

Calendrier course en montagne 2020

Date	Epreuve	Distance	Dénivelé	Lieu	Remarque
------	---------	----------	----------	------	----------

MARS

22-mars	Trail de Serrabone	9km	600m+	St Estève (66)	format montagne sous appellation "Trail"
29-mars	Course en montagne de Mirmande	11,9km	740m+/-	Mirmande (26)	
29-mars	Trail du Mont Saint Hélène	14km	680m+	Caixas (66)	format montagne sous appellation "Trail"

AVRIL

04-avr	Trail des Glaisins	17,6km	850m+/-	Annecy (74)	format montagne sous appellation "Trail"
05-avr	Foulées de Gruffy	14km	700m+/-	Gruffy (74)	
12-avr	La Ronde Forestière	15,5km	950m+/-	Brassac (81)	
12-avr	Montée du Faron	10,6km	500m+	Toulon (83)	
12-avr	Trail de Noyarey	12km	780m+/-	Noyarey (38)	format montagne sous appellation "Trail"
11-avr	TRAIL DES CRÊTES DU BELMAIG	17km	1300m+	Arles sur Tech (66)	format montagne sous appellation "Trail"
19-avr	La course des Lezards	14km	820m+	Eus (66)	
19-avr	Trail Drôme	9,5km	610m+/-	Buis les Baronnie (26)	format montagne sous appellation "Trail"
19-avr	La course des Cascades / TRAIL DES GORGES DE L'ALLOIX	17km	1000m+/-	St Vincent de Merouze (38)	format montagne sous appellation "Trail"

25-avr	Argeles Nature Trail	14km	800m+/-	Argeles (66)	format montagne sous appellation "Trail"
25-avr	Les Princes en Foulées	15km	820+/-	Seyssel (74)	
26-avr	Trail des 3 Pucelles / la Tour sans Venin	14km	600m+/-	Seyssins (38)	format montagne sous appellation "Trail"

MAI

01-mai	Ascension du Bédat	11km	520m+	Bagnères (65)	
03-mai	Montée du col de Vence	11,8 km	620+	Vence (06)	Coupe de France
03-mai	Trail des 3 couvents / La Piquetière	12km	600m+/-	St Laurent du Pont (38)	format montagne sous appellation "Trail"
04-mai	Défi de la Rhune	4,4km	850m+	Ascaïn (64)	
08-mai	Montée du Mont Vinaigre	16,2km	520m+	St Raphaël (83)	
?	Cross de l'amitié	15km	710m+/-	Champ près frogès (38)	
09-mai	Montée d'Ezy	10km	620m+	Noyarey (38)	course en nocturne
09-mai	Verticale du Hohrodberg	7km	700m+	Munster (68)	
09-mai	Verti-Trail du Mole	12,5km	1000m+/-	L'Oasis de la Tour (74250)	
16-mai	Trail des Marcaires / la P'tite Course	12km	630m+	Muhlbach sur Munster (68)	
17-mai	Cross de Tencin	15,4km	740m+/-	Tencin (38)	
17-mai	Ultra Verticale du Môle	5,7km	1400m+	Marignier (74)	
17-mai	Montée verticale de Pussy	5,3km	1120m+	Pussy (74)	

17-mai	Trail du Moucherotte	20km / 11km	1200m+/- et 750m+/-	Saint Nizier du Moucherotte (38)	format montagne sous appellation "Trail"
17-mai	SkyTrail des Matheysin	18,5km	1200m+/-	Saint Honoré (38350)	format montagne sous appellation "Trail"
24-mai	Grimpée du Ruisseau	15km	1020+/610-	Sallanches (74)	
29-mai	Short Race	16km	950m+/-	Annecy (74)	
30-mai	Lamastre Nozières	10,6km	780m+	Lamastre (07)	
31-mai	Montée du Poupet	17,5km	660m+	Salins les Bains (39)	
31-mai	Trail Vallée du Brevon	20km 10km	1400m+/- 500m+/-	Bellevaux (74)	format montagne sous appellation "Trail"

JUN					
07-juin	Montée des 4000 marches	11 km	1220m+	Valleraugues (30)	
07-juin	Montée de Savoie Grand Revard	11,4km	900m+	Trévignin (73)	
?	Montée du Grand Colombier	13,2km	1250m+	Culoz (01)	
13-juin	Montée du Puy de Dôme	14,8km	1077m+	Clermont Ferrand (63)	
13-juin	Défi des 3 Villards en Oisans	7km-5,9km- 5,4km	1000m+	Bour d'Oisans (38)	
13-juin	TRAIL MONTAN'ASPE	13km	830m+/-	Bedous (64)	format montagne sous appellation "Trail"
13-juin	Trail des Crêtes du Chablais	18km	1010m+	Bernex (74)	format montagne sous appellation "Trail"
14-juin	Championnat de France			Le Dévoluy (05)	

14-juin	Boucle del cami ramader	17km	760m+	Lamanère (66)	
?	Tourn de la Cascade d'ars	14km	850m+/-	Aulus les bains (09)	
14-juin	Grimpée des Chartreux	12,4km	773m+	La Tronche (38)	
14-juin	La Fort du Mont	22km 8,5km	1700m+/- 450m+/-	Albertville (73)	
14-juin	Lo Petit Ossales	17,6km	1250m+	Gourette (64)	Challenge d'Ossau
16-juin	Trail de Germs	13km et 10km	1000m+ et 700m+	Germs-Sur-L'Oussouet (65)	format montagne sous appellation "Trail"
19-juin	Virée des Lucioles	18km	1000m+/-	Sixt Fer à Cheval (74)	ultra trail du haut griffe / course nocturne
19 au 21 juin	Montée de Gers	18km	970m+/-	Sixt Fer à Cheval (74)	ultra trail du haut griffe
21-juin	Tour des Villages	20km et 11km	1250m+ et 600m+	St Lary Soulan (65)	Patou Trail St Lary
27-juin	Cross du Mont Blanc	23km	1680m+ / 870m-	Chamonix (74)	
28-juin	Trail des Vouillants	15km	700m+/-	Fontaine (38)	format montagne sous appellation "Trail"
28-juin	Course de la Dent D'Oche	7km	1000m+	Bernex (74)	
28-juin	L'Ossaloise	23km	1000m+	Laruns (64)	Challenge d'Ossau

JUILLET					
05-juil	Grimpée du Môle	9,7km	975m+	Marignier (74)	
05-juil	Trail de Chamrousse	12km	720m+/-	Chamrousse (38)	format montagne sous appellation "Trail"
05-juil	Luchon Aneto Trail	10km	550m+/-	Luchon (31)	format montagne sous appellation "Trail"

05-juil	Tour de l'aiguille de la Vanoise	15km	1110m+	Pralognan (73)	
11-juil	Trail de L'Ebron	16km	760m+/-	Treffort (38)	Trail des Passerelles de Monteynard
17-juil	Assaut des Mémises	9km	700m+	Thollon les Mémises (74)	
14-juil	Ascension du col des Champs	12,6km	850m+	Colmar les Alpes (04)	
18-juil	Oisans Trail Tour	14km	850+/370-	Oz en Oisans (38)	format montagne sous appellation "Trail"
19-juil	Trail de la Rosière	15km	800m+/-	La Rosière (73)	format montagne sous appellation "Trail"
19-juil	Montée du Nid d'aigle	19,5km	2100m+	St Gervais les Bains (74)	Coupe de France
19-juil	Course de la Dent d'Orlu	14km	1600m+	Orlu (09)	Challenge de Haute Ariège
24-juil	La 6 Découverte	11km	600m+/-	La Plagne (73)	La 6000D
25-juil	La Tuque d'Arrens	11,5km	720m+/-	Arrens Marsous (65)	Coupe de France
26-juil	Ascension de la Bonette	27km	1662m+	St Etienne de Tinée (06)	route
26-juil	Montée des Pavés	12km	1150m+	Tanninges (74)	Coupe de France
26-juil	La Trace du bouquetin	15km	570m+/-	Pralognan (73)	
26-juil	Semi-Marathon du Ventoux	21,6km	1610m+	Bedoin (84)	route
26-juil	Trail des 7 Laux	11km	700m+/-	Prapoutel (38)	format montagne sous appellation "Trail"

AOUT					
01-août	Trail de Causou	11,4km	1060m+/-		Challenge de Haute Ariège

02-août	Trail EDF Cenis Tour	13,5km	830m+/-	Val Cenis Lanslebourg (73)	format montagne sous appellation "Trail"
?	Boucle du Tourmalet	14km	1000m+/-	La Mongie (65)	
?	Sentier des Bouzèdes	11,7km	945+	Génolhac (30)	
02-août	La Christolaise	12km	830m+/-	La Bérarde (38)	
02-août	X Trail Courchevel	11,2km	580m+/-	Courchevel (73)	format montagne sous appellation "Trail"
02-août	Trail de Megève	16km	800m+/-	Megève (74)	format montagne sous appellation "Trail"
02-août	Trail de la Barousse	11km	550m+	Bramevaque (65)	format montagne sous appellation "Trail"
08-août	Challenge Jean-Philippe Galy	14km	900m+	Luzenac (09)	Challenge de Haute Ariège
?	Montée de la Planchette	9,7km	700m+	La Planchette (73)	
09-août	Course de la Rhune	13km	880m+/-	Ascain (64)	
15-août	Alpes d'Huez 21	13,8km	1110m+	Bourg D'Oisans (38)	
15-août	Trail des mineurs	13km	650m+/-	Auzat (09)	Challenge de Haute Ariège
16-août	Pic de l'Alpe	13,5km	1510m+	Bourg D'Oisans (38)	
22-août	Trail du Galibier	12km	620m+/-	Valmenier (73)	format montagne sous appellation "Trail"
25-août	Trophée de l'Isard	15km	1000m+/-	L'Hospitalet près l'Andorre (09)	Challenge de Haute Ariège
29-août	Montée du Ventoux	14km	1660m+	Bedoin (84)	
29-août	Montée de la Madeloc	6km	650m+	PORT-VENDRES (66)	
30-août	Montée de l'Aubisque	14km/ 18,7km	1474m+/1200+	Rebenacq (64)	Coupe de France

30-août	Montée du Grand Ballon	13km	1000m+	WILLER SUR THUR (68)	Coupe de France
---------	--	------	--------	----------------------	-----------------

SEPTEMBRE					
06-sept	La Ventre à Terre	13,5 km	1000m+/-	Bellevaux (74)	
06-sept	Montée de la Tournette	9km	1980m+	Talloires 74)	
06-sept	Trophée TC2 des Muletiers	2,290km	400m+	Orcines (63)	
?	Cross des Chioures	13km	780m+/-	Saint Pancrasse (38)	
12-sept	La Fleurette	16km	950m+/-	Prades (09)	
12-sept	L'Almette le Reposoir	15,5km		Le Reposoir (74)	
12 et 13/09	Trophée Glandass (course en relais à 3)	7km	390m+/-	Châtillon-En-Diois (26)	
	Course en montagne du Glandass'Trail	15km	1150m+/-	Châtillon-En -Diois (26)	
13-sept	Foulées Maglanchardes	10,2km	675m+	Magland (74)	
19-sept	Trail du Tétras Lyre	18km	1140m+/-	St Andéol (38)	format montagne sous appellation "Trail"
20-sept	Grimpée de Chedde les Ayères	14,5km	1350m+/600 m-	Cheddes les ayères (74)	
26-sept	Trail Nivolet Classic	9km	500m+/-	St Alban Laysse (73)	format montagne sous appellation "Trail"
27-sept	Sportiva Wider Classic	6,2km	850m+	Grenoble (38)	
27-sept	Grimpée du Pays Rochois	10km	950m+	La Roche sur Foron (74)	
27-sept	Trail des Aiguilles Rouges	15km	1000m+/-	Chamonix (74)	format montagne sous appellation "Trail"

OCTOBRE

03-oct	La Môlinette	4,5km	700m+	St Jean de Thollome (74)	
04-oct	Trail des Glières	10km	620m+/-	Thorens les Glières (74)	format montagne sous appellation "Trail"
11-oct	Diagonale du Mont Joly	4km	1100m+	Saint-Nicolas de Véroce (74)	verticale
17-oct	La VO2 Trail	16km	740m+/-	Millau (12)	format montagne sous appellation "Trail"

NOVEMBRE

29-nov	Montée de la Madeleine	14km	700m+	St Dié des Voges (88)	Coupe de France manche régionale
--------	--	------	-------	-----------------------	-------------------------------------

DECEMBRE

08-déc	Montée du Mont Thou	3km	400m+	St Romain au Mont d'Or (69)	
--------	-------------------------------------	-----	-------	-----------------------------	--