

# LA GAZETTE DE L'AYMON TRAIL

UNE HISTOIRE QUI DURE !

17 ET 18 FÉVRIER 2024 NUMÉRO 1

10<sup>ème</sup> ÉDITION DE L'AYMON TRAIL



Danielle Drouin

## UNE COURSE, UNE ENVIE, DE LA FOLIE, DES LÉGENDES À PARTAGER

ÉCRIT PAR VICTORINE GIAMMARIA

L'Aymon Trail est une course qui vous promet tout cela. J'en ai rencontré des loubards pour écrire cette gazette ! Et je peux vous dire qu'ils sont toutes et tous fous. Maintenant c'est une certitude. Fous oui, mais fous de nature, de course, de rassemblement, de valeurs, de rires et d'histoires. Ils ont tant de choses à raconter qu'ils ont bien failli me faire ajouter 150 pages !

L'Aymon Trail, c'est 10 ans d'histoire, d'efforts, d'amitiés, de détermination et d'émerveillement. Le dénominateur commun de tous ces passionnés ? Le partage.

Cette gazette vous permettra d'en apprendre davantage sur cette course qui a traversé la dernière décennie. À travers elle, les organisateurs vous remercient d'être au rendez-vous et souhaitent la bienvenue aux nouvelles et nouveaux arrivants.

Un grand merci à Dame Nature qui nous offre un D+ impressionnant, des singles variés et agréables à parcourir et qui nous permet d'ancrer nos empreintes sur le sol ardennais et de vivre de douces folies.

Entrez dans l'univers poétique, doux, joyeux et enduring de cette course épique qu'est l'Aymon Trail.

D'AUTRES ARTICLES PASSIONNANTS  
À L'INTÉRIEUR :

DES ANECDOTES

DES RÉVÉLATIONS

DES TERMES TOUJOURS PLUS  
ALAMBIQUÉS LES UNS QUE LES  
AUTRES

DE LA JOËLETTE

DES JEUX

DES SARDINES ET DES TUCS

DE LA POÉSIE





Danielle Drouin

## AU COMMENCEMENT ILS ÉTAIENT 200 COUREURS ET 40 BÉNÉVOLES

PHOTO DE LA PREMIÈRE ÉDITION EN  
2015



Danielle Drouin

### Quelques chiffres

- **2015** : première édition
- **1 700** : coureurs en 2024
- **170** : bénévoles en 2024
- **48** : nombre d'heures pour vendre toutes les places de l'édition 2024 !!!
- **10** : degrés d'alcool pour la bière brassée pour la 10<sup>ème</sup> édition

“L’Aymon Trail c’est plein de petits ingrédients qui font que la recette fonctionne”

“Au départ, c’était un loisir”, nous raconte Loïc, membre du K.Raid. Tout commence en 2011 avec le trail des Crêtes baraquines. C’était un format de course nature avec un 16/17 km et un 32 km avec beaucoup plus de dénivelé. C’était vraiment une volonté de passer d’un format de course traditionnelle à un format de course plus typée. Puis les organisateurs ont voulu aller plus loin. Ils se sont alors tournés vers le K.Raid (orienté raid et kayak). De cette rencontre est né un petit groupe de coureurs, les “Pierrafeux”. Cette team a eu envie d’une part, de concevoir un événement pour se rassembler et d’autre part, de créer une animation pour se faire connaître. Le premier départ de la course a eu lieu à Bogny-sur-Meuse. Tout a commencé dans le Cosoc pour se poursuivre au fil des années dans la salle de handball. Grâce au soutien de la mairie, des différents partenaires, et grâce à l’investissement de chacune et chacun, les conditions d’accueil se sont nettement améliorées. Cette course à la renommée internationale est un événement fédérateur bien enraciné dans le calendrier sportif local.

“On a voulu valoriser le territoire sur lequel on pratiquait. On a alors eu l’idée de mettre en avant les légendes ardennaises et de faire intervenir des acteurs tout le long du parcours. Ainsi, on peut retrouver derrière un arbre ou embusqué sur le chemin, le Chevalier Dufays, la sorcière Raymonde l’immonde, la Fée Chouflette ou encore Lyrio le nuton. Notre volonté a toujours été et demeure de partager notre passion pour la nature et les Ardennes.”

### Les nouveautés 2024

Pour ce week-end anniversaire, **une distance marathon avec 2024 de D+** vous sera proposée. Le fameux 32 km avec 1600 D+ et le 18 km avec 800 D+ La journée du samedi sera consacrée à un **trail Kids** et des épreuves de sensibilisation au handicap avec la **Joëlette et les duos Kids solidaires**. Et toujours l’épreuve d’ouverture du Challenge Trails Champ’ardenne ! Ainsi que la rando nocturne agrémentée de contes, légendes et rêves...

**“Au départ, on a seulement tracé ce que nous aurions aimé courir. L’Aymon Trail est né ainsi.”**



Danielle Drouin

# Le vocabulaire des traileurs...

**Challenge** : lire la prochaine phrase d'une traite

"Tu azimutes jusqu'au houx au cairn tu descends pif paf à la schuss à la flèche tu files au rayon pour remonter aux chênes et prendre au tunnel au caillou tu vires à la fontaine des morts pour grimper au Fays et gagner les oreilles en bois puis pif paf au single sentier pédagogique ou nature et retour t'as pas tout compris c'est normal"

Bruno

"Monsieur et Madame Peuplu ont un fils"  
ueaf

"Monsieur et Madame Atrovite ont un fils"  
səvʎ

"Monsieur et Madame Ocuisso ont un fils"  
Jamal

"Monsieur et Madame Lairdur ont un fils"  
əwssammə

## LE NOMS OFFICEUX DES CÔTES ET DES CHEMINS

- La pipe qui fume
- Les marmites
- Le chemin des moines
- La roche qui pleure
- Le chemin des cailloux blancs

Pour toute demande d'explications, merci de vous adresser directement à Bruno alias Nono le Chevalier

## Légende et protection

Dans la mythologie celtique, **Arduinna** est une divinité celte topique de la faune. Elle est devenue une déesse gallo-romaine de la chasse et des bois, protectrice de la forêt d'Ardenne parfois assimilée à Artémis/Diane sous le nom de Diana Arduinna.

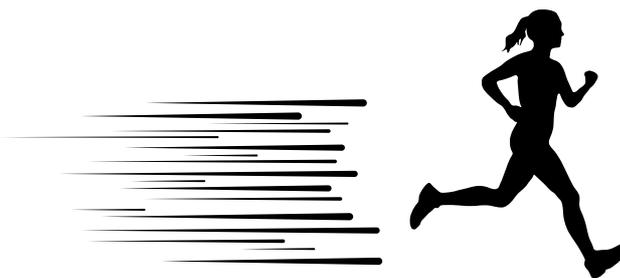
## LEXIQUE

### Selon le petit Robert du trail

- **GR 20** : Sentier de grande randonnée réputé le plus difficile d'Europe traversant la Corse. Terrain de prédilection pour le traileur
- **Bitume** : Revêtement détesté par les traileurs qui préfèrent terre, rochers et cailloux ...
- **Reco** : Sortie trail permettant de reconnaître un parcours avant une course
- **Hoka** : Célèbre marque française (mais pas fabriquée en France) spécialisée dans la chaussure de trail

### Selon les traileurs et traileuses

- **GR 20** : sortie longue
- **Bitume** : Sert uniquement pour se déplacer en voiture
- **Reco** : "Renaucherie" en patois ardennais
- **Hoka** : Réplique culte dans les visiteurs



## CHARADE

- Mon premier donne le ton
- Mon second est une figure géométrique
- Mon troisième ne dit pas la vérité
- Mon quatrième est une unité d'intervention spéciale

Mon tout est une délicieuse boisson

La carré Ment Raid  
La Karrement raid

## 5 aliments insolites glissés dans le sac

-  Une sardine sur un Tuc
-  Un poulet entier dans un sac
-  Un wrap saumon fumé/St-Moret
-  Une Jupiler
-  Du cabillaud séché

THE WINNER IS LA SARDINE SUR SON TUC



## Toujours plus !

Le K.Raid fait brasser sa propre bière depuis des années. Une base de L'Arthur a été choisie, plus boisée et houblonnée.

Les membres du club ont demandé à la brasserie *Millevertus* de leur faire une cuve pour eux et ainsi offrir cet élixir aux coureurs. 2000 bières de 33 cl ont donc été élaborées et la **Karrément raid est née**.

Pour cette dixième édition, vous pourrez déguster un nouveau brassin sur la même base, mais fermenté à 10° ! C'est une bière blonde avec des reflets dorés.

L'ajout de houblons 100% français originaires d'Alsace apporte fraîcheur et arômes de fruits. Cette essence de caractère trouve son équilibre entre alcool et rondeur grâce à une amertume subtile.

## LE NOM DONNÉ AUX PERSONNES AYANT LE SAC BIEN PLEIN !

- Le porte-avion
- La supérette sur pattes
- Le petit Casino

"Pour la petite histoire, il n'y avait pas de ravito aussi important dans le temps. Voire, pas du tout de ravito. C'est pourquoi on a pris l'habitude de tout avoir dans nos sacs"

Bruno

## UNE IDÉE À PARTAGER ?

- "Sur une course, j'ai rempli ma gourde de vin rouge. **C'était mon idée et je la déconseille**" Chevreuil
- "Un pâté croûte d'un kilo pendant la rando nocturne" Damien
- "Oubliez de faire cuire vos barres de céréales maison pour plus de fun" Bruno
- "Pour les sardines, c'est à l'huile hein, pas au piment d'Espelette. Un jour, je me suis trompé et je n'ai pas passé la même course"

Encore Bruno



# Du cœur et de la sueur

## Le samedi, une journée solidaire

## ZOOM SUR LA JOËLETTE

Une idée solidaire apportée par Ludovic Latreille

"Une de mes amies a une sclérose en plaques. Elle m'a dit qu'avant l'apparition de sa maladie, elle adorait se balader, ce qui lui est impossible maintenant. Puis, j'ai vu passer le système de la Joëlette et j'ai rapporté le concept dans le club en 2018".

Afin de récolter des fonds pour acquérir la première Joëlette, Ludovic Latreille a traversé les Ardennes sur la Meuse en paddle, soit 120 km entre Mouzon et Givet. Pour l'occasion, il avait une fantastique équipe de suiveurs du K.Raid. Ce soutien lui a permis de relever le défi.

Depuis, la « Joëlette verte » a parcouru bien des kilomètres lors de randonnées et de courses pédestres. Par exemple, une traversée des Ardennes par les bois de Givet à Charleville-Mézières ou encore plusieurs participations au Sedan-Charleville.

C'est toujours avec autant de courage, de joie et d'émotion que les grenouilles du K.Raid emmènent nos amis PMR sur des sentiers qu'elles ne pensaient jamais pouvoir arpenter.

Depuis et via les actions menées avec la Joëlette, le K.Raid est affilié à la Fédération Française Handisport.

Le plus jeune à avoir été transporté est Adrien (7 ans) et la plus âgée, Gisèle, (102 ans).

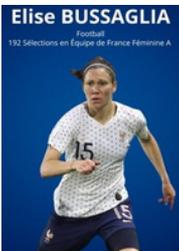


### L'Aymon Trail c'est aussi :

- Un reportage sur France 3 Champagne Ardenne en 2016
- Une course de 32 km qui est label National FFA et qualificative pour le Championnat de France
- Une course de 18 km qui est label Régional et également qualificative
- Une rando nocturne agrémentée de contes et légendes...
- Une course enfant et une course duos solidaires
- Être dans le classement des "100 trails que l'on rêve de faire dans sa vie" d'après le magazine *Nature Trail*
- Un tissu local et un tissu de bénévoles cousus main avec patience, envie, dévouement et partage
- Une mascotte du nom de K.Rainette



### Zoom sur les parrains et marraines de l'édition 2024



**Elise Bussaglia** est née à Sedan. Cette footballeuse est Championne d'Europe U19 en 2003. Elle prend part à toutes les compétitions internationales des Bleues : quatre Championnats d'Europe, trois Coupes du monde et deux Jeux olympiques.



**Émilien Passon**, est un para athlète (amputé fémoral). Médaillé d'or au saut en hauteur au Championnat de France indoor et médaille d'or au Championnat de France en extérieur en 2023.



**Solène Marczinski** est une para athlète Championne de France sur 400 m en U20 en 2022 3e au Championnat du Monde UNSS 2 fois Vice-Championne d'Europe en U20 3e du Championnat de France élite

### Zoom sur les enfants

Le samedi, il y aura 2 courses spécifiques sur une portion du parcours de l'Aymon Trail :

1 ou 2 tours pour les jeunes de 10 à 17 ans, ce seront des boucles de 1.2 km/100 D+

### Zoom sur les Duos solidaires

En collaboration avec le comité Handisport Grand-Est et la Maison de Prévention et Protection des Familles Ardennes de la gendarmerie nationale, cette épreuve rassemblera des binômes composés d'un enfant en situation de handicap et d'un(e) collégien(ne) qui participe à une opération de sensibilisation au harcèlement dans les collèges ardennais (Haybes et Sedan).

C'est une action de sensibilisation au "mieux vivre ensemble" pour rejeter le harcèlement qui tente de souligner et d'exploiter nos différences.



Une médaille spéciale pour les 10 ans ! C'est la **fonderie ardennaise Rollinger** qui a conçu pour vous une médaille digne de ce nom !

# Finir la course en slip

Lors d'un Aymon Trail, Jean-Patrick Scheiner a terminé sa course...en slip. Place à une histoire pas comme les autres qui lui a permis d'aller beaucoup plus loin que prévu.

"Je venais de passer une semaine au ski et j'y ai beaucoup trop mangé : croziflette, tartiflette, fondue, etc. Et le lendemain de cette semaine riche en fromage, c'était l'Aymon Trail ! Bien sûr je portais un legging de course et c'est au bout du deuxième km que j'ai compris ce qu'il m'arrivait. Puis, au septième km, "j'étais dans mes jambes". Résultat, du septième au dix-neuvième km, j'ai couru sans pantalon de course ; je ne pouvais plus le garder et le médecin m'a dit que j'avais fait une rétention de sel."

Depuis cet Aymon Trail, on l'identifie sur toutes les courses en slip. "J'ai voulu en faire quelque chose et créer ma propre course en slip ! Cela a pris tellement d'ampleur que la radio Champagne FM m'a contacté ! La course s'est déroulée dans la Marne pour le Téléthon. Pour l'édition de cette année, nous souhaitons engager un partenariat avec la société le *Slip Français* !"

Et pour conclure, à lui de déclarer :

"Merci à l'Aymon Trail, ça va faire 3 fois que je le fais et je remercie tous les bénévoles et l'organisation car à chaque fois c'est nickel, et je salue les wse !"



## Entendu sur l'Aymon trail

"Engagez-vous qu'ils disaient...Engagez-vous..."

"Ça monte, ça descend, je vais vomir"

"Je ne peux pas dire non à toutes les bières que l'on m'offre"

"Y en a, c'est des titans ! Ils viennent en équipement Salomon, jambes épilées et mollets saillants, moi j'ai de la marque Cora et un corps de lâche."

**"J'hurle toute la journée pour leur donner du spectacle, il leur faut du spectacle, tout le monde y passe"** Le chevalier

## Qui sera le prochain 10<sup>ème</sup> ?



À vos pronos !

Les dixièmes des dernières éditions format 30 km

Edition	Nom	Prénom	Nationalité
2015	VIS	Stephan	BEL
2016	BELOTTI	Stéphane	FRA - Chalons
2017	DEGUELDRE	Stéphane	FRA - Hirson
2018	MIGET	Quentin	FRA - Kraid
2019	RALET	Hugo	BEL
2020	LALART	Jean-Baptiste	FRA
2021	BONNE	Samuel	FRA - Gespunsart
2022	VERNET	Adrien	FRA
2023	COOMAN	Michaël	BEL
2024			

# PAGE JEUX

Aide Nono le Chevalier à rejoindre sa bière

## Test du jugement impartial :

Parmi tous ces logos très connus dans le monde du trail, entourez celui que vous trouvez le plus captivant :



Ceux qui ont choisi D sont vraiment des copains ... Merci !

## Retrouvez le nom des gagnantes et gagnants des 9 dernières éditions

C	B	O	U	C	H	E	R	I	T	T
A	R	A	V	I	T	O	A	H	B	H
R	M	O	R	V	A	N	G	A	D	I
D	F	R	A	N	C	E	U	M	E	R
I	V	A	N	D	E	S	E	E	S	I
N	Y	O	O	R	E	N	T	L	C	A
A	C	O	U	V	R	E	U	R	A	T
A	V	A	N	G	A	S	S	E	M	P
L	F	O	U	C	H	E	R	E	P	M
S	U	N	E	S	O	P	H	Y	S	D
L	A	Y	M	O	N	T	R	A	I	L

- **Sophys** Romain gagnant 2015
- **Boucherit** Mathieu gagnant 2016
- **Vangasse** Etienne gagnant 2017
- **Fouchere** Celia gagnante 2015
- **France** Claire gagnante 2016
- **Morvan** Mathilde gagnante 2017
- **Couvreur** Véronique gagnante 2018
- **Van Vooren** Laura gagnante 2021, 2022, 2023
- **Hamel** Zoé gagnante 2019
- **Cardinaals** Renée gagnante 2020
- **Descamps** Florian gagnant 2018, 2019, 2021, 2023
- **Raguet** Gaël gagnant 2020
- **Thiriat** Antoine gagnant 2022

# HOROSCOPE



Cher Bélier, s'entraîner ? Pour quoi faire quand on peut partir la fleur au fusil...



Le Taureau étant grognon quand il a faim, les ravitos sont spécifiquement faits pour lui, toutefois merci d'en laisser aux autres !



Gémeaux "si vous voyez double, arrêtez l'alcool".



Cancer : non vous n'allez pas faire une hypo au 3<sup>ème</sup>, non vous n'allez pas choper le tétanos au 6<sup>ème</sup> ni le chikungunya au 10<sup>ème</sup> kilomètre. Normalement...



Lion : après avoir dit 100 fois que tu ne finirais peut-être pas la course, on sait très bien que tu vas faire un top 50. Alors Vamos !



Vierge : n'oubliez pas que ce n'est pas un concours de beauté. Gardez votre détermination, votre bonne humeur, tant pis pour votre coupe de cheveux.



Balance : vous vous demandez encore si vous inscrire était une bonne idée...



Scorpion : étant capable du meilleur comme du pire, pour cette fois, la régularité est de mise.



Sagittaire : Saturne vous invite à un peu plus de fermeté et de tonus, sans ôter la joie et la bonne humeur.



Capricorne : non il n'y a plus de loup dans les forêts ardennaises. D'ours non plus. Et non, il n'y a jamais eu de tigre du Bengale ici comme son nom l'indique. Relax. Normalement...



Poisson : les insomnies passées seront oubliées une fois la terre foulée. Inspirez, expirez, la vie est belle.

Le signe du mois



## DES POÈTES PARMIS LES COUREURS

Aymon Trail

Sous une aube haletante et un soleil austère,  
S'élanceront bientôt les forçats de l'hiver,  
Mille six cents âmes givrées,  
Autant de cœurs de braises,  
Honoront de leurs pieds,  
La forêt ardennaise,  
Ils seront tour à tour,  
Fils Aymon de l'Ardenne,  
Enchanteur Maugis,  
Et fée, et même reine,  
Mais faut-il être fier, mais faut-il être fou,  
Pour aimer à ce point,  
Et la terre et la boue ?

A moins qu'au fond d'un val, au détour d'un ruisseau,  
Ils ne découvrent enfin pourquoi ils sont accros ....

**Cher Verseau,** les sports faits pour vous : la voile, le deltaplane, la randonnée, le cyclisme.

On a essayé de planquer un deltaplane au km 28, après tout, c'est votre mois anniversaire. Pour la voile, on bosse encore dessus. Le vélo n'est pas autorisé mais vous pouvez randonner bien sûr si vos jambes ne suivent plus la cadence. Désolé pour le trail mais il n'est pas dans vos sports fétiches. Dommage et bon courage !

### Remerciements

Merci à Émeric (président du K.Raid), à Bruno Valente, à Ludovic Latreille, à Loïc (pour son aide précieuse), à Damien, à Charlotte, aux Didier(s), à Fabien Roger, à Chevreuil, à Danielle Drouin (pour les photos) et à toutes les personnes ayant participé de près ou de loin à la conception de cette première édition de la Gazette de l'Aymon Trail.