

Le mag des sports nature...

Bimestriel

100%
GRATUIT

ENDORPHINMAG

N°28 Novembre / Décembre - 2014

.fr



- DOSSIER SPECIAL -

COURSES

ARWC Ecuador Huairasinchi
Raid International de Gaspésie

Raid normand dont l'ITW de Pascal Leblay
Ultra Raid de la Meije
Valmotivée
Raid du Bassin Minier
Brasil Ride
Amalfi Coast Trail
SoMad Torcy

Interview

Pauline Carré du team Cap Opale
Laetitia Génitoni jeune raideuse
Charlotte Bonnet et Stéphanie Buisson
sur Pop in The City

SANTE FORME

TESTS

Pas de perf sans stress
Energie des laboratoires Bimont
Huiles essentielles Lumière Paris Elysées

HL40 Lampe Frontale FEREL
Le Dico du Running
Lacets Freelace
Textiles INKnBURN
Produits Wowow : gants, tour de tête, réflecteur led
Manchettes Raid Quechua
Brassière sport Anita Dynamix star
Perfect - Led
Garmin Forerunner 220
Feet-Kayak

CANICROSS

Championnat d'Europe Dryland
Calendrier FFST



NEWS FLASH
A Lire... Pages 6 à 11



Ultra Trail à Angkor - janvier 2016

Nous allons lancer en janvier 2016 un Ultra Trail à Angkor sur le site archéologique de Siem Reap, classé au patrimoine mondial de l'UNESCO.

L'Ultra fera 128 km et comme cela se fait souvent 3 autres compétitions seront organisées :

- 32 km Marche Nordique
- Trail de 32 km
- Trail de 64 Km.

Et contrairement aux Foulées de la Soie, nous n'aurons pas de limite de coureurs et sur place, et 250 bénévoles seront nécessaires. Une recherche de sponsoring est déjà commencé et l'ex-équipe médicale du DAKAR Automobile qui médicalise les FDS depuis 20 ans nous suivent dans cette nouvelle aventure.

Si courir ou marcher était notre seul but, nous passerions à côté de moments inoubliables !

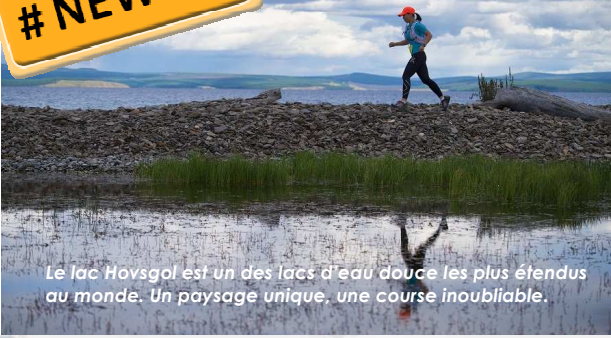
Les foulées de la soie en Indonésie - août 2015

2015 sera l'année de l'Indonésie pour SDPO, le pays du sourire !

Durant le mois d'août, vous avez pu suivre sur notre nouveau site notre voyage de repérage en Indonésie, destiné à préparer la 20ème édition des Foulées de la Soie programmée en août 2015. Ce programme a été construit pour vous faire découvrir les plus beaux endroits des 2 joyaux sélectionnés par notre organisation : JAVA et BALI. La richesse et la variété de ces parcours, nous avons pu vous les faire partager au jour le jour à travers notre récit et nos coups de cœur découverts sur place. Mais la réalité du terrain (les transferts qui peuvent être longs, l'hôtellerie locale non adaptée aux groupes) nous oblige à modifier la déclinaison de notre programme initial. Eu égard aux contraintes, nous avons du faire un choix : nous éloigner des volcans sur JAVA et densifier nos courses à travers les plus belles rizières de BALI dont certaines figurent sur la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO. Ce nouveau tracé permettra au plus grand nombre de profiter des charmes conjugués de JAVA et de BALI. Infos sur <http://sdpo.com/epreuves-pas-commes-les-autres/lorigine-foulees-soie/les-foulees-soie-en-indonesie/>



Courir sur les terres de Gengis Khan - août 2015



Le lac Hovsgol est un des lacs d'eau douce les plus étendus au monde. Un paysage unique, une course inoubliable.



La course à pied en Mongolie : chevaux sauvages, nature préservée, montagnes impressionnantes.



Pittoresques camps autour du lac, les participants dorment dans les yourtes mongoles traditionnelles

Les inscriptions pour la 17^{ème} édition du « **Mongolia Sunrise to Sunset** », courses de 42 km et 100 km ultra qui prendront place en août 2015, sont ouvertes !

Les coureurs à la recherche d'aventure peuvent s'inscrire pour cette expérience unique sur www.ms2s.org.

Des coureurs provenant de 13 différents pays ont participé à cette course en 2014. Avec un nouveau record établi pour le 42 km. *Mongolie (le 13 octobre 2014) - Chevaux, yaks et champs de fleurs sauvages* Le « **Mongolia Sunrise to Sunset** », courses de 42 km et 100 Km ultra, offre aux participants une spectaculaire étendue sauvage. « C'est une des courses les plus isolées au monde. Le fait que la nature soit intacte dans le Parc national Hovsgol est l'une des raisons qui poussent nos participants à considérer le « **Mongolia Sunrise to Sunset** » comme le plus beau 100 km au monde », explique le directeur de la course Nicolas Musy. Les participants courront au bord du majestueux lac Hovsgol dans le Nord de la Mongolie, traverseront des bois et des plaines. La montagne est raide et rocheuse, les vallées et forêts marécageuses mais les coureurs y découvriront une vue spectaculaire du Lac Hovsgol et au loin les montagnes de Sibérie.

Inscrivez-vous maintenant !

Les inscriptions pour la 17^{ème} édition du « **Mongolia Sunrise to Sunset** » sont ouvertes depuis le 1^{er} Octobre 2014. Les coureurs ayant envie de vivre une aventure inoubliable peuvent réserver dès à présent et profiter de notre offre « première minute » sur notre site Internet www.ms2s.org. « Ce n'est pas un événement d'un jour. Nous offrons une semaine d'aventure et de découverte » explique Nicolas Musy. Durant cette semaine les participants auront la possibilité de s'adonner à toutes sortes d'activités : découvrir les merveilles de la Mongolie à cheval, faire du kayak, du canoë, des randonnées et du VTT dans la montagne mais aussi dormir dans des yourtes traditionnelles mongoles et être en contact avec la culture mongole.

2014 : Nouveau record sur le 42 km !

Des coureurs de 13 pays se sont rassemblés au bord du majestueux lac Hovsgol en août 2014 pour participer à la 16^{ème} édition de la spectaculaire course « **Mongolia Sunrise to Sunset** ». Le coureur Français Alex Balsan, expatrié dans le nord de la Mongolie et familier de cette course, a battu un nouveau record sur le 42 km, en 3 heures 48 mn. Un temps impressionnant, considérant les difficultés auxquelles les coureurs ont dû faire face durant la course. Le gain / perte d'altitude cumulé pour la distance du marathon est de 2.255 mètres et 3.365 mètres pour le 100 km, ce qui fait de cette course l'un des ultras les plus montagneux au monde. L'australien Sean Smith est arrivé premier du 100 km en 13 heures 37 mn. Nous avons aussi pu vivre une fin de course particulièrement époustouflante. Dans la catégorie vétérans, le Suisse Marc Progin et le Danois Hans Andersen se partagent la première place en 14 heures 52 mn après un finish au sprint ! Dans la catégorie femmes, Rose Kennedy est arrivée première sur le 42 km tandis que sa compatriote Rhonda Stricklett a gagné le 100 km en 14 heures 25 mn.

Protéger le Parc national Hovsgol

La course « **Mongolia Sunrise to Sunset** », est un événement à but non lucratif qui vise à soutenir la nature unique du Parc national Hovsgol et la culture de la population locale par le biais de la **Fondation ECOLEAP**, enregistrée à Genève en Suisse. « Nous voulons garder cette zone de montagne aussi belle qu'elle est et rendre les nomades fiers de leur mode de vie et de leur culture. C'est pourquoi nous assurons la collection et gestion des détritus dans le Parc. Cela comprend l'embauche des gardes du parc chargés de cette surveillance, la fourniture de sacs écologiques à ordures et la sensibilisation à l'échelle nationale des enfants et des familles par le biais de publicités télévisées et de l'éducation », explique Nicolas Musy. La Fondation ECOLEAP soutient aussi la culture locale. « Ce n'est pas seulement la nature sauvage qui rend cette partie du monde si spéciale, c'est aussi la culture unique des nomades et leur façon de vivre » rajoute Nicolas Musy.