n'était pas de la région. »

« Ce n'est pas de la haute montagne, mais cela n'enlève rien au plaisir des yeux... »

Sur cette Grande Traversée Volcanique, il y avait quatre bases de vie et donc cinq sections de course. Dès lors, peut-on parler de cinq courses différentes ? « Sur un ultra classique, on voit juste une distance , répond Ludovic. Dans le concept de cette expérience, on va de base de vie en base de vie. C'est une manière de se projeter sur une course. Maintenant, on a aussi traversé quatre territoires qui avaient leur propre identité d'un point de vue paysager. Les volcans d'Auvergne du Cantal, Le Cézallier et ses steppes qui ont été très durs, alors que sur la carte, on n'avait pas à avoir peur de cette zone-là. Le Sancy, qui est de la moyenne montagne, mais qui était assez difficile. Après, le Puy de Dôme et sa chaîne de volcans et de puys. C'était encore plus enrichissant. Ce n'est pas de la haute montagne, mais cela n'enlève rien au plaisir des yeux... »

Si Jean-Michel Chopin, le MC de la **VolvicVolcanicExpérience**, est l'initiateur de la **XGTV** – un itinéraire qu'il compte bientôt réaliser en solo, chacun a pu s'identifier à chacun des territoires traversés. « Ceux qui me représentaient le plus, c'était le premier (Cantal) et la troisième (Sancy), confie Ludovic. C'était de la montagne pure. Certes, ce n'était que de la moyenne montagne, mais il y avait des bonnes pentes et la récompense d'être en haut et de contempler. Le Cézallier, c'était particulier avec ses steppes qui rappellent celles de la Mongolie. Cela a participé au côté presque introspectif en étant seul au milieu de ces immensités où il n'y avait que des vaches... »

Philippe est venu de Suisse et cette **XGTV** était aussi un voyage. « L'Auvergne, j'avais envie de la voir sous un angle particulier et il s'est présenté avec cette course , explique-t-il. Ce format est intéressant, car il y a une logistique avec les bases de vie, ce qui permet aux coureurs de faire de très longues distances. Le faire « en off », ce serait plus compliqué, car on aurait une charge dans le dos qui serait différent et ce ne serait pas le même plaisir... »

Ainsi, j'ai découvert des paysages qui m'ont permis de rompre la monotonie de ces 220 km. Dans le Cantal, j'ai été bluffé, car à 360 degrés, j'en ai pris plein la vue. C'était d'une telle ampleur que c'en était particulier... Chaque course est différente et lorsque je m'inscris, c'est pour aller voir

une chaîne de montagne ou bien un paysage. Je ne vais pas aller sur une course parce que c'est « place to be ». Je préfère celle où il y a du respect, car de l'admiration, entre les concurrents et les bénévoles. Entre le premier et le dernier. Ce sont des valeurs qui donnent aux gens l'envie de revenir... »

« C'est bien aussi d'aller chercher ce lien social »

Ludovic, Philippe et leurs compagnons de la **XGTV** 2019 sont tous des férus de l'ultra-endurance. « Nous étions vingt-quatre, mais c'est une course que tu fais tout seul, s'épanche Ludovic. On le fait parce que l'on vient chercher quelque chose de personnel. Cependant, c'est bien aussi d'aller chercher ce lien social. Pour moi, ce fut le cas avant et après la course. Pendant, c'était avec les bénévoles. Ils partageaient la même passion et l'on se comprenait, car c'est le cœur de l'ultra-endurance... »

Ces derniers mots de Ludovic se sont envolés vers les Puys et le Plateau du Limon, au cœur du Cézallier où il n'y a presque rien... Si ce n'est le ciel et la terre. Du bleu avec un peu de blanc. Du vert avec le brun labouré d'un ruminant. Une clôture barbelée pacifiée, balisée de traits rouge et blanc portés par un poteau en bois blanchi par le temps, torturé par le vent. L'herbe porteuse d'un vert d'eau foulée par le passage d'un humain trotinant, d'un coureur pénitent. Et tout à coup, des tintements aux oreilles. Une musique balayée comme des cloches balancées et enfin, un long alignement de pierres : le Sentier des Quirous. Là, où il n'y avait presque rien... Enfin, un quelque part aux sources de l'ultra...

L'heure de l'échauffement avant le départ...

Photo : Gérard Fayet.



Ultra-trail. Expérience Grande Traversée Volcanic : aux sources de l'ultra...



Le muret est en pierre de Volvic et l'eau qui irrigue les corps fatigués de Ludovic et Philippe viennent de la même source... Assis sur ce banc de lave, les deux hommes sont fatigués, sereins, apaisés. Entre philosophie et carte IGN, ils nous parlent de ces paysages qui les ont transportés, de ces instants précieux pleins de doutes, de ces moments de vie moteur de leur avancée. Dans la carte et au fond d'eux-mêmes. Comme un voyage aux sources de l'ultra...

Ultra-endurance, cette association de mots est la locution maîtresse de Ludovic lorsqu'il pose ses phrases sur l'effort qu'il vient d'accomplir, dans la performance où il s'est accompli. L'homme n'est pas que littéraire. Tactile, parfois, il pose sa main sur l'épaule de son interlocuteur pour donner un sens physique au chapelet de mots qu'il a égrainé comme un mala bouddhiste, ponctuant les cinq dernières perles d'un « mais je n'apprends rien ». L'œil pétille alors, pendant qu'un sourire se tord sur un visage bienveillant.



La frontale est indispensable sur ce genre d'épreuve... | Photo : PVerticale.

« C'est une course intimiste, un condensé de vie »

Mais qu'est-ce que l'ultra-endurance ? « C'est une course intimiste, un condensé de vie, un

accélérateur d'émotions, répond Ludovic, Martin de son nom et Lavallois de naissance. C'est que je recherche. Les petits comités et la simplicité. Cela va de pair avec la passion de la montagne qui ne correspond avec les photos que l'on a vues sur une course du côté d'Annecy. C'était terrible... Ici, c'était tout le contraire. Les éditions « zéro », en général, ce sont les meilleures. Cette projection de plusieurs jours en montagne, balisée ou pas, à la carte ou pas, est un effort prolongé qui correspond à la **XGTV**. » Et Philippe de préciser : « Dans l'ultra-endurance, il y a deux notions : l'endurance physique et l'endurance psychique et il est important de gérer l'ensemble, car finalement, c'est un doux mélange entre les deux. »

Course, aventure, compétition... « On peut mettre le mot que l'on veut sur cette traversée, c'est avant tout une expérience, poursuit Ludovic. C'est à chacun de la vivre comme il l'entend et de la mener à sa guise. Du premier au dernier, chacun a donc vécu une expérience propre en allant au fond de soi. Ce qui intéressant, c'est sa propre capacité à trouver les moyens pour gérer ses défaillances pour que le mental puisse donner au physique la route à suivre... À un moment ou à un autre, je sais que je vais être confronté à ces moments difficiles. »

« Il faudra deux à trois semaines pour récupérer... »

Ces moments difficiles ont balisé l'itinérance des vingt-quatre coureurs qui ont pris part à cette Grande Traversée Volcanic. Ils et elles seront quinze à l'arrivée. Dans un effort qu'il fallait maîtriser, Ludovic n'a pas mis son corps en danger. « C'est un état qui est peu palpable, explique-t-il. À part, évidemment, les douleurs musculaires et tendineuses. Mais je sais aussi qu'il y a des organes internes qui sont touchés et qu'il faudra deux à trois semaines pour récupérer... »

Du premier au dernier, de Ludovic Martin (36 h 45'06) à Alain Denaix (61 h 49'32), en passant par Claire Rimbault (53 h 37'33), la seule femme au départ, Ludovic aura couvert les 220 km et gravi les 7 500 m sans dormir une seule minute. Philippe Carrard, lui, a relié Le Lioran à Volvic en 44 h 08'32. Deuxième de cette première édition de la **XGTV**, son temps global a été ponctué de 1 h 30 de sommeil réalisé par auto hypnose : « Cela dépend de la dureté de l'effort, au niveau de la récupération, poursuit le Suisse, spécialiste de l'ultra-endurance. Il y a une course où j'ai vraiment passé la ligne rouge, c'est le Tour des Géants (330 km, +24000 m) en 2013. Je suis tombé malade au 65^e km et j'ai été au bout, au mental, mais avec des hallucinations sévères la dernière nuit... J'avais très peu dormi et les trois nuits qui ont suivi la course, je n'ai pas dormi. Il y avait un dérèglement hormonal hallucinant. Pendant les trois-quatre mois suivants, il ne fallait plus me parler de sport ! Pour la **XGTV**, j'ai utilisé l'hypnose pour me mettre en état de sieste, en passant par une phase de relaxation. Cela fonctionne bien. Le sommeil dure entre deux et cinq minutes. Il ne faut pas dépasser les dix minutes, sinon tu perds l'influx. Mais il m'a fallu quelques années pour l'expérimenter... »



L'heure des podiums... | Photo : Gérard Fayet.

« Tu gaspilles de l'énergie, il fait froid... »

La méthode de Philippe est identique à celle qu'utilise les marins lors des courses transatlantiques ou les tours du monde à la voile. D'ailleurs, la **XGTV** est une course en navigation avec cartes, GPS et suivi de GR. « La base, c'était de suivre le GR, explique l'Helvète. Cela aide, mais de nuit, c'était avec le GPS. Car il n'y a rien de plus désagréable que de se perdre et de chercher son chemin. Tu gaspilles de l'énergie, il fait froid... » Une navigation

GPS/IGN/GR, donc, que Ludovic qualifie « d'énergivore, il n'y a pas de balisage ». Et de poursuivre : « Même si c'est bien de partir dans l'inconnu, sans rien connaître du parcours, il suffit de se perdre durant un kilomètre et tu as le mental qui chute. D'être dans un flanc de montagne où tu n'as rien à faire et t'entendre dire : je suis paumé. Tu peux aussi lâcher dans la tête, lorsque tu as des tensions musculaires un peu partout. Cela m'est arrivé et c'est le lien que tu arrives à créer avec les bénévoles, les gens qui sont autour de la course qui t'aident, car ils sont dans l'empathie... »

Du Lioran à Volvic, en remontant la chaîne des Puys des Volcans d'Auvergne, Damien Poulet, le

directeur de course, avait soigneusement « sélectionné » son équipe. « Ce que j'ai trouvé d'intéressant sur les bases de vie, c'était le professionnalisme des bénévoles, confirme Philippe. Certains étaient des ultra-trailers. Ils connaissaient nos besoins et ils analysaient aussi notre état de forme en posant les bonnes questions. Ils avaient le cœur sous la main et étaient plein de bienveillance. Ils avaient un tel souci de toi que cela te mettait presque mal à l'aise... Ils connaissaient le terrain et ce qui nous attendait lorsque l'on quittait la base de vie... C'était un plus pour moi qui n'était pas de la région. »

« Ce n'est pas de la haute montagne, mais cela n'enlève rien au plaisir des yeux... »

Sur cette Grande Traversée Volcanique, il y avait quatre bases de vie et donc cinq sections de course. Dès lors, peut-on parler de cinq courses différentes ? « Sur un ultra classique, on voit juste une distance, répond Ludovic. Dans le concept de cette expérience, on va de base de vie en base de vie. C'est une manière de se projeter sur une course. Maintenant, on a aussi traversé quatre territoires qui avaient leur propre identité d'un point de vue paysager. Les volcans d'Auvergne du Cantal, Le Cézallier et ses steppes qui ont été très durs, alors que sur la carte, on n'avait pas à avoir peur de cette zone-là. Le Sancy, qui est de la moyenne montagne, mais qui était assez difficile. Après, le Puy de Dôme et sa chaîne de volcans et de puys. C'était encore plus enrichissant. Ce n'est pas de la haute montagne, mais cela n'enlève rien au plaisir des yeux... »

Si Jean-Michel Chopin, le MC de la **VolvicVolcanicExpérience**, est l'initiateur de la **XGTV** – un itinéraire qu'il compte bientôt réaliser en solo, chacun a pu s'identifier à chacun des territoires traversés. « Ceux qui me représentaient le plus, c'était le premier (Cantal) et la troisième (Sancy), confie Ludovic. C'était de la montagne pure. Certes, ce n'était que de la moyenne montagne, mais il y avait des bonnes pentes et la récompense d'être en haut et de contempler. Le Cézallier, c'était particulier avec ses steppes qui rappellent celles de la Mongolie. Cela a participé au côté presque introspectif en étant seul au milieu de ces immensités où il n'y avait que des vaches... »



Claire Rimbault (53 h 37'33), la seule femme au départ. | Photo : Gérard Fayet.

Philippe est venu de Suisse et cette **XGTV** était aussi un voyage. « L'Auvergne, j'avais envie de la voir sous un angle particulier et il s'est présenté avec cette course, explique-t-il. Ce format est intéressant, car il y a une logistique avec les bases de vie, ce qui permet aux coureurs de faire de très longues distances. Le faire « en off », ce serait plus compliqué, car on aurait une charge dans le dos qui serait différent et ce ne serait pas le même plaisir... »

Ainsi, j'ai découvert des paysages qui m'ont permis de rompre la monotonie de ces 220 km. Dans le Cantal, j'ai été bluffé, car à 360 degrés, j'en ai pris plein la vue. C'était d'une telle ampleur que c'en était particulier... Chaque course est différente et lorsque je m'inscris, c'est pour aller voir

une chaîne de montagne ou bien un paysage. Je ne vais pas aller sur une course parce que c'est « place to be ». Je préfère celle où il y a du respect, car de l'admiration, entre les concurrents et les bénévoles. Entre le premier et le dernier. Ce sont des valeurs qui donnent aux gens l'envie de revenir... »

« C'est bien aussi d'aller chercher ce lien social »

Ludovic, Philippe et leurs compagnons de la XGTV 2019 sont tous des férus de l'ultra-endurance. « Nous étions vingt-quatre, mais c'est une course que tu fais tout seul, s'épanche Ludovic. On le fait parce que l'on vient chercher quelque chose de personnel. Cependant, c'est bien aussi d'aller chercher ce lien social. Pour moi, ce fut le cas avant et après la course. Pendant, c'était avec les bénévoles. Ils partageaient la même passion et l'on se comprenait, car c'est le cœur de l'ultra-endurance... »

Ces derniers mots de Ludovic se sont envolés vers les Puys et le Plateau du Limon, au cœur du Cézallier où il n'y a presque rien... Si ce n'est le ciel et la terre. Du bleu avec un peu de blanc. Du vert avec le brun labouré d'un ruminant. Une clôture barbelée pacifiée, balisée de traits rouge et blanc portés par un poteau en bois blanchi par le temps, torturé par le vent. L'herbe porteuse d'un vert d'eau foulée par le passage d'un humain trotinant, d'un coureur pénitent. Et tout à coup, des tintements aux oreilles. Une musique balayée comme des cloches balancées et enfin, un long alignement de pierres : le Sentier des Quirous. Là, où il n'y avait presque rien... Enfin, un quelque part aux sources de l'ultra...



VOLVICVOLCANICEXPERIENCE 2019

Actus courses

Poste Le 3 juin 2019 par Fred Bousseau



La **VolvicVolcanicExperience – VVX** – propose une immersion sportive dans un cadre d'exception, un des lieux les plus emblématiques de l'Auvergne : la Chaîne des Puy – Faille de Limagne, récemment inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Au cœur de cette nature unique, façonnée par les volcans, la pierre et l'eau ; la **VVX** est, pour tous les sportifs, traileurs ou randonneurs, une odysée sensorielle au contact d'une nature vivante et préservée.

Rencontre avec 5 questions à Kilian Jornet à l'occasion de l'événement dont il est l'ambassadeur. Il revient sur la sur-affluence à l'Everest, sur sa prise de risque en montagne, sur son besoin de silence, sur les africains et le skyrunning et son partenariat avec Danone / Volvic et la démarche écologique qui anime ce rapprochement.

VVX : des Expériences Trails de 15 km à 220 km !

=> **L'ExpérienceGrandeTraverséeVolcanic « XGTV® »** – 220 km / 7500 D+

Mercredi 29 mai, la **XGTV** a lancé les festivités. 23 aventuriers, 4 équipes duo et 17 solos aguerris au trail ultra longue distance étaient au départ au Lioran pour cette première édition. La **XGTV**, en semi autonomie, repose sur l'engagement mental, l'esprit de solidarité et d'aventure, ainsi que sur les valeurs sportives et la pratique de la moyenne montagne, le tout au cœur des volcans français. Une expérience unique !

Cette épreuve d'ultra endurance qui a emmené les concurrents sur une longue traversée des Volcans d'Auvergne de 220 km et 7 500 m D+, parcourant les plus emblématiques GR : les monts Dômes, les monts Dore, le massif du Cézallier, le massif du Cantal et le plateau de l'Artense. Un tracé qui découvre la richesse et la diversité des différents territoires de l'ensemble, du Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne.

Après 36h45 mn de course, Ludovic Martin passe la ligne d'arrivée très fatigué : « Je suis habitué à ces longues distances, mais ici, j'ai été bluffé. En fait la **XGTV**, c'est 4 courses différentes, 4 paysages différents, c'est tout simplement magnifique. Et puis, il y avait une vraie ambiance de trail aventure et ultra endurance avec une équipe de bénévoles incroyablement gentils, disponibles et souriants qui ont su être un soutien très important ».

Le duo team Dingo est sur le podium des teams avec un temps total de 47h15.

Grosse séquence émotion avec l'arrivée de Claire Rimbault, maman de 3 filles et professeur d'EPS, originaire d'Aurillac, l'unique féminine qui se classe 7ème au classement scratch après 53h37 de course. Très émue, au bord des larmes, elle déclare : « c'était énorme de savoir qu'il y avait autant de monde derrière moi, cela m'a porté dans les moments difficiles et jusqu'à la ligne d'arrivée ! Toute la petite troupe a été particulièrement choyée par les bénévoles, qui ont fait preuve d'une incroyable gentillesse ! »

=> 110 km : l'Expérience Trail Chaîne des Puys – Faille de Limagne

La course candidate pour intégrer le circuit 2020 de l'UTWT a ainsi accueilli des élites hommes et femmes français et internationaux sur une nouvelle distance de 110 km.

Comme à son habitude Sangé Sherpa (Népal) a affiché son sourire radieux tout le long de la course et à son arrivée, après 10h45 de course. Vainqueur de cette première édition du 110km, c'est très heureux qu'il prend la parole devant un public conquis. « Je suis venu pour le fun, pour m'amuser et me faire plaisir... Résultat : je me suis régalé ! Merci à vous tous et rendez-vous sur une prochaine édition ! »

Sarah Verguet Moniz (Portugal) aura fait toute la course en tête devant l'italienne Francesca Canepa. Sarah arrive finalement au cœur du village de Volvic en 12h27.

=> 43 Km, Expérience Trail Impluvium de Volvic

Le départ a été donné par Kilian Jornet, invité d'honneur de la **VVX** et ambassadeur de la marque Volvic, avec Emmanuel Faber, PDG de Danone, qui s'est quant à lui lancé sur cette épreuve ! L'Espagnol José Hernandez Sanchez remporte l'épreuve en 3h24, suivi 20mn plus tard par Fabien Lassonde, puis à quelques minutes par Aurélien Lemaistre.

Dawa Sherpa, traileur reconnu de tous, venu lui aussi découvrir les sentiers roulants des volcans d'Auvergne, se classe finalement 7ème. Les françaises remportent le 43 km : Virginie Pailloux en 4h34, Lucie Peillon en 4h48 et Céline Petit en 4h48.

=> 25 km, Expérience trail Volcanique

Une arrivée à couteaux tirés pour Fabien Demure (02:07:48), Arnaud Jaillard (02:09:11) et Stéphane Bacconnier (02:09:32)

Idem pour les dames, avec Marine Place en 2:30:20, suivi 30 secondes plus tard par Celine Dequidt, puis Clarisse Chevalier en 02:36:25

=> 15 km, Expérience Trail Pierre de Lave

Yoan Meudec (1h04), Frédéric Poumerol (1h06) et Brice Denis (1h08) font le podium hommes, Corinne Rougerie (1h30), Nora Jouy (1h31), Alexandra Arendt (1h33) le podium femmes.

Des courses mais pas que !

Au-delà de la performance sportive, l'invitation à revenir sur ses traces est également au cœur des animations et du programme du week-end. Trois jours d'animations et de concerts... de quoi réveiller les volcans endormis !

Après une soirée inaugurale qui a fait le plein, la première journée de la **VVX** était dédiée au trail, pour petits et grands ! Demain, samedi, le concept originel de l'évènement prendra tout son sens puisqu'ils seront nombreux à revenir sur leurs pas afin de découvrir les secrets des volcans d'Auvergne.

Grâce aux 550 bénévoles, l'expérience trail se transforme et se poursuit en expérience culturelle. Au programme : artisanat local et régional, traditions culinaires et visites ludo-pédagogiques entre volcans, pierre et eau. L'expérience sportive initiale emmènera finalement petits et grands à découvrir d'autres activités outdoor et l'expérience festive clôturera le week-end avec Kawrites, Minuit et Yarol !

Communiqué de presse et Fred Bousseau à Volvic



Julie et Benjamin Dumas , de Riom, tiennent la distance en couple et en trail



A quelques minutes du départ du trail Pierre de lave de la **VVX**, long de 15 km, vendredi, Julie et Benjamin Dumas plaisantent. Ils ne sont pas particulièrement stressés.

Le couple de Rimois est sur la ligne de départ, parmi de nombreux passionnés, mais Julie tient à le préciser tout de suite : « Je ne suis pas passionnée par la course. » Ce qui la motive, c'est la fierté de l'avoir fait, une fois la ligne d'arrivée franchie.

Sangé Sherpa, le pionnier des Puys [classements complets]

Benjamin, lui, court depuis des années, depuis tout petit, à travers la pratique du foot et désormais de la course à pied, deux midis par semaine et parfois le week-end, sauf lorsqu'une sortie VTT s'invite au menu.

Gagner contre soi

Pourtant, c'est bien Julie qui s'est inscrite à la **VVX** en septembre dernier. « C'était une décision d'apéro », lâche Benjamin. Lui n'était pas inscrit au début, mais il a récupéré un dossard pour courir avec elle. Enfin, devant?! Car Benjamin est un vrai compétiteur : « Il tuerait père et mère pour gagner », le taquine Julie. « C'est vrai que je suis un sale gosse. Quand je joue avec mon père au ping-pong, je deviens débile. J'ai une faculté à poser mon cerveau. Mais là, dans le trail, on ne cherche pas la performance par rapport aux autres, c'est un défi contre soi. »

Volvic Volcanic Expérience : Dawa Sherpa, l'éloge de la sérénité

Un défi qu'ils ont tous les deux relevé, elle en finissant la course en moins de deux heures, et lui en moins d'1h?30. Pendant le trail de la **VVX**, ils ne se sont pas suivis, parce que s'ils restent ensemble, « personne ne court à son rythme et c'est plus fatigant ». Alors ils se sont retrouvés à l'arrivée.

Des entraînements hebdomadaires

En revanche, durant leur préparation, ils se sont entraînés ensemble, et avec des amis. Tous les mardis, ils ont couru 9 km environ, avec du dénivelé, vers Cournon. Une habitude qu'ils vont garder même après ce trail et, d'ailleurs, ils participeront peut-être à la prochaine édition. Le couple devra à nouveau faire garder ses trois enfants : Emmy, 7 ans, Lily, 5 ans, et Nathan, 2 ans. Vendredi, pour la **VVX**, leurs grands-parents s'en sont occupés. D'habitude, Julie et Benjamin

s'organisent et vont au sport chacun leur tour. Mais parfois, ils s'aménagent des créneaux pour passer du temps tous les deux.

« Le sport nous apporte un équilibre. Le week-end, quand il rentre de sa sortie VTT, il est bien »

« Le sport nous apporte un équilibre. Le week-end, quand il rentre de sa sortie VTT, il est bien », raconte Julie. « Quand je suis blessé, que je ne peux pas courir ou faire de sport, je suis insupportable », ajoute Benjamin. « En fait, on a besoin de faire du sport, pas forcément tout le temps ensemble. Mais après, on est bien. Avec les naissances des enfants, j'en ai moins fait et je savais que je devenais pénible », explique Julie. Alors pour leur bien-être et celui de leur couple, ils font du sport et s'exercent pour progresser. Julie en est à son quatrième trail et Benjamin l'a accompagné sur trois. Mais il en court d'autres à côté. Pour elle, c'est comme un nouveau défi qu'elle compte poursuivre. Et le prochain défi dans leur couple est d'avoir un quatrième enfant.

« Il faut qu'elle continue le trail, sinon elle va me faire le quatrième »

Benjamin (empty)

Mais, au final, Benjamin a déjà accepté l'idée, notamment en achetant une voiture adaptée.

Marie Collinet



C'était Volcanique !

Au coeur même de nos volcans, se déroulait la **VolvicVolcanicExpérience** ce week-end. L'occasion pour les plus grands traiteurs et les passionnés de nature de partager un moment unique, difficile certes, mais dans un cadre époustouflant. Tout a commencé Mercredi avec la première édition » **L'ExpérienceGrandeTraverséeVolcanic**. La **XGTV** ? C'est 220 km pour 7500 de dénivelé positif...Rien que ça! Quatre équipes de deux et 17 coureurs solitaires ont eu le courage de s'élancer au départ de cette course extrême, qui partait du Lioran.

Mercredi 29 mai, la **XGTV** a lancé les festivités. 23 aventuriers, 4 équipes duo et 17 solos aguerris au trail ultra longue distance étaient au départ au Lioran pour cette première édition.C'est Ludovic Martin qui est arrivé premier après 36h et 45min de course effrénée, en étant passé par les monts Dômes, Dore, le Cézallier...

L'expérience Trail Chaîne des Puys (110km) a trouvé son vainqueur avec Sange Sherpa, le Népalais, en 10h45, tandis que, chez les filles, c'est Sarah Verguet Moniz qui s'impose en 12h27.

Le 43km appelé Expérience Trail Impluvium de Volvic dont le départ a été donné par Kilian Jornet et par le PDG de Danone Emmanuel Faber, voit s'imposer l'Espagnol José Hernandez Sanchez en 3h24 devant Fabien Lassoche et Aurélien Lemaistre. Chez les filles, c'est une française qui l'emporte, Virginie Pailloux en 4h34.

<https://www.lrworld.com/JDC>

Le 25 km sera remporté par Fabien Demure en 2h07chez les gars et Marine Place en 2h30, tandis que Yoan Meudec s'imposera en 1h04 sur le 15 km Trail Pierre de Lave et Corinne Rougerie chez les filles en 1h30.

La **VVX** ce n'est pas seulement des courses et du dépassement de soi, c'est aussi du plaisir ! Plusieurs animations et concerts étaient au programme tout au long du séjour Volvic Volcanique Expérience. Il y en avait vraiment pour tous les goûts !

crédit photo : Gérard Fayet

Share this:

Twitter Facebook

WordPress:

J'aime chargement...

Articles similaires

La **VolvicVolcanicExpérience** : un événement unique et épique

La **VolvicVolcanicExpérience** : un événement unique et épique

La **VVX** dans sa forme abrégée, c'est tout d'abord un rassemblement, un cri d'amour pour la nature et les majestueux Volcans d'Auvergne. Rarement un événement n'aura autant mis en avant son produit, que ce soit par des balades enchanteresses, des parcours ardues, des rencontres avec les habitués des pentes auvergnates...

25 janvier 2019

Trails au coeur des volcans !

Trails au coeur des volcans !

La Volvic Volcanique Expérience (**VVX**) revient ! Rien de mieux que de découvrir notre belle chaîne des puys grâce à 4 magnifiques trails ! Rendez-vous les 30, 31 mai & 1er juin 2019 pour une expérience de folie. 4 trails majeurs en Auvergne - Puy de Dôme ! 1) EXPÉRIENCE...

17 mai 2019

Les Boucles du Haut-Var se terminent avec Ronan Racault sur le podium

Les Boucles du Haut-Var se terminent avec Ronan Racault sur le podium

Pour la dernière épreuve des Boucles du Haut-Var, entre Moissac-Bellevue et Montmeyan, la Team Pro Immo Nicolas Roux a, encore une fois, joué crânement sa chance pour l'emporter. Mais, Clement Saint-Martin (VC Rouen) surprend son monde, et gagne l'étape devant un certain Ronan Racault. Il aura été un des grands...

20 février 2019



En couple depuis dix ans, Julie et Benjamin Dumas ont couru le 15 km de la VVX

Ces amoureux tiennent la distance. A quelques minutes du départ du trail Pierre de lave de la VVX, long de 15 km, vendredi, Julie et Benjamin Dumas plaisantent. Ils ne sont pas particulièrement stressés. Le couple de Riomois est sur la ligne de départ, parmi de nombreux passionnés, mais Julie tient à préciser tout de suite : « Je ne suis pas passionnée par la course. » Ce qui la motive, c'est la fierté de l'avoir fait, une fois la ligne d'arrivée franchie. Benjamin, lui, court depuis des années, depuis tout petit, à travers la pratique du foot et désormais de la course à pied, deux midis par semaine et parfois le week-end, sauf lorsqu'une sortie VTT s'invite au menu.

Pourtant, c'est bien Julie qui s'est inscrite à la VVX en septembre dernier. « C'était une décision d'apéro », lâche Benjamin. Lui n'était pas inscrit au début, mais il a récupéré un dossard pour courir avec elle. Enfin, devant ! Car Benjamin est un vrai compétiteur : « Il tuerait père et mère pour gagner », le taquine Julie. « C'est vrai que je suis un sale gosse. Quand je joue avec mon père au ping-pong, je deviens débile. J'ai une faculté à poser mon cerveau. Mais là, dans le trail, on ne cherche pas la performance par rapport aux autres, c'est un défi contre soi. » Un défi qu'ils ont tous

les deux relevé, elle en finissant la course en moins de deux heures, et lui en moins d'1 h 30.

Pendant le trail de la VVX, ils ne se sont pas suivis, parce que s'ils restent ensemble, « personne ne court à son rythme et c'est plus fatiguant ». Alors ils se sont retrouvés à l'arrivée. En revanche, durant leur préparation, ils se sont entraînés ensemble, et avec des amis. Tous les mardis, ils ont couru 9 km environ, avec du dénivelé, vers Cournon. Une habitude qu'ils vont garder même après ce trail et, d'ailleurs, ils participeront peut-être à la prochaine édition.

Le couple devra à nouveau faire garder ses trois enfants : Emmy, 7 ans, Lily, 5 ans, et Nathan, 2 ans. Vendredi, pour la VVX, leurs grands-parents s'en sont occupés. D'habitude, Julie et Benjamin s'organisent et vont au sport chacun leur tour. Mais parfois, ils s'aménagent des créneaux pour passer du temps tous les deux.

« Le sport nous apporte un équilibre. Le week-end, quand il rentre de sa sortie VTT le week-end, il est bien », raconte Julie. « Quand je suis blessé, que je ne peux pas courir ou faire de sport, je suis insupportable », ajoute Benjamin. « En fait, on a besoin de faire du sport, pas forcément tout le temps ensemble. Mais après, on est bien.

Avec les naissances des enfants, j'en ai moins fait et je savais que je devenais pénible », explique Julie. Alors pour leur bien-être et celui de leur couple, ils font du sport et s'exercent pour progresser. Julie en est à son quatrième trail et Benjamin l'a accompagné sur trois. Mais il en court d'autres à côté. Pour elle, c'est comme un nouveau défi qu'elle compte poursuivre.

Et le prochain défi dans leur couple est d'avoir un quatrième enfant. « Il faut qu'elle continue le trail, sinon elle va me faire le quatrième », plaisante Benjamin qui, au final, a déjà accepté l'idée, notamment en achetant une voiture adaptée. Série. L'amour, la vie intime, les sentiments. Le mardi, toutes les deux semaines, retrouvez un volet de notre nouvelle série « Riom, ville rose ».

Marie Collinet marie.
collinet@centrefrance.com ■



VVX : 110km dans la peau d'un traileur



4 heures du matin ce vendredi 31 mai 2019. Vaches et moutons du parc des volcans d'Auvergne profitent encore d'une fin de nuit claire et douce. D'ici peu, ils seront réveillés par un autre genre de troupeau. 400 coureurs sont prêts à s'élancer depuis la source de Volvic pour un trail de 110 kilomètres au cœur des volcans avec, notamment, une ascension de l'incontournable puy de Dôme.

Retour en images sur les chemins de la course, au puy des Gouttes, au sommet du puy de Dôme, au puy de Vichatel et au puy de la Vache.



Les entreprises accompagnent la transition touristique des stations de montagne

Fin mai, 45.000 personnes étaient attendues au dixième Salon outdoor du Vélo Vert Festival à Villard-de-Lans. Sur le plateau du Vercors, amateurs et champions se sont livrés à une vingtaine d'épreuves sportives, soutenus par 300 marques. « Ce festival ouvre la saison du VTT dans toute la France », assure Guillaume Heinrich, responsable France de Bosch eBikes. Désormais, les marques ne se contentent plus de jouer les sponsors. Elles participent à l'animation et au réaménagement des stations. Et accompagnent même ces dernières dans l'ingénierie, nécessaire pour se bâtir une seconde jeunesse et imaginer l'après-ski à l'heure du réchauffement climatique et de la fonte des glaces.

Un trail fondé par Volvic

« Nous nous trouvons à un moment de transition du tourisme et les compagnies ont déjà saisi l'opportunité économique d'accompagner cela », analyse Philippe Bourdeau, professeur à l'Institut d'urbanisme et de géographie alpine. Rossignol vient de se lancer. Durant ce même week-end de l'Ascension, se déroulait au sein de la chaîne des Puys la troisième édition de la « **VolvicVolcanic Experience** », une course fondée et financée par Volvic. « Les stations voient la saison de ski devenir de plus en plus courte, il leur faut donc trouver d'autres activités et des partenaires économiques pour les aider. Pour les entreprises et les marques s'engager dans cette ingénierie touristique est un vecteur de développement, de grande visibilité et d'accroissement de leurs ventes », fait valoir Anne Gery, experte des événements sportifs pour le compte de la Compagnie des Eaux du Groupe Danone.

Nouveaux aménagements de pistes cyclables

Bosch, leader mondial des systèmes de motorisation pour VAE, a installé 200 stations de recharge électrique gratuite dans les massifs montagneux. Depuis trois ans l'entreprise est aussi partenaire des 12 stations des Portes du Soleil. « Nous apportons notre expertise, notre vision du marché et nous permettons ainsi aux communes de faire les bons choix dans le développement d'un produit touristique », assure Guillaume Heinrich. Bosch développe, par exemple, de nouveaux aménagements de pistes cyclables avec des circuits et des couleurs pour indiquer le degré de difficulté, un peu sur le modèle du ski.



PMI & REGIONS

Les entreprises accompagnent la transition touristique des stations

Festival du vélo soutenu par Bosch, trail organisé par Volvic. Les entreprises sont de plus en plus présentes dans l'animation de la montagne et vont jusqu'à accompagner les stations dans leur ingénierie.

Fin mai, 45.000 personnes étaient attendues au dixième Salon outdoor du Vélo Vert Festival à Villard-de-Lans. Sur le plateau du Vercors, amateurs et champions se sont livrés à une vingtaine d'épreuves sportives, soutenus par 300 marques. « Ce festival ouvre la saison du VTT dans toute la France », assure Guillaume Heinrich, responsable France de Bosch eBikes.

Depuis trois ans, Volvic organise sa propre course de trail en Auvergne.

Désormais, les marques ne se contentent plus de jouer les sponsors. Elles participent à l'animation et au réaménagement des stations. Et accompagnent même ces dernières dans l'ingénierie, nécessaire pour se bâtir une seconde jeunesse et imaginer l'après-ski à l'heure du réchauffement climatique et de la fonte des glaces.

« Nous nous trouvons à un moment de transition du tourisme et les compagnies ont déjà saisi l'opportunité économique d'accompagner cela », analyse Philippe Bourdeau, professeur

à l'Institut d'urbanisme et de géographie alpine. Rossignol vient de se lancer. Durant ce même week-end de l'Ascension, se déroulait au sein de la chaîne des Puys la troisième édition de la « Volvic Volcanic Experience », une course fondée et financée par Volvic. « Les stations voient la saison de ski devenir de plus en plus courte, il leur faut donc trouver d'autres activités et des partenaires économiques pour les aider. Pour les entreprises et les marques s'engager dans cette ingénierie touristique est un vecteur de développement, de grande visibilité et d'accroissement de leurs ventes », fait valoir Anne Gery, experte des événements sportifs pour le compte de la Compagnie des Eaux du Groupe Danone.

Nouveaux aménagements de pistes cyclables

Bosch, leader mondial des systèmes de motorisation pour VAE, a installé 200 stations de recharge électrique gratuite dans les massifs montagneux. Depuis trois ans l'entreprise est aussi partenaire des 12 stations des Portes du Soleil. « Nous apportons notre expertise, notre vision du marché et nous permettons ainsi aux communes de faire les bons choix dans le développement d'un produit touristique », assure Guillaume Heinrich. Bosch développe, par exemple, de nouveaux aménagements de pistes cyclables avec des circuits et des couleurs pour indiquer le degré de difficulté, un peu sur le modèle du ski. — G. S.



On a suivi les coureurs de l'ultra trail de 220 km entre Super-Lioran (Cantal) et Volvic (Puy-de-Dôme)



Ce mercredi matin, 23 hommes et une femme sont réunis dans la station de Super-Lioran. 22 concurrents sont français, un est chinois et un autre suisse. Leur point commun, ce sont tous des habitués des ultra trails, autrement dit des courses longues distances de plus de 100 km. A 10 heures précises, ils vont s'élancer pour une épreuve hors du commun, 220 km et 7500 mètres de dénivelé positif.

Vingt-cinq ultra-traileurs lancés dans la traversée des volcans d'Auvergne entre le Lioran (Cantal) et Volvic (Puy-de-Dôme)

Sur la ligne de départ, les visages sont tendus. La motivation est grande mais le doute est présent. Tous n'ont qu'un but, rallier l'arrivée en moins de 62 heures, le temps maximum autorisé.

220 km en moins de 37 heures

Nous les avons suivi tout au long de leur périple qui les mène aux sommets du Plomb du Cantal, du Puy Griou, du Puy Mary, du Puy de Sancy et du Puy-De-Dôme.

Au bout de 36 heures et 40 minutes, Ludovic Martin, venu de Digne-les-Bains franchit la ligne en vainqueur. Il n'a pas dormi une seule minute et s'est seulement accordé 3h30 de pause pour se restaurer.

Claire Rimbault, la seule féminine termine également cet ultra trail avec une immense émotion. Le dernier concurrent franchit la ligne au bout de 61 heures et 30 minutes.

Seulement, 15 concurrents termineront cette compétition sportive qui restera avant tout une formidable aventure humaine.

Sangé Sherpa, le pionnier des Puys [classements complets]

Philippe Robert



Expérience Grande Traversée Volcanic 2019 - **La vidéo**

A la Une / Trail - Running - Athlétisme

Trail - Running - Athlétisme



Retour en images, avec un superbe film, sur cette première édition de la Grande Traversée Volcanic, une aventure Trail magnifique et difficile, longue de 220km, tracée entre Le Lioran et Volvic...

Par Mirko Hominal le 10/06/2019

Photo : Organisation

A lire aussi:



Conseiller cette page à un ami Version de cette page pour impression



Volvic-Unterschneidheim, 31 ans déjà !

Volvic. Volvic-Unterschneidheim 31 ans déjà !. Le comité de jumelage Volvic-Unterschneidheim a fêté ses 31 ans, le week-end dernier, à Volvic.

Plus de soixante personnes, Volvicois et Allemands, se sont retrouvées en terre auvergnate pour un anniversaire mémorable. Ensemble, ils ont partagé des moments de convivialité bien appréciés, mais aussi un peu plus officiels lors d'une réception par Mohand Hamoumou, maire de la commune, dans les locaux du musée Marcel-Sahut.

À l'occasion de ces retrouvailles anniversaire, les membres du comité de jumelage de Volvic ont organisé une journée « eau et nature » dans la ville thermale du Mont-Dore. La météo bien estivale a permis dès le matin de profiter totalement des grands espaces d'Auvergne en admirant les monts, les puys, quelques lacs depuis le pic du Sancy. L'après-midi a été consacré à la découverte des thermes du Mont-Dore et du centre-ville. Le programme a également permis de profiter des animations de la VVX avant de se retrouver pour la

dernière journée à Tourtoule où, après le repas, plus de douze équipes se sont affrontées dans un tournoi de pétanque.

Les équipes se sont toutes prises au jeu : les participants ont eu à cœur de varier les techniques et les stratégies pour arriver en finale. Dimanche matin, le bus est reparti en direction d'Unterschneidheim non sans avoir rappelé que l'an prochain, c'est aux Volvicois de se déplacer chez leurs amis allemands. ■



Belles performances des Capiens

Thomas Levannier, Guillaume Béchet 67e et Morgan Beaujouan 54e au 83 km de la MaxiRace à Annecy, sont revenus satisfaits de leurs performances. “Ces trois jeunes peuvent être fiers d'eux”, a conclu le président.

Sandrine Siméon

CONDE-SUR-NOIREAU

En ce moment, les athlètes de course à pied, de l'association Cap Condé, présidée par Lionel Auzou, s'en donnent à cœur joie sur les chemins et les sentiers des plus grandes épreuves. En effet, pendant qu'un petit groupe de trailers participait à la MaxiRace et au marathon Race à Annecy, d'autres se sont retrouvés au trail de Radon, aux foulées Ranvillaises et à l'Expérience Trail

Impulsion de Volvic.

Résultats des samedi 1er et dimanche 2 juin : à la MaxiRace de Annecy de 83 km Morgane Beaujouan termine 54e en 1h56, Guillaume Béchet 67e en 12h08, Jean-François Havard 264e en 14h et Thomas Levannier 428e en 15h. Au marathon Race de 39 km, Christophe Bohard termine 373e en 6h13, Jean-François Dumaine 400e en 6h19, Ludovic Coulbeau 966e en 7h31, Stéfania Herhault-Tramontana et Sandrine Chauvel 1 721 et 1 722e en 9h40.

Au 61 km du trail de Radon, Romuald Bellanger et Maxime Levannier, terminent respectivement 27e et 28e en 4h45, Jean Aubert et Thierry Lemarchand terminent les

16 km de Radon en 1h32. Quant à Laurent Lechatreux, il termine les 43 km de l'Expérience Trail Impulsion de Volvic en 5h29. “Outre les performances des trai-lers, des épreuves course sur route sont en préparation et les entraînements de groupe sécurisés et bénéfiques battent leur plein, a souligné Lionel Auzou. Les principales échéances capiennes seront mi-juin aux courses des Courants de la Liberté et aux courses de la Barjo”. ■



Kilian Jornet était l'ambassadeur de la Volvic Volcanic Experience

« J'ai besoin de solitude, de silence » Papa d'une petite fille depuis quelques semaines, Kilian Jornet arrive dans un moment de sa vie où des choses vont inévitablement changer. Mais pas question pour lui d'abandonner la montagne qu'il aime tant. Au contraire, il compte transmettre cet amour à son enfant.

Comme il le fait d'ailleurs auprès de tous ces passionnés admirant le champion. Cette notoriété, Kilian Jornet essaie de l'accepter tant bien que mal. S'il ne la comprend pas toujours, elle lui permet aussi de faire passer des messages. Lui le fervent défenseur de la nature.

n Vous êtes venu en tant qu'ambassadeur de la marque Volvic. Mais vous êtes surtout ambassadeur de toute une discipline. Comment voyez-vous ce rôle ? Ce n'est pas une chose que je recherche. Si tu penses trop à avoir un rôle d'ambassadeur, tu changes peut-être ta façon d'agir. J'aime le trail running, j'aime les courses en montagne. Ce sont des choses qui me passionnent. Donc pour moi c'est facile de montrer la beauté de ce sport. De montrer quelles sont les choses qui sont intéressantes. C'est pour ça que c'est simple pour moi de le faire.

n Vous êtes tout de même l'objet de nombreuses sollicitations. Est-ce que c'est quelque chose qui vous gêne ? Ou s'agit-il d'un honneur pour vous ? Quelque part oui, je me sens honoré. Parce que cela veut dire que les choses que je réalise peuvent inspirer des gens. Cela peut les

amener à la nature, à pratiquer du sport De l'autre côté, c'est vrai que je suis une personne très introvertie. J'ai besoin de solitude, de silence. Si je suis trop en société, je n'arrive pas à le gérer. Il faut que je trouve le bon équilibre entre le silence et le fait d'être en société.

n Au milieu de cette foule vous sentez-vous oppressé ? Non pas oppressé. C'est juste que j'ai du mal à comprendre pourquoi les gens me suivent ou pourquoi je suis admiré. La seule chose que je fais, c'est de courir plus vite. Ce n'est pas une chose qui est très intéressante par rapport à un instituteur qui transmet des choses ou un scientifique qui peut changer le monde.

n Peut-être que vos performances ou votre philosophie de vie inspirent aussi tous ces gens Oui je peux le comprendre. Mais jusqu'à un certain point. Pour moi, la performance devrait rester quelque chose de très personnel. C'est une chose que tu recherches pour te connaître toi-même. Mais comme je le disais, si je peux amener des gens à se motiver, à être dehors, à pratiquer le sport, à aller dans la nature Car plus tu vas dans la nature, plus tu la comprends et donc plus tu vas la protéger. Si toutes ces sollicitations autour de moi sont le prix à payer pour ça, je pense finalement qu'il s'agit d'une bonne chose.

n Vous parliez de votre désir de vous retrouver souvent seul Est-ce que vous êtes venu à l'ultra-trail pour assouvir ce besoin de solitude ? Non, ce sont deux choses

différentes. Je vis dans la montagne depuis tout petit. Je ne l'ai pas choisi. C'est mon milieu naturel. En ville, je me sens étranger. Il y a du bruit partout, des bâtiments, de l'asphalte Je ne suis pas bien. Et quand je suis en montagne, que ce soit partout dans le monde, je me sens à la maison. Après c'est vrai que c'est pratique pour trouver le silence (rires).

n Il y a eu du changement dernièrement dans votre vie personnelle avec l'arrivée d'une petite fille. Est-ce que cette paternité va vous faire aborder les choses différemment ? Les choses vont surtout changer d'un point de vue logistique je dirais. Avant, si j'avais envie de partir le vendredi matin pour faire une course n'importe où, j'y allais. Maintenant, il faudra peut-être planifier un peu plus les choses. Mais mis à part cela, ma compagne et moi avons la même philosophie par rapport à ça. On pratique le même sport donc c'est assez simple. On a envie de continuer à faire des choses, d'avoir des projets, d'aller en montagne Mais désormais on va amener notre gamine.

n En pratiquant l'ultra-trail vous évoluez dans des milieux naturels instables et périlleux. Est-ce que votre propre gestion du danger va changer avec la paternité ? Je suis quelqu'un d'assez prudent déjà. J'ai assez peur des choses. Et déjà avant, quand je pratiquais une activité à risques, je regardais à chaque fois les possibles dangers objectifs mais



aussi subjectifs. Je faisais également le bilan de mes capacités. Je posais toutes les inconnues pour pouvoir répondre « oui ou non » à l'équation. Si c'était « non », je n'y allais pas. Il y a toujours des risques c'est sûr, mais je suis quelqu'un qui essaie de ne jamais laisser trop d'incertitudes. Arnaud Clergue Twitter : [@arnaudclergue](#) ■



Kilian Jornet était l'ambassadeur de la Volvic Volcanic Experience

« J'ai besoin de solitude, de silence » Papa d'une petite fille depuis quelques semaines, Kilian Jornet arrive dans un moment de sa vie où des choses vont inévitablement changer.

Mais pas question pour lui d'abandonner la montagne qu'il aime tant. Au contraire, il compte transmettre cet amour à son enfant. Comme il le fait d'ailleurs auprès de tous ces passionnés admirant le champion. Cette notoriété, Kilian Jornet essaie de l'accepter tant bien que mal. S'il ne la comprend pas toujours, elle lui permet aussi de faire passer des messages. Lui, le fervent défenseur de la nature.

n Vous êtes venu en tant qu'ambassadeur de la marque Volvic. Mais vous êtes surtout ambassadeur de toute une discipline. Comment voyez-vous ce rôle ? Ce n'est pas une chose que je recherche. Si tu penses trop à avoir un rôle d'ambassadeur, tu changes peut-être ta façon d'agir. J'aime le trail running, j'aime les courses en montagne. Ce sont des choses qui me passionnent. Donc pour moi, c'est facile de montrer la beauté de ce sport. De montrer quelles sont les choses qui sont intéressantes. C'est pour ça que c'est simple pour moi de le faire.

n Vous êtes tout de même l'objet de nombreuses sollicitations. Est-ce que c'est quelque chose qui vous gêne ? Ou s'agit-il d'un honneur pour vous ? Quelque part oui, je me sens honoré. Parce que cela veut dire que les choses que je réalise peuvent

inspirer des gens. Cela peut les amener à la nature, à pratiquer du sport De l'autre côté, c'est vrai que je suis une personne très introvertie. J'ai besoin de solitude, de silence. Si je suis trop en société, je n'arrive pas à le gérer. Il faut que je trouve le bon équilibre entre le silence et le fait d'être en société.

n Au milieu de cette foule, vous sentez-vous oppressé ? Non, pas oppressé. C'est juste que j'ai du mal à comprendre pourquoi les gens me suivent ou pourquoi je suis admiré. La seule chose que je fais, c'est de courir plus vite. Ce n'est pas une chose qui est très intéressante par rapport à un instituteur qui transmet des choses ou un scientifique qui peut changer le monde.

n Peut-être que vos performances ou votre philosophie de vie inspirent aussi tous ces gens Oui, je peux le comprendre. Mais jusqu'à un certain point. Pour moi, la performance devrait rester quelque chose de très personnel. C'est une chose que tu recherches pour te connaître toi-même. Mais comme je le disais, si je peux amener des gens à se motiver, à être dehors, à pratiquer le sport, à aller dans la nature Car plus tu vas dans la nature, plus tu la comprends et donc plus tu vas la protéger. Si toutes ces sollicitations autour de moi sont le prix à payer pour ça, je pense finalement qu'il s'agit d'une bonne chose.

n Vous parliez de votre désir de vous retrouver souvent seul Est-ce que vous êtes venu à l'ultra-trail pour assouvir ce besoin de solitude ?

Non, ce sont deux choses différentes. Je vis dans la montagne depuis tout petit. Je ne l'ai pas choisi. C'est mon milieu naturel. En ville, je me sens étranger. Il y a du bruit partout, des bâtiments, de l'asphalte Je ne suis pas bien. Et quand je suis en montagne, que ce soit partout dans le monde, je me sens à la maison. Après, c'est vrai que c'est pratique pour trouver le silence (rires).

n Il y a eu du changement dernièrement dans votre vie personnelle avec l'arrivée d'une petite fille. Est-ce que cette paternité va vous faire aborder les choses différemment ? Les choses vont surtout changer d'un point de vue logistique, je dirais. Avant, si j'avais envie de partir le vendredi matin pour faire une course n'importe où, j'y allais. Maintenant, il faudra peut-être planifier un peu plus les choses. Mais mis à part cela, ma compagne et moi avons la même philosophie par rapport à ça. On pratique le même sport donc c'est assez simple. On a envie de continuer à faire des choses, d'avoir des projets, d'aller en montagne Mais désormais on va amener notre gamine.

n En pratiquant l'ultra-trail, vous évoluez dans des milieux naturels instables et périlleux. Est-ce que votre propre gestion du danger va changer avec la paternité ? Je suis quelqu'un d'assez prudent déjà. J'ai assez peur des choses. Et déjà avant, quand je pratiquais une activité à risques, je regardais à chaque fois



les possibles dangers objectifs mais aussi subjectifs. Je faisais également le bilan de mes capacités. Je posais toutes les inconnues pour pouvoir répondre « oui ou non » à l'équation. Si c'était « non », je n'y allais pas. Il y a toujours des risques c'est sûr, mais je suis quelqu'un qui essaie de ne jamais laisser trop d'incertitudes.
Arnaud Clergue ■



Des Cantaliennes dans

Lors de l'Expérience de la grande traversée volcanique (XGTV), qui a rallié Le Lioran (Cantal) à Volvic (Puy-de-Dôme), fin mai, Claire Rimbault ne s'est pas économisée : 220 km avalés en 53 h 40. Le juste prix pour étancher cette soif de longues distances et de sommets. La directrice de course de l'Ultra-trail du Puy Mary (UTPMA), qui se tiendra samedi 15 juin au départ d'Aurillac, avait la saison bien occupée par les responsabilités et les courses, quand cette épreuve inédite a été lancée en début d'année.

Dans ses envies d'ultra-traileuse, elle avait déjà vu grand, la Diagonale des fous en 2014, l'Ultra-trail du Mont-Blanc à chaque fois, dans les versions longues autour de 170 km. Jamais encore, elle n'avait poussé aussi loin. « La XGTV doit se vivre comme une expérience », encourageaient ses organisateurs. Elle a chaviré la Cantalienne qui en a encore des étoiles dans les yeux. « Mon objectif pour cette année est quasiment atteint », vibre la quadragénaire qui va de nouveau, participer au Grand raid de la Réunion.

Ce n'est pas le prestige de la manifestation qui l'intéresse, mais l'inédit, le défi. Après douze années d'ultras, normal d'avoir envie de se renouveler. « Je fais peu de courses sur une saison mais elles sont choisies soigneusement », confie la professeure d'EPS, qui planifie avec la même rigueur ses entraînements. Poussée par ce goût prononcé de l'effort, l'ultra-traileuse accomplit n'est pas non plus en quête de médailles à briquer ou d'une

quelconque légitimité. Pour elle, la question de la place des femmes dans l'ultra ne se pose pas, elle est acquise. Même si elles sont minoritaires dans ce format, ce n'est pas un combat féministe qui se mène sur ces distances chahutées par le relief et les éléments parfois, plutôt un dialogue avec soi-même.

Dominer la fatigue, la souffrance, les idées grises « J'ai appris à ne pas me bagarrer contre moi, à être dans l'indulgence, à accepter de ne pas être bien, le prendre en compte pour en tirer quelque chose »

L'ultra-distance offre surtout une rencontre avec soi-même. L'instant s'intensifie, les sensations sont décuplées, les émotions incroyablement fortes « L'ultra densifie la vie », ressent Claire Rimbault, qui vit ses échappées comme un « voyage intérieur », tout « en faisant corps avec son environnement ».

Tout cela n'aurait pas cette agréable saveur sans le soutien des siens et un mari complice de sa passion. C'est avec lui qu'elle a découvert cette pratique. « Un jour, on s'est lancé un défi, on a rallié Aurillac à notre maison en Margeride, en courant, soit une centaine de kilomètres. Un copain nous a alors dit bienvenu dans la famille de l'ultra ».

La maman avoue avoir culpabilisé lorsque ses trois filles étaient petites. Avant chaque course, elle organisait l'intendance pour ne pas surcharger le papa et perturber le quotidien. Aujourd'hui, ses filles sont étudiantes mais elle a gardé un réflexe. « Après une saison chargée, je lève le pied l'année suivante. »

Dans quelques jours, elle se retrouvera sur l'UTPMA. Sans dossard, mais sous la casquette de bénévole, l'occasion pour elle de rendre tout ce bien qu'elle reçoit dans son sport.

C'est dans le même état d'esprit que Diana Combelle a rejoint ce team UTPMA et la cohorte des 500 bénévoles. À la veille des derniers préparatifs, la coureuse a comme un pincement. « Cela a réveillé de bons souvenirs », glisse-t-elle, des papillons encore dans le ventre. Elle revoit son arrivée tranquille, après 17 h 24 de course, il y a un an. Son sourire illuminant sa troisième place. « C'était mon premier ultra ! ». Elle s'était engagée quinze jours avant sur un coup de tête et l'insistance d'un copain traileur.

Outre cette remarquable performance, de l'UTPMA, il lui reste un profond coup de coeur et une passion galopante pour la longue distance. Il y avait bien eu des signes avant coureurs, comme lors de sa victoire sur le 53 km de la Pastourelle à Salers, en 2017. « Je sentais que je pouvais faire plus ! ». Aussitôt, la quadragénaire, originaire du Mexique, rajoute du kilomètre à ses sorties. « 80-90-100 km, j'adore ce format ! ». Sans se poser plus de questions, elle se retrouve au départ du 80 km du Mont-Blanc et son dénivelé vertigineux. « J'ai souffert mais adoré », avoue-t-elle. Elle décroche tout de même la 21^e place dans cette épreuve relevée remportée par Mimmi Kotka.

La découverte de la haute montagne la conforte dans l'ultra-trail. « J'aimerais faire la TDS du



Mont-Blanc qui fait 140 km et passer, un jour, au 165 km de l'UTMB. C'est à faire une fois dans sa vie ! », espère celle qui fonctionne à l'instinct et l'envie. Assurément, elle se donnera les moyens de réaliser ses rêves. « Rien n'est impossible », répète-t-elle à ses enfants. Un état d'esprit, en partie hérité de son père, qui lui a permis de soulever des montagnes, avant de les courir. Et puis cette ancienne ingénieur devenue infirmière aime « exceller » dans ce qu'elle fait. « C'est important pour moi de donner le meilleur et le maximum. » Consciente de la régularité de ses bons résultats, l'essentiel reste ailleurs. « La compétition en soi, ce n'est pas mon but. Moi, j'aime repousser mes limites, voire jusqu'où je peux aller. » La dimension physique compte. « Quand je cours,

je fais plaisir à mon corps. Ça fait vingt ans que je cours, donc il me le demande. Courir fait partie de mon équilibre. En compétition, je dis à mon corps de se taire, et ma tête prend les commandes. C'est fou les ressources que l'on peut avoir en nous », réalise Diana, connue pour son mental de « guerrière ». Ce qui ne l'empêche pas de douter. En ultra, débarrassée de tout ce qui parasite l'esprit, la plénitude la gagne. « J'aime sentir mon corps fonctionner, le sang qui bout. Je ne réfléchis jamais aussi bien que lorsque je cours. Je suis dans ma bulle. »

Enthousiaste, la Cantalienne aimerait multiplier les trails, mais impossible avec de jeunes enfants. Ses courses sont calées en fonction des vacances. « On me conseille de faire du vélo, des entraînements

croisés, mais je n'ai pas le temps avec les enfants, la maison Mon mari travaille beaucoup mais il me suit entièrement dans ma passion », apprécie-t-elle. Alors l'entraînement se résume à une course longue de 1 h 30 à 3 heures, les jours fastes, trois à cinq fois, les semaines fastes. Jusqu'à maintenant, son style peu académique lui réussit. Mais Diana songe à se faire coacher. « Ça me permettrait peut-être d'améliorer mon niveau. Peut-être pas ! Au moins, j'aurai essayé », sourit celle qui refuse de vivre avec des regrets. Chemcha Rabhi ■



Au Running Club Arpajon

À la Volvic Volcanic Expérience, Claire Rimbault participait à l'Expérience Grande Traversée Volcanique (24 coureurs seulement au départ et la seule féminine), une traversée des 3 massifs, de 220 km et 7500D + au départ du Lioran pour arriver à Volvic, en passant largement dans notre massif (Puy du Rocher, Plomb, Arpon, Griou, Puy Mary), puis le plateau du Limon, le Cézallier, le massif du Sancy, Mont-Dore, la Chaîne des Puys. Calire Rimbault.

Le tout sans balisage, avec une trace sur carte à suivre précisément. Il faut donc toujours savoir où l'on est, où l'on va, et anticiper le trajet prévu par l'organisateur.

Le GPS aide pour se recaler, mais rien de mieux que carte et boussole au final, surtout pour la course de nuit, glaciale dans le Cézallier au départ de Condat, avec des passages dans le brouillard. La licenciée du Running Club Arpajon bouclait finalement son périple en 53 h 37 à la 8^{ème} place sur 9 coureurs arrivés.

Sur le 43 km Philippe Combier finit 247^{ème} en 5h46'52.

À Lacroix-Barrez (12), aux Cimes du château de Valon sur le 14, 5 km belle 3^{ème} place de Loïc

Lacassagne en 1h06'35, Odile

Collange finit 43^{ème} en 1h46'36.

Aux 10 km de Courir à Brive en Corrèze, Thomas Bruel termine en 00. 39 : 20 (96^{ème} sur 1 408 arrivés). ■



Gérald Berthieracouru surletoit de l'Auvergne

Le licencié de l'Amicale laïque de Charlieu Gérald Berthier vient de rentrer dans le cercle fermé des « ultras » après avoir bouclé un parcours de 110 km dans la chaîne des Puys.

ULTRAS. Gérald Berthier, fier finisher de la Volvic Volcanic Experience.

Aligné au départ de la Volvic Volcanic Experience, aux côtés de trailers de classe mondiale tels que la Californienne Meghan Laws ou bien encore le Népalais Sangé Sherpa, le Charliendin a effectué un parcours qui comptait 3.500 mètres de dénivelés positifs, avec au menu, la traversée du parc Vulcania et l'ascension du Puy de Dôme.

Bien en jambes jusqu'au 60e kilomètre, Gérald Berthier a ensuite commencé à ressentir de la fatigue à la mi-journée, l'obligeant à nettement ralentir le rythme, comme la majorité des concurrents autour de lui. « J'ai eu la chance de ne connaître ni chute, ni blessure », raconte-t-il. Alternant les moments d'euphorie et de détresse, il a réussi à relever ce défi physique et personnel grâce à un énorme courage et un gros mental, ne lâchant rien pour tenir jusqu'à la ligne d'arrivée. « Au 70e km, j'avais perdu la notion du temps, je me voyais hors délai et j'ai alors envisagé l'abandon », confie le coureur. Dans les 20 derniers km, Gérard Berthier a pu compter sur le

soutien de ses amis de club, Justo et Raphaël. Et c'est finalement en 17 h 12 min 35 s qu'il a bouclé son périple de 110 km, épuisé mais fier d'avoir réussi cet exploit. « Sur la fin, au dire de mes proches, j'étais dans un état second, j'ai réalisé ce que j'avais accompli qu'un peu plus tard », analyse Gérald Berthier. Même s'il doit désormais récupérer de tous ces efforts, Gérald Berthier ne renonce pas à planifier d'autres objectifs en cette fin d'année. ■



Au Running Club Arpajon

Claire Rimbault

A la Volvic Volcanic Expérience, Claire Rimbault participait à l'Expérience Grande Traversée Volcanique (24 coureurs seulement au départ et la seule féminine), une traversée des 3 massifs, de 220 km et 7500D+ au départ du Lioran pour arriver à Volvic, en passant largement dans notre massif (Puy du Rocher, Plomb, Arpon, Griou, Puy Mary), puis le plateau du Limon, le Cézallier, le massif du Sancy, Mont-Dore, la Chaîne des Puys. Le tout sans balisage, avec une trace sur carte à suivre précisément. Il faut donc toujours savoir où l'on est, où l'on va, et anticiper le trajet prévu par l'organisateur. Le GPS aide pour se recalculer, mais rien de mieux que carte et boussole au final, surtout pour la course de nuit, glaciale dans

le Cézallier au départ de Condat, avec des passages dans le brouillard. La licenciée du Running Club Arpajon bouclait finalement son périple en 53h37 à la 8e place sur 9 coureurs arrivés. Sur le 43 km, Philippe Combié finit 247e en 5h46'52. A Lacroix-Barrez (12), aux Cimes du château de Valon sur le 14, 5 km, belle 3e place de Loïc Lacassagne en 1h06'35, Odile Collange finit 43e en 1h46'36. Aux 10 km de Courir à Brive en Corrèze, Thomas Bruel termine en 00. 39 : 20 (96e sur 1408 arrivés). ■



Les coureurs du GSN brillent partout où ils vont

Glénic. Le GSN court partout. Les coureurs de Glénic Sport Nature ont une nouvelle fois écumé les épreuves ici ou là.

Ainsi, Clarisse Chevalieras est encore montée sur le podium sur le 25 km du « Volvic Volcanic Expérience », pendant que d'autres allaient parcourir les chemins.

18 maillots rouges se sont alignés à Nouziers sur le « Trail du Galet », 11 ou 20 km.

« Les Gendarmes et Voleurs de temps » d'Ambazac ont également attiré les athlètes glénicois, un peu perdus parmi les 3. 500 engagés mais qui ont su tirer leur épingle du jeu, à l'image de Dona Dunet qui l'a emporté sur le 32 km en catégorie Master 2. C'est une excellente performance car cette épreuve comptait pour le challenge des championnats de France de trail.

Encore plus loin et beaucoup plus long, Éric Guillemot s'est aligné sur le 77 km du Grand Trail du Saint Jacques et ses 3. 000 m de dénivelé. Il a fini en 10 h 57' 44", se classant 31 e sur 172, la tête pleine de souvenirs : « Suite à un problème technique, j'ai dû me passer de mes bâtons mais les très beaux chemins de pèlerinage sur les hauts plateaux, l'organisation très professionnelle et la météo clémente ont rendu ce trail très agréable ». ■



La rue de la Libération en travaux cet automne

Quinze minutes, montre en main !

« C'est sûrement le conseil municipal le plus court de la mandature », concédait en fin de séance Mohand Hamoumou, maire de Volvic.

Avec cinq points à l'ordre du jour, et aucun débat, le conseil municipal de Volvic a été rapidement bouclé, jeudi soir. Que retenir ? Dans l'ordre chronologique, d'abord que l'opposition a voté contre le procès-verbal de la dernière séance du conseil. Ensuite, que les travaux de rénovation de la rue de la Libération (réseaux et revêtement), un temps annoncés cet été, ont

finalement été décalés « entre septembre et décembre », « à la demande des commerçants ». Autre décision : les tarifs de l'école municipale de musique de Volvic ne changeront pas à la rentrée 2019, « sauf pour l'abattement sur les tarifs pour les élèves qui s'inscrivent à l'orchestre : le directeur de l'école estimait qu'il n'était pas assez incitatif, donc on propose de passer cet abattement de 20 à 30 % », a expliqué Mohand Hamoumou. Enfin, par un dernier vote, le conseil s'est donné la possibilité de créer un nouvel emploi saisonnier : les élus envisagent l'ouverture d'un point de

vente éphémère pendant la saison touristique (vente de cartes postales, livres, glaces) dans l'ancienne pharmacie Perrin, à l'image de l'animation proposée par la librairie des Volcans durant la VVX. « Ce serait intéressant pour animer le quartier, d'autant que le local est situé sur le passage de ceux qui descendent du Goulet », considère le maire. La réflexion est en cours. Arthur Cesbron arthur.cesbron@centrefrance.com ■

COURSES DE MASEVAUX

Rousset et Pomerol dans l'esprit

Après une année blanche, près de 300 traileurs ont découvert hier les deux nouveaux tracés de 14 km et 31 km des Courses de Masevaux. Frédéric Pomerol et Martin Rousset en sont les premiers lauréats.

Romain GASCON

Les Courses de Masevaux ont fait leur retour au calendrier ce week-end, après une année de pause. Les organisateurs en ont profité pour proposer deux nouveaux tracés de 14 et 31 km.



Martin Rousset a remporté le Trail de la Source de la Doller nouvelle version, hier à Masevaux. Photos L'Alsace/Darek SZUSTER

« J'étais dans l'esprit course à pied tel que je le conçois : le plaisir avant tout », commente Martin Rousset, vainqueur de l'épreuve longue, le Trail de la Source de la Doller (1340 m de dénivelé positif), bouclé en 2h55'06''. Peu disert, le trentenaire de la vallée de Thann, qui pratique la course à pied sans se fixer d'objectifs, réoriente rapidement la conversation vers son dauphin : « La vraie performance, elle est là, c'est Arnaud ! »



Iris Huntziger (EHA) s'est imposée sur le nouveau Trail du Montori de 14 km.

Le régional de l'étape Arnaud Kessler, 2^e en 3h00'32'', s'explique : « Martin et moi avons reconnu ensemble le parcours le week-end précédent. Pendant une bonne partie de la course, nous étions à trois, et Martin nous a attendus à plusieurs reprises. Pour moi, c'est la première course de l'année et c'est une bonne sortie. » La première féminine a franchi la ligne en 3h50'37''. « C'est mon 6^e trail, je suis encore une débutante, confie Sophie Bourgoing, de Buhl. J'y vais au feeling. Cette année, je me concentre sur les épreuves de 30 et 40 km. L'an prochain, j'espère courir un 50 km. » Elle participera aux Crêtes vosgiennes le 18 août, et peut-être au Trail des « big bosses » à Liebsdorf, le 30 juin. C'est justement la fille de l'organisateur de ce Trail des « big bosses » qui termine première féminine de l'épreuve courte de 14 km et 750 m de dénivelé positif,

le Trail du Montori. Iris Huntziger s'est imposée en 1h24'48''. « Je suis venue courir une distance plus courte pour me donner un peu de peps... et pour valoriser la vallée de la Doller ! » La jeune femme va s'y installer sous peu.

Le vainqueur du « Montori » est Auvergnat d'origine et installé à Colmar depuis six mois. Âgé de 23 ans, Frédéric Pomerol a avalé les 14 km du parcours en 1h00'56''. Il laisse son dauphin à près de six minutes. Il y a trois semaines, il a terminé à la 2^e place du 16 km du « Volvic Volcanic Experience ». Le week-end prochain, il participera au Run'in Night Trail de Wettolsheim. « L'objectif, ce sont les championnats de France de trail en 2020. Mais j'y vais doucement, je reste sur du court. Je suis encore jeune, on verra après. »

Les Courses de Masevaux soutenaient cette année « Vaincre Parkinson ». Pascaline Metzger, la responsable Grand Est de l'association, et les trois coureurs qui l'accompagnaient ont fait une entrée remarquée sur le stade d'Athlé Doller. Émue, la coureuse, qui « essaie de faire sortir les malades », a dressé un bilan positif de son 14 km. De bon augure avant de participer à un semi-marathon à l'automne.

31 km : 1. Martin Rousset 2h55'6''; 2. Arnaud Kessler 3h0'32''; 3.



Sylvain Geant 3h6'15''; 4. Carmelo Castano 3h16'31''; 5. Jérôme Bernhard 3h21'29''; 6. Mathieu Bohn 3h22'34''; 7. Frédéric Richard 3h22'56''; 8. Johan Hueber 3h24'11''; 9. Cyril Baudouin 3h24'16''; 10. Anthony Pape 3h25'41''; 11. Pascal Maginot 3h25'43''; 12. Julien Vienet 3h26'27''; 13. Michael Berna 3h27'56''; 14. Frédéric Schultz 3h30'5''; 15. Philippe Bruchlen 3h30'32''; 16. Anthony Ruiz 3h33'41''; 17. Corentin Fischer 3h37'40''; 18. Benoît Gosser 3h38'56''; 19. Salem Idiri 3h41'28''; 20. Fabien Fuchs 3h41'29''; 21. Bertrand Saumon 3h41'40''; 22. David Tollec 3h43'57''; 23. Damien Personeni 3h44'58''; 24. Christophe Habe 3h46'13''; 25. Julien Pechin 3h47'52''; 26. Christian Mazeau 3h48'12''; 27. Gilles Meyer 3h50'25''; 1 refémnine : 28. Sophie Bourgoin 3h50'37''; 29. Vincent Durand 3h53'56''; 30. Stéphane Gottar 3h53'56''; 31. Eric Vernet 3h54'42''; 32. Thierry Burdet 3h55'15''; 33. Céline Echenoz 3h57'8''; 34. Loic Paquis 3h57'9''; 35. Sandrine Freudenreich 3h58'43''...

14 km : 1. Frédéric Pומרol 1h0'56''; 2. Johan Tschaenn 1h6'45''; 3. Damien Ciglia 1h7'33''; 4. Lionel Eich 1h8'4''; 5. Mickaël Ehret 1h8'56''; 6. Julien Schertzer 1h10'8''; 7. Yann Reimann 1h13'51''; 8. Gaëtan Poulet 1h14'10''; 9. Vincent Logeais 1h14'13''; 10. Julien Scheubel 1h16'48''; 11. Romain

Gascon 1h17'29''; 12. Christian Kippelen 1h18'1''; 13. Frédéric Keller 1h18'46''; 14. Alexandre Millot 1h18'54''; 15. Benoit Greter 1h19'0''; 16. Jean-Philippe Lerch 1h19'30''; 17. Sylvain Maimbourg 1h20'7''; 18. Hervé Tschan 1h20'25''; 19. Thibaut Koch 1h20'33''; 20. Johann Schlosser 1h20'48''; 21. Pierre-Edouard Peltier 1h20'59''; 22. Raphaël Walter 1h21'18''; 23. Frédéric Bihl 1h21'20''; 24. Adrien Jaeger 1h22'6''; 25. Michel Sengler 1h22'15''; 26. Lionel Willme 1h22'17''; 27. Julien Zaug 1h24'4''; 1 refémnine : 28. Iris Huntziger 1h24'48''; 29. Henri Thomas 1h24'48''; 30. Ludovic Kilka 1h25'25''; 31. Jean-Luc Stutz 1h25'41''; 32. Frédéric Schenk 1h25'55''; 33. Mathieu Schanen 1h25'59''; 34. Hervé Adler 1h26'6''; 35. Guillaume Ricaud 1h26'35''; 36. Mike Iltis 1h26'59''; 37. Bertrand Louis 1h27'52''; 38. Myriam Decor 1h28'36''; 39. Albin Demoulin 1h28'41''; 40. Valentin Vancon 1h28'51''... ■



- 19:16:30 Trail : zoom sur la Grande Traversée VVX 220km.
- 19:16:54 Reportage Laëtitia Théodore.
- 19:17:13 Interview Christophe Arlot, finisher de la Grande Traversée VVX 220km.
- 19:17:41 Interview Claire Rimbault, finisher de la Grande Traversée VVX 220km.
- 19:18:07 Interview Damien Poulet, organisateur de la Grande Traversée VVX 220km.
- 19:20:14 Interview participants.
- 19:20:41 Citation Ultra-Trail World Tour.
- 19:21:04 Interview Jean-Charles Perrin, chargé du développement de l'UTWT.
- 19:21:22 Interview Kilian Jornet, ultra-trailer et ambassadeur des eaux de Volvic.
- 19:22:05 Interview Claire Rimbault, 5ème de la Grande Traversée VVX 220km.
- 19:22:36



Un lever de soleil magique depuis le Puy de Dôme...

Assister au lever de soleil depuis le sommet du Puy-de-Dôme, c'est quelque chose que je n'ai jamais pensé faire lors de mes deux ans en Auvergne. J'avais juste déjà assisté au coucher de soleil depuis le Puy de Dôme un peu par hasard et testé la randonnée sans voiture depuis Clermont-Ferrand. Et pourtant, c'était un moment fou, que j'ai adoré vivre lors de mon retour en Auvergne pour la **VolvicVolcanicExpérience**.



La Chaîne des Puys, site UNESCO

Si vous ne le connaissez pas, le Puy de Dôme, c'est ce géant que l'on aperçoit depuis de nombreux endroits en Auvergne, grand seigneur de la Chaîne des Puys classée au patrimoine UNESCO.



Le fameux Puy de Dôme et son antenne



Vue sur le Puy Pariou, le fameux volcan Volvic



Les volcans d'Auvergne sous une mer de nuages...

L'Auvergne est un terrain unique en termes de volcanisme dans le monde, car on retrouve dans la Chaîne des Puys 80 volcans de tous les types (ou quasiment) de volcans existant dans le monde. Et depuis le sommet du Puy-de-Dôme, on peut apercevoir tous ces volcans. C'est la randonnée à faire en Auvergne pour en prendre plein la vue.

Les volcans de la Chaîne des Puys sont-ils éteints ?

Rassurez-vous, les volcans de la Chaîne des Puys sont éteints... MAIS l'activité volcanique n'y est qu'endormie. Ce qui signifie qu'un nouveau volcan pourrait un jour se créer dans la Chaîne des Puys.



Si le volcanisme vous intéresse et que vous cherchez quoi faire autour de Clermont-Ferrand, je vous recommande la visite du parc Vulcania qui aborde le volcanisme sous toutes ses formes et de façon ludique, il y a même une expérience film 3D qui vous permet de voir ce qui se passerait si un nouveau volcan se formait dans la Chaîne des Puys, j'ai adoré !

L'ascension du Puy de Dôme par le Sentier des Muletiers

Pour randonner jusqu'au sommet du Puy de Dôme, vous pouvez tester le Panoramique des Dômes comme je l'ai fait il y a quasi deux ans, ou marcher à pied par le Sentier des Muletiers depuis le parking du col de Ceysnat.

5h20, nous démarrons la randonnée à pied par un passage en sous-bois. Le timing est serré, on ne traîne pas, mais déjà ça monte bien. Pour monter le Puy de Dôme, il faut environ 45 minutes, avec un dénivelé de presque 400 mètres, ce qui signifie que c'est raide. C'est après avoir passé les sous-bois et traversé la route (qui arrive du parking du Panoramique des Dômes, et qui peut faire un petit raccourci pour éviter la montée en sous-bois) que l'on aborde la montée en virages « dans le dur »... et honnêtement, tout le groupe galère. Les premiers virages sont longs, et puisent déjà dans notre énergie.



Première pause pour admirer le paysage, qui laisse présager une belle récompense au sommet : le soleil commence à se lever sur les volcans coiffés de chapeaux de nuage. Ce n'est pas le moment de traîner, car notre but est aussi d'assister au passage des coureurs du 110 kilomètres de la **VolvicVolcanicExperience**.



Des couleurs féeriques...

On reprend donc notre marche. L'ascension du Puy de Dôme est alors une succession de chauds et froids, j'ai très chaud en montant, je me refroidis lors des pauses mais je n'enlève pas mon pull malgré tout pour éviter trop de variations. Chaque pause est l'occasion de penser que « bordel, je ne me rappelais pas que c'était aussi dur » et que « mais quand même, le paysage est dingue ».



-
-
-

Malheureusement, le soleil est déjà levé quand nous arrivons au sommet, on a mis un peu trop de temps à arriver, mais je ne regrette pas. Le paysage reste magnifique, la Chaîne des Puys est dans une mer de nuages, c'est unique. Je ne regrette ni nos pauses (essentielles pour reprendre de l'énergie), ni d'avoir laissé mon pull, car même si

j'ai eu un peu froid au sommet, c'est resté raisonnable.

L'Expérience Trail Chaîne des puys – Faille de Limagne Volvic VVX

Si vous avez suivi mes aventures sur Facebook et Instagram, vous savez que j'étais en Auvergne pour la **VolvicVolcanicExpérience**. Je vous en parlerai dans un prochain article, mais pour faire court, cet événement, c'est un peu un trail hors du commun : bien sûr, il proposait plusieurs trails (de 5 à 220 km), mais aussi des randonnées (jusqu'à 43 kilomètres) et tout un tas d'initiations sportives et de découvertes culturelles à Volvic.



Les coureurs de la Volvic **VVX** 110 kilomètres devaient monter et faire le tour du sommet du Puy de Dôme avant de redescendre

Nous avons fait cet ascension pour assister au passage des coureurs du 110 kilomètres, et c'était assez fou de voir passer tous ces athlètes. Les premiers arrivant en courant dans cette montée si raide, d'autres en marchant... Quelque part, avoir monté le Puy-de-Dôme juste avant eux me rendait un peu moins « spectatrice » de leur passage, même si je n'avais pas autant souffert physiquement



Cette photo regroupe pas mal d'erreurs, micro-particules sur l'objectif, luminosité, c'est un peu un « accident », mais il y a quelque chose que j'aime bien dedans donc je la laisse



Pour nous, ça a été un peu la « mise en bouche » de tout cet événement, et c'est aussi pour ça que j'ai eu envie de commencer par cette expérience assez unique...

Alors, qui est prêt à se lever à 4h du mat' pour gravir le Puy de Dôme avec moi ?

Chargement...

♥ J'aime cet article

♥ Je n'aime plus





Auvergne: Un lever de soleil magique depuis le Puy de Dôme... par mali-cyel



Assister au lever de soleil depuis le sommet du Puy-de-Dôme, c'est quelque chose que je n'ai jamais pensé faire lors de mes deux ans en Auvergne. J'avais juste déjà assisté au coucher de soleil depuis le Puy de Dôme un peu par hasard et testé la randonnée sans voiture depuis Clermont-Ferrand. Et pourtant, c'était un moment fou, que j'ai adoré vivre lors de mon retour en Auvergne pour la **Volvic Volcanic Experience**. La Chaîne des Puys, site UNESCO Si...

Cet article provient du blog Un pied dans les Nuages. Mali' habite à Lille et est également auteur de Les Cerfs-Volants à Berck : et si on retrouvait notre âme d'enfant ?.

Lire la suite sur le blog >



Willy Dujardin, un X(trem)-men

/ M.A.

Et de trois ! Après la Norseman en 2017 et la Swissman en 2018, Willy Dujardin est venu à bout de la Celtman le 15 juin dernier, un triathlon mythique au fin fond de l'Ecosse. Tout paraissait pourtant compromis fin avril lorsqu'il a été fauché par une voiture alors qu'il était à vélo...

Willy Dujardin avec la légende Kilian Jornet

Mi-mars, Willy Dujardin nous avait parlé, avec beaucoup d'enthousiasme, de ses objectifs du printemps : [l'Expérience Grande Traversée Volcanic \(220 km\)](#) fin mai et la Celtman Xtreme triathlon mi-juin. Rendez-vous avait été pris en avril pour en parler. Mais le 17 avril dernier, le Yébleronnais a posté sur son profil Facebook une photo de son vélo cassé en deux avec comme commentaire : « Cette photo résume assez bien la violence du choc à 40 km/h quand on te coupe la route. Côté bonhomme... fin de saison compromise ». Afin de ne pas remuer davantage le couteau dans la plaie, on avait préféré ne pas l'embêter. Mais c'était mal connaître ce membre fondateur du Team Dingo.

« Je rentrais d'un raid et je faisais du vélo pour récupérer. Et à Lillebonne, une conductrice m'a coupé la route. Une de mes chaussures s'est ouverte en deux mais l'autre non. Ma jambe est restée coincée. J'ai tapé le pare-brise et je me suis retrouvé par

terre. J'ai pu bouger mes doigts de pied puis ma tête, ça m'a rassuré. A la radio, je n'avais rien. Mais mon genou a triplé de volume et j'avais une grosse lésion du plateau tibial ».

Willy Dujardin était accompagné par sa fille Alix et de Philippe Legemble. Il a commencé alors un véritable contre-la-montre pour guérir. « J'ai fait beaucoup de kiné, de cryothérapie, de renforcement musculaire, tout ce que je pouvais faire sans aggraver ma blessure ».

Après un mois de soins, Willy Dujardin a couru pour la première fois sans douleur à cinq jours du départ de [l'Expérience Grande Traversée Volcanic : 220 km](#) avec 8 000 m D + entre la station Le Lioran et Volvic. Avec son fidèle acolyte Yves Gilles, le Cauchois a terminé 3e au scratch et 1er duo en 47 heures ! « On a tout de même dormi 1 h 30 », sourit Willy Dujardin. Les deux amis ont été accompagnés sur les derniers mètres par la légende Kilian Jornet en personne !

A peine le temps de se remettre de ses émotions, qu'il devait préparer son départ en Ecosse pour disputer la Celtman Xtreme triathlon, troisième Xtrem triathlon de la série mythique après la Norseman en Norvège en 2017, où il avait obtenu le fameux tee-shirt noir réservé aux 160 premiers, et la Swissman. Il était accompagné de Philippe Legemble, son support présent depuis la Norseman, et sa fille Alix. « Il n'y a que 250 places, dont 190

tirés au sort. On commence par 3, 4 km de natation dans un loch, au milieu des méduses - ce n'est pas une légende -, dans une eau à 12 °C. Lorsque je suis sorti, j'avais tellement froid que ma mâchoire était gelée. Les 200 km de vélo avec 2000 D + sont très durs. Pendant 90 km, j'ai eu du vent de face. J'ai fait du 27, 7 km/h de moyenne. La course à pied est un véritable trail de 42 km dont 25 km dans la montagne. Le tout à la carte sans balisage sous une météo où les quatre saisons y passent toutes les 20 minutes. Il y avait des passages qui seraient interdits en France. Je pense à un goulet. Je ne sais pas comment ils ont une autorisation. A 16 minutes près, j'ai passé le cut-off. On a été 87 à le passer ».

Pour franchir la ligne d'arrivée 58e après 16 h 30 d'efforts. Avec une pensée pour son équipe : « Ma famille, mon épouse qui m'a soutenu et trouvé des rendez-vous avec des spécialistes et ma kiné à Lillebonne ». Elles ont en effet réalisé du beau boulot. ■



UNE “VOLCANIC EXPÉRIENCE”

COURSE À PIED - BEAUVAIS

Allal Bouchakor, coureur du CPBO, a impressionné lors du “Volvic Volcanic Expérience” en Auvergne, une épreuve qui a vu aussi Isabelle Rigault briller sur le 42 km. De l’Oise à l’Auvergne, le CPBO (course à pied Beauvais Oise), massivement présent sur les trails natures et les courses hors stade, a vécu un week-end de l’ascension très animé. Le club beauvaisien a participé au 10 km urbain annuel de la ville de Beauvais et à la 25e édition du trail “Volvic Volcanic Expérience”.

UNE PARTICIPATION REMARQUÉE AUX FOULÉES DE LA RUE

Avec plus d’une quarantaine d’inscrits encore cette année les coureurs du CPBO (les autres licenciés affrontant le Volvic Volcanic Expérience), ont bravé la chaleur de cette fin de première journée de juin pour se présenter aux traditionnelles Foulées de la rue et ses deux boucles très roulantes. Le soleil était bien présent ce samedi soir sur le Pont de Paris et les deux ravitaillements en eau, au pied de la cathédrale, n’étaient pas de trop. Les membres du club s’étaient regroupés par affinités et objectifs de course mais toujours avec cet esprit de convivialité qui caractérise le CPBO. Après 9, 9 km endiablés et 37 minutes, le premier valeureux CPBO franchissait l’arrivée en 31e position.

. UN CHALLENGE AU PIED DES VOLCANS

Une fois par an, le club s’organise une expédition en France ou en Europe pour une course sur chemin ou route. Après le marathon de Barcelone, puis celui de

Le CPBO donne rendez-vous le 21 septembre pour la course “Elle et lui” à Saint-Paul.

Bruxelles, le point de chute, cette année, était l’Auvergne avec sa mythique course : la Volvic Volcanic Expérience. Plus d’une trentaine de coureuses et coureurs avaient décidé d’entreprendre trois des quatre distances proposées par les organisateurs : 25, 42 et 110 km. Avec un dénivelé plus que positif, un courageux membre du CPBO, Allal Bouchakor, qui avait entrepris le 110 km, aura pu gravir les 1165 m du Puy de Dôme en 19h02mn, tandis que d’autres profitaient d’un passage dans deux carrières de roche volcanique en activité. Au final, le CPBO n’a pas à rougir de cette participation et place même une première vétérante, Isabelle Rigault (7e féminine), sur le 42 km.

. RENDEZ-VOUS LE 21 SEPTEMBRE 2019 POUR « ELLE ET LUI À SAINT-PAUL »

Rendez-vous maintenant installé dans l’Oise, la course “Elle et lui à Saint-Paul” se déroulera le 21 septembre prochain. Au programme : bonne humeur, course nature et relais mixte. Le programme de cette épreuve : 4 km

pour les femmes puis relais donné, 6 km pour les hommes, pour finir ensemble sur une distance de 7 km. Pour participer à cette quatrième édition, rien de plus simple, inscrivez-vous dès aujourd’hui sur le site d’Adeorun (<https://elle-et-lui.adeorun.com>), partenaire du CPBO pour cette course et profitez d’un tarif préférentiel : 25 euros par couple.

Renseignements : cpbo@hotmail.fr ou cpbo.run. Le CPBO dispose aussi d’une page Facebook (course à pied Beauvais Oise) qui permette suivre les comptes rendus de course et les futures épreuves.

Isabelle Rigault du CPBO a brillé sur le 42 km du Volvic Volcanic Expérience.

75 € à l’année

Les « amateurs » du CPBO effectuent des entraînements en groupe, 3 fois par semaine. Le club participe à des courses, comme des trails, 10 kms, semi et marathons. La cotisation est de 75 € à l’année (65 € en renouvellement) : maillot, licence FFA et assurance incluse. ■



La Ferté-Bernard. Grégory Bouttier s'affirme sur les plus beaux ultratrails



Le Fertois qui a démarré sa carrière de triathlète au sein du VSF avant d'intégrer l'équipe de France, a tout plaqué. Il est devenu un fada de courses à pied en montagne.

Grégory Bouttier est monté en juin 2019 sur la deuxième marche des 110 km du **VolvicVolcanic Experience**, derrière Sangé Sherpa, un Népalais qui remporte régulièrement des épreuves en France et à l'étranger. Interview du Fertois rencontré par hasard, tandis que les traileurs du VSF athlétisme participaient également à la course.

Vous avez démarré le sport au VSF natation ? Racontez-nous.

Grégory Bouttier : Ma première licence date de 1987. J'avais des bronchites chroniques et le médecin conseilla à mes parents de m'inscrire à la natation. J'étais aussi proche du rachitisme et ce sport était alors bénéfique pour la condition physique et qui plus est sans traumatisme. J'avais 7 ans et je fus conquis par ce sport technique et individuel. André Neveu, figure de La Ferté, m'entraînait. La rigueur qu'il nous inculquait est restée ancrée comme une valeur de force.

Vous avez percé en triathlon ?

En effet, je guettais mon papa qui faisait des cyclosporives, débutait le triathlon longue distance jusqu'à ce que nous partions en vacances à Embrun en 1994 pour son premier EmbrunMan. À l'époque c'était le triathlon réputé le plus dur au monde : 3 900 m de natation, 185 km de vélo avec le col de l'Izoard (apparenté à une étape du Tour de France) et 42 km à pied, soit un marathon. Je l'avais accompagné avec mon vieux VTT et mes claquettes sur les 30 derniers kilomètres. J'avais 12 ans, mon père était un héros. Je prends alors ma première licence de triathlon au VSF et fais ma première course Avenir au Mans que je gagne. Tout s'est déclenché. La natation en parallèle du triathlon, le sport études...

Malgré cet encadrement, mon papa était mon sparring-partner, mon entraîneur, celui qui me faisait confiance et à qui je pouvais me confier, qui préparait mon matériel et qui m'emmenait sur les courses. Je dois tout à mes parents. J'ai gardé d'excellents souvenirs du lycée Robert-Garnier, avec Bruno Perrotin et Sylvain Lebris qui m'ont transmis une éthique et l'esprit de camaraderie. J'étais toujours dans les 10 meilleurs Français de ma catégorie. Tout tournait autour du sport. J'ai

continué en sport études à la faculté de Nantes, en Staps, avec Hervé Delaunay que j'ai retrouvé 8 ans plus tard, comme manager de la plus grande équipe pro que j'ai connue.

Ensuite, qu'avez-vous fait ?

Cette première année « hors cocon » ne fut pas fructueuse et les résultats sportifs comme l'épanouissement personnel n'étaient pas là. Ma maman bienveillante me fit parvenir une revue qui flattait le Pôle Auvergne Triathlon à Clermont-Ferrand et son recrutement pour l'année 2001 qui se profilait. J'ai postulé et j'ai été sélectionné par Jacques Callarec. Un tournant : les montagnes, les lacs, les piscines, les aménagements horaires... Un accomplissement digne d'une victoire olympique, puisque j'étais officiellement athlète de haut niveau. J'ai poursuivi 10 ans ainsi tout en validant mon Deug et un BEESAN.

Les compétitions se faisaient avec le team et en avion. J'ai poursuivi ce formidable train de vie jusqu'en 2011, en traversant successivement le VSF Triathlon, Sablé Triathlon, Tri Sud18, Sables Vendée Tri, Montluçon Triathlon, avant de devoir faire les choix responsables qui s'imposent à un papa. Même à haut niveau, le triathlon (malgré les 25 à 30 heures par semaine) ne rapporte pas. Cette situation et des bouleversements personnels m'ont incité à tourner la page. Sans regrets, je suis maître nageur et j'aime mon boulot.

Et après le haut niveau ?

Je suis un papa épanoui de deux garçons qui essaye d'inculquer respect et humilité. L'un fait du BMX, l'autre de l'athlétisme. Je souhaite qu'ils prennent le même plaisir à faire du sport que celui que je prends encore avec mon filou de père de 63 ans. Ma priorité c'est ma famille même si je cours trois à quatre fois par semaine, je fais du vélo une fois tous les 15 jours et je nage parfois.

Je fais désormais de la course à pied, une discipline qui ne prend pas de temps, fait vite transpirer, donne de gratuites courbatures. Le trail procure des sensations de quête de soi. Mais je ne souhaite plus courir en club, ni pour des magasins qui m'ont contacté. Je ne veux plus rentrer dans ce jeu. Mon cuissard fétiche est celui que j'ai eu avec l'équipe de France 2004, pour le championnat d'Europe de triathlon (Hongrie). Je cours avec depuis 15 ans, ma mère l'a recousu au moins cinq fois. Mon objectif est de pouvoir courir longtemps et à fond. Le bonheur est une question d'équilibre, de partage et un brin de rock'n'roll. J'ai les deux pieds dedans.

Propos recueillis par Karine TERTRE



La Ferté-Bernard. Grégory Bouttier s'affirme sur les plus beaux ultratrails

La Ferté-Bernard. Grégory Bouttier s'affirme sur les plus beaux ultratrails Le Fertois qui a démarré sa carrière de triathlète au sein du VSF avant d'intégrer l'équipe de France, a tout plaqué. Il est devenu un fada de courses à pied en montagne.

Grégory Bouttier est monté en juin 2019 sur la deuxième marche des 110 km du **Volvic Volcanic Experience**, derrière Sangé Sherpa, un Népalais qui remporte régulièrement des épreuves en France et à l'étranger. Interview du Fertois rencontré par hasard, tandis que les traileurs du VSF athlétisme participaient également à la course.

Vous avez démarré le sport au VSF natation ? Racontez-nous.

Grégory Bouttier : Ma première licence date de 1987. J'avais des bronchites chroniques et le médecin conseilla à mes parents de m'inscrire à la natation. J'étais aussi proche du rachitisme et ce sport était alors bénéfique pour la condition physique et qui plus est sans traumatisme. J'avais 7 ans et je fus conquis par ce sport technique et individuel. André Neveu, figure de La Ferté, m'entraînait. La rigueur qu'il nous inculquait est restée ancrée comme une valeur de force.

Vous avez percé en triathlon ?

En effet, je guettais mon papa qui faisait des cyclosporives, débutait le triathlon longue distance jusqu'à ce que nous partions en vacances à Embrun en 1994 pour son premier EmbrunMan. À l'époque c'était le triathlon réputé le plus dur au monde : 3 900 m de natation, 185 km de vélo avec le col de l'Izoard (apparenté à une étape du Tour de France) et 42 km à pied, soit un marathon. Je l'avais accompagné avec mon vieux VTT et mes claquettes sur les 30 derniers kilomètres. J'avais 12 ans, mon père était un héros. Je prends alors ma première licence de triathlon au VSF et fais ma première course Avenir au Mans que je gagne. Tout s'est déclenché. La natation en parallèle du triathlon, le sport études...

Malgré cet encadrement, mon papa était mon sparring-partner, mon entraîneur, celui qui me faisait confiance et à qui je pouvais me confier, qui préparait mon matériel et qui m'emmenait sur les courses. Je dois tout à mes parents. J'ai gardé d'excellents souvenirs du lycée Robert-Garnier, avec Bruno Perrotin et Sylvain Lebris qui m'ont transmis une éthique et l'esprit de camaraderie. J'étais toujours dans les 10 meilleurs Français de ma catégorie. Tout tournait autour du sport. J'ai continué en sport études à la faculté de Nantes, en Staps, avec Hervé Delaunay que j'ai retrouvé 8 ans plus tard, comme manager de la plus grande équipe pro que j'ai connue.

Ensuite, qu'avez-vous fait ?

Cette première année « hors cocon » ne fut pas fructueuse et les résultats sportifs comme l'épanouissement personnel n'étaient pas là. Ma maman bienveillante me fit parvenir une revue qui flattait le Pôle Auvergne Triathlon à Clermont-Ferrand et son recrutement pour l'année 2001 qui se profilait. J'ai postulé et j'ai été sélectionné par Jacques Callarec. Un tournant : les montagnes, les lacs, les piscines, les aménagements horaires... Un accomplissement digne d'une victoire olympique, puisque j'étais officiellement athlète de haut niveau. J'ai poursuivi 10 ans ainsi tout en validant mon Deug et un BEESAN.

Les compétitions se faisaient avec le team et en avion. J'ai poursuivi ce formidable train de vie jusqu'en 2011, en traversant successivement le VSF Triathlon, Sablé Triathlon, Tri Sud 18, Sables Vendée Tri, Montluçon Triathlon, avant de devoir faire les choix responsables qui s'imposent à un papa. Même à haut niveau, le triathlon (malgré les 25 à 30 heures par semaine) ne rapporte pas. Cette situation et des bouleversements personnels m'ont incité à tourner la page. Sans regrets, je suis maître nageur et j'aime mon boulot.

Et après le haut niveau ?

Je suis un papa épanoui de deux garçons qui essaye d'inculquer respect et humilité. L'un fait du

BMX, l'autre de l'athlétisme. Je souhaite qu'ils prennent le même plaisir à faire du sport que celui que je prends encore avec mon filou de père de 63 ans. Ma priorité c'est ma famille même si je cours trois à quatre fois par semaine, je fais du vélo une fois tous les 15 jours et je nage parfois.

Je fais désormais de la course à pied, une discipline qui ne prend pas de temps, fait vite transpirer, donne de gratuites courbatures. Le trail procure des sensations de quête de soi. Mais je ne souhaite plus courir en club, ni pour des magasins qui m'ont contacté. Je ne veux plus rentrer dans ce jeu. Mon cuissard fétiche est celui que j'ai eu avec l'équipe de France 2004, pour le championnat d'Europe de triathlon (Hongrie). Je cours avec depuis 15 ans, ma mère l'a recousu au moins cinq fois. Mon objectif est de pouvoir courir longtemps et à fond. Le bonheur est une question d'équilibre, de partage et un brin de rock'n'roll. J'ai les deux pieds dedans.

Propos recueillis par Karine TERTRE

Grégory Bouttier est désormais installé en Auvergne. Il vient de signer une grosse performance sur ses nouvelles terres. Ici à l'arrivée avec le speaker et son père, Michel, bien connu des triathlètes de La Ferté.



Grégory Bouttier s'affirme sur les plus beaux ultratrails

Recueillis par Karine TERTRE

Le Fertois qui a démarré sa carrière de triathlète au sein du VSF avant d'intégrer l'équipe de France, a tout plaqué. Il est devenu un fada de courses à pied en montagne. Grégory Bouttier est monté ce mois-ci sur la deuxième marche des 110 km du Volvic Volcanic Experience, derrière Sang  Sherpa, un Népalais qui remporte régulièrement des épreuves en France et à l'étranger. Interview du Fertois rencontré par hasard, tandis que les traileurs du VSF athlétisme participaient également à la course (lire notre édition de dimanche 23 juin).

« Le Maine Libre » : Vous avez démarré le sport au VSF natation ? Racontez-nous.

Grégory Bouttier : « Ma première licence date de 1987. J'avais des bronchites chroniques et le médecin conseilla à mes parents de m'inscrire à la natation. J'étais aussi proche du rachitisme et ce sport était alors bénéfique pour la condition physique et qui plus est sans traumatisme. J'avais 7 ans et je fus conquis par ce sport technique et individuel. André Neveu, figure de La Ferté, m'entraînait. La rigueur qu'il nous inculquait est restée ancrée comme une valeur de force ».

Vous avez percé en triathlon ?

« En effet, je guettais mon papa qui faisait des cyclosportives, débutait le triathlon longue distance jusqu'à ce que nous partions en vacances à Embrun en 1994 pour son premier

EmbrunMan.   l'époque c'était le triathlon réputé le plus dur au monde : 3 900 m de natation, 185 km de vélo avec le col de l'Izoard (apparenté à une étape du Tour de France) et 42 km à pied, soit un marathon. Je l'avais accompagné avec mon vieux VTT et mes claquettes sur les 30 derniers kilomètres. J'avais 12 ans, mon père était un héros. Je prends alors ma première licence de triathlon au VSF et fais ma première course Avenir au Mans que je gagne. Tout s'est déclenché. La natation en parallèle du triathlon, le sport études...

Malgré cet encadrement, mon papa était mon sparring-partner, mon entraîneur, celui qui me faisait confiance et   qui je pouvais me confier, qui préparait mon matériel et qui m'emmenait sur les courses. Je dois tout à mes parents. J'ai gardé d'excellents souvenirs du lycée Robert-Garnier, avec Bruno Perrotin et Sylvain Lebris qui m'ont transmis une éthique et l'esprit de camaraderie. J'étais toujours dans les 10 meilleurs Français de ma catégorie. Tout tournait autour du sport. J'ai continué en sport études à la faculté de Nantes, en Staps, avec Hervé Delaunay que j'ai retrouvé 8 ans plus tard, comme manager de la plus grande équipe pro que j'ai connue. »

Ensuite, qu'avez-vous fait ?

« Cette première année « hors cocon » ne fut pas fructueuse et les résultats sportifs comme l'épanouissement personnel n'étaient pas là. Ma maman bienveillante me

fit parvenir une revue qui flattait le Pôle Auvergne Triathlon   Clermont-Ferrand et son recrutement pour l'année 2001 qui se profilait. J'ai postulé et j'ai été sélectionné par Jacques Callarec. Un tournant : les montagnes, les lacs, les piscines, les aménagements horaires... Un accomplissement digne d'une victoire olympique, puisque j'étais officiellement athlète de haut niveau. J'ai poursuivi 10 ans ainsi tout en validant mon Deug et un BEESAN. Les compétitions se faisaient avec le team et en avion. J'ai poursuivi ce formidable train de vie jusqu'en 2011, en traversant successivement le VSF Triathlon, Sablé Triathlon, Tri Sud18, Sables Vendée Tri, Montluçon Triathlon, avant de devoir faire les choix responsables qui s'imposent à un papa. Même à haut niveau, le triathlon (malgré les 25 à 30 heures par semaine) ne rapporte pas. Cette situation et des bouleversements personnels m'ont incité à tourner la page. Sans regrets, je suis maître nageur et j'aime mon boulot. » Et après le haut niveau ?

« Je suis un papa épanoui de deux garçons qui essaye d'inculquer respect et humilité. L'un fait du BMX, l'autre de l'athlétisme. Je souhaite qu'ils prennent le même plaisir à faire du sport que celui que je prends encore avec mon filou de père de 63 ans. Ma priorité c'est ma famille même si je cours trois à quatre fois par semaine, je fais du vélo une fois tous les 15 jours et je nage parfois. Je fais désormais de la

course à pied, une discipline qui ne prend pas de temps, fait vite transpirer, donne de gratuites courbatures. Le trail procure des sensations de quête de soi. Mais je ne souhaite plus courir en club, ni pour des magasins qui m'ont contacté. Je ne veux plus rentrer dans ce jeu. Mon cuissard fétiche est celui que j'ai eu avec l'équipe de France 2004, pour le championnat d'Europe de triathlon (Hongrie). Je cours avec depuis 15 ans, ma mère l'a recousu au moins cinq fois. Mon objectif est de pouvoir courir longtemps et à fond. Le bonheur est une question d'équilibre, de partage et un brin de rock'n'roll. J'ai les

deux pieds dedans. »



Grégory Bouttier est désormais installé en Auvergne. Ici à l'arrivée avec le speaker et son père, Michel, bien connu des triathlètes de La Ferté.

■



© Cyrille Quantard

VVX : LA CONVIVIALITE AVANT TOUT !

La Volvic Volcanique Expérience a pour sa 3^e édition séduit de plus en plus de traileurs, randonneurs et amoureux de la nature. L'événement a acquis une vraie maturité en confirmant la qualité de son organisation, où effort, découverte et convivialité se répondent. En plus, le beau temps inonde les volcans d'Auvergne en ce week-end de l'ascension. La VVX, organisée dans le village de Volvic, au pied des volcans de la chaîne des Puys et autour de la source des eaux minérales bien connues, est plus qu'un simple trail. Toutes les animations, les visites, les découvertes organisées pendant l'événement y ajoutent une véritable dimension conviviale et culturelle qui rend l'événement plutôt unique, et vraiment appréciable.

UNE MISE EN ROUTE MUSICALE ET FESTIVE

Le jeudi était consacré à la mise en route : les nombreux participants avaient déjà pu découvrir l'ambiance, la bonne humeur générale et la qualité de l'accueil auvergnat, en retirant leurs dossards puis un dînant sur la place du village au son des concerts. Pendant ce temps-là, les valeureux concurrents de la XGTV, une traversée intégrale en solo de la chaîne des Puys, du Cantal à Volvic, terminaient leur périple. Ils étaient partis mardi dans la soirée. Le premier concurrent, Ludovic Martin, accomplissait cette impressionnante distance en 37 heures ! Le vendredi, c'était le grand jour des courses et des randonnées, avec des départs étalés entre 4h et 10h ce matin, sur des distances allant du

15 au 110 km pour les coureurs, et de 15 et 25 km pour les marcheurs. Les parcours, qui faisaient la part belle aux panoramas sur les Puys ainsi qu'aux agréables sous-bois, à l'ombre (bienvenue sous ce soleil ardent !) ont vraiment plu. La qualité des ravitaillements aussi : même pour les derniers concurrents, comme en témoigne une randonneuse, le choix était immense entre fromages, charcuteries, produits sucrés et... de nombreuses eaux de Volvic aux différents parfums !



© Cyrille Quantard



© T. Nalot

DE BELLES PERFORMANCES MAIS UN EVENEMENT AVANT TOUT POPULAIRE

Bien entendu, l'aspect compétitif n'était pas absent, on note ainsi les victoires de Sange Sherpa, à plus de 10 km/h sur le 110 km. « Je dois dire que j'ai trouvé le parcours très roulant », déclarait-il à l'arrivée, « je ne me souviens pas avoir jamais couru aussi vite sur 110 km ! » ; celle de Fabien Desmurs sur le 25 km ou encore de Yoan Meudec sur le 15 km, à toute vitesse. On a aussi vu avec beaucoup d'émotion l'arrivée de Claire Rimbault, la cantalienne, seule femme engagée sur ces 220 km, au bout de 53 h d'effort et dans un état de fraîcheur impressionnant. Mais c'est aussi la ribambelle d'arrivées heureuses, chacun à son rythme, que nous retiendrons de cette belle journée sur les volcans, qui se termina en musique.

Enfin, le samedi, de nombreuses animations culturelles, notamment des performances de cirque et théâtre de rue, concerts, visites et la fameuse « rando gastro », à la découverte des spécialités régionales, ont poursuivi la fête.



VVX

**3EME EDITION DE LA VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE
DU 29 MAI AU 1ER JUIN**

**DES COURSES, DES EXPLOITS, DES CONCERTS...
LES VOLCANS SE SONT REVEILLÉS !
RETOUR SUR LES EXPERIENCES TRAILS...**



EXPERIENCE GRANDE TRAVERSEE VOLCANIC « XGTV »

Mercredi 29 mai, la **XGTV** a lancé les festivités. 23 aventuriers, 4 équipes duo et 17 solos aguerris au trail ultra longue distance étaient au départ au Lioran pour cette première édition.

La **XGTV** repose sur l'engagement mental, l'esprit de solidarité et d'aventure, ainsi que sur les valeurs sportives et la pratique de la moyenne montagne. Une expérience unique !

Cette longue traversée du Parc Naturel Régional des Volcans d'Auvergne de 220 km et 7 500 m D+ a emmené les concurrents à la découverte de la richesse et la diversité du territoire, en parcourant les plus emblématiques GR : les monts Dômes, les monts Dore, le massif du Cézallier, le massif du Cantal et le plateau de l'Artense.

Après 36h45 de course, Ludovic Martin passe la ligne d'arrivée très fatigué. Le duo team Dingo est sur le podium des teams avec un temps total de 47h15. Grosse séquence émotion avec l'arrivée de Claire Rimbault, l'unique féminine qui se classe 7ème au classement scratch après 53h37 de course.



**EXPERIENCE TRAIL CHAÎNE DES PUY S -
FAILLE DE LIMAGNE**

La course candidate pour intégrer le circuit 2020 de l'UTWT a ainsi accueilli des élites hommes et femmes français et internationaux sur une nouvelle distance de 110km.

Au terme de 10h45 de course, Sange Sherpa (Népal), affichant un sourire radieux est arrivé en tête de cette première édition devant un public conquis.

Sarah Verguet Moniz (Portugal) aura fait toute la course en tête devant l'italienne Francesca Canepa.

Sarah arrive finalement au cœur du village de Volvic en 12h27.



EXPERIENCE TRAIL IMPLUVIUM DE VOLVIC

Le départ a été donné par Kilian Jornet, invité d'honneur de la **VVX** et ambassadeur de la marque Volvic, avec Emmanuel Faber, PDG de Danone, qui s'est quant à lui lancé sur cette épreuve !

L'Espagnol José Hernandez Sanchez remporte l'épreuve en 3h24, suivi 20mn plus tard par Fabien Lassonde, puis à quelques minutes par Aurélien Lemaistre.

Dawa Sherpa, traileur reconnu de tous, venu lui aussi découvrir les sentiers roulants des volcans d'Auvergne, se classe finalement 7ème. Les françaises remportent le 43 km : Virginie Pailloux en 4h34, Lucie Peillon en 4h48 et Céline Petit en 4h48.



EXPERIENCE TRAIL VOLCANIQUE

Une arrivée à couteaux tirés pour Fabien Demure (02:07:48), Arnaud Jaillard (02:09:11) et Stéphane Bacconnier (02:09:32). Idem pour les dames, avec Marine Place en 2:30:20, suivi 30 secondes plus tard par Celine Dequidt, puis Clarisse Chevalier en 02:36:25



EXPERIENCE TRAIL PIERRE DE LAVE

Yoan Meudec (1h04), Frédéric Pומרol (1h06) et Brice Denis (1h08) font le podium hommes, Corinne Rougerie (1h30), Nora Jouy (1h31), Alexandra Arendt (1h33) le podium femmes.

DES COURSES MAIS PAS QUE !



Au-delà de la performance sportive, l'invitation à revenir sur ses traces est également au cœur du programme du week-end, de quoi réveiller les volcans endormis ! Après une soirée inaugurale qui a fait le plein, la première journée de la **VVX** était dédiée au trail, pour petits et grands ! Le samedi, le concept original de l'évènement a pris tout son sens puisqu'ils ont été nombreux à revenir sur leurs pas afin de découvrir les secrets des volcans d'Auvergne.

Grâce aux 580 bénévoles, l'expérience trail se transforme et se poursuit en expérience culturelle. Au programme : artisanat local et régional, traditions culinaires et visites ludo-pédagogiques entre volcans, pierre et eau. L'expérience sportive initiale emmène finalement petits et grands à découvrir d'autres activités outdoor et l'expérience festive s'est achevée avec un concert de clôture qui a rassemblé environ 1500 personnes. Au total, ce sont 10 000 personnes qui ont été accueillies sur ces 3 jours volcaniques !



VOLVICVOLCANICEXPERIENCE

La VVX par Fabrice

Jeudi matin départ vers la chaîne des Puys du côté de Volvic pour la VVX, expérience volcanique autour du sport, de la découverte et de la musique. Invité par Wondertrail à participer à l'une des courses du week-end : pour moi ce sera le Trail Chaîne des Puys – faille de Limagne 110km pour 3500m de D+ pour la préparation au grand raid de la Réunion, avec comme supporter et photographe de choc ma petite famille.

Nous arrivons en début d'après-midi à Volvic sur le site du GOULET, prêt de la source VOLVIC pour le retrait du dossard et la rencontre avec l'équipe du suivi presse. Un petit briefing de l'organisation sur le concept de l'événement et le suivi de course avec les points magnifiques de passage des coureurs à ne surtout pas manquer. Rendez-vous pris sur la ligne de départ pour le lendemain à 4 heures du matin.

Le retrait des dossards s'effectue à l'intérieur de l'ancienne usine d'embouteillage de l'eau VOLVIC où sont installés des exposants de produits locaux. Direction ensuite vers Volca'Lodge Tournebise où nous logeons, pour la préparation du sac et des affaires de courses afin d'être prêt pour aller se coucher tôt car demain levé à 2 heures du matin.

19h30 nous nous rendons sur la place du village où nous attend le repas inaugural de la VVX. Nous assistons à la présentation du week-end festif, et des favoris présents pour les courses du lendemain, avec la présence de l'ambassadeur VOLVIC : Kilian Jornet. Après un petit discours, il se prête volontiers à quelques photos. Nous poursuivons par un bon apéritif pendant que sur la place des spectacles musicaux s'enchaînent. Mais nous ne nous attardons, il faut se coucher.

2 heures le réveil sonne, je prends un bon petit déjeuner avant de m'équiper en prenant bien soin de passer de la NOK sur toutes les zones de frottement, la journée va être chaude et sur 110 km il vaut mieux éviter les ampoules et irritations.

A 3h30 nous nous retrouvons sur la ligne de départ il fait environ 7°C, les manchettes seront les bienvenues pour ce début de course. Je pars faire un petit échauffement sur le parcours des premiers kilomètres, après une centaine de mètres le parcours tourne vers la droite et un single débute : il va falloir se mettre dans les premiers rangs sur la ligne pour ne pas être pris dans les bouchons sur les premiers mètres.

3h50, le briefing de course, la musique retenti et c'est le départ !

Les 400 coureurs s'élancent dans ce faux plat montant en single. Bien placé sur la ligne de départ je cours sans encombre et sans bouchon sur ces premiers km. Nous montons à travers la forêt vers le puy de la Nugère, avant le puy Jume, la lumière du jour commence à filtrer à travers les sapins. Nous entendons de la musique, presque en haut deux musiciens en costume traditionnel accueillent les coureurs, il est 5 heures. Nous montons dans le brouillard, il fait encore sombre dans le sous-bois, et d'un coup nous débouchons au Puy des Gouttes avec une vue fantastique : une mer de nuage laissant émerger le Puy de Dôme éclairé par les premiers rayons du soleil !

C'est alors le premier ravitaillement, généreux, sucré, salé, boissons et bénévoles aux petits soins pour remplir les flasques. Je fais les niveaux, et je repars très rapidement. Nous ne sommes qu'au 13^{ème} km, les réserves sont encore bien pleines.

La brume commence à se dissiper lorsque nous approchons de Vulcania, un passage rapide par l'intérieur du site avant de repartir vers la forêt, prochaine étape le puy de Dôme et ces 1465m point culminant de la course. La forêt débouche au niveau du col de Ceyssa où nous repasserons à la descente.

Le chemin s'élève et la pente s'accroît, nous sommes parfois à l'abri du vent parfois plein vent, il ne fait pas chaud, le soleil est encore timide. Nous croisons les premiers coureurs qui redescendent déjà du puy. Je monte à mon rythme en m'aidant sur certaines portions de mes

mains en appuis sur mes cuisses. Chaque virage est marqué par un petit panneau il y en a 14. Au sommet je retrouve Sandrine et Thomas, après quelques photos, je fais le tour du sommet avant de m'arrêter au ravitaillement (km 28). Ici le ravitaillement est de choix, pâtes de fruits et pain d'épice artisanal, fromage local : un régal. Je prends un peu plus mon temps, je fais le plein des flasques, mange du sucré, du salé et une boisson chaude. En effet, même si le soleil est présent, il ne chauffe pas encore, il n'est que 7h37.

Pour ne pas trop refroidir je m'élanche dans la descente laissant ma petite famille profiter encore du paysage. Dans la descente certains sont prudents, le sol est humide, je double un peu, en restant sur la réserve pour ne pas trop entamer les cuisses, le chemin est encore long.

Là juste après le col de Ceyssa, un spectateur nous applaudit, Kilian Jornet lui-même est là au bord du chemin à encourager les coureurs !!!

Nous traversons alors des forêts de sapins et de bouleaux, avec des successions de faux plats montants ou descendants. Ses passages montants doucement sont assez longs et peu pentus, je les cours pour ne pas perdre de temps. La température montant doucement, j'essaie de boire régulièrement pour ne pas me déshydrater.

41^{ème} km, un paysage lunaire sur une terre volcanique s'offre à nous le Puy de la Vache, nous traversons une clairière où la roche volcanique est apparente, Sandrine et Thomas sont là pour prendre quelques photos des coureurs, nous repasserons à 200m de là dans environ une dizaine de km.

Nous passons la mi-course, le tracé faisant un huit, nous sommes alors sur le chemin du retour. Le ravitaillement du km 62, au pied du Puy de Dôme, à côté de la gare du train à crémaillère. Un peu entamé par la chaleur, je prends le temps de bien boire, et de bien manger, sans oublier de faire le plein d'eau.

Sur ce ravitaillement il y a beaucoup de monde, c'est l'un des points de changement de coureur pour les relais duo et trio, avec aussi grands nombres de supporteurs pour qui c'est l'heure de la pause déjeuner, déjà un peu plus de 8 heures de course.

Je repars tranquillement, les jambes commencent à se faire ressentir, j'alterne alors sur les faux plats course et marche pour conserver un rythme assez régulier. Nous montons alors sur un plateau à 1000m d'altitude environ bordé par la faille de Limagne, ici le paysage est exclusivement constitué de prairies, avec des passages de barrières à vache.

Nous passons par le ravitaillement du km 76 installé au milieu de la carrière de Pouzzolane, point de ravitaillement original ! Mais avec le soleil et la chaleur tout le monde se cale sous les barnums pour espérer un peu d'ombre. Sur chacun des points de ravitaillement, les bénévoles sont aux petits soins pour les coureurs, et toujours très souriants. Certains coureurs commencent à avoir du mal à repartir. De nouveau je refais le plein des flasques, un peu de jambon, du fromage et je repars. Je ne souhaite pas m'attarder en plein soleil, je retrouve alors la forêt et un peu d'ombre.

C'est alors que j'entame les dernières grosses difficultés de la journée, avec une montée bien raide vers le puy de Louchadière rendu difficile par la chaleur qui approche les 31°C. Même si au niveau des jambes cela va encore, c'est plus la chaleur étouffante sous les arbres qui rend la progression difficile. Pas mécontent d'arriver en haut !!

J'enchaîne ensuite par une longue descente qui me fera traverser un ravitaillement puis un point d'eau dans le joli manoir de Veygoux restauré. Un dernier ravitaillement au km 97 où je retrouve Sandrine et Thomas, qui me redonnent des forces, je suis maintenant dans le dur, chaque montée est rendue difficile par la température, il ne reste que 13 km ça va le faire !

Je descends alors dans les gorges de d'Enval avant de remonter pour la dernière difficulté de la journée par le Château de Tournœl, puis le puy de la Bannière. Lors de cette dernière montée je me sens bien mal, je sens l'hypoglycémie arriver. Je m'arrête et j'avale rapidement une pâte de fruit, je repars et j'atteins le sommet, je m'élanche sans attendre vers Volvic, cela commence à sentir bon l'arrivée, je reprends un ou deux coureurs dans cette descente, malheureusement une erreur de parcours sur la fin me fera repasser derrière. La musique de l'arrivée et le speaker se

font entendre au loin. J'aperçois alors Thomas, qui court avec moi, nous passons la ligne d'arrivée ensemble en 16h13 et une 78^{ième} place au scratch.

Une très belle course avec des paysages magnifiques et une organisation vraiment parfaite !!

Un grand merci aux bénévoles qui en tout point du parcours sont souriants et disponibles pour les coureurs, nous accompagnant parfois sur quelques mètres pour nous indiquer le chemin ou encore pour vous refaire le plein d'eau !!!

Un trail et une expérience volcanique à faire sans hésiter.

Partager :

- Cliquez pour partager sur Twitter(ouvre dans une nouvelle fenêtre)
- Cliquez pour partager sur Facebook(ouvre dans une nouvelle fenêtre)
-

Articles similaires



La **VVX** : une expérience sportive, nature et gastronomique

A l'occasion de la Volvic Volcanique Expérience, l'équipe Babel Voyages s'est rendue en Auvergne pour découvrir cette belle région du centre de la France. L'émerveillement était au rendez-vous devant les paysages époustouflants du Parc Naturel des Volcans d'Auvergne. Au programme: du soleil, du trail, des randonnées et des belles rencontres d'hommes et de femmes qui, amoureux de leur région, mettent en œuvre des actions pour la promouvoir et la préserver. La **VVX**, profondément Auvergnate

L'histoire de la **VVX**, appelé également la Volvic Volcanique Expérience, débute il y a trois ans suite à la volonté de Jean-Michel Chopin, Président de la Société des Eaux de Volvic, et Thierry Courtadon, sculpteur et ambassadeur de l'art régional, deux hommes amoureux des paysages volcaniques de leur terre natale.

L'idée est simple, mais aussi novatrice : faire partager la passion d'un territoire par un événement ayant lieu sur trois jours, axé sur le trail, la culture et le festif. Tout cela réuni autour de valeurs fortes que sont l'authenticité, l'originalité, la convivialité et l'éco-responsabilité.

Et pour se faire, se sont plus de 500 bénévoles qui tout au long de l'événement se relayent comme baliseurs, signaleurs, ravitailleurs, mais également pour la mise en place des spectacles et des ateliers, pour tenir la buvette ou encore servir les repas. Bref, vous l'aurez compris, ce sont les fourmis ouvrières sans qui la **VVX** ne serait pas possible !

Vous avez dit Eco-Responsabilité ?

Eh oui ! La **VVX** a sa propre Charte Eco-responsable. Cette immersion sportive et culturelle a lieu dans la Chaîne des Puys – Faille de Limagne, qui a récemment été inscrite au patrimoine mondial de l'UNESCO. À cela s'ajoute un site Natura 2000, des Zones naturelles d'intérêt écologique, faunistique et floristique (ZNIEFF). Il fallait donc des actions visant à préserver l'intégrité de cette magnifique région et de son environnement.

Les organisateurs ont mis en place une gestion des déchets

avec bien évidemment le fameux tri sélectif et le compostage, mais pas que... La nourriture proposée est locale et en majorité issue de l'agriculture biologique, les assiettes et couverts sont biodégradables, les navettes gratuites pour éviter les déplacements des véhicules individuels, et une contribution de 1€ est remis au

PNR des volcans d'Auvergne par chaque coureur.

Les douches mises à disposition des trailers sont quant à elles munies de sabliers de quatre minutes pour limiter la consommation d'eau, et au niveau du mobilier, palettes recyclées et bottes de paille font office de comptoirs, de tables et de chaise pour cet événement auvergnat !

En termes d'implication locale, la **VVX** fait fort! Tout au long du séjour il est question de mettre en lumière les savoir-faire locaux et le terroir de la région à travers les produits alimentaires, l'artisanat et les artistes locaux, des animations et manifestations culturelles, des concerts, bref tout est Made In Auvergne. Les organisateurs collabore également avec des associations locales qui aident à la réinsertion sociale. Autant dire que la gestion de l'événement est responsable et engagée



Il y a un an, le site de la Chaîne des puys-Faille de Limagne devenait patrimoine mondial

« Soyons fiers de l'inscription à l'Unesco »

Un an après l'inscription de la Chaîne des puys-Faille de Limagne au patrimoine mondial de l'Unesco, comment voyez-vous la situation ? Il y a un avant et un après. Onze ans pour porter le projet et, maintenant, j'ai presque envie de dire que le plus dur commence. Car, ne l'oublions pas, une inscription à l'Unesco n'est pas gravée dans le marbre. Il faut se battre pour l'obtenir ; il faut redoubler d'efforts pour la conserver. Certains sites classés sont d'ailleurs menacés. D'autant plus que les inscriptions vont se faire de plus en plus rares, surtout en Europe. La première condition de la valorisation est de poursuivre l'élan qui est né avec les acteurs du projet, les partenaires et le public, sans oublier les associations des propriétaires. Il faut que chacun s'approprie cette inscription et en soit fier.

Quelles sont les politiques qui vont être mises en oeuvre pour valoriser le site ? Je tiens à le répéter, l'inscription au patrimoine mondial n'est pas une mise sous cloche. L'Unesco nous demande de préserver le site en bon état et de lui donner vie. Plus que jamais l'activité pastorale doit se poursuivre. Nous devons développer une activité touristique respectueuse de l'environnement. Nous travaillons sur un plan de gestion avec le parc régional et les propriétaires. Parmi

les missions que nous souhaitons mettre en place, il y a celle de l'accueil des touristes. Nous devons offrir un accueil correspondant à cette nouvelle clientèle. Nous devons mieux communiquer. Nous allons aussi travailler avec le Cantal puisque nous avons comme dénominateur commun le volcanisme. La renommée du site doit aussi profiter aux autres sites et notre objectif est d'amener cette valorisation vers l'excellence. Nous devons mondialiser le site. Cela passe par une révolution des mentalités ici, dans le Puy-de-Dôme, et plus largement en Auvergne. Nous sommes désormais sur un espace ouvert au monde. Quand je parle d'accueil, c'est très important. Nous-mêmes, quand nous sommes en vacances quelque part, que retenons-nous le plus souvent de notre séjour ? L'accueil. C'est quelque chose de fondamental.

Quel est le calendrier de ce programme de valorisation ? Nous allons visiter d'autres sites classés à l'Unesco pour apprendre des autres. Nous avons lancé une marque autour de l'inscription à l'Unesco en direction des entreprises de nos territoires. En parallèle, nous poursuivons notre politique d'ambassadeurs et de signalétique. Des panneaux indiquant la Chaîne des puys seront bientôt installés sur l'A89 et l'A71. Il y a aussi la disparition des points noirs autour

du site : l'ancien zoo au pied du puy de Dôme et le démantèlement de la station-service à Orcines. Nous souhaitons aussi mettre en place une politique d'embellissement et de fleurissement des villes et villages à l'intérieur du périmètre. Des parkings pour mieux canaliser les flux ont été créés et ils ont pour but d'équilibrer les visiteurs sur différents sites. Les chemins continuent d'être aménagés et nous souhaitons aussi mettre l'accent sur la faille de Limagne. De grands événements sont aussi organisés comme VVX, Nuées ardentes, Art'air, etc. Deux livres vont être publiés, l'Auberge des Muletiers sera réaménagée et un monsieur valorisation va être nommé au Département.

Une hausse de la fréquentation est-elle déjà quantifiable ? Non. Il est encore trop tôt et la décision avait été prise juste avant la saison estivale, l'an dernier. Mais il y a des indicateurs favorables comme la fréquentation du Panoramique des Dômes ou encore les réservations. Nous avons été très sollicités par la presse étrangère et repris sur de nombreux supports internet. Une télévision japonaise est venue tourner un documentaire et nous sommes en contact avec de nombreux tours opérateurs asiatiques et américains.

« Une inscription à l'Unesco n'est pas gravée dans le marbre. »



Alexandre Chatenet alexandre.
chatenet@centrefrance. com ■



VOLVIC VVX – 29/05-01/06
Par Cécile Bertin

TRAIL

LA VVX SECOUE LA PLANÈTE TRAIL

Rares sont les événements qui en quelques années à peine parviennent à se faire une place incontournable dans le calendrier et l'unanimité parmi les engagés. La VVX est de celle-là et ce n'est pas un hasard. Quand esprit trail rime avec esprit de famille...



On dit de certaines courses qu'elles ne se racontent pas mais se vivent, la VVX en fait partie. Depuis trois saisons, l'organisation n'a qu'un seul objectif : faire de l'événement une expérience, un vrai moment de partage entre les trailers, sans oublier leur famille souvent mise à rude épreuve lors des préparations et longs moments à attendre leur héros – ou héroïne – le jour J.

Festival de réjouissances

Le programme des réjouissances est dense, pour contenter les grands comme les enfants. Initiations à la Slackline, au gyropode, au quadbike, au tir à l'arc, au yoga, conférences, ateliers geocaching, randos – gastronomiques ou pas – concerts, dîners pour guincher... Chacun peut profiter de la fête qui dure trois jours.

Côté parcours, le panaché est aussi varié. Les 15 km et 25 km, roulants, permettent d'épingler un premier dossard. Les plus expérimentés sont aussi servis. Le plus couru, c'est le 43 km, avec départ lancé par Kilian Jornet invité d'honneur et ambassadeur de la marque Volvic. Autre option un 110 km, à courir en solo ou à partager.

Un PTL auvergnate

Grande nouveauté cette année, un format XXL avec L'Expérience Grande Traversée Volcanic « XGTV » de 220 km et 7 500 mD+. Une vraie course aventure à travers les Volcans d'Auvergne parcourant les

plus emblématiques GR de cinq territoires : les monts Dômes, les monts Dore, le massif du Cézallier, le massif du Cantal et le plateau de l'Artense. Orientation, bases de vie, quasi-totale autonomie pour cette version made in Auvergne de la célèbre PTL savoyarde. Parmi les 23 engagés, une seule femme au départ comme à l'arrivée, Claire Rimbault, émue aux larmes après 53h37 d'efforts, la classant 7^e au scratch. Maman de 3 filles et professeur d'EPS, originaire d'Aurillac, elle a juste déclaré : « C'était énorme de savoir qu'il y avait autant de monde derrière moi, cela m'a porté dans les moments difficiles et jusqu'à l'arrivée ! Toute la petite troupe a été particulièrement choyée par les bénévoles, qui ont fait

preuve d'une incroyable gentillesse ! » L'an prochain, cet ultra devrait intégrer le circuit de l'Ultra-Trail-World-Tour, une reconnaissance pour le travail de titans que les bénévoles – l'âme de cette VVX ! – réalisent chaque année. On courra vite en 2020 du côté du Puy de Dôme... De quoi réveiller ce volcan ensommeillé ! ■

Croisée à l'arrivée



Mathilde, habite Mozac (63), termine le 43 km en 7h50'

« Cette année, j'augmente le kilométrage. Après le 47 km du Vulcaïn en mars, je

boucle le 43 km à Volvic. Sur le papier, les courses se ressemblent et je suis ici sur mes terres, ce qui rassure toujours. Mais entre les aléas familiaux et la logistique le jour J, je ne suis pas partie sereine pour autant. Départ décalé pour l'arrivée du premier duo de la 220 km mais compensé par les encouragements de Kilian Jornet en personne ! Entre les changements de parcours et donc de repères, ma cheville tordue suivie d'une chute, je me suis découragée en chemin. J'ai fait la course avec les barrières horaires mais je n'ai pas abandonné, encouragée par mon chéri. 7h50' au bout du compte avec la ferme intention de revenir mieux entraînée pour ne pas subir et prendre uniquement du plaisir ! »

FICHE TECHNIQUE

- Volvic (63)
- 3^e édition
- 220 km (7 500 mD+) solo et duo, 110 km (3 500 mD+) solo, duo, trio, 43 km (1 670 mD+), 25 km (900 mD+), 15 km (550 mD+)
- 9 solos, 3 duos sur 220 km, 259 solos, 20 duos, 29 trios sur 110 km, 556 classés sur 43 km, 497 classés sur 25 km, 485 classés sur 15 km.
- Contact : www.volvic-vvx.com

RÉSULTATS

220 km		
1H Ludovic Martin		36h45'
110 km		
1H Sange Sherpa (Nep)		10h45'
1F Sarah Verguet (Por)		12h27'
43 km		
1H José Hernandez Sanchez (Esp)		3h24'
1F Virginie Pailloux (Fra)		4h34'
25 km		
1H Fabien Demure (Fra)		2h07'48"
1F Marine Place (Fra)		2h30'20"



3 QUESTIONS À...



© Cécile Dourand

Kilian Jornet

Propos recueillis par Cécile Bertin

Nous l'avons croisé l'ultra-terrestre le 29 mai, à Volvic, en Auvergne sur la [VVX](#). Sans dossard, il était avant tout là pour encourager. Nous en avons profité pour papoter.

RA : Ton programme est très « léger » cette année. Est-ce lié à ta nouvelle paternité ?

KJ : En réalité je voulais voir ce que cela peut donner de se consacrer à peu de courses pour travailler d'une autre façon à l'entraînement. Maintenant j'ai pleins d'idées de défis en montagne sans dossard comme je l'ai réalisé dernièrement autour de chez moi*. La compétition est plus liée à l'entraînement. Si je fais un bon résultat, c'est que j'étais bien préparé. Sur ce type de distance, tu peux vraiment te donner à 100% tout le temps et c'est très stimulant.

RA : Tu as dû voir les images d'embouteillage sur l'Everest récemment ? Qu'en penses-tu, toi qui l'a gravi deux fois ?

KJ : Ma première impression c'est forcément la tristesse. Ce n'est pas l'image évidemment que l'on a de ce défi. Gravier un sommet pour moi ce n'est pas ça. Mais n'oublions pas c'est deux ou trois jours dans l'année... Le reste du temps l'Everest est quasi vierge d'alpinistes. Maintenant ce serait égoïste de vouloir réserver cette expérience aux seuls alpinistes justement. N'oublions pas que ce « commerce » fait vivre des dizaines de sherpas et surtout leurs familles, les lodges, les porteurs. Forcément ça apporte beaucoup plus d'argent que moi qui viens tout seul.

RA : Mais le souci, c'est qu'il y a des morts...

KJ : Quand on fait l'Everest, on sait qu'on risque sa vie, on ne parle pas de zone de mort par hasard... On doit en avoir conscience, cela fait clairement partie du jeu et des règles à accepter. La haute montagne est dangereuse, on ne doit jamais perdre cette notion de vue avant de partir.

**Kilian fait référence à son film, A long day out. En 56h, il parcourt 168 km et cumulé 22 000 mètres de dénivelé en Norvège, autour de chez lui, en ne comptant que sur un matériel de ski et d'alpinisme minimaliste. Pendant cette expédition, il n'a dormi qu'une heure et demie. Ultra-terrestre on vous dit...*

**PRESSE
INTERNATIONALE**

30/01/2019

TRAILRUNNINGSPAIN.COM

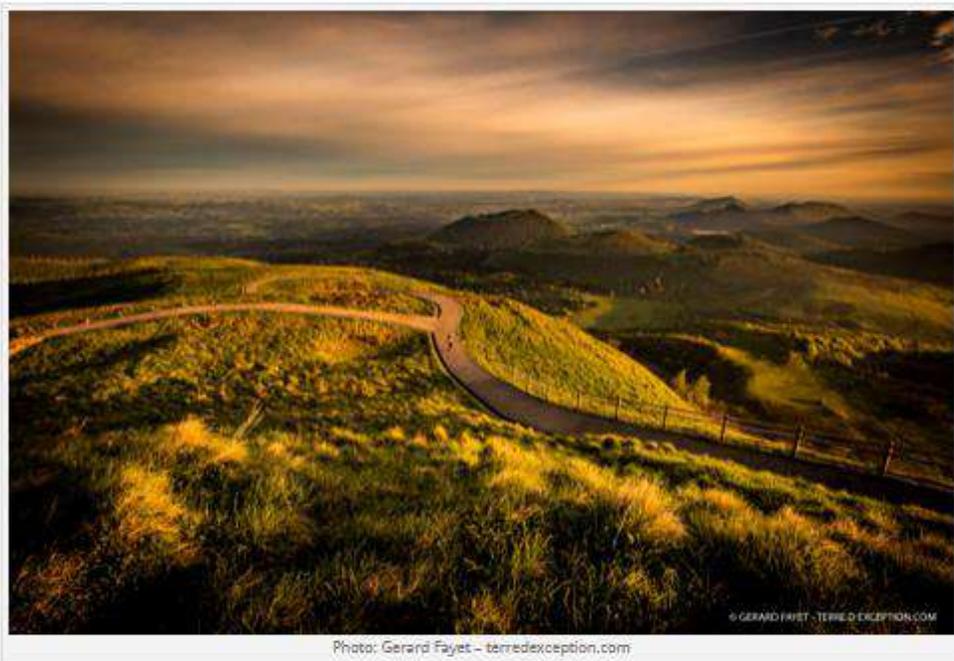
VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE: EXPANDING IN ITS THIRD EDITION

POSTED BY ADEFRUTOS ON JANUARY 30, 2019 IN TRAIL RUNNING, TRAIL RUNNING 2018, TRAIL RUNNING SOUTH AFRICA, TRAIL RUNNING SPAIN, TRAIL RUNNING SPAIN 2018, ULTRA TRAIL, ULTRA TRAIL FRANCE, VOLVIC EXPERIENCE | LEAVE A COMMENT

#1

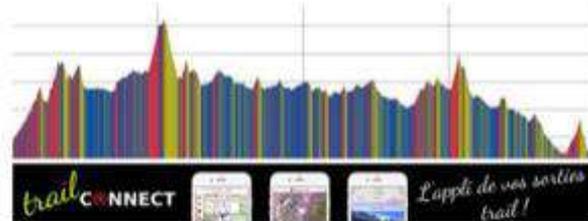
The Volvic Volcanic Experience (VXX) offers an athletic experience immersing you in an exceptional setting, one of the most emblematic places in the Auvergne region: the Chaîne des Puys-Limagne Fault, recently registered as a UNESCO world heritage site. At the heart of this unique, preserved natural site, the VXX is a sensory odyssey for all athletes, trail runners, and hikers bringing them into contact with living nature.

A remarkable land, the Auvergne Volcanoes Regional Nature Park, moulded by volcanoes, stone, and water. A journey of the senses where people of all ages who love outdoor activities and exploration enjoy vibrant, well-preserved natural areas. Three days of wonder, enjoyment, and conviviality meeting men and women who love their region.



[Let's see the different races here:](#)

Chaîne des Puys-Faille de Limagne Experience (110km - 4 ITRA points): A trail for the toughest runners through the very heart of the Auvergne volcanoes, it can also be completed in relay teams of two or three. Designed to take in the entire Chaîne des Puys zone, which recently became a UNESCO world heritage site, this race allows you to explore this exceptional region in a completely new way, thanks to the balance of scenery and ascents up some of the area's characteristic hills. Part of the trail includes an ascent to the summit of the legendary Puy de Dôme (1,465m) to view the spectacular sunrise. For this third instalment of VVX, the trail will have a few nice surprises and will be extended to 110km to give you the chance to explore the northern part of the Chaîne des Puys. The final 30km of the Volvic Catchment Area Experience trail will bring this spectacular volcanic experience to a close.



Volvic Catchment Area Experience (43km - 2 ITRA points): A trail for the initiated runners amongst you, offering a route through the northern part of the Auvergne Volcanoes Regional Park and all around the Volvic catchment area, a protected natural zone which is the source of the mineral water that takes its name. This course offers superb views of the Chaîne des Puys that stretches more than 30km towards the south, between the Faille de Limagne, enclosed valleys and the Plateau des Dômes.



Volcanic Experience Trail (25km - 1 ITRA point): The Volcanic Experience trail will be back in 2018 for this third instalment with a new feature—part of the trail will pass through two active volcanic rock quarries! The trail will take you through part of the Chaîne des Puys/Faille de Limagne Experience trail to show you some of the main volcanoes in the northern part of the Chaîne des Puys, such as Puy de la Nugère, Puy de Jumes and Puy de la Coquille. Trail bonus: breathtaking views from Puy des Gouttes and others.

VOLVIC VOLCANIC EXPÉRIENCE 2019: What is new?

The "XGTV®" Great Volcanic Crossing Experience. Trail Adventure Race (220 km / 7500 / 6 ITRA points): For this third edition, the Aventure en Terre Volcanique association is offering a new, long-format race it will happen from 29 to 31 May 2019 in addition to the four VVX races.

This duo or solo ultra is based on an original concept with out-of-the-ordinary features. The spirit of the Great Volcanic Crossing Experience is one of mental engagement, solidarity, and adventure that incorporates athletic values and mountain sports, all at the heart of the French volcanic landscape.

This test of ultra-endurance will take competitors on a 220-km route through the Auvergne volcanoes (total climb of 7,500 m), along the most emblematic Grande Randonnée hiking trails in five areas: the Dômes mountains, the Dore mountains, the Cézallier massif, the Cantal massif, and the Artense plateau.

This adventure race, where participants will be equipped with nothing more than a GPX-track road book and will follow the red-and-white Grande Randonnée trail blazes 95% of the time, requires a good sense of direction on and off the trail. The route offers a chance to discover the richness and diversity of the different zones of the Auvergne Volcanoes Regional Nature Park.

The Great Volcanic Crossing Experience can be undertaken solo or in a team of two. Two categories will be established. The participants will be travelling through a sometimes rugged and demanding mountainous environment, requiring a certain level of technical, physical, and mental capabilities.

Runners must have run at least two trail ultras of over 100 km in the last three years.



VVX KIDS' TRAIL RUN, new kids races: Kids also need their race! Takes place on the same site as the adults' race, Waves of 20 kids will be sent off at a time; the next wave will leave as the last gets back to the starting line. Each child will be able to do as many circuits as they like during the 30 minutes allotted. This event is for children born between 2005 and 2013, divided into three categories:

Red circuit, 500 m/10-m climb: children born in 2013, 2012, and 2011

Blue circuit, 700 m/15-m climb: children born in 2010, 2009, and 2008

Yellow circuit, 1,100 m/20-m climb: children born in 2007, 2006, and 2005

Limited to 200 participants

31/01/2019

TRAILRUNNINGMAG.CO.UK



HOME DEAR REVIEWS TRAINING NEWS #RUN100MILES FITNESS ROUTES MAGAZINE WIN

VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE ADDS 220KM OPTION

January 31, 2019

Search

THE CULTURAL AND TRAIL RACING PROGRAMME IN CENTRAL FRANCE GETS BIGGER

Organisers of the Volvic Volcanic Experience have two more events for this year's programme of events, which takes place on May 30-June 1 in the heart of the Massif Central region of France.

The weekend combines trail running with tourism, giving visitors the chance to flavour the history and nature of the area around this volcanic area.

With most of the races having sold out, entries are still open for the new XGTV Great Volcanic Crossing Experience, a 220km race with 7500m of climb. This test of ultra-endurance will take competitors through the Auvergne volcanoes along the most emblematic Grande Randonnée hiking trails in five areas: the Dômes mountains, the Dore mountains, the Cézalier massif, the Cantal massif, and the Arterse plateau.



Pic credit: Pierre Sébaste

This adventure race, where participants will be equipped with nothing more than a GPX-track road book and will follow the red-and-white Grande Randonnée trail blazes 95% of the time, requires a good sense of direction on and off the trail. The route offers a chance to discover the richness and diversity of the different zones of the Auvergne Volcanoes Regional Nature Park. The Great Volcanic Crossing Experience can be undertaken solo or in a team of two. Two categories will be established. The participants will be travelling through a sometimes rugged and demanding mountainous environment, requiring a certain level of technical, physical, and mental capabilities.

Also new for 2019 will be a VVX Kids' Trail Run.

Trail Running magazine last week enjoyed a taste of the Volvic Volcanic Experience, running segments of the routes, learning how Volvic water is sourced in the area and discovering the heritage of this UNESCO World Heritage Site.

Organisers were keen to put across that they want participants to receive an education rather than just a race, saying: "After your athletic activities, follow in the footsteps of the men and women you'll meet here who are passionate about the place they live and want to share a timeless experience with you, helping you discover a remarkable land shaped by volcanoes, stone and water. You can visit artisan workshops and some truly symbolic attractions, such as the Volvic Impluvium as you uncover the town's rich heritage."

Organisers were keen to put across that they want participants to receive an education rather than just a race, saying: "After your athletic activities, follow in the footsteps of the men and women you'll meet here who are passionate about the place they live and want to share a timeless experience with you, helping you discover a remarkable land shaped by volcanoes, stone and water. You can visit artisan workshops and some truly symbolic attractions, such as the Volvic Impluvium as you uncover the town's rich heritage."

START

ÖGONBLICKET

VULKANER OCH VATTENKÄLLOR

PLATSEN

Vulkanlandskapet Chaîne des Puy-Limagne ligger i Centralmassivet, Auvergne – mitt i Frankrikes inland – och blev i följet av Unesco världsbans. Området utgörs av en 40 kilometer lång och 35 miljoner år gammal förkastningszon med 80 vulkaner, som uppstod efter att Alperna hade bildats.

LÖPARE

Deltagarna i Volvic Volcanic Experience (VVC) ett traillopp med sträckor från 15 till 220 kilometer. I år går VVC av stapeln 29–31 maj.

GREAT VOLCANIC CROSSING EXPERIENCE

Den längsta av VVC sträckor beskrivs som ett "Trail Adventure Race", öppet för 20 tvåman-nalag och 20 icke-loppare. De ska avverka 220 kilometer med 7 500 positiva höjdmeter på max 62 timmar. Alla deltagarna måste själva navigera längs vandringsleden Grande Randonnée genom fem områden: Dômes-bergen, Dore-bergen, Cézallier-massivet, Cantal-massivet och Ardenne-plåten.

NAGOT FÖR ALLA

Käns 220 kilometer i överkant? Ytterligare fyra distanser finns att välja på. Chaîne des Puy-Limagne Trail Experience är halva sträckan (110 kilometer) med 3 500 höjdmeter. Fortfarande för långt? Volvic Impluvium Trail Experience är 43 kilometer med 1 070 höjdmeter. Utöver dessa arrangeras även ett 25 kilometer och ett 15 kilometer långt lopp – samt ett barnlopp.

MISSA INTE

Volvic bjuder på härliga kaffiner och naturupplevelser som Volvic Impluvium, ett 38 km² stort naturreservat. Här ligger också vattenkällan Clairvic som gjort Volvic till ett känt mineralvattenmärke. Källan ligger strax norr om områdets högsta topp, den släcknade vulkanen Puy de Dôme (1 465 meter över havet). Källvattnet har tappats här sedan 1922, och 1939 började Volvic mineralvattnet att säljas på flaskor.

FOTOGRAF

Terre d'exception Gérard Fayet

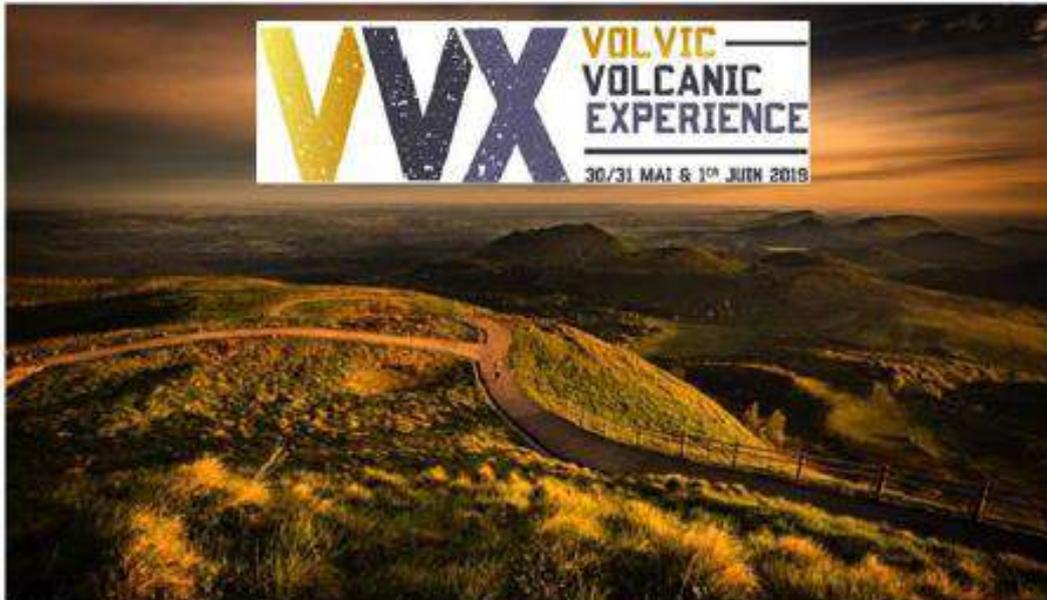


volvic-w.v.com



15/04/2019

MOUNTAINBLOG.EU



The **Volvic Volcanic Experience – V VX** – offers an athletic immersion into what is one of France's most iconic landscapes: the Chaîne des Puys – Faille de Limagne, newly designated as a UNESCO World Heritage Site! The V VX will embark all athletes, trail runners and hikers on an odyssey of the senses through the pristine natural landscapes at the heart of this unique natural site. During the three-day event, the whole Auvergne region comes together to share their passions, achievements and even give a sneak peek into some of their local secrets and traditions. For this event, men and women from all perspectives unite, whether world-renowned athletes or lesser-known adventure seekers. Here are their stories:

The athletes

Anthony Gay (age 36) and Caroline Benoit (age 32), winners of the 2018 edition.

Anthony and Caroline are wonderful ambassadors of the Volvic Volcanic Experience! As both a couple and a family (2nd child coming soon ...), they now proudly represent the event which aims at families, children and all other nature, sports and trail lovers.

Since both Caroline and Anthony are native of Auvergne, they regularly enjoy coming back together to train on the very paths and trails they knew as children, immersing themselves in fond family memories. Both have participated in practically all of the Auvergne volcano region's races, often bringing home new victories! Although they now live in Haute-Savoie, coming back to their homeland is always a pleasure. As ambassadors for the V VX, they convey the event's original and unique concept. In their own words, "the event's organizers wish to open our regional landscape and culture to others. Only very few events try to establish what the V VX does. Although, of course, the trail races are the main attraction to the weekends' festivities, there are also over 30 parallel activities open to the public for free. The organizers strive to thereby highlight the local activities, whether cultural, festive or artisanal. Their goal is to promote the territory as a whole and I'm pleased to see that it's a success since runners are becoming aware of the destination's uniqueness ... and all this, thanks to trail racing!"



Personally, I have a preference for long-distance races, those that run over 100 km. Crossing an entire island or mountain range, for instance, just has something magic about it. It's a challenge that I particularly love taking up. This doesn't keep me from also participating in shorter races, but I just really love the long, extreme formats. One of the main reasons for this is that human physiology is the main factor for success on the short distances. Whereas on long distances, the way the runner manages nights, sleep and nutrition, will play an important role... And the longer the distance, the more this is true. To win, one has to be able to manage all the different aspects of the race. This year, the VVK's impressive list of participants is even more motivating!" says Anthony.

Caroline and Anthony both won the VVK's 2018 edition of the 90 km format, respectively in women's and men's categories. Anthony will participate yet again this year, racing alongside other elite international runners on the 110 km course. On the other hand, Caroline won't be racing this year because she is expecting their second child, but she definitely plans on being there to cheer Anthony on.

A member of the TSL OXBITIS HG team, Anthony ranks 18th worldwide on the UTWT, thanks to an impressive 6th place on the Trans Gali Canaria race. To top it off, he also regularly organizes mountain trail training trips in Auvergne and elsewhere via his agency called Aupa (www.aupa-agence.com).

Personally, I have a preference for long-distance races, those that run over 100 km. Crossing an entire island or mountain range, for instance, just has something magic about it. It's a challenge that I particularly love taking up. This doesn't keep me from also participating in shorter races, but I just really love the long, extreme formats. One of the main reasons for this is that human physiology is the main factor for success on the short distances. Whereas on long distances, the way the runner manages nights, sleep and nutrition, will play an important role... And the longer the distance, the more this is true. To win, one has to be able to manage all the different aspects of the race. This year, the VVK's impressive list of participants is even more motivating!" says Anthony.

Dawa Dashiwa Sherpa (Nepal)

Dawa Sherpa was born in the Himalayas, in the mountains surrounding Mount Everest, at 2700 m altitude. At the age of 6, he was sent off to join a monastery where he learned the art of Buddhism, martial arts and meditation. He then ran his first race at the age of 26 and very quickly became one of the world's best runners, winning some of the harshest trail races out there. The ease and technicality with which he seems to accomplish long-distance races has quickly made him a standout among other world-renowned runners. He's also known and appreciated for his amazing kindness and sportsmanship.

In his career, he has won more than 100 races including, but not limited to, the Annapurna Massala Trail, the Tshimbé Raid, the Grand Raid du Mercantour, and the 6000 D. In 2010, he landed an impressive 9th place on the Grand Raid de la Réunion. He was also the very first winner of the UTWOB in 2000.

And because for Dawa "first seeing a first and foremost the exploration of new landscapes", he is signed up for the VVK 40 km race. "In order to observe the volcanoes of Auvergne for the first time!", declares Dawa.



The adventures

New in 2019: the Great Volcanic Crossing Experience

In addition to the 4 existing race formats, the VVK will be offering a whole new challenge this year: bigger, longer, and simply crazier than the others, the Great Volcanic Crossing Experience. Otherwise known as the XSTVB, this race will cover a total of 220 km and a 7500 m elevation gain. Designated as an adventure race, it's most importantly an ultra-endurance event which requires a good sense of direction, both on and off designated trails. Equipped only with GPX track load books, runners will follow GR (official Grande Randonnée) trails 95 % of the time (red & white markings). The race's route will explore the diversity and beauty of the landscapes in the Natural Regional Park of the Auvergne's Volcanoes. Especially designed for experienced athletes and adventurers, the XSTVB can be run solo or in teams of two.

To date, 17 solo runners and 4 duos are signed up to take part in this exceptional race.

Amongst these incredible adventurers, here's a selection of 4 amazing profiles:

THE DUO, La team Ding'o (« the nutty team », in English)

The team Ding'o is made up of two runners: Willy Dujarding (age 54) and Gilles Yves (age 39). This remarkable duo has set its next challenge: running the XGTV®. And who knows, they may even accomplish the extraordinary challenge of running 220 km in record time! Amongst their triumphs are the 1st edition of the Ultra Raid 28 in 2013 and the "Traversée" (a race organized by the Salomon Running Team) in 2015, which they managed to finish in under 60 hours.

"We had been searching for our next challenge as a team for quite a while. Individual ultras are great, but the experience takes on a whole other dimension when shared as a team. We know very little of Auvergne, although it's not so far from our native Normandy! Our main goal while running this race will be to enjoy ourselves as much as possible. Our motto is "do things seriously without taking yourself too seriously". But from there on, it's impossible to say how things will go. Predicting the outcome of a 220 km race in the mountains seems a little presumptuous..."; says the team.



THE ACTIVIST, Matthieu the solo runner

The adventure will be quite different for Matthieu Ollier, age 39, who is signed up as a solo runner. Both founder and president of the OFF ROAD X-Perience Solidarity Trail Association, Matthieu will be running the XGTV® for the Neurofibromatosis and Recklinghausen's Association. After 10 years of triathlon and two Ironman races (Embrun in 2010 and Vichy in 2011), Matthieu has decided to devote his time to ultra-trail running. He finished 3rd on the Grand Trail Stevenson (a three-day – three-stage race), but his most cherished adventures are the Mitic in Andorra (112 km / 9700 elevation gain) in 2017 and Pottoka (Basque Country crossing) in 2018.



"Being an Auvergne native and an adventure lover, the XGTV® is a solidarity project I'm eager to take part in. My aim is that my running will get people talking about neurofibromatosis and the association I represent. By running through the area of the local volcanoes, I'm looking to experience a solo and yet interdependent adventure!"



"Being an Auvergne native and an adventure lover, the XGTV® is a solidarity project I'm eager to take part in. My aim is that my running will get people talking about neurofibromatosis and the association I represent. By running through the area of the local volcanoes, I'm looking to experience a solo and yet interdependent adventure!"

THE MOST INTENSE, David Riché

David, age 36, of Team Tech1Sport, is a former military and long-distance specialist. He has qualified two times for the Ultra Spartan Race World Championships. He has signed up this year for the XGTV® because it is part of his physical training for what is an important personal project: a solo crossing of Antarctica in 2020, the last leg of a documentary on global warming that he's directing.

"The 220 km and 7500 meter elevation gain offered by the XGTV® is a rare race format in France. And it fits just perfectly into my physical prep program. I can't wait to start... and, of course, cross the finish line!"



THE WONDER WOMAN, Claire Rimbault

At age 47, Claire is a mom of three, a PE teacher and one of the few (or only?) women to participate in the 1st edition of the XGTV®. Her impressive track record includes participations in the UTMB®, the Diagonale des Fous route in Réunion, France, and the Ultra-trail® in Madeira, Portugal, and Barcelona, Spain. She especially loves long distance runs like the one she recently completed with friends between Lioran, France and the Mediterranean Sea: a total of 342 km in 6 days!

"What I love most are the adventures that take you from point A to point B and that's exactly what the XGTV® is. It crosses two departments and three mountain chains with no trail markings and only a GPX track. I love this because I especially enjoy orienteering. And even if 220 km is obviously quite long and I won't have completed 100% of my training by then, the trails on the XGTV are less technical than others and the elevation gain is reasonable... And just like on all my other races, my husband will be there to assist me!"



17/04/2019

TRAILRUNNINGSPAIN.COM

VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE 2019 (MAY30 TO JUNE1): KILIAN JORNET AMBASSADOR OF THE VOLVIC BRAND & THE VVX'S GUEST OF HONOR. FAVORITES AND RACES

POSTED BY ADEFRUTOS ON APRIL 17, 2019 IN TRAIL RUNNING, TRAIL RUNNING 2018, TRAIL RUNNING SPAIN, TRAIL RUNNING SPAIN 2018, ULTRA TRAIL, ULTRA TRAIL FRANCE, VOLVIC EXPERIENCE | [LEAVE A COMMENT](#)

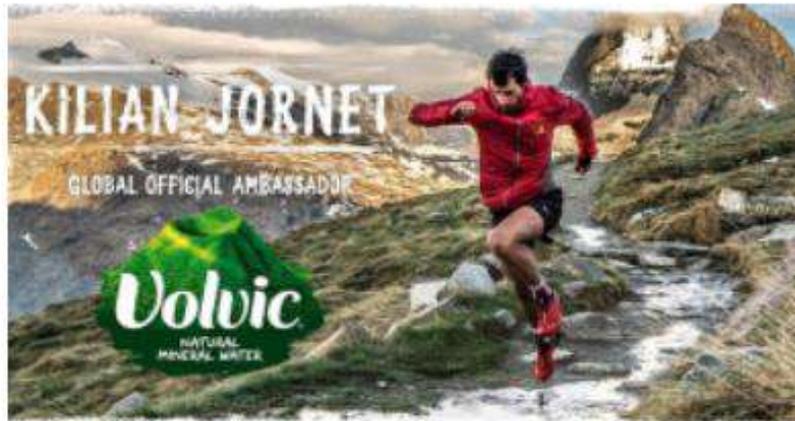
The Volvic Volcanic Experience - VVX - is coming, from May 30th to June 1st. An opportunity to dive into an exceptional region in the north of the Chaîne de Puys, a place where nature is preserved at the heart of the Auvergne Volcanoes Regional Nature Park. As multi-faceted as the area in which it is hosted, the VVX is both the host of a major sporting event (trail running, hiking and introductions to various outdoor activities) and an invitation to discover the local heritage in a convivial atmosphere.

Our colleagues Sergio Mayayo and Paula Bueno will be there to describe this adventure for all of you in carrerasdemontana.com, trailrunningpain.com and all of our channels.



WX 2019: Kilian Jornet Ambassador of the Volvic brand & the WX's guest of honor

World renowned athlete and passionate about the great outdoors, Kilian Jornet has become an absolute icon in the world of trail running within the past few years. His great and numerous sporting achievements as well as his charisma have made him one of the most renowned trail runners and a major player on the adventure and outdoor scenes. At almost 32 years old, and passionate about nature and adventure, Kilian has chosen to live in Norway where he finds the great outdoors and the peacefulness he cherishes so. Ambassador for the Volvic brand since 2018, he thoroughly enjoyed the natural environment of the Volvic Volcanic Experience as well as the people he met during his last visit. He was particularly impressed by the Volvic catchment area (a natural landscape of 38km² and zone where the rain water penetrates the earth giving birth to the natural mineral water of Volvic) as well as the history behind it all. It's therefore for the pleasure of the event's organizers, volunteers, athletes, and spectators that Kilian will be back for the 2019 edition, the chance for another immersion into the Auvergne environment!



Kilian will enjoy two days in the WX with following schedule:

Thursday 30th May

- From 4 pm on, Kilian will join in with the other elite athletes running (Dawa Sherpa, Sangé Sherpa, Anthony Gay, Francesca Canepa; Meghan Laws, Sarah Verguet Moniz, Pedro Jose Hernandez...) for a public speaking before continuing with a 30 minute press conference
- 18:30 Opening ceremony for the 3rd annual edition of the WX

Friday 31st May

- Kilian will be present all day long to cheer on all runners, whatever their age and experience, on the new 110 km format, the iconic Catchment Area Trail and the brand new Kids Trail.





Francesca Canepa from Italy with an ITRA index of 714, she starts her athletic career with snowboarding, specializing in giant slaloms, before turning towards trail running in 2010. Winning the Lavaredo Trail in 2012, the Tor des Géants in 2012 and 2013, the Eiger Ultra Trail in 2013 and 2014, the Hong Kong 100 in 2014 and the UTMB® in 2018. She also was the first Italian winning UTMB.

Meghan Laws from USA with an ITRA index of 663, is one of America's great trail runner athletes. She ranks 6th on the Western States Endurance Run in 2016 (160km), 3rd on the Waldo 100 km in 2017 and 10th in 2018 on the Lake Sonoma 50 (75 km). *"As the years went by, I kept on increasing the distances I chose to run, starting with a 5 km race, then 10 km and finally, a marathon. Long distance races are where I excel! I had even qualified 4 times for the Olympic Marathon. I had brought my time down to 2.45 hours when I caught the ultra-marathon bug."*

Dawa dachhiri sherpa with an ITRA index 735, was born in the Himalayas, at 2700 m altitude, he has won more than 100 races among which the Annapurna Mandala Trail, the Tchimbé Raid, the Grand Raid du Mercantour, the 60000... In 2010, he lands an impressive 5th place on the Grand Raid de la Réunion. He's also the very first winner of the UTMB® in 2003.

VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE 2019: The races

The VVX is compound of 4 races, 110km, 43km, 25km and 15km, located in the heart of a region shaped by volcanic eruptions. Apart of these for, this year there will be two new races, the **Great Volcanic Crossing Experience** - Trail Adventure Race: 220 km/7500-m climb and the VVX Kid's trail run with several distances.

Let's see the different races here:

Chaîne des Puys-Faille de Limagne Experience (110km - 4 ITRA points): A trail for the toughest runners through the very heart of the Auvergne volcanoes, it can also be completed in relay teams of two or three. Designed to take in the entire Chaîne des Puys zone, which recently became a UNESCO world heritage site, this race allows you to explore this exceptional region in a completely new way, thanks to the balance of scenery and ascents up some of the area's characteristic hills. Part of the trail includes an ascent to the summit of the legendary Puy de Dôme (1,465m) to view the spectacular sunrise. For this third instalment of VVX, the trail will have a few nice surprises and will be extended to 110km to give you the chance to explore the northern part of the Chaîne des Puys. The final 30km of the Volvic Catchment Area Experience trail will bring this spectacular volcanic experience to a close.

VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE 2019: What is new?

The "XGTV®" Great Volcanic Crossing Experience. Trail Adventure Race (220 km / 7500 / 6 ITRA points): For this third edition, the Aventure en Terre Volcanique association is offering a new, long-format race it will happen from 29 to 31 May 2019 in addition to the four VXX races.

This duo or solo ultra is based on an original concept with out-of-the-ordinary features. The spirit of the Great Volcanic Crossing Experience is one of mental engagement, solidarity, and adventure that incorporates athletic values and mountain sports, all at the heart of the French volcanic landscape.

This test of ultra-endurance will take competitors on a 220-km route through the Auvergne volcanoes (total climb of 7,500 m), along the most emblematic Grande Randonnée hiking trails in five areas: the Dômes mountains, the Dore mountains, the Cézallier massif, the Cantal massif, and the Artense plateau.

This adventure race, where participants will be equipped with nothing more than a GPX-track road book and will follow the red-and-white Grande Randonnée trail blazes 95% of the time, requires a good sense of direction on and off the trail. The route offers a chance to discover the richness and diversity of the different zones of the Auvergne Volcanoes Regional Nature Park.

The Great Volcanic Crossing Experience can be undertaken solo or in a team of two. Two categories will be established. The participants will be travelling through a sometimes rugged and demanding mountainous environment, requiring a certain level of technical, physical, and mental capabilities.

Runners must have run at least two trail ultras of over 100 km in the last three years.



VXX KIDS' TRAIL RUN. *new kids races: Kids also need their race! Takes place on the same site as the adults' race. Waves of 20 kids will be sent off at a time; the next wave will leave as the last gets back to the starting line. Each child will be able to do as many circuits as they like during the 30 minutes allotted. This event is for children born between 2005 and 2013, divided into three categories:*

Red circuit, 500 m/10-m climb: children born in 2013, 2012, and 2011

Blue circuit, 700 m/15-m climb: children born in 2010, 2009, and 2008

Yellow circuit, 1,100 m/20-m climb: children born in 2007, 2006, and 2005

Limited to 200 participants

18/04/2019

SLEEPMONSTERS.COM



The Volvic Volcanic Experience – VVX – offers an athletic immersion into what is one of France’s most iconic landscapes: the Chaîne des Puys – Fsille de Limagne, newly designated as a UNESCO World Heritage Site!

The VVX will embark all athletes, trail runners and hikers on an odyssey of the senses through the pristine natural landscapes at the heart of this unique natural site.

During the three-day event at the end of May, the whole Auvergne region comes together to share their passions, achievements and even give a sneak peek into some of their local secrets and traditions.

For this event, men and women from all perspectives unite, whether world-renowned athletes or lesser-known adventure seekers. Here are two of their stories:

Anthony Gay (Age 36) And Caroline Benoit (Age 32), Winners Of The 2018 Edition

Anthony and Caroline are wonderful ambassadors of the Volvic Volcanic Experience! As both a couple and a family (2nd child coming soon...), they now proudly represent the event which aims at families, children and all other nature, sports and trail lovers.

Since both Caroline and Anthony are native of Auvergne, they regularly enjoy coming back together to train on the very paths and trails they knew as children, immersing themselves in fond family memories. Both have participated in practically all of the Auvergne volcano region's races, often bringing home new victories! Although they now live in Haute-Savoie, coming back to their homeland is always a pleasure. As ambassadors for the VVX, they convey the event's original and unique concept.

In their own words, "the event's organizers wish to open our regional landscape and culture to others. Only very few events try to establish what the VVX does. Although, of course, the trail races are the main attraction to the weekends' festivities, there are also over 30 parallel activities open to the public for free. The organizers strive to thereby highlight the local activities, whether cultural, festive or artisanal. Their goal is to promote the territory as a whole and I'm pleased to see that it's a success since runners are becoming aware of the destination's uniqueness ... and all this, thanks to trail racing!"

Caroline and Anthony both won the 2018 edition of the 83 km format, respectively in women's and men's categories. Anthony will participate yet again this year, racing alongside other elite international runners on the 110 km course. On the other hand, Caroline won't be racing this year because she is expecting their second child, but she definitely plans on being there to cheer Anthony on.

A member of the TSL OXSTIIS HG team, Anthony ranks 18th worldwide on the UTWT, thanks to an impressive 6th place on the Trans Gran Canaria race. To top it off, he also regularly organizes mountain trail training trips in Auvergne and elsewhere via his agency called Aupa (www.aupa-agence.com).

“Personally, I have a preference for long-distance races, those that run over 100 km. Crossing an entire island or mountain range, for instance, just has something magic about it. It’s a challenge that I particularly love taking up. This doesn’t keep me from also participating in shorter races, but I just really love the long, extreme formats. One of the main reasons for this is that human physiology is the main factor for success on the short distances.

Whereas on long distances, the way the runner manages nights, sleep and nutrition, will play an important role... And the longer the distance, the more this is true. To win, one has to be able to manage all the different aspects of the race. This year, the VVX’s impressive list of participants is even more motivating!”, says Anthony.

Dawa Dachhiru Sherpa (Nepal)

Dawa Sherpa was born in the Himalays, in the mountains surrounding Mount Everest, at 2700 m altitude. At the age of 6, he was sent off to join a monastery where he learned the art of Buddhism, martial arts and meditation. He then ran his first race at the age of 25 and very quickly became one of the world’s best runners, winning some of the hardest trail races out there. The ease and technicality with which he seems to accomplish long-distance races has quickly made him a standout among other world-renowned runners. He’s also known and appreciated for his amazing kindness and sportsmanship.

In his career, he has won more than 100 races including, but not limited to, the Annapurna Mandala Trail, the Tchimbé Raid, the Grand Raid du Mercantour, and the 6000 D. In 2010, he landed an impressive 5th place on the Grand Raid de la Réunion. He was also the very first winner of the UTMB® in 2003.

And because for Dawa “trail running is first and foremost the exploration of new landscapes”, he is signed up for the VVX’s 43 km race. “I’m excited to discover the volcanoes of Auvergne for the first time!” exclaims Dawa.

22/05/2019

CARRERAS DE MONTAÑA



TRAIL RUNNING CLASIFICACIONES MATERIAL TRAIL ULTRA TRAIL CALENDARIO TRAIL 2019 ENTRENAMIENTO TRAIL RUTAS MONTAÑA VIDEOS TRAIL NUTRICIÓN ZAPATILLAS

Inicio > Carreras de montaña > KILIAN JORNET ESTARÁ EN VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE (30-31MAY): Embajador oficial para sus cinco carreras de montaña por los Volcanes de Auvernia



KILIAN JORNET ESTARÁ EN VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE (30-31MAY): EMBAJADOR OFICIAL PARA SUS CINCO CARRERAS DE MONTAÑA, POR LOS VOLCANES DE AUVERNIA.

PUBLICADO POR MAYAYO OXIGENO EL MAYO 22, 2019 EN CARRERAS DE MONTAÑA, CARRERAS POR MONTAÑA, TRAIL RUNNING, ULTRA TRAIL, VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE, VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE 2019 | DEJA UN COMENTARIO

Kilian Jornet estará 30-31MAY en la Volvic Volcanic Experience - VX. Un festival con hasta cinco carreras de montaña por el Parque Natural de los Volcanes de Auvernia, a celebrar 30MAY-1JUN con el propio Kilian Jornet como embajador de lujo, a quien podremos entrevistar allí para ti, antes de que parta a disputar Zegama el 2JUN.

La VX quiere ser mucho más que un reto deportivo y apuesta por un verdadero festival en la naturaleza como quizá solo nuestros vecinos franceses son capaces de hacer. Carreras de montaña, senderismo, conciertos, actuaciones... Una propuesta diferente que nuestros compañeros Paula Bueno y Pedro José Hernández te traerán envío aquí. **Arrancamos con el video presentación VX 2019.**

ETIQUETAS

- CALENDARIO CARRERAS MONTAÑA
- CALENDARIO CARRERAS MONTAÑA 2019
- CARRERAS MONTAÑA 2019
- CARRERAS TRAIL
- CARRERAS TRAIL FRANCIA
- KILIAN JORNET
- KILIAN JORNET 2019
- TRAIL RUNNING FRANCIA
- ULTRA TRAIL FRANCIA
- VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE
- VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE 2019
- VX 2019



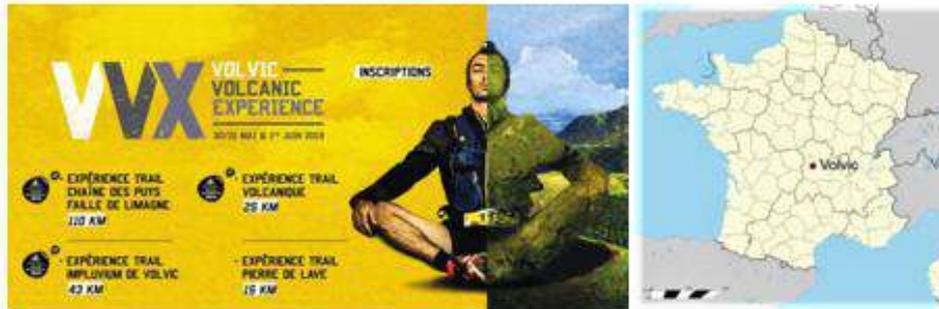
ASICS TRABUCO PR

MIZUNO RUNNING T

ADIDAS TERREX

VVX 2019: LOS VOLCANES DE AUVERNIA ACOGEN UN FESTIVAL CON CINCO CARRERAS DE MONTAÑA.

El Parque Natural Regional de los Volcanes de Auvernia: Puy de Dome icónico. Con una superficie de 395 000 hectáreas, el Parque Natural Regional de los Volcanes de Auvernia es el Parque Natural Regional más grande de la Francia metropolitana. A caballo entre los departamentos de Puy-de-Dôme y Cantal, este vasto territorio, ideal para la práctica del senderismo, incluye cuatro montañas volcánicas (la cadena de los Puys, Montes Dore, Cézallier y Montes de Cantal) y la antigua meseta granítica de Artense.



En el departamento de Puy-de-Dôme, los amantes de la naturaleza no pueden perderse la cordillera de los Puys, cuyo lugar más famoso y frecuentado es el Puy de Dôme. Desde su cima, la vista abarca una panorámica excepcional de los volcanes de Auvernia. Más al sur, la cumbre de puy de Sancy también ofrece unas vistas magníficas, esta vez de los paisajes de las montañas Dore.

Las rocas de Tuilière y Sanadoire (restos de antiguos volcanes separados por el valle de Fontsalade); el lago de Guéry (el más alto de Auvernia); el valle de Chaudesfour y su reserva natural; los lagos Chambon, Pavin y Aydat, las apacibles montañas de Cézallier o el castillo de Murol y las iglesias románicas de Orcival y Saint-Nectaire, son otros tantos lugares por descubrir. La Casa del Parque, ubicada en el castillo de Montlosier, en Aydat, ofrece abundante información, exposiciones y paseos temáticas para saber más acerca del Parque Natural Regional de los Volcanes de Auvernia.



29/04/2019

SLEEPMONSTERS.COM

The Adventurers at VWX

Press Release / Photo : G. Fayet / 29.04.2019

FOLLOW EVENT

Web Site
Facebook
Twitter
Instagram

Save Our SleepMonsters
Patron levels start at \$3
SUPPORT US ON PATREON

Expedition Oregon - Day 3 to the Finish
All Views

Facebook
Sleepmonst...
J'aime cette Page

Adventure Racing Tags
Volcans Volcanic Experiences, Expedition Oregon, Raid Galiceois, Expedition Race, Muts Klim, Adventure Race, Canada Man / Woman Lap, Mégaride, Berghaus, Dragon's Back Race®, GO-4-12, Youth Adventure Race, OFILLO, Swannish Hvar, The Raid 100, Valdejan Erckin 2015, Facebook, Twitter, adventure racing, expedition racing

In addition to the 4 existing race formats, the VWX will be offering a whole new challenge this year... bigger, longer, and simply crazier than the others; the Great Volcanic Crossing Experience. Otherwise known as the XGTV®, this race will cover a total of 220 km and a 7500 m elevation gain. Designated as an adventure race, it's most importantly an ultra-endurance event which requires a good sense of direction, both on and off designated trails.

Equipped only with GPX-track road books, runners will follow GR (official Grande Randonnée) trails 95 % of the time (red & white markings). The race's route will explore the diversity and beauty of the landscapes in the Natural Regional Park of the Auvergne's Volcanoes. Especially designed for experienced athletes and adventurers, the XGTV® can be run solo or in teams of two.

To date, 17 solo runners and 4 duos are signed up to take part in this exceptional race. Amongst these incredible adventurers, here's a selection of 4 amazing profiles!

THE DUO, La team Ding'o (« the nutty team », in English)

The team Ding'o is made up of two runners: Willy Dujarding (age 54) and Gilles Yves (age 39). This remarkable duo has set its next challenge: running the XGTV®. And who knows, they may even accomplish the extraordinary challenge of running 220 km in record time! Amongst their triumphs are the 1st edition of the Ultra Raid 28 in 2013 and the "Traversée" (a race organized by the Salomon Running Team) in 2015, which they managed to finish in under 50 hours.

"We had been searching for our next challenge as a team for quite a while. Individual ultras are great, but the experience takes on a whole other dimension when shared as a team. We know very little of Auvergne, although it's not so far from our native Normandy! Our main goal while

PodBee
tan7 navigation
SUPPORT US ON PATREON
Thank you to all our amazing patrons
Woodstock Racing Team Navigation
Ultime Galois
Adventure Enthusiast
Chapin David
Eric Sanchez
Pierre M. Breyer
Guillaume Biret
Julien Muth
Sergey Kholodovskiy
Boris Corpechot
Alexis Myguel
Maxime Ponsard
SUPPORT US ON PATREON



running this race will be to enjoy ourselves as much as possible. Our motto is "do things seriously without taking yourself too seriously". But from there on, it's impossible to say how things will go. Predicting the outcome of a 220km race in the mountains seems a little presumptuous ...", says the team.

THE ACTIVIST, Matthieu The Solo Runner

The adventure will be quite different for Matthieu Ollier, age 39, who is signed up as a solo runner. Both founder and president of the OFF ROAD X-Perience Solidarity Trail Association, Matthieu will be running the XGTV® for the Neurofibromatosis and Racklinghansen's Association.

After 20 years of triathlon and two Ironman races (Embrun in 2010 and Vichy in 2011), Matthieu has decided to devote his time to ultra-trail running. He finished 3rd on the Grand Trail Stevenson (a three-day – three-stage race), but his most cherished adventures are the Mitic in Andorra (112 km/9700 elevation gain) in 2017 and Pottoka (Basque Country crossing) in 2018.

"Being an Auvergne native and an adventure lover, the XGTV® is a solidarity project I'm eager to take part in. My aim is that my running will get people talking about neurofibromatosis and the association I represent. By running through the area of the local volcanoes, I'm looking to experience a solo and yet interdependent adventure!"

The Most Intense, David Riché

David, age 36, of Team Tech1Sport, is a former military and long-distance specialist. He has qualified two times for the Ultra Spartan Race World Championships.

He has signed up this year for the XGTV® because it is part of his physical training for what is an important personal project: a solo crossing of Antarctica in 2020, the last leg of a documentary on global warming that he's directing.

"The 220 km and 7500 meter elevation gain offered by the XGTV® is a rare race format in France. And it fits just perfectly into my physical prep program. I can't wait to start ... and, of course, cross the finish line!"

The Wonder Woman, Claire Rimbault

At age 47, Claire is a mom of three, a PE teacher and one of the few (or only?) women to participate in the 1st edition of the XGTV®. Her impressive track record includes participations in the UTMB®, the Diagonale des Fous route in Réunion, France, and the Ultra-trail® in Madeira, Portugal, and Barcelona, Spain. She especially loves long distance runs like the one she recently completed with friends between Lioran, France and the Mediterranean Sea: a total of 342 km in 6 days!

"What I love most are the adventures that take you from point A to point B, and that's exactly what the XGTV® is. It crosses two departments and three mountain chains with no trail markings and only a GPX track. I love this because I especially enjoy orienteering. And even if 220 km is obviously quite long and I won't have completed 100 % of my training by then, the trails on the XGTV are less technical than others and the elevation gain is reasonable... And just like on all my other races, my



23/05/2019

TRAINRUNNINGMAG.CO.UK

HOW ONE TRAIL EVENT IS TAKING RESPONSIBILITY FOR THE ENVIRONMENT

May 23, 2019

ARE TRAIL RUNNERS HELPING OR HARMING THE ECO-SYSTEM? HERE'S WHAT THE ORGANISERS OF THE VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE IN FRANCE ARE DOING

Just yesterday, trail runners were accused by **Outside Online website** of being "lazy parasites" who do nothing for the environment through which they tread.

While different views will be expressed on whether trail runners as a group are doing enough, it's worth highlighting the work one race in particular is doing for the natural habitat that is its setting.

The **Volvic Volcanic Experience**, which takes place from May 30-June 1, prides itself on its environmentally friendly approach. The event, which next week will include **Kilian Jornet** among its **ambassadors**, is staged in the Volcanoes of Auvergne Regional Nature Park of France near Clermont-Ferrand.

Just this week, the organisers put out a press release highlighting how they respect the nature and heritage of the area, pointing out the following:

- Limited entries in each race (maximum of 600) to help prevent over-running the flora and fauna.
- Waste production is limited by encourage short and local supply chains and zero to little packaging.
- They organise recycling and waste recovery.
- Long-lasting and re-usable signage, which is taken down immediately afterwards.
- Organisations such as the bird conservation league and regional national park are consulted when planning the route.

Trails are re-routed every year in order to take into



VVX tries to eliminate all packaging; Pic credit: Gerard Fayet



29/05/2019

DISTANCES.PLUS

DISTANCES+

la magazine québécoise de la course à pied

ÉVÉNEMENTS ATHLÈTES COMMUNAUTÉ ULTRA-TRAIL WORLD TOUR SANTÉ VOYAGE ET PLEIN AIR CALENDRIER RAVITO



Sarah Verguet Moniz lance sa saison à travers les volcans d'Auvergne



par Nicolas Freret, co-rédacteur en chef
17 mai 2019, 10h30



SARAH VERGUET MONIZ LANCE SA PREMIÈRE SORTIE DE BICOINVALESCENCE EN ALPES - PHOTO: SARAH VERGUET MONIZ

Sarah Verguet Moniz vient de quitter Sherbrooke et le Québec pour aller courir pendant quelques mois dans les montagnes françaises et s'améliorer sur le dénivelé. [Le défilé Distances+ 2019](#) prendra le départ, ce vendredi, de l'épreuve reine de la Volvic Volcanic Experience (VVE), un 110 km et 3500 m de dénivelé à travers le Parc national des volcans d'Auvergne. Et elle est ambitieuse!

Celle qui s'élancera aux côtés de l'italienne Francesca Capella, victorieuse du dernier Ultra-Trail du Mont-Blanc, ne vise rien de moins qu'une place sur le podium.

« Je veux faire un résultat à l'aveugle », avait prévenu Sarah en début d'année. À quelques jours de sa première course de la saison, elle nous a confirmé avec enthousiasme que sa motivation était pleine et entière, même si sa préparation hivernale ne s'était pas tout à fait passée comme espéré.

« Moi qui ne suis jamais malade, j'ai eu droit à deux gros rhumes et une bronchite, je en effet confié Sarah. Mais bon, j'ai réussi à rentrer du millage pareil, donc je pense que ça va bien aller. »

Fraîchement arrivée dans les Alpes chez sa tante, elle a pris soin de surtout bien se reposer cette semaine, pour se « remettre au mieux du voyage et de sa fin de session d'entraînement ». Elle a toutefois été se détendre les jambes en altitude où elle a pu observer des chamois.

D+ Bulletin

Restez informés en vous :

Nom :

Courriel :

J'Y VAIS

Se mesurer aux coureuses de calibre international



En amont de la compétition - Photo: Pascal Baudry

Sarah Verquet Moniz est très excitée par cette saison de courses en sentier qui commence, et tout particulièrement parce que ça risque d'aller vite comme elle aime sur cette VVX. « C'est la première fois que je vais me mesurer à du calibre international dans un style de parcours qui me convient parfaitement, car même si je préfère les trails en montagnes, c'est loin d'être le type de terrain qui m'avantage le plus », confie-t-elle.

Rappelons que la championne franco-portugaise a gagné l'an dernier le 125 km de l'Ultra-Trail Harricana, le 100 km du Québec Mega Trail et le 80 km du The North Face Endurance Challenge de New York. Elle a été également illustrée au 105 km de l'Ultra-Tour du Beaufortain, en Savoie, en signant une belle quatrième place face à des spécialistes de courses alpines.

Francesca Canepa au départ



Lever du jour sur le Puy de Corne, point où seront deux passages de la VVX - Photo: Gérard Fayet / France3Rhône-Alpes

« Courir avec des gros noms, ça me motive, reconnait Sarah, même si elle estime être encore loin de leur niveau en montagne. Elle aura l'occasion de se tester dès vendredi au contact de Francesca Canepa, qui avait dû couper la course pendant cinq mois en fin d'année dernière pour soigner son tendon d'Achille. La championne italienne dit se « sentir assez bien » et être « confiante pour la saison aussi bien que pour Volvic ».

« Mon objectif est tout simplement de bien mettre au point mon allure en vue de la Western States, a indiqué Francesca à *Distances*, donc je veux me concentrer sur mon propre rythme en essayant de toujours être en confort. » À noter qu'elle vient d'enchaîner un 100 km en Chine et un 160 km en Slovénie 160.

Des grands noms... et Kilian Jornet



Sarah Verguet Moniz (à droite) lors de la présentation des athlètes élites de la VVX en compagnie de Kilian Jornet, Francesca Ginépa et Meghan Laws - Photo: Patricia Verguet.

Outre **Francesca Ginépa et son palmarès étourdissant**, Sarah Verguet Moniz devra contenir l'Américaine Meghan Laws qui a terminé à la 5e du Tarawera Marathon en Nouvelle-Zélande en février.

Chez les hommes, l'Auvergnat Anthony Gay remettra son titre en jeu face entre autres à deux coureurs népalais, le sage du trail Dawa Sherpa et l'infatigable Sangé Sherpa.

C'est le grand Kilian Jornet qui devrait donner le départ de la grosse course de la VVX, l'Expérience Chaîne des Puys – Faille de Limagne, à 4 h du matin vendredi (22 h jeudi à Montréal). Le champion espagnol est depuis l'an dernier ambassadeur de la marque d'eau minérale en bouteille Volvic, qui organise ce grand festival d'activités plein air au milieu des volcans. Kilian ne devrait toutefois pas s'éterniser longtemps puisqu'il a récemment annoncé qu'il allait courir Zegama-Aizkorri (42 km, 2736 m D+) au Pays basque. Une course mythique qui inaugure le circuit Golden Trail Series.



Sarah Verguet Moniz a cousu l'émission du logo de Distances+ sur son sac d'hydratation.

30/05/2019

CARRERAS DE MONTAÑA

KILIAN JORNET ANTE ZEGAMA AIZKORRI 2019: ENTREVISTA DESDE VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE

PUBLICADO POR MAYAYO OXIGENO EL MAYO 30, 2019 EN CARRERAS DE MONTAÑA, KILIAN JORNET, KILIAN JORNET 2019, VVX 2019, ZEGAMA AIZKORRI, ZEGAMA AIZKORRI 2019 [DEJA UN COMENTARIO]

Kilian Jornet afronta este fin de semana un nuevo reto en **ZEGAMA AIZKORRI**. Antes de viajar mañana a Euskadi, nos atendió hoy en Auvernia, como embajador del festival Volvic Volcanic Experience. Con él repasamos, a través de Mayayo y Eliseo, su visión sobre la montaña, el miedo ante algunos retos y también la historia de su muy especial relación con la Maratón de Zegama.

Tras sus palabras, **vemos también la lista de favoritos elite para la maratón** como complemento a la guía de carrera para el popular que publicó aquí nuestro compañero Mikel Leal. Mañana, sigue en vivo con nosotros el Kilómetro Vertical desde las redes y en esta misma web.



MARATÓN ALPINA ZEGAMA AIZKORRI 2019: LOS FAVORITOS

La maratón de montaña Zegama Aitzgorri vuelve este Domingo al Goierri, con sus 42km/D+2721m. Kilian Jornet, Stian Angermund-Vik, Rémi Bonnet y Aritz Egea son los primeros nombres que saltan en lo masculino, mientras Megan Kimmel, Maite Maiora, Yngvild Kaspersen y Eli Gordón lo hacen en categoría femenina. En el programa, el viernes tendrá lugar la quinta edición del Kilómetro Vertical y, el mismo domingo, tras la salida de la Maratón, los más jóvenes también correrán un año más en la Zegama Junior. **Vamos pues con los grandes favoritos de la prueba reina, más en detalle.**

FAVORITOS MARATON ZEGAMA AIZKORRI 2019: La selección de corredores de elite siempre es destacada en esta cita. De hecho, si atendemos a los tiempos medios en carrera, el pelotón que toma la salida en Zegama es, en su conjunto, el grupo de más alto nivel cada año entre las pruebas de montaña de todo el mundo. Esto es que la prueba de la mitad de maratón es la competición más importante de

31/05/2019

CARRERAS DE MONTANA

MARATON VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE (42K/D+1780M) CRONICA PERSONAL PEDRO JOSE HERNANDEZ, CAMPEON CON 3H24M

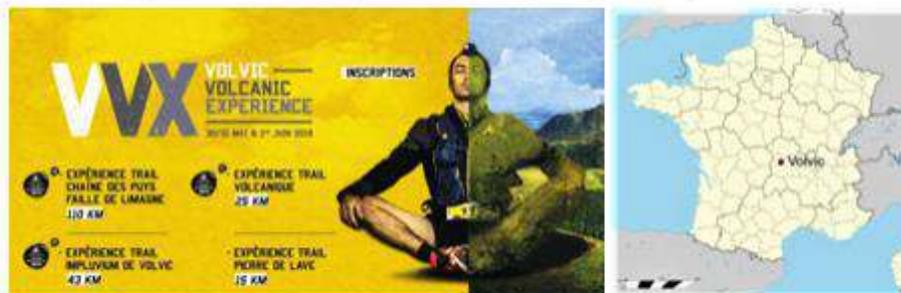
PUBLICADO POR MAYAYO OXIGENO EL MAYO 31, 2019 EN CARRERAS DE MONTAÑA, CARRERAS MONTAÑA FRANCIA, MARATÓN, MARATON ALPINO, MARATON MONTAÑA, TRAIL RUNNING FRANCIA, VVX 2019 | 1 COMENTARIO

Kilian Jornet estará 30-31MAY en la Volvic Volcanic Experience - VVX. Un festival con hasta cinco carreras de montaña por el Parque Natural de los Volcanes de Auvernia, a celebrar 30MAY-1JUN con el propio Kilian Jornet como embajador de lujo, a quien podremos entrevistar allí para tí, antes de que parta a disputar Zegama el 2JUN.

La VVX quiere ser mucho más que un reto deportivo y apuesta por un verdadero festival en la naturaleza como quizá solo nuestros vecinos franceses son capaces de hacer: Carreras de montaña, senderismo, conciertos, actuaciones... Una propuesta diferente que nuestros compañeros Paula Bueno y Pedro José Hernandez te traerán en vivo aquí. **Arrancamos con el video presentación VVX 2019.**



El Parque Natural Regional de los Volcanes de Auvernia: Puy de Dome icónico. Con una superficie de 395 000 hectáreas, el Parque Natural Regional de los Volcanes de Auvernia es el Parque Natural Regional más grande de la Francia metropolitana. A caballo entre los departamentos de Puy-de-Dôme y Cantal, este vasto territorio, ideal para la práctica del senderismo, incluye cuatro montañas volcánicas (la cadena de los Puys, Montes Dore; Cézallier y Montes de Cantal) y la antigua meseta granítica de Artense.



En el departamento de Puy-de-Dôme, los amantes de la naturaleza no pueden perderse la cordillera de los Puys, cuyo lugar más famoso y frecuentado es el Puy de Dôme. Desde su cima, la vista abarca una panorámica excepcional de los volcanes de Auvernia. Más al sur, la cumbre de puy de Sancy también ofrece unas vistas magníficas, esta vez de los paisajes de las montañas Dore.

Las rocas de Tuilière y Sanadoire (restos de antiguos volcanes separados por el valle de Fontsalade); el lago de Guéry (el más alto de Auvernia); el valle de Chaudefour y su reserva natural; los lagos Chambon, Pavin y Aydat, las apacibles montañas de Cézallier o el castillo de Murol y las iglesias románicas de Orcival y Saint-Nectaire, son otros tantos lugares por descubrir. La Casa del Parque, ubicada en el castillo de Montlosier, en Aydat, ofrece abundante información, exposiciones y paseos temáticas para saber más acerca del Parque Natural Regional de los Volcanes de Auvernia.

TRAZADOS (15k-25k-43k-110k) El VWX está compuesto de 4 carreras de montaña clásicas, sobre 110km, 43km, 25km y 15km, ubicadas en el corazón de una región formada por erupciones volcánicas. Además de ellas, en 2019 se estrenan otras dos nuevas carreras, la Experiencia del Gran Crucero Volcánico – Carrera de aventura con nada menos que 220k/D+7500 m de ascenso y el recorrido del VWX trail Kids para niños con varias distancias. Aquí os dejamos los perfiles de las cuatro clásicas.

MARATON VOLVIC VOLCANIC: CRONICA PERSONAL CAMPEÓN PEDRO JOSE HERNANDEZ.

Desde que comencé a correr, de eso ya hace muchos años, mi bagaje en el deporte me ha curtido en la pura improvisación.

¿Pues como es eso? Diréis muchos de vosotros, la montaña no es el asfalto, amigo /a, una maratón de asfalto son 42 km por asfalto, aquí y en Pekín, pero la montaña es muy dispar, vas a una maratón de montaña y con el mismo estado de forma puedes pasar de tres horas y media a seis dependiendo de multitud de factores. Cuando recibí la llamada de Mayayo para ir a la #vwx, no me lo tuve que pensar, pues vista a un mes me da tiempo adecuar mis entrenos a cualquier prueba. Mi planificación desde hace años es muy básica, deporte cinco o seis días a la semana (carrera, piscina, gimnasio y bicicleta), lo cual me permite tener un nivel medio y cuando sale una prueba vista a cuatro o cinco semanas, enfoco los entrenamientos específicos a la prueba que voy a disputar.

VOLVIC VOLCANIX EXPERIENCE: GALERÍA DE FOTOS



01/06/2019
DISTANCES+

DISTANCES+

Le magazine québécois de la course à pied

ÉVÉNEMENTS ATHLÈTES COMMUNAUTÉ ULTRA-TRAIL WORLD TOUR SANTÉ VOYAGE ET PLEIN AIR CALENDRIER ENVIS

NOUVEAU COURS DE COURSE SUR UN TRAIL EN 5000 MÈTRES L'AMÉRIQUE DU NORD

CHANGEMENT D'ÉQUIPEMENT POUR LE COURS DE COURSE EN 5000 MÈTRES L'AMÉRIQUE DU NORD

QU'EST-CE QUE LE COURS DE COURSE EN 5000 MÈTRES L'AMÉRIQUE DU NORD

SARAH VERGUES MONIZ : PREMIÈRE VICTOIRE EN EUROPE

RETOUR À LA COURSE EN 5000 MÈTRES L'AMÉRIQUE DU NORD

Première victoire en Europe pour Sarah Verguet Moniz

Volkswagen Experience 2019

par Nicolas Frérot, co-rédacteur en chef



D+ Bulletin

Restez informés en vous abonnant à notre bulletin.

Signe

Coût

PNB



SARAH VERGUES MONIZ VAINQUEUSE DE LA VOLKSWAGEN EXPERIENCE 2019. PHOTO : SARAH VERGUES MONIZ

Sarah Verguet Moniz a remporté vendredi sa première victoire outre-Atlantique en s'imposant au Trail de la Chaîne des Puys, un ultra de 110 km et 3500 m de dénivelé à travers les volcans d'Auvergne, dans le cadre du festival Volvic Volcanic Experience. La course pourrait intégrer le calendrier de l'Ultra-Trail World Tour en 2020.

L'année dernière, Distances+ 2018 a fait toute la course en site, prenant rapidement ses distances de la grande favorite, l'athlète française. Cette dernière a abandonné.

Sarah a passé la ligne d'arrivée sous un soleil de plomb après 12 h 27 de course. Celle qui avait annoncé ses ambitions était le départ à tenu la drapelle haute aux athlètes masculins en terminant à la sixième place au classement général. Elle fut également première du classement général de la catégorie Senior.

« Je crame de partout, mais à part ça, ça va, a-t-elle confié à cheval à Distances+. Ça ressemblait vraiment aux courses du Québec, c'est fou ! s'est-elle par ailleurs étonnée. Elle avait l'impression d'être à la maison.

« Mes jambes ont commencé à poser pas mal plus tôt que d'habitude, ce qui m'a fait peur », a raconté Sarah, « inquiète », au lendemain de son exploit. « Après 40 kilomètres, je sentais déjà mes quads dans les descentes. Le chaleur n'a pas aidé non plus. Parfois, il y avait de grandes lignes droites en plein soleil qui faisaient travailler le mental. »

Informée au 87^e kilomètre qu'elle était 3^e ou 5^e, elle a « essayé de garder le rythme pour assurer (sa) place ».

Les Françaises Florence Beynel (14 h 42) et Maryline Moulin (16 h 25) ont complété le podium féminin, très loin derrière l'athlète de Sherbrooke, qui court sous le drapeau du Portugal.

C'est le Népalais Sangé Sherpa qui a gagné chez les hommes en 10 h 45, signant sa deuxième victoire de l'année après celle aux Traces du Nord Basse-Terre, en Guadeloupe. Il a devancé les Français Gregory Bouttier (11 h 33) et Olivier Crouvizier (11 h 46).

Elle appréhende sa prochaine course en montagne



Sarah Verguet Moniz s'effort toute la course en tête – Photo : Timothé Nolet / VVK

Sarah Verguet Moniz va maintenant passer un mois à s'entraîner dans les Alpes en vue de l'un de ses gros objectifs de la saison, la Montagn'Hard », début juillet. Une course réputée extrêmement difficile pour son ratio D+/km (108 km pour 8050 m d+) qu'elle « appréhende énormément ».

Il faut dire que Sarah a décidé de sortir de sa zone de confort **en s'attaquant aux courses de montagne à fort dénivelé** où elle s'estime « nulle ».

Rappelons que la championne franco-portugaise a gagné l'an dernier le 125 km de l'Ultra-Trail Harricana, le 100 km du Québec Méga Trail et le 80 km du The North Face Endurance Challenge de New York. Elle s'était également illustrée au 105 km de l'Ultra-Tour du Beaufortain, en Savoie, en signant une belle quatrième place face

04/06/2019

CARRERAS DE MONTANA

ENTRENAMIENTO TRAIL: CÓMO AFRONTAR UN MARATÓN DE MONTAÑA. MATERIAL, NUTRICIÓN Y ESTRATEGIA EN VOLVIC VVX, POR MAYAYO

PUBLICADO POR MAYAYO OXIGENO EL JUNIO 4, 2019 EN CARRERAS DE MONTAÑA, ENTRENAMIENTO CARRERAS MONTAÑA, ENTRENAMIENTO MARATON MONTAÑA, ENTRENAMIENTO TRAIL, ENTRENAMIENTO TRAIL RUNNING, MARATON MONTAÑA, VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE, VOLVIC VOLCANIC EXPERIENCE 2019 | DEJA UN COMENTARIO

Hoy repasamos con Mayayo como resolver una MARATON DE MONTAÑA para un popular: Estrategia, material, nutrición y más. La maratón alpina sigue siendo, para muchos, la prueba reina fuera del asfalto, con grandes citas de Zegama al K42 de Villa La Angostura y más allá. Hoy vemos como resolverla dando tanto como podamos...y acabando con una sonrisa, que de eso se trata.

Lo hacemos con el caso vivido en la VOLVIC VVX de Auvernia. Nos interesa, sobre todo por la dificultad añadida de haber completado 65km en Azores Trail seis días antes de la salida en Volvic. Así pues...una ocasión perfecta para correr con más cabeza que piernas y aun así cruzar meta sonriendo. ¡Vamos allá!



Hoy quería contaros mi experiencia sobre como afrontar una maratón de montaña...aprovechando la experiencia de la maratón Volvic WX que acabamos de completar en los volcanes de la Auvernia francesa, con el Puy de Dôme como icono. Un ejemplo, para mí casi perfecto de como afrontar una maratón de montaña con más cabeza que piernas...y terminar con una sonrisa.

En mi caso fueron 6h23 para completar sus 42k/D+1760m pero con la dificultad previa de tomar esta salida solo seis días después de completar los 65km de la Azores Trail, que me llevaron 11h44m. ¡Tela! Y de sumarle los múltiples viajes y vuelos Madeira-Lisboa-Madrid-Lyon-Volvic entre medias. Por eso mismo lo veo como un buen ejemplo a compartir sobre **como enfocar la distancia clásica de 42km por montaña cuando tienes mas cabeza que fuerza en las piernas...y correr para contarlo en meta, sonriendo.**

Repasamos así tres cosas: La primera, cómo acabamos aquí disputando un maratón de montaña solo seis días después de la ultra en Azores Trail; Segundo, que material usamos para correr aquí; Tercero, la estrategia empleada, aquello que hicimos bien y mal para terminar sonriendo, a partir de las condiciones en que salíamos. Alegría y ganas, todas. Fuerzas, las justitas..... 😊



Y es que, yo tenía mis dudas sobre tomar la salida de un Maratón alpino el Viernes después de haber hecho 65 kilómetros de ultra el Sábado anterior en Azores. mas la paliza de los vuelos y viajes entre medias, con noche en vela tirados en el aeropuerto de Lisboa incluida. Por otro lado, me apetecía mucho conocer desde dentro estas carreras por los volcanes de Auvernia. Se trata de una encantadora región de media montaña, con hayedos, robledales, volcanes y pequeños pueblos de encanto medieval. Son 43k/D+1760m que la elite resuelve en menos de cuatro horas, como nuestro compañero Pedro José Hernández, campeón este año con 3h24. A mí, como popular me llevó 6h23m llegando en mitad del pelotón de 600 dorsales que tomaron la salida.

1. SABER ELEGIR: Lo primero para acertar con una maratón es apostar por una que nos motive y para la que estemos preparados. En mi caso, esta Volvic WX me hacía una ilusión especial porque, tal como comentamos aquí con Kilian Jornet que andaba también por allí con nosotros, es más un festival de montaña, no solo una competición. Aquí hay hasta 6 carreras de montaña distintas, de 15 a 200km para elegir. Pero también hay música en las plazas y calles, rutas culturales, carreras para niños, charanga en la plaza...la verdad es que es una cosa diferente.

El trazado de la carrera combina tres tipos de tramos. Pocas subidas pero en cada una casi vamos a muerte, son arreones muy verticales. Las siguen bastantes llaneos por senderos en el bosque, donde saber movernos a ritmo mientras culebreamos entre arroyos, rocas y raíces por hayedos profundos, con ese verde tan especial y pasamos por cascadas y castillos medievales. El tercer pilar son los descensos. Gracias a






[Home](#) • [News](#) • [Events](#) • [Features](#) • [Gear](#) • [Calendar](#) • [Videos](#) • [Network](#) • [Log In](#)

Reporting On



WIX Site
Facebook
Twitter
Instagram

Sleepmonsters Patron



'Save Our Sleepmonsters'
Patron levels start at \$3

SUPPORT US ON PATREON

[Sleepmonsters Patron](#)

The Craziest Race that took place in the Himalayas!



[All videos](#)

Los Plásticos



[Patagonia](#)

Facebook



[Like this page](#)

Soyez le premier de vos amis à aimer ça

Adventure Racing Tags

[Red Bull X-Alps](#) • [The 42nd Three Peaks Yacht Race](#) • [Hornswagler 50 Bike Race](#) • [Red Fox Adventure Race 2018](#) • [Southeast Sky Race](#) • [UTSLO Sweden](#) • [Isles of Gull](#) • [Wavie Volcano Experience](#) • [Corka Trail Adventure](#) • [Nordic](#)

[WWW.Volcanic Experience](#) / [Facebook](#) / [Twitter](#)

The Volcanoes Were Awakened!

Press Release (No longer available) / Photo: ©Volcanic Experience / 06/06/2019

[Follow news](#)



On Wednesday, 29th May, the Great Volcanic Experience (XGTV) launched the VWX's festivity. 29 adventurers, 2 teams of two and 47 solo runners, all experienced long distance ultra trail runners, took off from Lioran for the first edition of this adventure race on a 220km course with 7500m of ascent.

The XGTV trail race, run in partial autonomy throughout France's volcanoes, mainly relies on one's mental commitment, adventurous and sportive spirit, and the athletic values conveyed by mountaineering. A truly unique experience!

This ultra endurance race had its participants cross Auvergne's volcanoes over a total distance of 220km and 7500m elevation gain, exploring some of the most iconic GR paths (Grande Randonnée): the Monts Dômes, Monts Dore, Massif du Cézallier, Massif du Cantal, and the Ardenne plateau. The event's route took the runners throughout the region's various landscapes, showing the diversity of the Regional Natural Park of Auvergne's Volcanoes.

After racing for 36:45 hours, Ludovic Martin was the first to cross the finish line. Although quite exhausted he excitedly exclaimed: "Although I'm used to these long distances, this race took me by surprise. The XGTV is really a different races in 4 different landscapes... it was simply beautiful!"

The Dango team finished amongst the top 3 teams of two with a total race time of 47:15 hours.

Spectators also witnessed a very moving moment when Claire Rimbault, mother of 3 girls and PE professor from Aurillac, the only woman participating in the race, finished 7th in final rankings after a 53:37 hour race. Deeply moved, on the brink of crying, she stated: "It was amazing knowing there were so many people rooting for me. It really carried me through, all the way to the finish line! And all of us runners were particularly spoiled by the team of volunteers who were incredibly sweet!"

Our Patrons











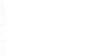




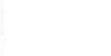


























322



The Chaîne des Pays - Faille de Limagne Trail Experience

This race, officially candidate for the 2020 Ultra Trail World Tour (UTWT), welcomed the men's and women's running elite, from France as well as internationally, on this new 130 km race format.

As usual, Sangs Saepra (Nepal) gave beaming smiles throughout the race and on the finishing line where he was the first to complete the race in only 10:45 hours. Winner of this first 130 km edition, he happily spoke to the crowd. *"I initially came to have a good time and participate in a fun race ... And I ended up thoroughly enjoying myself! Thank you everyone, I'll be seeing you here again soon!"*

On the women's side, Sarah Verguet Manic (Portugal) lead the entire time, in front of the Italian Francesca Caneva. She was the first to reach the center of Volvic after a 12:27 hour race.

The Volvic Impluvium Trail Experience

Kilian Jornet, VVX's guest of honor and ambassador for the Volvic brand, marked the start of the race alongside Emmanuel Faber, CEO of Danone, who participated in the race himself!

After running for 3:24 hours, the Spanish runner, José Hernandez Sanchez, came in first, followed 20 minutes later by Fabien Lassoche, closely followed himself by Aurélien Lemaître.

Dawa Sherpa, world renowned trail runner, who also participated in the race to explore Auvergne's rolling volcanic paths, finally ranked 7th.

The women's ranking was 100% French: Virginie Pailhou in 4:34 hours, and both Lucie Peillon and Céline Petit in 4:48 hours.

The Volcanic Trail Experience

It was a really tight race for Fabien Demure (02:07:48), Arnaud Jaillard (02:09:11), and Stéphane Baronnier (02:09:32) who all three crossed the finish line only seconds apart.

It was the same for the ladies with Marine Place who came in 2:30:20 hours, followed only 30 seconds later by Céline Dequidt, and Clarisse Chevalier in 02:36:25 hours.

The Lava Trail Experience

Yoan Mendez (1:04 hours), Frédéric Poirenot (1:06 hours), and Brice Denis (1:08 hours) completed the men's podium and Corinne Rougère (1:30 hours), Nora Joly (1:31 hours), and Alexandra Arsault (1:33 hours), the women's.

Races and more!

Beyond the event's athletic performances, the invitation to explore and discover is also at the heart of the event's program. Three days of various artistic performances and concerts ... enough to even wake the dormant volcanoes!

After a successful and crowded inaugural evening, the VVX's first day was dedicated to trail running! Then Saturday, the event's original concept, which invites us to retrace in their footsteps in order to explore the region, took real meaning since many continued exploring Auvergne's volcanoes.

Thanks to the dedication of the 550 volunteers, the trail running experience continued, transforming into a cultural experience: discovering local and regional craftsmanship, culinary traditions, fun and educational visits between volcanoes, stone and water. The initial athletic experience finally brought spectators and participants to experience other outdoor activities. The event's final evening was also a success closing off with festive concerts of Vincent, Mirait and Yarel!



RÉSEAUX SOCIAUX

BILAN VVX 2019

FACEBOOK

Mentions

Nom du compte	Date	Type de publication
Le Bufadou	05/06/2019	Vidéo
	30/05/2019	Lien vers article La Montagne
	28/05/2019	Photo
Rémi Gourdon-Dubois	05/06/2019	Vidéo
	31/05/2019	Photo/Vidéo
	30/05/2019	Photo/Vidéo
Clermont Sports	05/06/2019	Lien vers article
Volvic UK & Ir	05/06/2019	Photo
SENS Route-Trail	04/06/2019	Photo
Run Collect	04/06/2019	Photo
Unité Mobile de Premier Secours du Puy De Dôme - UMPS 63	04/06/2019	Photo
	01/06/2019	Photo
	31/05/2019	Photo
	29/06/2019	Photo
Caen Runners	04/06/2019	Photo
Team Rrun Lyon	04/06/2019	Photo
Trail and Running	04/06/2019	Photo
Génération Trail&Triathlon Blois	04/06/2019	Photo
Damien Poulet	03/06/2019	Photo
	02/06/2019	Vidéo
	01/06/2019	Photo
	01/06/2019	Photo
	05/06/2019	Vidéo
	05/06/2019	Lien
	31/05/2019	Photo
	31/05/2019	Photo
	29/05/2019	Vidéo
Trails Endurance Mag	03/06/2019	Photo
	01/06/2019	Vidéo ITW KJ
	31/05/2019	Vidéo
ESC Clermont	03/06/2019	Lien vers article La Montagne
L'expérience Grande traversée Volcanic	03/06/2019	Lien vers Sportips (résultats)
	31/05/2019	Photo
	31/05/2019	Photo
	31/05/2019	Photo
	05/06/2019	Vidéo
	31/05/2019	Photo
	31/05/2019	Post
	30/05/2019	Vidéo
	30/05/2019	Lien vers article La Montagne
	29/05/2019	Photo
	28/05/2019	Photo
	27/05/2019	Post
	03/06/2019	Photo

Volvic France	31/05/2019	Photo
	31/05/2019	Vidéo
	30/05/2019	Photo
Nicolas Planchot - vidéaste photographie	03/06/2019	Vidéo
Jean-François Marin	03/06/2019	Recommandation
Team-Instinct France	03/06/2019	Photo (affiche VVX)
Dôme Aventure Quadbike	03/06/2019	Photo
Tourisme D. Jalicon	03/06/2019	Photo
Renato Jorioz	02/06/2019	Photo
	30/05/2019	Photo
Sange Sherpa	02/06/2019	Photo
	31/05/2019	Vidéo
	31/05/2019	Photo
	31/05/2019	Photo
	29/05/2019	Photo
We love fitness / Coaching Privé	02/06/2019	Photo
CAP POUR LA VIE	02/06/2019	Photo
Auvergne Rhône-Alpes	02/06/2019	Lien vers article FR3
Un pieds dans les nuages	02/06/2019	Photo
Bina Belot	02/06/2019	Photo
Chloé CG	02/06/2019	Photo
Lucas Grugru	02/06/2019	Photo
Stéphane Loth	02/06/2019	Photo
	31/05/2019	Photo
Trail with Jeff	02/06/2019	Photo
	01/06/2019	Vidéo
	28/06/2019	Lien vers Sportips
Urban Runners France	02/06/2019	Photo
Georges Abitbol	02/06/2019	Photo
Lulu Med	02/06/2019	Post
	02/06/2019	Vidéo
Aventure en Terre Volcanique	02/06/2019	Partage du post Sportips (1/06)
Raid Landes Aventure	02/06/2019	Photo
Karine Pereira Century Beauchamp	02/06/2019	Photo
Côté Coulisse	01/06/2019	Photo
	30/05/2019	Vidéo
La Coulisse	01/06/2019	Photo
	31/05/2019	Photo
	31/05/2019	Photo
Vic Tor	01/06/2019	Photo
Greg Runner	01/06/2019	Photo
Ville de Volvic	01/06/2019	Photo
Sarah Verguet Moniz	01/06/2019	Photo
Olivier Crouvizier	01/06/2019	Photo
Office de Tourisme Terra Volcana	01/06/2019	Photo
Sportips	01/06/2019	Lien vers les résultats
	31/05/2019	Lien vers les live
Peignée Verticale	01/06/2019	Photo
WonderTrail	01/06/2019	Lien vers un article
	31/05/2019	Photo
	31/05/2019	Vidéo
	31/05/2019	Photo
	31/05/2019	Photo

	31/05/2019	Lien vers article
Thomas Thomas	01/06/2019	Photo
	28/05/2019	Photo
Un caillou qui court	01/06/2019	Vidéo
Everest en Sable	01/06/2019	Photo
Carole Pipolo	01/06/2019	Photo
	31/05/2019	Photo
	30/05/2019	Vidéo
	30/05/2019	Photo avec KJ
	30/05/2019	Photo
	28/05/2019	Partage du post
Octopus Runner	31/05/2019	Photo
	30/05/2019	Photo
	27/05/2019	Photo
Kilian Jornet	31/05/2019	Photo
	30/05/2019	Photo
	29/05/2019	Vidéo
Team Trail du Charbon	31/05/2019	Photo
Volvic Organic Resort	31/05/2019	Photo
ACTE Auvergne	31/05/2019	Photo
	27/06/2019	Photo
Mathieu Mailhot	31/05/2019	Photo
	30/05/2019	Photo
		Photo
Ultra-Trail World Tour	31/05/2019	Photo
Kawrites	31/05/2019	Photo
Outdoor and News	31/05/2019	Photo
	05/05/2019	Photo
	31/05/2019	Photo
	30/05/2019	Photo
	30/05/2019	Photo
	27/05/2019	Photo
Distances+	31/05/2019	Lien vers article
Ga Étan	31/05/2019	Photo
Baouw Organic Nutrition	31/05/2019	Vidéo
Romuald Gérard	31/05/2019	Photo
	30/05/2019	Photo
	28/05/2019	Photo
Trail The World	31/05/2019	Vidéo
	31/05/2019	Vidéo
QLF Magazine	31/05/2019	Photo
	28/05/2019	Photo
Team Trail Lmr Performance	31/05/2019	Photo
		Photo
WAZOO	31/05/2019	Lien vers chaîne YT
	30/05/2019	Lien vers article La Montagne
Riom Limagne et Volcans - Communauté d'agglomération	31/05/2019	Vidéo
	29/05/2019	Photo
Mathieu Sibra	31/05/2019	Photo
Geneviève Colonna d'Istria Pro	31/05/2019	Photo d'un article sur KJ
NewsAuvergne.com	31/05/2019	Lien vers article
Chambres d'hôtes "Les Ombelles"	31/05/2019	Photo
Soupe Hermann	31/05/2019	Souvenir de VVX 2018

Vision Outdoor	30/05/2019	Photo
	26/05/2019	Photo
Cyril Verstaen	30/05/2019	Photo
		Vidéo
Musée Marcel-Sahut	30/05/2019	Post
Run Collect	30/05/2019	Photo
Chaîne des Puys inscrite au Patrimoine Mondiale de l'UNESCO	30/05/2019	Photo
Backdoor Records	29/05/2019	Vidéo
Bony Automobiles Renault & Dacia mozac	29/05/2019	Photo
Bony Automobiles	29/05/2019	Photo
Minuit	29/05/2019	Vidéo
Ville de Volvic	29/05/2019	Lien vers article
Running Mag	29/05/2019	Post
Fromages AOP d'Auvergne	29/05/2019	Photo
Grotte de la Pierre de Volvic	29/05/2019	Photo
UTPMA	29/05/2019	Photo
Thé À Coudre	29/05/2019	Lien vers article
Les Saveurs de la Terre - cuisine végétale	29/05/2019	Lien vers événement
Outside France	28/05/2019	Lien vers article
Happy Plantes	28/05/2019	Photo
Trail Session	28/05/2019	Photo
Al Echirolles Athlétisme	27/05/2019	Partage post
Le Pinceau et la Plume	27/05/2019	Photo
		Photo
Virgin Radio Auvergne	27/05/2019	Photo
François Lesca	26/05/2019	Vidéo
Fransceca	26/05/2019	Vidéo

Sergio/pedro/paula	30et31/05 / 01et03/06	Photo + lien vers articles
--------------------	-----------------------	----------------------------

TWITTER

Mentions

Nom du compte	Date	Nombre de Tweets
Run Collect	04/06/2019 26/04/2019	2
Terra Volcana, les Pays de Volvic	01/06/2019 30/05/2019 31/05/2019	3
Pedro José Hernandez Sanchez	01/05/2019 21/05/2019	2
Wazoo	01/06/2019	
Auvergne	31/05/2019 21/05/2019 30/05/2019 16/05/2019 30/04/2019 17/04/2019 9/04/2019 30/03/2019 21/03/2019 20/03/2019 08/03/2019 06/03/2019	12
Chaîne Des Puys	31/05/2019	
Cédric Corre	31/05/2019	
Ch. Pirès Beaune	30/06/2019	
Joël De Amorim	30/05/2019 07/05/2019 01/05/2019 03/04/2019 7/03/2019	4
Lionel Langlais	29/05/2019 6/03/2019	2
Munoz Laurie	27/05/2019 07/05/2019	2
Sociatria	21/05/2019	
RunSebRun	21/05/2019	
TOURNESOL Jack	19/05/2019 19/04/2019	2
Utrail	15/05/2019	
Ultra SEP	13/05/2019 12/05/2019 08/03/2019	3
Fournier Cédric	12/05/2019	
Mr Pro Verbe	07/05/2019	

Dachicourt Laurent	06/05/2019 01/05/2019 17/04/2019	3
YanMi C	30/04/2019 6/03/2019	2
Black Cab VTC Chauffeur	25/05/2019	
Auvergne Rhône-Alpes 🌸	18/04/2019	
Auvergne Tourisme 🌸	18/04/2019 27/03/2019	2
Agglo Riom Limagne et Volcans	17/04/2019 03/04/2019	2
Arnaud JOBARD	27/03/2019 07/03/2019	2
Aim'Rock Jaune&Bleu!	27/03/2019	
Céline Piquet	26/03/2019	
Carole_Brx	25/03/2019	
Carré Noir 3 Plus	11/03/2019	

INSTAGRAM

Mentions

Nom du compte	Date	Nombre de publication
mayayooxigeno	06/06/2019	7 (2 le 30 et 31)
	05/06/2019	
	04/06/2019	
	31/05/2019	
	30/05/2019	
	28/05/2019	
malicyel	05/06/2019	2
	02/06/2019	
un.caillou_qui.court	05/06/2019	3
	01/06/2019	
	28/05/2019	
trailrunningmag	04/06/2019	2
	31/05/2019	
volvic.uk	04/06/2019	
j.peux.pas.j.ai.running	04/06/2019	5 (2 le 1)
	01/06/2019	
	30/05/2019	
	27/05/2019	
beardiful_ludo	04/06/2019	4
	31/05/2019	
	31/05/2019	
	30/05/2019	
fscarabe	04/06/2019	
peigneeverticale	04/06/2019	2
	01/06/2019	
caenrunners	03/06/2019	
fraysty	03/06/2019	
trektrailtri	03/06/2019	2
	02/06/2019	
babelvoyages	03/06/2019	
pedrojosehernandezsanchez	03/06/2019	
bouche_cassandra	03/06/2019	
festival europavox	03/06/2019	
eva.rmartos	03/06/2019	
mikael_vrtz	02/06/2019	
ellegasim	02/06/2019	
sophie_swim_fitness	02/06/2019	
le_coach_frenchy	02/06/2019	
teloping	02/06/2019	
nicolas.planchot44	02/06/2019	
aleksandre_trail_run	02/06/2019	2
	27/05/2019	

cecilebertinrun fitfun	02/06/2019 31/05/2019 30/05/2019	3
victor_runtrail	02/06/2019 01/06/2019 29/05/2019 27/05/2019	4
volvicasia	02/06/2019	
fabgbc	02/06/2019	2 (le même jour)
labilliz	02/06/2019 30/05/2019 25/05/2019	3
royoann	02/06/2019 30/05/2019	2
paulatina_mente	02/06/2019 31/05/2019 30/05/2019	3
ultra.sep	02/06/2019	
altrun_	02/06/2019 01/06/2019 01/06/2019	3
naruda_run	01/06/2019	
outdoorandnews	01/06/2019 31/05/2019 31/05/2019 30/05/2019	4
ophelie_bns	01/06/2019	
odalix_14	01/06/2019	
petitfuteclermontauvergne	01/06/2019	2 (le même jour)
ritchibrunel	01/06/2019	
joshuateys	01/06/2019	
minuitmusic	01/06/2019	
mamafreude_fitness	01/06/2019 24/05/2019	2
ubicell	01/06/2019	2 (le même jour)
ville_de_volvic	01/06/2019 31/05/2019 31/05/2019	3
marion_sbr	01/06/2019	
elodiegf	01/06/2019	
sendra_clement	01/06/2019 30/05/2019 28/05/2019 27/05/2019 22/05/2019	5
terredolivier	01/06/2019	
vpfabfitness	01/06/2019 31/05/2019	2
leanne_szeto	01/06/2019	
chris_vitalmag	01/06/2019 30/05/2019 27/05/2019	3
moorgaane	01/06/2019	

nikitabou	01/06/2019	
rct_bdlc	01/06/2019	
m_dadou	01/06/2019	
cla.run	01/06/2019 30/05/2019 29/05/2019 28/05/2019 27/05/2019 23/05/2019	6
math_run_bordeaux	01/06/2019	
benjamin_nourri_officiel	01/06/2019	
bordo.laise	01/06/2019 31/05/2019 29/05/2019	4 (2 le 31)
hetreenforez	31/05/2019	
aie_pepitaaa	31/05/2019	
crazyblondierun	31/05/2019	
octopusrunner	31/05/2019 27/05/2019	2
christophe.wondertrail	31/05/2019	2
hugo_peyrelade	31/05/2019	
wonder_waste_woman	31/05/2019 30/05/2019 29/05/2019 27/05/2019	6 (2 le 31 + 2 le 30)
antoine.cp	31/05/2019	
mathilde_hst	31/05/2019	
cedric_masip	31/05/2019	3 (le même jour)
oxsitis	31/05/2019	
valoufoto	31/05/2019	
ultratrailworldtour	31/05/2019	
vishnoufromparis	31/05/2019	
dudu_de_moncul	31/05/2019 30/05/2019	2
foutrak	31/05/2019 27/05/2019	3 (2 le 31)
wazoo63	31/05/2019	
m.d0403_	31/05/2019	
flosnl	31/05/2019 30/05/2019	2
theatritralish	31/05/2019	
wondertrail.fr	31/05/2019	
tom_fnier_running	31/05/2019 30/05/2019	2
leviedechartre	31/05/2019	
abc.delphine	31/05/2019	
marsu11	31/05/2019	
leaticia.theodore	31/05/2019	3 (le même jour)
crumleye	31/05/2019	
qlf.magazine	31/05/2019 28/05/2019	2
athletics.weekly	31/05/2019 30/05/2019	2

orelien_nitram	31/05/2019	
volvic.fr	31/05/2019 30/05/2019 29/05/2019	3
marina.barthe	31/05/2019	
danibali	30/05/2019	
trail.with.jeff	30/05/2019 29/05/2019 24/05/2019 23/05/2019	4
ange.michelin	30/05/2019	
theatritralisch	30/05/2019	
david_run_run	30/05/2019	
motivbouge	30/05/2019	
thomrunner63	30/05/2019	
thomasthomas.lg	30/05/2019 29/05/2019	2
lespetitescarottesceramique	30/05/2019	
royatonic	30/05/2019	
2kidsand2dogs	29/05/2019	
les_saveurs_de_la_terre	29/05/2019	
distancesplus	29/05/2019	
auvergnetourisme	29/05/2019	
itra_trail	29/05/2019	
utpmatom15	29/05/2019	
rlv.agglo	29/05/2019	
fisioterapiapaulabueno	29/05/2019	
happyplantes	28/05/2019	
runcollect	28/05/2019	
nad_la_gazelle	28/05/2019 23/05/2019	2
arnaudjaillard	28/05/2019	
greg_runner	27/05/2019	
alizalbert90	27/05/2019	
denis_ruetsch	27/05/2019 23/04/2019	3 (2 le 23)
aurelie.bes	25/05/2019	
gay.antho	25/05/2019	2 (le même jour)
aupa.agence	25/05/2019	