



**BOULIEU  
TRAIL**  
samedi 5 octobre 2019



## Boulieu Trail (Ardèche) : J-100 !

La 9ème édition de cette course endurance nature aura lieu  
**le samedi 5 octobre 2019** en plein cœur des montagnes de l'Ardèche verte...  
L'an dernier, l'évènement avait rassemblé près de 700 participants.



### 3 questions à Guillaume Porche, vainqueur de l'Ultra du Boulieu Trail et de la Saint-Lyon en 2018

#### - Comment est née votre passion pour cette discipline ?

J'ai découvert le trail il y a exactement 10 ans grâce à mon employeur Orano qui était à l'époque partenaire de la Saint-Lyon. Depuis j'ai parcouru pas mal de chemin... et de km ! Finalement c'est une vocation assez tardive puisque j'ai désormais 35 ans. Je ne suis pas licencié et je m'entraîne la plupart du temps seul ; cela me permet d'être plus flexible dans mes entraînements et aussi de concilier plus facilement cette passion avec vie de famille et vie professionnelle...

#### - Votre avis sur le Boulieu Trail ?

Je suis ardéchois d'adoption car la famille de mon épouse habite à proximité d'Annonay ; c'est ainsi que j'ai connu l'évènement. Courir un ultratrail n'est pas anodin et je me limite en général à 2 courses de plus de 100 km par an : il a fallu que j'attende 2018 pour enfin m'inscrire ici ! J'aime les courses "terroir" et à n'en pas douter le Boulieu Trail fait partie de cette catégorie. Une organisation simple, à taille humaine, combinée à un environnement de course favorable et une organisation qui n'a rien à envier aux plus grands trails en termes de rigueur et de qualité... Bref les éléments essentiels pour passer une belle journée ! Comme j'aime bien varier d'une année sur l'autre, je reviendrai certainement sur une distance plus courte cette année.

#### - Quelques mots sur votre victoire de l'an dernier...

Le Boulieu Trail 105 km était la course la plus longue que j'avais inscrite dans mon calendrier en 2018. En ultratrail et malgré l'entraînement, il y a toujours une part d'impondérable. C'est pourquoi le fait d'avoir parcouru les 100 km seul en tête de la course et en moins de 10 heures a été vraiment une grande satisfaction. D'ailleurs, les bénévoles d'un ravitaillement ont été surpris de me voir si tôt car ils n'étaient pas encore tout à fait prêts... ;-)  
Cela m'a aussi donné beaucoup de confiance pour la fin de la saison et ma victoire à la Saint-Lyon deux mois après en témoigne.

En 2019, venez tenter l'aventure en équipe!

Le parcours de l'ultra trail vous est proposé

en relais de 4 coureurs :

- 1er relais de 18 km - 900 m D+
- 2ème relais de 38 km - 1450 m D+
- 3ème relais de 36 km - 1650 m D+
- 4ème relais de 20 km - 800 m D+



Les inscriptions, c'est par ici :

<http://chronospheres.fr/evenements/detail/Boulieu-Trail-2019-317>

**Pour toutes les courses,  
profitez d'un tarif préférentiel  
pour une inscription avant le 31 juillet 2019 !**

Et toujours 4 parcours au choix :

- Les Hameaux : **12 km & 490 m D+** - une initiation aux plaisirs du trail sur un tracé très accessible.
- La Croix de Chirol : **20 km & 870 m D+** - un parcours pour rejoindre les hauteurs et profiter de la vue sur les monts du Vivarais et le massif du Pilat.
- Les Crêtes : **56 km & 2 140 m D+** - **3 points UTMB** - une distance idéale pour les spécialistes.
- L'ultratrail : **112 km & 4 790 D+** - **5 points UTMB** - pour les plus fous, un savoureux mélange de chemins, monotraces, pleine forêt, dénivelé et de km, en individuel ou en relais X4...

#### **DETAILS PRATIQUES**

**Infos :** [www.boulieutrail.fr](http://www.boulieutrail.fr)

06 66 10 63 67

**Inscriptions :**

<http://chronospheres.fr/evenements/detail/Boulieu-Trail-2019-317>

