



Lannemezan/Sainte Croix Volvestre/L'Isle Jourdain/ 120 km

Une drôle d'étape.

Une épreuve sportive empruntant la voie publique est soumise à autorisation préfectorale. Il y a la règle et l'interprétation de la règle. Il y a des courses dont la distance est inférieure ou supérieure à celle d'un marathon. Il en découle des conditions d'organisation et de sécurité différentes. En considérant que chaque coureur parcourt moins d'un marathon chaque jour (en moyenne 25 km), la France en Courant a profité à tort ou à raison d'une lecture qui lui était favorable et facilitait son organisation. Depuis 23 ans et cette année par tous les départements traversés c'est cette lecture qui a été retenue sauf par l'Ariège. En effet, les services de la Préfecture de l'Ariège ont considéré que la distance parcourue par jour et par équipe était supérieure à celle d'un marathon. Pour satisfaire ces exigences nouvelles la FEC n'avait que quelques jours et a renoncé à traverser en courant ce beau département.

Le départ

Une petite grasse matinée a été accordée à tous les coureurs et le départ de Lannemezan a été donné à 4 heures. Au lieu de partir pour Sainte Croix Volvestre directement, un arrêt s'est

imposé au village de Portet d'Aspet juste avant d'entrer en Ariège. Mais avant il fallait franchir le col de Portet d'Aspet à 1069 m.



La demi-étape

Puisque la course était neutralisée, tout le monde est remonté dans les véhicules jusqu'à la demi-étape. Monsieur Jean Doussin, Maire de Sainte Croix Volvestre, a accueilli l'ensemble de la caravane au stade municipal. Un buffet copieux a été servi. Nous étions toujours en territoire interdit et de ce fait nous avons été contraints d'effectuer le départ 3 km plus loin dans le département de la Haute Garonne



L'arrivée à L'Isle Jourdain.

C'est à la base de loisirs que le village a été dressé. Y étaient attendus les coureurs de l'étape et en particulier 10 coureurs du club Splach Athlé de l'Isle Jourdain menés par leur capitaine Jean François Paquet.



L'après midi a été animée par la chorale polyphonie gasconne de Sava a Gimona, composée de 25 chanteurs.



Monsieur Bertrand Lahille, adjoint aux sports nous a souhaité la bienvenue et nous a rappelé la maxime de la ville : « Accueillante et fidèle »





La base de loisirs transformée en accueil de bel canto, de sportifs et de bénévoles enthousiastes a réuni le podium le plus imposant vu à ce jour à la FEC. Ce n'est pas de coutume de présenter un podium chantant, ce fut le cas aujourd'hui avec la présence de cette importante chorale occitane.



Lu sur le mémorial de Casartelli au pied du Portet d'Aspet.

L'heure s'enfuit
La vie s'arrête
La gloire reluit

À méditer

Les Dédés se plantent.

Les Dédé sont au fossé. Plus de peur que de mal. Des autochtones Jean Martinez et son épouse Mireille leur ont porté assistance pour les sortir du pétrin et en plus leur ont offert l'apéritif.

Le Dédé se fâche !

A la cantine de Micheline installée à Pouy de Touges, Dédé voulant téléphoner, se fâche en disant : « il y en a marre de ce soleil, je ne vois rien sur mon écran, vivement que la pluie revienne !

La cryothérapie.

C'est à la mode, ça fait du bien là où l'on a mal, c'est gratuit mais c'est froid. Tout le monde n'a pas eu le

courage de se plonger dans l'eau et pour les coureuses de petite taille l'eau glacée montait très haut.

7ème ETAPE du 21 JUILLET 2012			
		130,000	KM
Place	EQUIPE	TEMPS	Moyennes
1	Back Europ Mizun	9:13:38	14,089
2	Riou Glass Free Run	9:55:45	13,093
3	EPIDE	10:02:43	12,941
4	DIVO	10:40:46	12,173
5	Conseil Général de l'Eure	10:51:47	11,967
6	Courir pour la Vie Courir pour Curie	11:04:50	11,732
Place	Classement Général	TEMPS TOTAL	Moyennes Générale
Km parcourus depuis le départ		1274,500	KM
1	Back Europ Mizun	86:29:01	14,737
2	Riou Glass Free Run	91:50:04	13,878
3	EPIDE	102:10:35	12,474
4	DIVO	102:21:15	12,452
5	Conseil Général de l'Eure	102:24:09	12,446
6	Courir pour la Vie Courir pour Curie	106:25:21	11,976

AH QUE LA FRANCE EST BELLE !

LAUNAC (31) : 175 m - 1248 hab. (Launacois). Eglise St Etienne construite en 1873. Halle de 1850. Château

GRENADE (31) : 115 m 7752 hab. (Grenadains). Eglise Notre Dame de l'Assomption (1376) restaurée au 15^e s. Halle Jean Moulin du 15^e s ; c'est la plus grande et la plus vieille halle de France. Ancien couvent des Ursulines.



5 et 10 Km de Grenade le 02.06.2012

VILLAUDRIC (31) : 139 m - 1396 hab. (Villaudricains). Caves médiévales et château du 17^e s.

VILLEMUR SUR TARN (31) : 99 m - 5476 hab. (Villemuriens). Grenier du Roy. Tour de défense.



La Course des Rois 5 et 10 Km le 15.01.2012

RABASTENS (81) : 120 m - 4965 hab. (Rabastinois). Hôtel de

Ville, ancien prieuré, tourelle du 16^e s. Musée du Pays Rabastinois. Notre Dame du Bourg.



Rabastens

LISLE SUR TARN (81) : 117 m - 4226 hab (Lislois). Le véritable patrimoine de ce village réside dans son tracé de rues disposées perpendiculairement de manière régulière. Sa place centrale est la plus vaste des bastides du Sud-Ouest.



Trail des vignes et coteaux lislois 5-10 et 22 Km le 01.07.2012

GAILLAC (81) : 140 m 13164 hab. (Gaillacois) Abbaye St Michel du 10^e s. en partie reconstruite en 1271.



Abbaye St Michel

Château de Foucaud transformé en Musée des Beaux-arts.

L'expression « Se perdre entre Gaillac et Rabastens » est utilisée dans le Sud-Ouest de la France pour désigner l'état d'ébriété d'une personne.

Vignoble de Gaillac.



La sortie du Gaillac primeur 50 à 55 Km en 3 étapes le 18.11.2012

CASTELNAU DE MONTMIRAIL (81) :
Un des plus beaux villages de France
276 m - 950 hab.



Place des arcades avec son pilori. Eglise Notre Dame de l'Assomption. Plusieurs souterrains refuge.

PUYCELCI (81) :

Un des plus beaux villages de France

280 m - 488 hab. (Puycelciens). Remparts du 14^e s. Chapelle St Roch (1703). Château des capitaines-gouverneurs (15^e s.).



Château des capitaines-gouverneurs

Nombreuses maisons des 15^e et 16^e s. dont la mairie.

LARROQUE (81) :

140 m - 172 hab. (Roucanels). Château des sœurs Tolosanie.



Les 10 Km de Larroque le 02.09.2012

BRUNIQUEL (81) :

Un des plus beaux villages de France

174 m - 594 hab. (Bruniquelais). Petit village médiéval du Quercy dont les châteaux surplombent l'Aveyron.



La grotte de Bruniquel découverte en 1982 a livré des traces d'activité humaine en milieu souterrain, probablement très anciennes (environ -47600 ans).

SEPTFONDS (82) :

170 m - 2116 hab. (Septfontois). 15 dolmens sont recensés sur la commune.



La Ronde de Septfonds 5,6 et 10,6 Km le 19.08.2012

CAYRIECH (82) :

150 m - 264 hab. (Cayriéchois). Eglise mentionnée pour la première fois en 1400. Moulin de Monèla.

MONTEILS (82) :

121 m - 1300 hab. (Monteillais). Eglise St Jean Baptiste du 12^e s. à architecture romane (style rare dans la région). Trois moulins à eau - Deux lavoirs - Trois calvaires.

CAUSSADE (82) :

110 m - 6547 hab. (Caussadais) Caussade est surnommée « La cité du chapeau » en raison de sa grande tradition chapelière avec en particulier le chapeau de paille, le fameux canotier.

Eglise Notre Dame de l'Assomption (16^e s.) et son clocher haut de 54 m



Anciennes demeures des 13^e-17^e et 18^e s. Parc de la Lère.



Poule noire de Caussade



Semi-marathon le 04.03.2012.



Chapeau de paille de Caussade