

**\* TRAIL VOLX EN COURSE - 18 Septembre - 14e édition**

VOLX – 12,7 Km et 8 Km – 9h30.

Parcours en collines sur les hauteurs de Volx, paysages variés, course nature sur pistes et sentiers avec un dénivelé de 470 m pour le 12,7km et un faible dénivelé pour le 8 km. 10€ (+ 2€ sur place. Limité à 250 coureurs.

Association VOLX EN COURSE Mairie - 04130 VOLX

06 19 66 04 09 [olivier.sollazzini@wanadoo.fr](mailto:olivier.sollazzini@wanadoo.fr) [www.courirenfrance](http://www.courirenfrance) (inscriptions) [www.volxencourse.fr](http://www.volxencourse.fr)

**\* LA GAMBADE ESCALAISE – 25 Septembre – 20e édition**

L'ESCALE – Semi-Marathon - 11 Km, 5 Km, 3 Km, 1,5 Km et 300 m – De 10h à 11h30

Parcours plat sans difficulté au bord du lac sur les communes de Château-Arnoux, Volonne et L'Escale.

Super challenge FSGT. 15€, 10€ et 6€ + 3€ sur place. Gratuit pour les enfants. Limité à 250

Marc BEVILACQUA et Franck GHISALBERTI

A.S Déclic 04 14 Montée des Oliviers 04160 L'ESCALE

06 80 02 26 23 Fax : 04 92 64 23 39 [tcdeclic04@gmail.com](mailto:tcdeclic04@gmail.com) [www.lagambadescalaise.fr](http://www.lagambadescalaise.fr)

**\* TRAIL DU COUSSON – 9 octobre – 9e édition**

DIGNE LES BAINS – 45 Km, 30 Km et 11Km – 9h, 10h et 11h

Parcours au cœur de la Réserve Géologique de Hte Provence à travers sous-bois, crêtes et terres noires.

Challenge Trails de Provence. Dès 15€. Pas d'inscription sur place. Limité à 300 (45/30 km) et 200 (11 km).

Grégory CATUS - Association Athl'étique

550 rue Maurice Ravel 83 370 SAINT AYGULF

06 79 06 62 91 [contact@trailducousson.fr](mailto:contact@trailducousson.fr) [www.trailducousson.fr](http://www.trailducousson.fr)

**SEMI-MARATHON DE DIGNE – 23 Octobre – 1ère édition**

DIGNE LES BAINS – 21 Km – 10h

Parcours en boucle. Limité à 250 inscrits. 5€ licenciés FFA, 15€, non licenciés (+5€ sur place).

Athlétic Club Digne les Bains

BP 27 Stade Jean Roland 04000 DIGNE LES BAINS

07 78 38 21 61 [ac.dignelesbains@gmail.com](mailto:ac.dignelesbains@gmail.com) [acdigne.org](http://acdigne.org)

**\* CROSS DES VANNADES – 5 Novembre - 4e édition**

MANOSQUE – De 800 m à 9,070 Km – Dès 10h

Autour du lac des Vannades

EPM Athlétisme

Stade Adrien Gilly BP 80128 – 04101 MANOSQUE Cedex

06 25 16 36 61 [manosque-athle@sfr.fr](mailto:manosque-athle@sfr.fr) [manosque.athle.com](http://manosque.athle.com)

**\* TRAIL DES COLLINES DE GIONO – 20 Novembre – 4e édition**

MANOSQUE – 26 Km et 13 Km – 8h30 et 10h

Parcours sur les collines manosquines.

23€ et 15€, 5€ de plus sur place. Limité à 250 coureurs sur chaque parcours.

Isabelle MAGNAN et Gilles CHICHEREAU

EPM Athlétisme Stade Adrien Gilly BP 128

04101 MANOSQUE

[trailedmanosque@gmail.com](mailto:trailedmanosque@gmail.com) [trailedscollinesdegiono.fr](http://trailedscollinesdegiono.fr)

**\* CROSS DE L'A.C DIGNE – 4 Décembre – 35e édition**

DIGNE LES BAINS – 9,7 Km et de 1,3 à 5 Km – De 11h à 13h15

Sur le stade Valadier, parcours sur terrains souples et herbeux autour du plan d'eau de Gaubert.

ATHLETIC CLUB DIGNE LES BAINS

BP 27 Stade Jean Roland 04000 DIGNE LES BAINS

07 78 38 21 61 [ac.dignelesbains@gmail.com](mailto:ac.dignelesbains@gmail.com) [acdigne.org](http://acdigne.org)

**\* FOULEE DE NOEL – 10 Décembre – 15e édition**

ORAISON – 10,5 Km, 3 Km et 1 Km – Dès 9h30.

Terrains variés, goudron, pistes et chemin. Départ et arrivée au centre du village.

Circuit d'une seule boucle. 10€ et 15€ sur place. Limité à 750.

Guillaume MARIOTTE

La Foulée 22, rue Paul Jean 04700 ORAISON

06 30 73 25 79 [lafouleedenoe@gmail.com](mailto:lafouleedenoe@gmail.com) [www.lafouleedenoe.org](http://www.lafouleedenoe.org)



# CALENDRIER 2016

## DES COURSES HORS STADE 04

Site de la CDCHS 04 : [www.cdchs04.fr](http://www.cdchs04.fr)

Contacts : Michel MANE [michel.mane@wanadoo.fr](mailto:michel.mane@wanadoo.fr)

Aimé ARNAUD [aimearnaud@sfr.fr](mailto:aimearnaud@sfr.fr)

### Catégories :

**Poussin** : 2005/2006

**Benjamin** : 2003/2004

**Minime** : 2001/2002

**Cadet** : 1999/2000

**Junior** : 1997/1998

**Espoir** : 1994/1996

**Senior** : 1977/1993

**Vétéran 1** : 1967/1976

**Vétéran 2** : 1957/1966

**Vétéran 3** : 1947/1956

**Vétéran 4** : 1946 et avant



**\* SNOW TRAIL UBAYE SALOMON – 14 Février – 7e édition**

SAINT PAUL SUR UBAYE – 22 Km et 9 Km – 10h30 et 11h

Course sur neige sur le site nordique avec passage à Fouillouse (1900 m). De 10 à 25€ selon parcours. Pas d'inscription sur place. Gratuit pour les femmes. Limité à 800. Challenge des Trails de Provence

Aimé ARNAUD ACBU à la CCVU

4 avenue des 3 frères Arnaud 04400 BARCELONNETTE

06 86 14 69 11 ou 06 17 20 35 64 Fax : 04 92 81 51 67

[info@ubaye-trail.fr](mailto:info@ubaye-trail.fr) [www.snowtrailubayesalomon.com](http://www.snowtrailubayesalomon.com)

**\* TRAIL DE L'ESCALO – 26 et 27 Mars – 10e édition**

L'ESCALO – 25 Km, 10 Km, 5 Km et 2 Km + Marche 9 Km – Dès 8h pour les marcheurs, 8h30, 9h30, 10h et 10h30 pour les coureurs. Parcours sur sentiers et chemins de montagne. Challenge des Trails de Provence

et Super Challenge FSGT. 20€ (25km) et 15€ (10km), 6€ (5km), 3€ (marcheurs), gratuit (2 Km).

Marc BEVILACQUA et Franck GHISALBERTI

A.S Déclic 04 14 Montée des Oliviers 04160 L'ESCALE

06 80 02 26 23 (Marc) Fax : 04 92 64 23 39 [tcdeclic04@gmail.com](mailto:tcdeclic04@gmail.com) [www.traildelescalo.fr](http://www.traildelescalo.fr)

**\* LA VILONOVO – 3 Avril – 24e édition**

VILLENEUVE – 500 m, 1 Km et 10,5 Km – Dès 9h30

Course sur route, chemins et sentiers après une boucle dans le village avec 190 m de dénivelé.

7€ avant le 25/03/16 et 11€ sur place. Limité à 350 coureurs.

Jean-Marie SEMINI Comité des fêtes de Villeneuve

12 Le Coulet 04180 VILLENEUVE

06 34 38 14 67 [jean-marie.semini@orange.fr](mailto:jean-marie.semini@orange.fr) [www.vilonovo.fr](http://www.vilonovo.fr)

**\* LA BLEON'AISE TRAIL – 8 Mai 2016 – 3e édition**

LA JAVIE – 13 Km et 18 Km – 9h et 9h30

Autours des villages de Haute Bléone, en pleine réserve géologique, sur pistes, sentiers à travers alpages ou sous bois, des paysages renversants et époustouffants, 100% nature, dépaysement assuré. 15€ et 17€ sur place. Limité à 300 participants.

UFOLEP 04

9 chemin des Alpilles BP 9049 04001 DIGNE-LES-BAINS

06 98 19 12 86 [www.duathtrailenhautebleone.sitew.fr](http://www.duathtrailenhautebleone.sitew.fr) [sabine.auzet@laligue-alpesdusud.org](mailto:sabine.auzet@laligue-alpesdusud.org)

\* Courses ayant déjà obtenu un avis favorable de la CDCHS 04

**\* TRAIL DE HAUTE PROVENCE – 21 et 22 Mai – 3e édition**

FORCALQUIER – 78 Km (relais à 2 ou solo), 47 Km et 27 Km, le 21 Mai, à 6h, 8h et 10h  
16 Km et 8 Km (course solidaire), ouverts à la marche nordique, le 22 Mai, à 9h et 10h

Beaux, techniques, rapides et exigeants, 100% nature, 200% plaisir. Parcours à travers les paysages splendides de Hte Provence, avec l'ascension de la montagne de Lure. De 10 à 70€ en fonction des dates et parcours.

**OUTDOOR EVENTS IN PROVENCE**

8 avenue Eugène Bernard 04300 FORCALQUIER

06 50 99 46 10 ou 06 74 71 35 23 [contact@traildehauteprovence.com](mailto:contact@traildehauteprovence.com) [www.traildehauteprovence.com](http://www.traildehauteprovence.com)

**\* KILOMETRE VERTICAL DU BLAYEUL – 29 Mai – 3e édition**

VERDACHES – 3 Km – A partir de 10h

Ascension sèche du Blayeul en contre la montre individuel. Arrivée au sommet. 12€ et 14€ sur place.

**Frédéric ROYER Organicoach**

6 rue de la Boudousque 04000 DIGNE LES BAINS

06 82 69 48 16 [fred.royer52@hotmail.fr](mailto:fred.royer52@hotmail.fr) [www.organicoach.fr](http://www.organicoach.fr)

**\* TRAIL DE ST GENIEZ – 5 Juin – 8e édition**

SAINT GENIEZ – 20 Km, 14 Km et 8 Km – 9h

Autour du village de St Geniez et d'Authon, sur sentiers et chemins en crête ou sous-bois jusqu'au sommet du Trainon. Inscription de 8 à 14€ (+ 3€ sur place). Repas traiteur bio local. Limité à 250 coureurs.

**Foyer Rural Cytise**

Le village 04200 SAINT-GENIEZ

[cytise-association@live.fr](mailto:cytise-association@live.fr) [fr.cytise.fr](http://fr.cytise.fr)

**\* LA SAINTPONNAISE – 12 Juin – 4e édition**

SAINT PONS – 11 Km – 10h

Course nature en sous-bois et traversées de routes, deux boucles de 5,5 Km.

Inscription de 15€. Limité à 150 coureurs.

Association Les Dansaires Mairie 04400 SAINT-PONS

04 92 81 09 25 [mairie-saintpons-ubaye@orange.fr](mailto:mairie-saintpons-ubaye@orange.fr)

**\* L'EFFORT VAUBAN – 19 Juin – 6e édition**

SEYNE LES ALPES – 23 Km – 12 km - 8h30 – 10h

Autour du village, course nature en terrains variés. Arrivée au fort Vauban. **Challenges départemental des pompiers et du Canton de Seyne. Super challenge FSGT. Courses enfants.** 10€, 15€. (+ 3€ sur place) Limité à 250 coureurs.

Gilbert MATHIEU Union Sportive de la Blanche

Maison des Jeunes Quartier Faubourg 04140 SEYNE LES ALPES

04 92 34 86 07 ou 06 03 06 19 76 [contact@usbseyne.com](mailto:contact@usbseyne.com) [www.usbseyne.com](http://www.usbseyne.com) [www.courirenfrance.com](http://www.courirenfrance.com) (inscriptions)

**\* LA PRADSIKIME – 25 Juin – 3e édition**

PRADS HAUTE BLEONE – 3,5 Km – 10h

Kilomètre vertical contre la montre au départ du village de Prads à 1045 m.

Arrivée au plateau de la Chau par la crête à 2045m. 8€ puis 12€ sur place.

Xavier CHAUSSEGROS Entente Sportive de Haute Bléone

La Cluse 04420 LA JAVIE

06 81 59 34 55 [chausegrosxavier@yahoo.fr](mailto:chausegrosxavier@yahoo.fr) [www.ententesportivehautebleone.com](http://www.ententesportivehautebleone.com)

**\* LES 3 PATURAGES – 26 Juin – 4e édition**

PRADS HAUTE BLEONE – 25 et 12 Km – 9h et 10h

Montée dans les bois puis traversée de trois pâturages très sauvages avec d'ancestrales cabanes de bergers sur 20 km. Descente dans les sous-bois bordés de mousse. A partir de 16€ et jusqu'à 22€ sur place.

Xavier CHAUSSEGROS Entente Sportive de Haute Bléone La Cluse 04420 LA JAVIE

06 81 59 34 55 [chausegrosxavier@yahoo.fr](mailto:chausegrosxavier@yahoo.fr) [www.ententesportivehautebleone.com](http://www.ententesportivehautebleone.com)

**TRAIL DES LAVANDES – 3 Juillet – 1ère édition**

ENTREVENNES – 12 et 22 Km – 8h30 et 8h45

Parcours vallonné en colline sur les hauteurs d'Entrevennes. 10 et 15€ (+3€ sur place)

Comité des fêtes ANIM' ACTIONS

[robert.viaux@hotmail.fr](mailto:robert.viaux@hotmail.fr) 06 30 51 60 61 [entrevennes.animactions@gmail.com](mailto:entrevennes.animactions@gmail.com) 06 88 31 28 13

**NOCTURNE VOLONNAISE – 9 Juillet – 1ère édition**

VOLONNE – 10 Km – 21h

Course nature en nocturne Lampe frontale obligatoire. 15€ et 20€ sur place. Buffet et lots divers

Marc BEVILACQUA et Franck GHISALBERTI

A.S Délic 04 14 Montée des Oliviers 04160 L'ESCALE

06 80 02 26 23 Fax : 04 92 64 23 39 [tcdeclic04@gmail.com](mailto:tcdeclic04@gmail.com) [Site web : en cours](http://Site web : en cours)

**\* ASCENSION DU COL DES CHAMPS – 14 Juillet – 28e édition**

COLMARS LES ALPES – 12.6 Km – 9h30

Ascension du COL des CHAMPS entre Mèlèzes et Crêtes.

Départ Pont de la Lance – Arrivée Sommet du Col des Champs. Dénivelé : 850m. Inscription : 10€.

Organisée par l'O.M.S.L – Colmars Les Alpes

Mairie 04370 COLMARS LES ALPES

Inscription Office de tourisme : 04 92 83 41 92 [colmarslesalpes@wanadoo.fr](mailto:colmarslesalpes@wanadoo.fr)

**\* TRAIL NOCTURNE DE CORBIERES – 16 Juillet – 8e édition**

CORBIERES – 13 Km – 21h30

1 Km dans le village et 12 Km en colline. 15€ avec cadeaux et 20€ sur place sans cadeaux. Limité à 350 coureurs.

Animations Festives et Sportives Corbièraines

Rue Grande La Mairie – 04220 CORBIERES 06 84 51 57 05 [trail.nocturne@gmail.com](mailto:trail.nocturne@gmail.com)

**\* LA GRANDE TRAVERSEE DES MELEZES DU MERCANTOUR – 24 Juillet – 14e édition**

HAUT VERDON VAL D'ALLOS – 46 Km – 28 Km – 7h30 et 9h

Trail sur sentiers dans le parc du Mercantour. 35€ et 30€. Pas d'inscription sur place. Limité à 500 coureurs.

Organisée en alternance avec le Trail du Val d'Allos. Inscrite au Challenge des Trails de Provence.

Yvon LE CHALONY Courir en Haut Verdon

O.I.S Maison de Pays 04370 BEAUVEZER

04 92 83 96 10 [contact@traildesmelezes.fr](mailto:contact@traildesmelezes.fr) [www.traildesmelezes.fr](http://www.traildesmelezes.fr)

**\* UBAYE TRAIL SALOMON – 7 Août – 12e édition**

BARCELONNETTE – 42 Km, 23 Km et 12 Km – 8h, 9h et 9h10

Circuits en boucle, profils alpins, franches montées et descentes techniques. De 15 à 35€ selon la course. Limité à 1 500. Challenge Trails de Provence et Salomon/Over the Mountain Running Challenge 2016.

Aimé ARNAUD ACBU

CCVU 4 avenue des 3 frères Arnaud 04400 BARCELONNETTE

06 86 14 69 11 ou 06 17 20 35 64 Fax : 04 92 81 51 67 [info@ubaye-trail.fr](mailto:info@ubaye-trail.fr) [www.trailubayesalomon.com](http://www.trailubayesalomon.com)

**\* TRAIL DE DORMILLOUSE – 14 août – 5e édition**

MONTCLAR – 41 Km, 24 Km et 10 Km – 8h et 10h

Sur pistes forestières, chemins et alpages. Le 24 et le 41km permettent de faire le tour de Dormillouse avec vue sur Serre-Ponçon, l'Ubaye et la Blanche. Limité à 400 coureurs. 16 à 26€ (repas compris). + 3€ sur place

Super challenge FSGT et Challenge du Canton de Seyne. Trail Kids.

Gilbert MATHIEU Union Sportive de la Blanche

Maison des jeunes Quartier Faubourg 04140 SEYNE LES ALPES 04 92 34 86 07 ou 06 03 06 19 76

[contact@usbseyne.com](mailto:contact@usbseyne.com) [www.usbseyne.com](http://www.usbseyne.com) (info) [www.courirenfrance.com](http://www.courirenfrance.com) (inscriptions)

**TRAIL RESTEFOND - LA BONETTE – 21 Août - 1ère édition**

JAUSIERS – 20 Km – 8h

Ascension vers la plus haute route d'Europe sur pistes et route de montagne. 1350 de dénivelé + 15€ avant le 30 mai puis 20€. Limité à 300 coureurs.

MAIRIE Square Séola Arnaud 14 av. des Mexicains 04850 JAUSIERS

06 84 18 78 05 [trailderestefondlabonette@gmail.com](mailto:trailderestefondlabonette@gmail.com) [letrail.wix.com/restefondlabonette](http://letrail.wix.com/restefondlabonette)

**\* LA BELLE A LURE - 27 Août - 7e édition**

CHATEAUNEUF-MIRAVAIL – 24 Km et 13 Km – 9h15 et 10h15

Panorama 100% nature, pistes et sentiers de rando, sous-bois sous les contreforts et en crête de la montagne de Lure.

Challenge Endurance Shop. Limité à 250 coureurs. Aucune inscription sur place.

Comité des Fêtes de Châteauneuf-Miravail

Chez Mme MARTINOD Hameau de Lange 04200 CHATEAUNEUF-MIRAVAIL

06 28 33 43 03 Fax : 04 13 33 21 35 [cdf.chateauneuf.miravail@gmail.com](mailto:cdf.chateauneuf.miravail@gmail.com) [www.cdf-chateauneuf-miravail.fr](http://www.cdf-chateauneuf-miravail.fr)









