

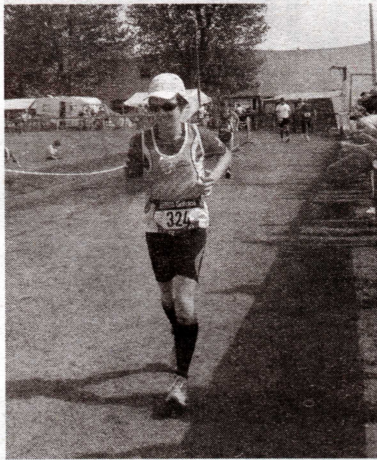
Benoît Sentost, 5ème de la Trans'Aq !

Très belle saison que celle réalisée par Benoît Sentost actuellement. Il a enchaîné pas mal de trails durant une première partie de l'année avant de s'attaquer à un de ses gros objectifs, la Trans'Aq. Que l'on ne présente plus dans la région. Il en est revenu, cinquième, mais heureux.

"Une belle 5ème place à l'arrivée et un gros ouf de soulagement après avoir passé la ligne d'arrivée à Saint Girons Plage. Après trois journées de course," explique-t-il. "Tout feu, tout flamme, comme j'avais prévu - l'étape nocturne et la fameuse Dune du Pyla ont bien calmé mes jambes, les 2 dernières étapes furent dures (hanches très douloureuses, pieds en feu et alimentation qui ne passe plus)... Bref les 4 premiers de la course étaient vraiment trop forts pour moi et je suis super heureux de ma performance. L'objectif de la saison est fait et maintenant retour aux courses d'une distance plus courte, avant de s'attaquer à la mythique Course des Templiers sur 72km en Octobre..."



Cécile Nissen, reine des 24 heures !



Olivier Foissac entraîneur/trailleur au club d'athlétisme de Carmaux est un faiseur de championnes. En effet, on connaît Kenza Pédérô championne de France trail 2008 et 2009, et bien ce week-end le monde de l'ultra a découvert Cécile Nissen.

En parcourant 218 km dans des conditions climatiques très difficiles : grosse chaleur puis pluies diluviennes, Cécile a su éviter les écueils

dans lesquels certains de ses adversaires ont parfois butté.

On a coutume de dire que pour réussir dans l'ultra il faut être dur au mal. Cécile l'est assurément. Mais cela aurait été insuffisant dimanche, car il fallait aussi faire preuve d'humilité pour accepter de réduire ses ambitions de vitesse sous la forte chaleur, et intelligent tout au long de ces 24 heures pour gérer les variations extrêmes des conditions climatiques, adapter en conséquence son plan de course et son alimentation.

A l'arrivée Cécile possède près de 18 km d'avance sur la seconde et devrait prochainement intégrer l'équipe de France !

Le club d'athlétisme de Carmaux, fort de ses 280 licenciés a depuis ce week-end une ambassadrice de charme et de courage en la personne de Cécile Nissen.

78	Les CONFITS DE CANAL BOITEUX	15:32:36
79	SPRINDO DU COUSSERANS MIXTE	15:35:38
80	KIWIS 1	15:36:03
81	KIWIS 2	15:36:08
82	Les FLORAIDEURS	15:36:57
83	Les GAZELLES SPIRIDO DU COUSSERANS	15:38:07
84	Les COUREURS FRINGANTS	15:39:43
85	Les CA-MI-KAZ CREDIT AGRICOLE	15:43:16
86	BP DECOR	15:44:05
87	Les RECIDIVISTES	15:44:09
88	MA et les DALTONS	15:44:54
89	PODO-APTUS	15:45:28
90	JOSETTE et les CAFEURS	15:46:30
91	Les PETITS BOUCHONS	15:53:25
92	CAP MELGUEIL 1	15:53:50
93	Les 5 ELEMENTS Oxygène 32	15:56:03
94	Les PELOUS TONICS	15:58:45
95	Les ECLUSIERS	16:00:31
96	CAP MELGUEIL 2	16:09:47
97	KORIAN CATALOGNE	16:11:56
98	A VISTA DE NAZ E A HUM DE CALHAOU	16:13:14
99	Les CINQ ELLES & MEN	16:22:27
100	CANTAL TONIC	16:27:50
101	CANTAL PUNCH	16:30:36
102	SUSSARGUES EVASION	16:30:52
103	PLONGEE CATALANE	16:35:10
104	Les 5 VETERANSENBALADE	16:37:32
105	Les VERTS LUISANTS	16:46:47
106	Les BALADEURS	16:57:19
107	Les TRAINÉ SAVATTES	17:02:35
108	GNACETTES	18:07:40
109	TAIS-TOI ET COURS	18:08:10
110	COURS TOULOURS TU M'INTERESSE	18:08:10

Etape 1: Toulouse - Castelnaudary (63km)

1	MATERIEL ARMEE DE TERRE Senior 1	03:38:27
2	MATERIEL ARMEE DE TERRE Senior 2	03:49:00
3	RUNNING MAG	03:55:03
4	TACO AUCAMVILLE 1	03:56:06
5	WU FU ZI	04:00:16
6	MATERIEL ARMEE DE TERRE Vétéran	04:05:46
7	EUROCOPTER 1	04:06:47
8	AS POLICE BEZIERS 1	04:07:48
9	THE RUNNING GV'S	04:16:44
10	Lycée AIRBUS ANCIENS ELEVES	04:22:26
11	E.C.G. PIGNAN-les Tachycardes	04:24:18
12	LO MUNTO DABALO	04:24:40
13	Les VERATRANS	04:25:16
14	Les 2 PATTES du BITUME 1	04:26:03
15	INSA	04:27:09
16	COURIR A FABREGUES 34	04:30:48
17	MAITRES KANTERS	04:33:26
18	HASTA RIQUET	04:34:57
19	Les WINNEURS	04:35:34
20	Lycée AIRBUS ELEVES et APPRENTIS ELLENA 1	04:35:36
21	ELLENA 1	04:35:43
22	Les 5 DERNIERES	04:36:17
23	THE FLYING KANGAROOS	04:36:46
24	LA CARBO TEAM	04:39:02
25	Les 5 MOUSQUETAIRES	04:40:56
26	Les 2 PATTES du BITUME 1	04:41:17
27	ACFCGA	04:44:36
28	CODEURS LPC 31-GIFI-LASELEC	04:45:00
29	Les SALOUSAIMS	04:46:13
30	Lycée AIRBUS PROFS et DIRECTION	04:47:15
31	ACP	04:49:48
32	AS POLICE BEZIERS 2	04:50:14
33	Le CLUB DES CINQ Oxygène 32	04:50:35
34	EUROCOPTER 2	04:51:06
35	Les PETROLEUSES	04:53:05
36	Les 5 BALLEES	04:54:22
37	Les PINGOUINS	04:54:30
38	MECANIC SUD	04:54:48
39	COS MAIRIE de VANNES équipe 2	04:58:47
40	Les INSEPARABLES	04:59:57
41	SANOFI-AVENTIS	05:00:08
42	E.S.VITRY	05:00:26
43	Les MALABARS	05:02:02
44	LOS TAIS TOLOSANS 1	05:02:05
45	COS MAIRIE de VANNES équipe 1	05:02:19
46	MATERIEL ARMEE DE TERRE Féminines	05:02:33
47	E.C.G. PIGNAN-les Bradycardes	05:03:31
48	GNACETTES	05:04:11
49	RC TRICOU 01	05:05:59
50	Les LIEVRES et les TORTUES	05:06:02
51	A.S. AIR France	05:06:39
52	Les ROUES de SECOURS	05:07:07
53	Les ECLUSIERS BIS	05:07:52
54	Les BEAUX MINETS	05:09:17
55	LOS TAIS TOLOSANS 2	05:09:40
56	COURIR ENSEMBLE	05:10:43
57	RANDONNEUR DU RUY	05:10:51
58	Les CHARLOTS A LA FRAISE	05:11:49
59	KIWIS 1	05:12:40
60	KIWIS 2	05:12:40
61	LATELEC	05:13:54
62	QUINTEVADEE	05:14:07
63	Lycée AIRBUS Les VIEUX	05:14:26
64	I'ARRIBAREM	05:15:03
65	Les ESBERITS Oxygène 32	05:15:08
66	Les WINNEUSES	05:17:29
67	Les COUREURS FRINGANTS	05:17:30
68	onestplusfortal@pero.com	05:17:50
69	Les RICKETTIES	05:17:59
70	ZIRLINGA 2	05:18:08
71	ZIRLINGA 1	05:18:24
72	Les CINQ ELLES & MEN	05:19:13
73	CARGOLS	05:19:33
74	Les CEPES TROTTEURS MEDOCAINS	05:19:36
75	Les CONFITS DE CANAL BOITEUX	05:19:38
76	MA et les DALTONS	05:19:40
77	RC TRICOU 02	05:20:33
78	Les CIGALES	06:21:28
79	YES WE CANAL	06:21:28

7	EUROCOPTER 1	07:34:25
8	AS POLICE BEZIERS 1	07:35:08
9	THE RUNNING GV'S	07:35:49
10	Les WINNEURS	07:37:38
11	Lycée AIRBUS ANCIENS ELEVES	07:38:39
12	Les VERATRANS	07:39:06
13	E.C.G. PIGNAN-les Tachycardes	07:39:09
14	ELLENA 1	07:40:54
15	LA CARBO TEAM	07:43:10
16	Les 2 PATTES du BITUME 1	07:43:28
17	COURIR A FABREGUES 34	07:43:34
18	LO MUNTO DABALO	07:44:42
19	Les 5 MOUSQUETAIRES	07:45:03
20	INSA	07:45:21
21	Lycée AIRBUS ELEVES et APPRENTIS	07:46:40
22	Les MALABARS	07:47:56
23	Les 5 DERNIERES	07:48:35
24	HASTA RIQUET	07:49:04
25	COS MAIRIE de VANNES équipe 2	07:50:57
26	Les PETROLEUSES	07:51:06
27	MAITRES KANTERS	07:51:19
28	Le CLUB DES CINQ Oxygène 32	07:51:26
29	SANOFI-AVENTIS	07:51:30
30	Les SALOUSAIMS	07:51:31
31	E.S.VITRY	07:51:35
32	ACFCGA	07:51:40
33	EUROCOPTER 2	07:51:50
34	CODEURS LPC 31-GIFI-LASELEC	07:51:52
35	Les 2 PATTES du BITUME 1	07:52:24
36	Lycée AIRBUS PROFS et DIRECTION	07:52:44
37	RC TRICOU 02	07:52:59
38	ACP	07:53:03
39	Les LIEVRES et les TORTUES	07:53:03
40	Les ECLUSIERS BIS	07:53:29
41	MATERIEL ARMEE DE TERRE Féminines	07:55:39
42	Les PINGOUINS	07:55:39
43	Les INSEPARABLES	07:55:51
44	Les WINNEUSES	07:56:20
45	Les ROUES de SECOURS	07:56:29
46	THE FLYING KANGAROOS	07:56:33
47	COS MAIRIE de VANNES équipe 1	07:56:42
48	Les 5 BALLEES	07:56:59
49	I'ARRIBAREM	07:57:04
50	ZIRLINGA 2	07:57:19
51	ZIRLINGA 1	07:57:20
52	RC TRICOU 01	07:57:36
53	LOS TAIS TOLOSANS 1	07:58:01
54	MECANIC SUD	07:59:04
55	LA SALADE de BIQUETS	07:59:19
56	E.C.G. PIGNAN-les Bradycardes	07:59:25
57	CARGOLS	07:59:48
58	COURIR ENSEMBLE	08:00:13
59	Le PLAN B	08:00:46
60	Les CA-MI-KAZ CREDIT AGRICOLE	08:01:22
61	QUINTEVADEE	08:01:58
62	YES WE CANAL	08:02:30
63	COREP	08:02:33
64	Les CEPES TROTTEURS MEDOCAINS	08:03:23
65	onestplusfortal@pero.com	08:03:28
66	Les BEAUX MINETS	08:03:58
67	KORIAN CATALOGNE	08:04:12
68	Les RECIDIVISTES	08:04:21
69	Les CONFITS DE CANAL BOITEUX	08:05:25
70	Les PETITS BOUCHONS	08:05:25
71	Les COUREURS FRINGANTS	08:05:34
72	Les CHARLOTS A LA FRAISE	08:05:44
73	Les CIGALES	08:06:17
74	GNACETTES	08:06:44
75	Les RICKETTIES	08:06:49
76	JOSETTE et les CAFEURS	08:07:15
77	CAP MELGUEIL 1	08:07:30
78	PLONGEE CATALANE	08:08:06
79	CAP MELGUEIL 2	08:09:00
80	Les ESBERITS Oxygène 32	08:09:53
81	Lycée AIRBUS Les VIEUX	08:09:54
82	A.S. AIR France	08:10:00
83	LATELEC	08:10:19
84	Les LIEVRES et les TORTUES	08:10:24
85	SPIRIDO DU COUSSERANS MIXTE	08:10:30
86	Les PELLOUS TONICS	08:10:57
87	CANTAL TONIC	08:10:57
88	CANTAL PUNCH	08:10:57
89	RANDONNEUR DU RUY	08:11:04
90	Les VERTS LUISANTS	08:11:13
91	Les FOURCATINS	08:11:31
92	Les GAZELLES SPIRIDO DU COUSSERANS	08:11:35
93	MA et les DALTONS	08:12:00
94	BP DECOR	08:12:51
95	KIWIS 1	08:13:13
96	KIWIS 2	08:13:13
97	LOS TAIS TOLOSANS 2	08:13:30
98	PODO-APTUS	08:13:56
99	Les FLORAIDEURS	08:14:00
100	Les BALADEURS	08:14:53
101	SUSSARGUES EVASION	08:15:50
102	Les 5 ELEMENTS Oxygène 32	08:15:55
103	A VISTA DE NAZ E A HUM DE CALHAOU	08:17:09
104	Les CINQ ELLES & MEN	08:18:18
105	Les TRAINÉ SAVATTES	08:19:09
106	Les ECLUSIERS	08:19:38
107	Les 5 VETERANSENBALADE	08:19:58
108	COURS TOULOURS TU M'INTERESSE	08:20:46
109	TAIS-TOI ET COURS	08:20:46
110	GNACETTES	08:23:05

Etape 3: Trebes - Ventenac (44,8 km)

1	MATERIEL ARMEE DE TERRE Senior 1	02:35:27
2	MATERIEL ARMEE DE TERRE Senior 2	02:43:40
3	TACO AUCAMVILLE 1	02:46:09
4	RUNNING MAG	02:47:03
5	WU FU ZI	02:52:49
6	MATERIEL ARMEE DE TERRE Vétéran	02:54:45
7	EUROCOPTER 1	02:57:46
8	AS POLICE BEZIERS 1	02:58:29
9	Lycée AIRBUS ANCIENS ELEVES	02:58:39
10	Les WINNEURS	03:00:34

57	GNACETTES	07:34:25
58	Les BEAUX MINETS	07:35:08
59	E.S.VITRY	07:35:49
60	Le PLAN B	07:37:38
61	onestplusfortal@pero.com	07:38:39
62	A.S. AIR France	07:39:06
63	RC TRICOU 02	07:39:09
64	LA SALADE de BIQUETS	07:40:54
65	COURIR ENSEMBLE	07:43:10
66	LOS TAIS TOLOSANS 1	07:43:28
67	ZIRLINGA 1	07:43:34
68	ZIRLINGA 2	07:44:42
69	RANDONNEUR DU RUY	07:45:03
70	Les ESBERITS Oxygène 32	07:45:21
71	Les CHARLOTS A LA FRAISE	07:46:40
72	Les ROUES de SECOURS	07:47:56
73	SPIRIDO DU COUSSERANS MIXTE	07:48:35
74	Les RICKETTIES	07:49:04
75	Les CIGALES	07:50:57
76	Les FLORAIDEURS	07:51:06
77	Les CEPES TROTTEURS MEDOCAINS	07:51:19
78	QUINTEVADEE	07:51:26
79	Les COUREURS FRINGANTS	07:51:30
80	Les 5 ELEMENTS Oxygène 32	07:51:31
81	Les FOURCATINS	07:51:35
82	PODO-APTUS	07:51:40
83	Les GAZELLES SPIRIDO DU COUSSERANS	07:51:50
84	CAP MELGUEIL 1	07:51:52
85	KIWIS 1	07:52:24
86	KIWIS 2	07:52:30
87	RC TRICOU 02	07:52:59
88	ACP	07:53:03
89	Les LIEVRES et les TORTUES	07:53:03
90	Les ECLUSIERS BIS	07:53:29
91	MATERIEL ARMEE DE TERRE Féminines	07:55:39
92	Les CA-MI-KAZ CREDIT AGRICOLE	07:55:39
93	Les ECLUSIERS	07:55:51
94	Les 5 VETERANSENBALADE	07:56:20
95	CAP MELGUEIL 2	07:56:29
96	MA et les DALTONS	07:56:33
97	Les PELLOUS TONICS	07:56:42
98	SUSSARGUES EVASION	07:56:59
99	A VISTA DE NAZ E A HUM DE CALHAOU	07:57:04
100	KORIAN CATALOGNE	07:57:19
101	Les CINQ ELLES & MEN	07:57:20
102	CANTAL TONIC	07:57:36
103	CANTAL PUNCH	07:58:01
104	Les VERTS LUISANTS	07:59:04
105	PLONGEE CATALANE	07:59:19
106	Les BALADEURS	07:59:25
107	Les TRAINÉ SAVATTES	07:59:48
108	GNACETTES	08:00:13
109	TAIS-TOI ET COURS	08:00:46
110	COURS TOULOURS TU M'INTERESSE	08:01:22

Etape 4 : Béziers

1	MATERIEL ARMEE DE TERRE Senior 1	02:35:27
2	MATERIEL ARMEE DE TERRE Senior 2	02:43:40
3	TACO AUCAMVILLE 1	02:46:09
4	RUNNING MAG	02:47:03
5	WU FU ZI	02:52:49
6	Les WINNEURS	02:54:45
7	MATERIEL ARMEE DE TERRE Vétéran	02:57:46
8	EUROCOPTER 1	02:58:29
9	AS POLICE BEZIERS 1	02:58:39
10	Lycée AIRBUS ANCIENS ELEVES	02:58:50
11	THE RUNNING GV'S	02:59:00
12	Les VERATRANS	02:59:06
13	LO MUNTO DABALO	02:59:53
14	E.C.G. PIGNAN-les Tachycardes	02:59:54
15	ELLENA 1	03:00:00
16	MAITRES KANTERS	03:00:19
17	Les 5 MOUSQUETAIRES	03:00:24