



# TransOasis du Sud Tunisien

du 18 au 25 mars  
2012

# La TransOasis du Sud Tunisien...

## (T.O.S.T)

---

Epreuve de référence organisée par l'association RAID EVASION RUN, Membre de l'Alliance des Ligues francophones Africaines et Méditerranéennes (ALIAM) contre le cancer, pour ceux qui souhaitent faire le lien entre le sport, l'environnement, l'effort, la beauté des paysages, la solidarité, l'activité physique et la santé, dans le respect des hommes et des femmes qui nous accueillent.

Si a priori l'idée de lier l'activité sportive à l'action scientifique pouvait paraître saugrenue, l'expérience que nous avons menée a démontré au contraire, tout l'intérêt qu'il pouvait y avoir à combiner les deux actions.

Pour le comprendre il convient de décrypter le rôle de l'association RAID EVASION RUN, dans la délivrance du message de prévention contre le cancer, au regard de la synergie entre les deux associations.



## RAID EVASION RUN : une ONG solidaire

Association loi 1901, Créée en 1991, elle regroupe depuis 21 ans des passionnés de sports, des citoyens engagés et des « voyageurs » avertis.

Dès l'origine, RAID EVASION RUN permet aux sportifs participants et leurs proches de donner une autre dimension à leur effort. C'est ainsi qu'elle a apporté sa contribution à la construction de l'Europe des peuples, par des épreuves combinées course à pied et vélo reliant Paris aux différentes capitales européennes.

Puis, les lieux d'action et les choix sportifs ont évolués. C'est vers des destinations plus lointaines que se sont déroulées les épreuves qui très vite se sont limitées à la course à pied en variant les difficultés tout en gardant la variété des contrées parcourues.

Quelque soit le lieu, l'esprit qui avait animé les fondateurs restait toujours présent : Maintenir le lien entre le sport et l'humain, chercher à apporter un soutien et tisser un relationnel réconfortant avec les populations visitées qui avaient la gentillesse de nous accueillir.

Dans les pays à faible et moyens revenus, des actions ponctuelles étaient engagées directement par les sportifs eux même. (Maroc, Tunisie, Mauritanie...)

Mais, si l'épreuve sportive se déroulait toujours avec le même succès, le besoin de structure de l'aide aux populations s'est fait sentir en même temps que l'association évoluait (en 2010) et à la tête de laquelle un nouveau président Roger TUDELA venait d'être élu.

Sensibilisé par la dégradation des conditions de santé des populations rencontrées, impressionné par les statistiques mondiales d'évolution des maladies en particulier les maladies non transmissibles (cancer, diabète, cardiopathie, maladies respiratoires chroniques...) et convaincu que l'information, la mobilisation et la prévention étaient les premiers moyens à mettre en œuvre, l'association a cherché à mettre en place une action cohérente et efficace dans cette direction. Autrement dit joindre l'effort à la pédagogie et l'écoute.

Ancien sportif, sortant d'une lutte personnelle contre la maladie de plusieurs années et soutenu au sein de l'association par les médecins et sa compagne, pharmacienne nutritionniste, sa décision était prise de rechercher l'action qui répondrait le mieux aux objectifs définis.

S'il fallait bien sur apporter des solutions, par des spécialistes scientifiques, il semblait également essentiel de participer à l'éveil des consciences, et sur ce point, les sportifs pouvaient apporter leur contribution, au moins par l'exemple qu'ils pouvaient offrir.

Les sportifs d'endurance, regroupés au sein de l'association et participants aux épreuves, ne sont pas seulement des élites au plus fort de leur potentiel, on y trouve aussi de nombreux sportifs de tous niveaux et de toutes conditions, qui démontrent, que si l'on reste vigilant sur des fondamentaux comme une bonne hygiène de vie, une activité physique quotidienne, et une qualité de nourriture, on peut éviter bien des maux.

C'est bien à ce stade que les discours du sportif et du scientifique se rejoignent, et la conjonction de leurs efforts a semblé être une bonne opportunité pour alerter le plus grand nombre.



## L'action sportive

---

### *La course*

Référence en la matière, cette épreuve médiatisée de part et d'autre de la méditerranée semblait pouvoir être un vecteur utile pour communiquer sur les bienfaits préventifs de l'activité physique.

Programmée sur une semaine, elle est itinérante d'Ouest en Est dans le sud tunisien c'est-à-dire de Djerba à Douz en passant par Tataouine. Une zone géographique particulièrement défavorisée. Une zone où les informations ont parfois du mal à parvenir au travers des circuits classiques.

L'épreuve sportive se déroule sur 6 étapes parcourues le matin avant les grosses chaleurs, 21 km quotidiens sur des pistes balisées, (pas 1 km de macadam). Loin de toute civilisation urbaine, l'Homme, est totalement immergé dans la nature avec un ravitaillement tous les 5 kms.

Cette épreuve est également ouverte aux accompagnateurs - randonneurs, elle permet la rencontre des marcheurs et des coureurs sur le même parcours.

L'après midi est réservée à la récupération et à la rencontre avec les populations dans le cadre des visites et des échanges encadrées par des professionnels pour une information validée.

Ces moments riches sont apparus comme propices à dépasser la simple compétition et le dépassement de la personne pour qu'un véritable échange puisse s'installer entre les sportifs, les professionnels de santé et les populations.

C'est de ces rencontres qu'est née la volonté de mettre en place une action à caractère humanitaire, et très vite l'idée d'intervenir dans une lutte contre le cancer est apparue.

Comme c'est souvent le cas, c'est une rencontre, imprévue mais tellement opportune entre le président Roger TUDELA et le Dr Marc KELLER (médecin délégué aux actions internationales à la Ligue contre le cancer) qui a permis de concrétiser ce nouveau concept : activité physique, compétition, mobilisation et sensibilisation pour lutter contre le cancer.

De cette rencontre entre ces deux hommes naît une volonté commune, d'apporter dans le sillage de l'action de l'association une action spécifique de prévention et de lutte contre les cancers féminins, dans les pays à faible et moyen revenus particulièrement touchés.

## *Les participants,*

Essentiellement des coureurs mais aussi des marcheurs... La performance n'est pas l'objectif des participants, même si certains, de très bon niveau souhaitent avoir la course à leur palmarès.

Chacun son tempo, l'absence de temps éliminatoire fait que chaque concurrent peut vivre totalement l'épreuve à son rythme.

Issus de toutes les couches socio-professionnelles, les coureurs comprenant une importante proportion de femmes, sont pour l'essentiel âgés entre 35 et 45 ans.

## *Le staff : des professionnels aguerris et volontaires*

Constitué uniquement de bénévoles, membres de l'association. Il se compose d'au minimum 7 personnes dont le président, toujours sur la course, le directeur sportif, le commissaire de course, deux médecins dont un urgentiste tunisien et une infirmière Française et un responsable logistique.

## *Les ressources :*

Etant exclusivement fondée sur le mode associatif, l'association ne dispose que d'un budget constitué par la générosité de ses donateurs et de ses partenaires.

Son rôle se limite à l'organisation sportive et scientifique de l'épreuve, l'organisation logistique (inscription, transferts...) de cette TOST est assurée par l'agence de voyage Lyonnaise DJURINGA VOYAGE.

Sur place, les moyens sont totalement adaptés sur la base d'une expérience de 15 années... L'épreuve est adossée sur un réceptif «**Tunisie voyage**» dont l'engagement et la compétence n'ont jamais été démentis depuis plus de 10 ans ; La qualité de matériel (4x4) du personnel mis à disposition (chauffeurs), le respect des gens qui travaillent sur l'épreuve, permettent l'assurance d'un raid réussi.

Le choix de l'hébergement est toujours important : de qualité nécessaire à une bonne récupération, sans être trop luxueux ce qui ne correspondrait pas à l'esprit et l'éthique de l'épreuve, il se fait en hôtel 3 \* avec une restauration adaptée aux besoins de l'effort sportif sur une longue semaine.



## « Le programme et l'action scientifique », 2011 : une première expérience réussie.

La combinaison entre le sport et l'action scientifique a nécessité une rigueur d'organisation et des choix opérés par les responsables de l'ALIAM, RAID EVASION RUN et la Ligue contre le cancer.

De ces échanges est né le concept appliqué pour la première fois en mars dernier qui semble avoir donné pleine satisfaction au point qu'il sera à nouveau proposé pour 2012 après quelques améliorations techniques.

### *Les thèmes : le cancer comme fil conducteur*

Ils peuvent varier, le thème retenu en 2011 était le cancer du sein et plus largement les cancers féminins. Et pour une cohésion internationale, il sera proposé pour le Raid 2012 le thème de la prévention des facteurs communs des maladies non transmissibles.

### *Les Hommes*

Des responsables français et tunisiens, des médecins comme le Dr Samir ALOULOU, jeune chef du service d'oncologie médicale de l'hôpital de Gabès, le Pr Farhat BENAYED éminent cancérologue et président de l'Association Tunisienne Contre le Cancer (ATCC), mais aussi des responsables d'ONG membres de l'ALIAM tels que IPCS, ATCC... qui se sont investies parmi lesquels le Pr Marc Espié, Mr Ali BEJAOUI...

Sur le terrain était également présente Corinne PEIRANO nutritionniste de haut niveau qui a animé tous les débats. Corinne est également une sportive accomplie spécialiste des courses de longue durée... Elle a pendant toute cette semaine, couru chaque étape sous les couleurs de l'ALIAM. Corinne a été le lien parfait entre toutes les disciplines médicales, scientifiques et sportives.

## *Les moyens*

L'idée était de mettre en place une conférence à chaque ville étape, en direction des populations et plus spécialement des personnels de santé avec une couverture médiatique locale pour aviser les populations.

Cette idée a reçu un excellent accueil de toutes les composantes et doit être conservée, pour plusieurs raisons, entre autres, toucher des populations souvent éloignées des CHU, créer un lien direct avec les spécialistes du cancer et mobiliser pour sensibiliser le grand public à la lutte contre ce fléau mondial qui touche de plus en plus les populations précaires.

Trois conférences ont été mises en place en 2011, dont une en présence de l'ensemble des sportifs qui avaient tenu à apporter leur soutien aux personnels de santé de l'hôpital de Douz.

Cette rencontre a été riche en émotions, et a permis aux sportifs engagés de constater *in concreto* la faiblesse des moyens de l'hôpital. Des coureurs médecins ou ayant des relations avec les milieux médicaux français, ont décidé dès leur retour de mettre en place des aides techniques au profit de l'hôpital avec les CHU de leurs régions, (Rennes, Bordeaux et Lyon).

Il sera donc possible dès la prochaine édition de réaliser cet engagement qu'il convient de préciser.

Le programme scientifique, doit se terminer par une rencontre plénière le dernier jour de la course. Elle regrouperait les spécialistes français et tunisiens de lutte contre les cancers mais aussi des médecins ou personnels de santé tunisiens non spécialistes mais pouvant se trouver confrontés à ces pathologies.

Une large couverture médiatique notamment TV permettra de transmettre de larges comptes rendus de ces travaux à destination des populations locales.



## La force d'une action commune

### *La démultiplication des énergies*

Au-delà des courses, l'engagement de l'association sportive, va démultiplier la médiatisation des actions de lutte contre le cancer, qui recevra ainsi l'écho le plus grand.

La lutte contre le cancer, va donc bénéficier de tous les supports de communication propre à l'association RAID EVASION RUN et par la même celui de l'ALIAM, leurs sites, visités par des milliers d'internautes, les articles de presse, interview radio, vidéo etc...Une visibilité internationale garantie par l'engagement de chacun des acteurs.

Elle bénéficiera d'une présence dans tous les grands événements sportifs et scientifique où ALIAM et RAID EVASION RUN seront présentes, salon et villages d'avant course, podiums, présence éventuelle sur d'autres supports de communication comme les flyers ou la publicité presse.

Elle pourra présenter les plaquettes ou outils de communication de lutte contre le cancer.

La présence de partenaires commerciaux qui soutiennent l'événement permettra d'obtenir des relais pour solliciter des dons divers directement liés à la lutte contre les cancers. (Information, prévention, diagnostic précoce et accès aux traitements...)

La liaison sport et santé permet d'obtenir le soutien logistique des différents ministères comme ceux de la santé, de l'éducation et des sports, de la coopération internationale, du tourisme et du commerce...

Cette conjonction d'actions et l'engagement des autorités locales, permet de vaincre les tabous et les idées préconçues qui persistent dans l'esprit du grand public sur les maladies non transmissibles en particulier le cancer.

Ces actions largement combinées et transversales font participer les autorités locales, régionales et municipales qui ont compris la nécessité de l'action envers leurs citoyens. Nous sommes convaincus que de ces actions peuvent naître d'autres actions de prévention dans d'autres cadres, bien au-delà de l'épreuve sportive... une sorte de pérennisation de notre engagement.

## *La force de la société civile*

Le lien naturel associatif permet de part et d'autre de la méditerranée la sensibilisation par l'action d'autres associations luttant contre le cancer, qui pourront, sur place, prolonger nos engagements.

La sensibilisation des participants à la course par les membres de l'association permet également de créer des relais permanents en France et en Europe qui vont permettre des actions personnelles en régions, qui vont de la communication médias à la distribution de documentation (à fournir par la ligue contre le cancer), en passant par le port du t-shirt technique avec les logos ALIAM etc...

Les membres de l'association sont également des vecteurs directs des valeurs de notre engagement liant activité physique quotidienne, nourriture et santé. Chacun d'entre eux transmettra naturellement ce message au sein de sa famille, ses amis, son entourage ou son club.

Enfin, les liens sportifs entretenus en Tunisie avec d'autres associations sportives par des participations croisées permettent de porter encore plus loin et plus souvent notre message de lutte contre les cancers.

C'est donc tout au long de l'année que RAID EVASION RUN est porteuse de ces messages dans le cadre de toutes ses actions qu'il s'agisse des week end thématiques à son programme, ou de son engagement dans d'autres manifestations comme octobre rose ou les journées mondiales contre le cancer.



## Visite à l'hôpital



## Des associations mobilisées

---



ATCC



*pour la vie*



## Des partenaires engagés

---



## Un transporteur citoyen

---





Rendez-vous en 2012 pour de nouvelles aventures...

# Pressbook

---

*TransOasis du Sud Tunisien*

**Edition 2011**

# Web

---

## Retombées WEB

Date de publication	Thématique	Titre de l'article	Support	Type	Audience
11 Janvier 2011	Blog d'information	La 15ème édition de la trans Oasis du Sud Tunisien : une belle semaine sous le soleil du 20 au 27 mars prochain !	<a href="http://www.paperblog.com">www.paperblog.com</a>	Blog	
Février 2011	Site d'information contre le cancer du sein	Agendas des manifestations	<a href="http://www.europadonna.fr/agenda/agenda.html">http://www.europadonna.fr/agenda/agenda.html</a>	Site internet officiel	
1er Février 2011	Sports	Raid Evasion Run : Tunisie et Chypre au printemps	<a href="http://www.jogging-international.net">www.jogging-international.net</a>	Site internet sportif	
Mars 2011	Blog d'information	La TOST	<a href="http://www.club.quomodo.com">www.club.quomodo.com</a>	Blog	
9 Mars 2011	Communiquées	15 ème Transoasis : Une course pleine d'humanisme	<a href="http://www.actu-communiques-gratuits.com">www.actu-communiques-gratuits.com</a>	Site de communiqués	
14 Mars 2011	Vidéo en ligne	Annonce 15ème transoasis du sud tunisien le 30 Mars	<a href="http://www.youtube.com">www.youtube.com</a>	Site de partage de vidéos en ligne	215
14 mars 2011	Sports	15ème Transoasis	<a href="http://www.athlete-attitude.com">www.athlete-attitude.com</a>	Site internet sportif	
17 Mars 2011	Information	Quatre vernois au départ de la Trans oasis sud tunisien	<a href="http://www.ouestfrance.fr">www.ouestfrance.fr</a>	Site internet d'information	10 313 384
30 Mars 2011	Sports	Evénement	<a href="http://admin.adidasrunningpartners.com">http://admin.adidasrunningpartners.com</a>	Site internet sportif	
Avril 2011	Sports	Un toulousain raconte la Trans'Oasis	<a href="http://www.runningmag.fr">http://www.runningmag.fr</a>	Site internet sportif	
6 Avril 2011	Information	Belles performances de l'athlétisme vernois en Tunisie	<a href="http://www.ouestfrance.fr">www.ouestfrance.fr</a>	Site internet d'information	8 777 457
13 Avril 2011	Vidéo en ligne	Présentation TOST par Sylvain Bazin	<a href="http://www.youtube.com">www.youtube.com</a>	Site de partage de vidéos en ligne	276
				<b>Total</b>	<b>19 091 332</b>

## La 15e édition de la Trans Oasis du Sud Tunisien: une belle semaine sous le soleil du 20 au 27 mars prochain!

Publié le 11 janvier 2011 par [Sylvainbazin](#)

Décidément je vais passer pas mal de temps dans les déserts de l'Afrique du nord en ce début 2011. Après le Maroc et Zagora et l'Akakus libyen, j'aurai en effet le plaisir de suivre la Trans **Oasis** du Sud Tunisien et de fouler à nouveau les pistes du Chott et de l'Erg oriental. Cette course accessible mais qui compte tout de même 126 kms répartis en 6 étapes s'annonce aussi comme une belle semaine de découverte. Les inscriptions sont encore ouvertes, pour un tarif tout compris de 1350 € au départ de la Métropole. Voici une présentation de cette épreuve qui s'annonce sportive, festive et conviviale:



**Trans Oasis du Sud Tunisien** La 15ème édition s'annonce festive ! Une course bien rodée mais qui jusqu'à présent avait tendance à quelque peu cultiver la discrétion, cette épreuve connaîtra cette année un nouveau départ avec plusieurs renforts à la tête de l'équipe organisatrice. Une édition qui reprendra la formule chère au créateur de l'épreuve Jacques Desjardins avec 6 étapes de 21 km au coeur du sud tunisien. Une course itinérante qui permettra aux coureurs de découvrir les différentes facettes du grand sud, en courant à travers le Chott, l'erg oriental, les canyons et bien sûr en s'offrant une belle escapade dans les étendues désertiques et les dunes. Le parcours, entièrement balisé, propose des ravitaillements tous les 5 km. L'hébergement en hôtels confortables, les visites touristiques, la possibilité de réaliser des randonnées pour les accompagnateurs pendant les étapes, font de cette course une belle semaine de vacances en même temps qu'un réel défi sportif. Le format de l'épreuve ainsi que la date de l'évènement permettent en effet aussi bien aux coureurs aguerris de s'offrir de belles luttes ou une préparation "choc" pour des épreuves plus difficiles, qu'aux "débutants" de se lancer un défi intéressant, accessible mais pas anodin, pour rêver ensuite participer à des courses désertiques plus longues. L'organisation soutient également la cause du dépistage du **cancer du sein** et du développement du sport féminin en Tunisie en association avec le ministère du sport tunisien. Cette quinzième édition se déroulera du 20 au 27 mars 2011. Il est encore temps de vous inscrire !> [Le site de la course...](#)



<http://www.europadonna.fr/agenda/agenda.html>

---

20 AU 27 MARS 2011

Lyon - Tunisie



Solidarité avec les femmes tunisiennes :

Trans Oasis du Sud Tunisien du 20 au 27 mars 2011  
[en savoir +](#)

01/02/2010 [Articles](#) > [Courses](#) > [raid](#)

## ***Raid Évasion Run : Tunisie et Chypre au printemps***



À noter sur vos agendas, ces deux destinations de courses organisées par Raid Évasion Run. Absente du calendrier 2009, **la Trans-Oasis du Sud tunisien fêtera sa 15<sup>e</sup> édition en 2010, du 14 au 21 mars**. Au programme, un semi-marathon par jour pendant six jours, soit 126 km que les concurrents couvriront à leur rythme, sans temps éliminatoire. Les accompagnants sont les bienvenus, à qui il sera proposé une randonnée quotidienne à la carte. Sur de nouvelles pistes du désert tunisien, compétiteurs et coureurs pour le plaisir se retrouveront dans cette épreuve où solidarité et convivialité ne sont pas de vains mots.

Sur le même principe alliant course et découverte du pays, l'île de Chypre vous ouvrira ses chemins à l'occasion de l'**Aphrodite Run, du 8 au 15 mai 2010**. Six jours et 126 km là encore, sur une terre où les vestiges des civilisations passées sont toujours présents dans un état de conservation exceptionnel.

Toutes les infos sur [www.raidevasionrun.com](http://www.raidevasionrun.com) ou par mail à [raidevasionrun\\_ANTI SPAM @aol.com](mailto:raidevasionrun_ANTI_SPAM@aol.com)



## **LA TOST**

Les évènements politiques du nord de l'Afrique nous ont longtemps laissé penser que la Tost (trans oasis sud tunisienne) organisée par raid éviction run n'aurait pas lieu.

Pourtant, Roger Tudela Mesurant les risques encourus a décidé d'emmener avec lui 30 personnes – coureurs et marcheurs.

Durant six jours les 21 coureurs se sont affrontés chaque matin pendant 21 km sur des parcours atypiques : bord de mer, canyon, désert de sel, désert de sable, oasis passant du bleu de la mer, aux pierres rouges des plateaux tabulaires, au sable blanc des déserts et au vert des palmiers. Un régal pour les yeux, des souvenirs imprimés fortement dans notre tête.

Une organisation parfaite qui nous a permis de nous sentir en totale sécurité notamment lors des étapes et notamment celle à la frontière lybienne.

Un petit groupe avec une telle complicité, une affection, un soutien notamment pour accompagner notre nutritionniste à l'hôpital de Douz pour une conférence sur le traitement du cancer par la nutrition ;

Au plan sportif, les vernois ont hautement représenté les couleurs de Vern et fait honneur à leur sponsor. Ils ont terminé :

- 1<sup>er</sup> par équipe en totalisant, sur 3 coureurs, 37 heures de course
- 3<sup>ème</sup> au classement général pour Christian Coudert (et 1<sup>er</sup> V2)
- 5<sup>ème</sup> pour Alain Rousseau
- 7<sup>ème</sup> pour Chantal Rousseau (et 1<sup>ère</sup> féminine)
- 15<sup>ème</sup> pour Chantal Coudert

Au-delà des exploits sportifs, nous retiendrons surtout de cette semaine un enrichissement à tout point de vue et surtout côté humain

Nous avons été reçus comme des « rois » par des Tunisiens pleins d'espoir après la révolution qui attendent que les touristes reviennent. Ils sont heureux de pouvoir nous parler librement, d'envisager l'avenir fort de leurs propositions et convictions.

Un coup de chapeau et un grand merci à Roger et à ses staff de course, médical et paramédical de nous avoir permis de vivre cette 15<sup>ème</sup> édition de la Tost, véritable aventure

***15ème TRANSOASIS : Une course pleine d'humanisme***

09/03/11 • Catégories [ACTUALITES - DIVERS](#), [SOCIAL - ASSOCIATION](#)

L'association Raid évasion Run, qui regroupe des coureurs amoureux de la nature et respectueux des cultures, organise la 15ème Transoasis du sud tunisien du 20 au 27 mars 2011. Ceci en partenariat avec ALIAM, l'Association des Ligues Francophones Africaines et Méditerranéennes contre le cancer.

Au sein d'un même mouvement, les sportifs et les associations contre le cancer (tunisiennes et françaises) ont tenu à marquer leur solidarité avec le peuple tunisien, en marche vers la démocratie, en organisant cette 15ème édition sur le sol de Tunisie. En collaboration avec le ministère de la jeunesse et des sports Tunisien, l'épreuve de course à pied se déroulera en 6 étapes de 21 km pour une distance totale de 126 km. Les coureurs venant de toutes l'Europe et de Tunisie pourront concourir sur des pistes variées, du bord de mer serpentant entre les oliviers aux pistes des hauts plateaux tabulaires de la région de Tataouine, en passant par les dunes de la ville de Douz. À chaque ville étape, un message de prévention et de sensibilisation sur le cancer sera diffusé en direction des populations locales par des médecins et scientifiques. Une conférence de clôture, sous la présidence du professeur BENAYED, Président de l'association tunisienne contre le cancer, sera organisée le jour de l'arrivée de la course à Djerba le 27 mars 2011 à l'hôtel ISIS. Il s'en suivra, bien évidemment, la remise des trophées pour les sportifs.

Pour obtenir de plus amples informations sur l'organisation du 15ème Transoasis n'hésitez pas à nous contacter :

M. Roger TUDELA Président de l'association RAID EVASION RUN

Tél : 06 10 85 89 03 – Mail : [raidevasionrun@aol.com](mailto:raidevasionrun@aol.com),

Plus d'infos sur la 15ème édition de la Transoasis : <http://www.raidevasionrun.com>

## Annonce 15 ème trans oasis du sud Tunisien le 30 mars

[rogertudela](#)

1 vidéo



0:37 / 9:37

360p

211 vues

De : [rogertudela](#) | Créé le : 14 mars 2011

du 19 au 26 mars 2011 course a pieds dn 6 étapes ( 126 KM en 6

1 aiment, 0 n'aiment pas

Tous les commentaires (1)

[tout afficher](#)

[Répondre à cette vidéo...](#)

Super..je partage..

NouraMorin il y a 1 mois

[Afficher tous les commentaires >](#)

---

**15ème TRANSOASIS** : Une course pleine d'humanisme Flux RSS Gratuit sur Athlete-Attitude.com, Le magazine en ligne de l'athlète.  
(14/03/2011)

L'association Raid évasion Run, qui regroupe des coureurs amoureux de la nature et respectueux des cultures, organise la 15ème Transoasis du sud tunisien du 20 au 27 mars 2011. Ceci en partenariat avec ALIAM, l'Association des Ligues Francophones Africaines et Méditerranéennes contre le cancer.

Au sein d'un même mouvement, les sportifs et les associations contre le cancer (tunisiennes et françaises) ont tenu à marquer leur solidarité avec le peuple tunisien, en marche vers la démocratie, en organisant cette 15ème édition sur le sol de Tunisie.

En collaboration avec le ministère de la jeunesse et des sports Tunisien, l'épreuve de course à pied se déroulera en 6 étapes de 21 km pour une distance totale de 126 km. Les coureurs venant de toutes l'Europe et de Tunisie pourront concourir sur des pistes variées, du bord de mer serpentant entre les oliviers aux pistes des hauts plateaux tabulaires de la région de Tataouine, en passant par les dunes de la ville de Douz.

À chaque ville étape, un message de prévention et de sensibilisation sur le cancer sera diffusé en direction des populations locales par des médecins et scientifiques. Une conférence de clôture, sous la présidence du professeur BENAYED, Président de l'association tunisienne contre le cancer, sera organisée le jour de l'arrivée de la course à Djerba le 27 mars 2011 à l'hôtel ISIS. Il s'en suivra, bien évidemment, la remise des trophées pour les sportifs.

Pour obtenir de plus amples informations sur l'organisation du 15ème Transoasis n'hésitez pas à nous contacter :

M. Roger TUDELA Président de l'association RAID EVASION RUN

Tél : 06 10 85 89 03 – Mail : raidevasionrun@aol.com,

Plus d'infos sur la 15ème édition de la Transoasis : <http://www.raidevasionrun.com>

---

## Quatre Vernois au départ de *la Trans oasis sud tunisien* - Vern-sur-Seiche

Jeudi 17 mars 2011

---



Deux couples de sportifs vernois, adhérents de l'USV athlétisme, prendront le départ dimanche prochain pour la Tunisie. Leur but : participer à la Tost (Trans oasis sud tunisien), une course qu'ils ont prévue de longue date, et qu'ils ont décidé de maintenir malgré les événements politiques.

Chantal et Christian Coudert accompagnés de Chantal et Alain Rousseau seront sur le départ avec une trentaine de coureurs français, suisses et belges. « **Nous n'avons pas hésité à maintenir notre participation, en plus de courir pour une bonne cause, c'est un moyen de montrer notre soutien au pays à travers le sport.** »

Cette course, dite accessible, compte tout de même 126 km répartis en six étapes et a comme particularité le soutien d'une double action : le développement du sport féminin en Tunisie et la sensibilisation de la population sur le dépistage du cancer du sein.

Ce raid se décline chaque jour en une épreuve de semi-marathon, entièrement sur pistes balisées. Il comporte un classement individuel mais aussi par équipes, ce qui en fait un beau challenge à relever. Il est ouvert à tous et se déroule à allure libre.

Les quatre sportifs vernois sont bien préparés pour l'épreuve : « **Nous sommes prêts et envisageons sereinement l'épreuve en ayant fait la Costa Rica dans des conditions plus difficiles.** »

Les après-midi libres seront pour eux l'occasion de découvrir la diversité des paysages et la richesse de la culture tunisienne.



<http://admin.adidasrunningpartners.com/>

## EVENEMENT

30.03.2011 / [Actu](#)



### RENCONTRE AVEC CORINNE PEIRANO

#### LA TRANS OASIS

#### AU SUD TUNISIE

**Corinne Peirano** : *La Tans Oasis du Sud Tunisien fait office de 2eme course a étapes pour moi après la trance Aquitaine..une expérience supplémentaire sur le plan sportif avec ce total de 126 km réalisé en 6 étapes de 21km chacune sur des parcours à la fois diversifiés et technique .une belle action humanitaire soutenue par la TOST,,L'ALIAM et la ligue contre le Cancer avec la conférence:Prévention et Nutrition donnée à l'hopital de Douz (Sud Tunisien) des belles rencontres humaines également*

*Merci a Frédéric Millet Sylvain Bazin pour les belles photos*



---

## Un Toulousain raconte la Trans'Oasis !



La Trans Oasis du Sud Tunisien (TOST) est une épreuve sur piste de 126 km en 6 étapes de 21 km, soit un semi-marathon par jour ; départ et arrivée à Djerba avec une boucle dans le désert (Douz) en passant par Tataouine et Matmata. La 15<sup>e</sup> édition de la TOST s'est tenue du 20 au 27 mars 2011 dans des conditions particulières après les récents événements survenus en Tunisie. Roger Tudela le président de l'association Raid Evasion Run organisatrice de cette épreuve a tenu à ce que cette 1<sup>ère</sup> épreuve internationale de course à pied depuis la révolution ait lieu malgré les difficultés d'organisation afin d'exprimer la solidarité internationale au peuple tunisien, après s'être néanmoins assuré sur place que la sécurité de tous les participants serait assurée. Cette édition est parrainée par le Ministère de la jeunesse et des Sports tunisien et soutient cette année une action de sensibilisation de la population au dépistage du cancer du sein. Ce raid combine sport et découverte des territoires et des hommes : matinées réservées à la course (ou à la marche pour les accompagnateurs qui pouvaient choisir une portion du parcours emprunté par les coureurs) et après midi réservés à des visites guidées pour aller à la rencontre des populations locales ou à la récupération pour ceux qui ont souffert le matin ; les étapes très variées permettent de partir à la découverte de paysages grandioses hors des sentiers battus : bord de mer, dunes, palmeraies, chott (lac salé asséché), plateaux caillouteux, villages berbères, ...

Arrivée en Tunisie :

Me voilà à Djerba par un beau temps et une température clémente de 20°C.

Une fois installé à l'hôtel, je vais faire un petit footing sur la plage, histoire de me dérouiller un peu les jambes après 4h d'avion (escale à Marseille).

Avant le repas, réunion avec l'organisation qui nous présente l'épreuve ; finalement nous ne serons que 21 coureurs (plus une douzaine de marcheurs), après plusieurs désistements suite aux événements survenus en Tunisie : c'est dommage pour l'organisateur et ça enlève un peu d'intérêt sportif à la course, mais ça permettra de faire rapidement connaissance avec tout le monde et ça n'en sera que plus convivial.

<< 1<sup>ère</sup> étape : **lundi 21/03, étape Ben Gardane (21 km)**

Transfert en 4x4 pour rejoindre le départ de l'étape : on quitte l'île de Djerba et on rejoint le continent en empruntant la voie romaine (passage de 7 km construit par les romains en eau peu profonde).

Départ de la course à 9h30 : la 1<sup>ère</sup> partie se déroule par une température agréable sur une piste sablonneuse au milieu d'un champ d'oliviers avec des oliviers à perte de vue (la Tunisie est le 3<sup>e</sup>

producteur mondial d'olives), puis dans la 2<sup>e</sup> partie de la course, on rejoint le bord de mer et on traverse plusieurs chotts (lacs salés) asséchés en prenant soin de rester sur la piste pour ne pas s'enfoncer dans la glaise. Je dépasse quelques marcheuses du groupe qui ont commencé l'étape au 10<sup>e</sup> ou au 15<sup>e</sup> km, puis au bout d'une étape relativement roulante, je passe la ligne d'arrivée en 2<sup>e</sup> position derrière Sylvain Bazin un globe-trotter de la course à pied qui revient d'un ultra au Népal : la 1<sup>ère</sup> place de l'épreuve lui semble promise.

Liaison en 4x4 jusqu'à Tataouine (ancien bastion de la légion étrangère) et visite dans l'après-midi du village berbère de Chenini avec ses maisons troglodytes.

### << 2<sup>e</sup> étape : lundi 22/03, étape Tataouine (21 km)

On sort de la ville en 4x4 pour se rendre au départ de l'étape.

Départ à 9h : le parcours est plus accidenté que hier avec un peu de dénivelé et de la caillasse ; on emprunte une piste au milieu de plateaux dignes d'un décor de western (il ne manque plus que les signaux de fumée des indiens) et on croise quelques troupeaux de chèvres. Je cours les 5 premiers km avec Sylvain puis il se détache pour aller chercher sa 2<sup>e</sup> victoire d'étape : l'impression de hier était juste, il devrait sans problème finir 1<sup>er</sup> de cette épreuve. Je finis donc cette étape seul ; comme hier je croise les marcheuses qui m'encouragent et je franchis donc la ligne d'arrivée en 2<sup>e</sup> position. L'étape était plus dure que hier et les écarts sont donc plus importants d'autant plus que certains se sont trompés de chemin malgré un balisage bien fait. On se connaît déjà pratiquement tous dans le groupe du fait du petit nombre de participants et l'ambiance est très bonne ; tous les arrivants sont encouragés, notamment la dernière concurrente Myriam à qui ses enfants ont offert l'inscription à l'épreuve (un beau cadeau mais un peu empoisonné tout de même pour elle qui n'a que très peu d'entraînement).

Grosse liaison de 200 km en 4x4 dans l'après-midi pour rejoindre Douz aux portes du Sahara.



### 3<sup>e</sup> étape : mercredi 23/03, étape Douz (21 km)

40 minutes de 4x4 pour rejoindre le départ de l'étape : au programme du sable, du sable et encore du sable car contrairement à ce qui était annoncé, aujourd'hui c'est une étape dunes uniquement car le chott que l'on devait traverser est inondé.

Départ à 10h : la consigne est de suivre les traces de 4x4 sans s'en écarter sous risque de se perdre. Il y a du vent, ce qui soulève le sable ; ce sable étant très fin (presque comme de la farine), il s'engouffre partout : dans les oreilles, dans les narines et même dans la bouche. Chacun a sa technique pour éviter que le sable ne pénètre dans les chaussures : scotch, chaussette ou bas au-dessus de la chaussure, guêtré, et même trou dans la chaussure et la chaussette pour évacuer le sable ou encore plus simple, rien et on s'arrête régulièrement pour vider ...

Les 4x4 s'enlisent les uns après les autres et on en double plusieurs car finalement on va plus vite en courant.

Je suis toujours en compagnie du vainqueur des étapes précédentes mais je m'aperçois qu'il n'est pas à l'aise dans le sable ; au dernier km, nous sommes toujours ensemble, mais je parviens finalement à le lâcher pour franchir la ligne avec 5 secondes d'avance au terme d'une superbe étape de désert. On verra demain si je n'ai pas laissé trop de forces dans cette étape.

Une fois arrivé, c'est un plaisir de se déchausser et de marcher pieds nus dans le sable chaud. Retour à l'hôtel, repas et après-midi détente dans une piscine d'eau chaude naturelle à 31 °.

Demain, retour dans les dunes.

### >> 4<sup>e</sup> étape : jeudi 24/03, étape Douz n°2 (21 km)

Départ 8h30 : il fait presque froid ; même type d'étape que hier avec du sable et du vent mais avec une partie plus roulante en milieu d'étape (avec de la végétation) pour se terminer par quelques grosses dunes. C'est assez usant de courir dans les dunes car les appuis sont fuyants et à chaque foulée, on se demande si le pied va s'enfoncer de 5, 10 ou 20 cm !

Comme lors des précédentes étapes, je cours avec Sylvain mais j'ai laissé quelques forces dans l'étape d'hier et je ne peux pas le suivre lorsqu'il accélère au 6<sup>e</sup> km ; il remet les pendules à l'heure en remportant l'étape avec 2 minutes d'avance.

L'après-midi, rencontre avec le personnel médical de l'hôtel de Douz dans le cadre du soutien à la lutte contre le cancer du sein ; la diététicienne- nutritionniste Corinne Peirano qui participe à l'épreuve,

expose les bienfaits du sport et d'une alimentation équilibrée dans la lutte contre le cancer et un docteur de l'hôpital explique ce qui est fait en Tunisie pour lutter contre cette maladie.

### << 5<sup>e</sup> étape : vendredi 25/3 , étape Matmata (21 km)

Liaison de 1h30 en 4x4 entre Douz et Matmata.

Départ de l'étape à 9h : retour sur sol dur avec un début d'étape un peu monotone (piste en ligne droite sur du plat) puis une fin d'étape splendide avec du dénivelé, des paysages façonnés par l'érosion, des palmiers et un col avant une descente menant à l'arrivée sous un soleil commençant à chauffer. Je cours les 13 premiers km avec mon compagnon d'échappée habituel qui se détache ensuite et finit 1 minute devant. A l'arrivée, nous faisons une haie d'honneur à Myriam qui fête son anniversaire.

A midi, repas à Matmata où a été tourné un des épisodes de 'la guerre des étoiles' et ensuite liaison vers Djerba. En chemin, nous nous arrêtons pour visiter une maison troglodyte: dans la cuisine, de grosses amphores sont utilisées pour conserver les aliments. Sur la route de Djerba, nous croisons sur le bord de la route des marchands qui vendent dans des bidons de l'essence en provenance de Libye: le litre de super est là-bas à 10 cents, si vous vous y aller faire le plein ... Nous empruntons un bac (10 minutes de traversée) pour nous rendre sur l'île de Djerba: nous aurons ainsi emprunté les 2 voies permettant d'aller à Djerba en voiture.

105 km dans les jambes et demain dernière étape.

### << 6<sup>e</sup> étape : samedi 26/3 , étape Guellala (21 km)

Nous voilà de retour sur l'île de Djerba pour la dernière étape; 30 minutes de 4x4 pour se rendre au départ de la course où nous démarrons à 8h30 sous un beau soleil.

Aujourd'hui, parcours roulant (mais cela reste de la piste avec des bosses et des cailloux) avec un 1<sup>ère</sup> partie le long de la mer et une 2<sup>e</sup> partie au milieu d'oliviers et de palmiers.

Sylvain Bazin annonce avant le départ qu'il veut finir sous les 10h au général ce qui implique de terminer l'étape en moins de 1h28 ; dès le départ il accélère et se détache. Il termine en 1h27'30" (objectif atteint) et je termine en 2<sup>e</sup> position 10min plus tard.

Surprise au 13<sup>e</sup> km: la piste a été labourée, ce sont les aléas des courses nature (heureusement il y a les traces des 4x4).



Tous les concurrents terminent cette belle épreuve et l'émotion est palpable sur la ligne d'arrivée : c'est un curieux mélange de joie et de tristesse, joie d'avoir bouclé ce périple de 126 km (certains ont souffert soit à cause de douleurs, soit à cause d'un entraînement un peu léger et ont donc terminé au courage), tristesse que l'aventure se termine. Pour ma part, je termine sans blessure ni douleur (à part 3 petites ampoules); j'ai apprécié cette formule de course par étapes où la gestion de l'effort et la récupération sont primordiales pour bien finir.

Le soir, soirée de gala avec remise des récompenses en présence du responsable de l'office de tourisme tunisien.

Classement général: 1<sup>er</sup> Sylvain Bazin en 9h59, 2<sup>e</sup> Sylvain Vican en 10h22 et 3<sup>e</sup> Christian Coudert en 11h48 ; la 1<sup>ère</sup> féminine Chantal Rousseau (la présidente d'une association de coureurs à pied) est 7<sup>e</sup> au général.

Voilà, c'est la fin d'une très belle aventure sportive et humaine qui restera dans nos mémoires, alliée à la découverte d'une très belle région ; le retour au train-train quotidien promet d'être difficile.

Bravo à l'organisation car le contexte était difficile. Les tunisiens nous ont accueilli avec beaucoup de gentillesse et ont été très sensibles à notre participation dans une période où les touristes sont peu nombreux.

Rendez-vous pour la 16<sup>e</sup> édition en mars 2012.

Sylvain Vican

## Belles performances de l'athlétisme vernois en Tunisie - Vern-sur-Seiche

Mercredi 06 avril 2011



Des Vernois rentrent de Tunisie où ils ont fait partie de la première délégation de sportifs se rendant dans le pays depuis les événements politiques.

Une vingtaine de coureurs se sont affrontés durant six jours sur les pistes chamelières, sur les plateaux tabulaires et dans les dunes du désert à l'occasion de la Tost (Trans oasis sud tunisien)

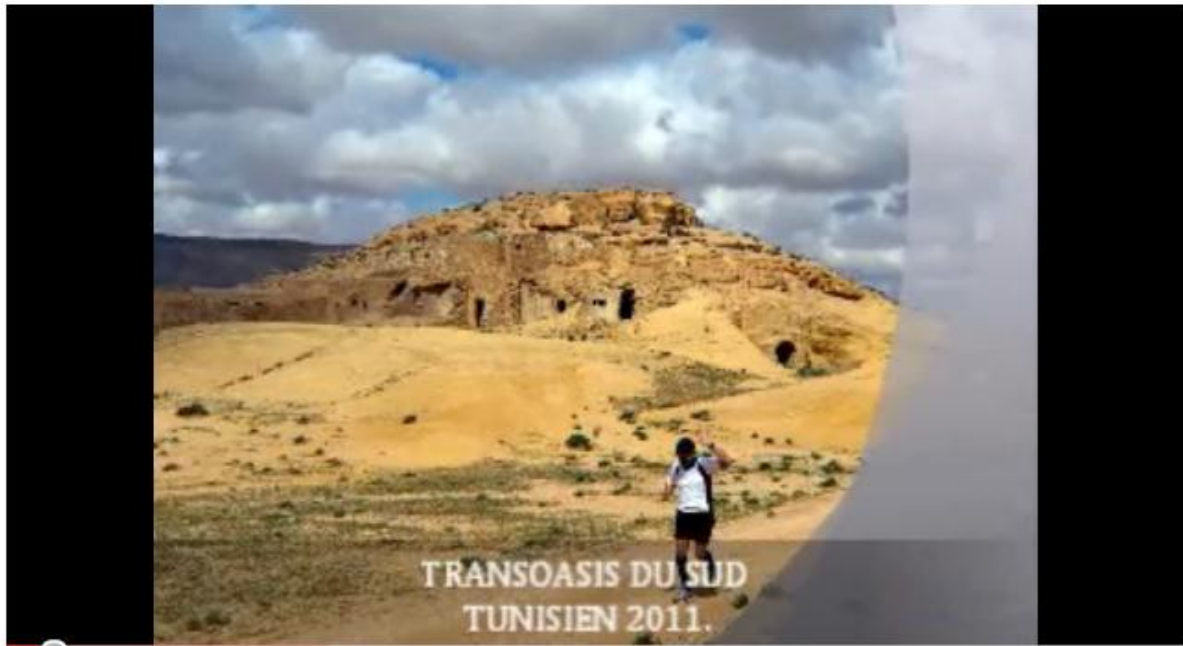
**« 15<sup>e</sup> édition, cette épreuve 2011 de course à pied (21 km par jour) restera gravée dans nos mémoires, pour les paysages fabuleux traversés, pour la convivialité du groupe, pour l'engagement de certains coureurs dans le domaine de la santé, pour l'organisation parfaite et réussie par Raid évasion run mais surtout pour la rencontre avec les Tunisiens en marche pour une nouvelle démocratie »,** témoignent les Vernois.

Ils ajoutent : **« Ravis de voir des Français et des Belges fouler à nouveau leur sol, ils n'ont eu de cesse de nous approcher, de nous parler de leurs espoirs savourant cette liberté d'expression, de nous féliciter d'être revenus et de leur faire confiance. Nous leur avons promis d'être leurs « ambassadeurs » en France et de relater les conditions dans lesquelles notre périple s'est déroulé, c'est-à-dire en deux mots en toute sérénité et en toute sécurité. »**

Côté sportif, les quatre Vernois engagés ont établi un joli palmarès : 1<sup>er</sup> par équipe, 3<sup>e</sup> au classement général pour Christian Coudert (et 1<sup>er</sup> et V2), 5<sup>e</sup> et pour Alain Rousseau (3<sup>e</sup> et V2), 7<sup>e</sup> et pour Chantal Rousseau (1<sup>re</sup> féminine et 1<sup>re</sup> V2), 15<sup>e</sup> et pour Chantal Coudert (3<sup>e</sup> et V2).

## TOST.wmv

[sybazin](#) 14 vidéos



0:05 / 3:08 240p

**276** vues

Ajoutée par [sybazin](#) le 13 avril 2011

0 aiment, 0 n'aiment pas

La Transoasis est une course de six étapes de 21 kilomètres à la  
[Plus](#)

Tous les commentaires (0)

Répondre à cette vidéo...

## TRANS - OASIS DU SUD TUNISIEN



[www.raid evasionrun.com](http://www.raid evasionrun.com)

### Information

Category:  
Sports & Recreation - General Sports

Description:  
le groupe des amoureux de la course à pied hors stade dans les plus beaux sites du monde

Privacy Type:  
Open: All content is public.

### Admins

- Roger Tudela (France) (creator)

### Members

6 of 523 members [See All](#)



Dominique Chevalme



Pro Du Sport



Jean Charles Comazzetto



Anne-Marie Olivi-Sandrini



Mamounette Raid Evasion Mimi



Bv Trail

[Report Group](#)

## raid evasion run [Join](#)

[Wall](#) [Info](#) [Discussions](#) [Photos](#)



raid evasion run created an event.



**raid limité à 100 participants.**  
Sunday, March 18, 2012 at 9:00am  
dans le sud Tunisien à partir de Djerba

[31](#) May 13 at 8:05am · [Share](#) · [RSVP to this event](#)



Roger Tudela added 9 new photos to the album [raid evasion run](#).



raid evasion run

[31](#) May 1 at 10:05pm



Roger Tudela un premier clip de la transoasis 2011... sur : <http://www.youtube.com/watch?v=-P58f57Hfr4>



TOST.wmv

[www.youtube.com](http://www.youtube.com)

La Transoasis est une course de six étapes de 21 kilomètres à la découverte des paysages du sud tunisien.

[31](#) May 1 at 9:07am · [Share](#)



Roger Tudela Merci à nos partenaires, Jogging international, raidlight, running conseil, MMA , Veleda, l'ALIAM, l'office du tourisme tunisien, Jamet, Tunisie voyage et Tunisair qui par leur engagement ont pris part à la réussite de l'épreuve.

L'ensemble des prix remis aux sportifs l'ont été grâce à la générosité de Raidlight, Runn...

[See More](#)

March 30 at 3:16pm



Roger Tudela A lire le billet de Sylvain BAZIN, vainqueur de la 15<sup>ème</sup> transoasis du sud tunisien qui s'est déroulée du 20 au 27 mars 2011.

<http://sylvainbazin.blogspot.com/2011/03/transoasis-du-sud-tunisien-retour-sur.html?pref=fb>

A tous rendez vous sur l'île de Chypre en mai prochain ( du 14 au 21 ) et bien sur pour la 16<sup>ème</sup> transoasis en 2012



**Sylvain Bazin: a french trail runner's blog: Transoasis du sud tunisien: retour sur une belle semaine**

[sylvainbazin.blogspot.com](http://sylvainbazin.blogspot.com)

# Presse

---

## Retombées Presse

Date de parution	Thématique	Titre de l'article	Support	Type	Audience
17 Mars 2011	Information	Raid Evasion Run et ALIAM s'impliquent en Tunisie	<b>Le Progrès</b>	Presse Quotidienne régionale	721 000
Mars 2011	Sports	Maroc, Tunisie : la liberté de...courir	<b>Jogging international</b>	Mensuel	
Mars 2011	Information	Quatre Vernois au départ de la Trans Oasis Sud Tunisien	<b>Ouest France</b>	Presse Quotidienne Régionale	2 231 000
Avril 2011	Information	Belles performances de l'athlétisme vernois en Tunisie	<b>Ouest France</b>	Presse Quotidienne Régionale	2 231 000
4 Avril 2011	Information	Roger Tudela : "Une 15 ème Tranoasis riche en émotion"	<b>Le Progrès</b>	Presse Quotidienne Régionale	721 000
Mai 2011	Sports	Une aventure Humaine et Humanitaire	<b>Running Attitude</b>	Mensuel sportif	
Mai 2011	Sports	Article de 4 pages sur le Trans oasis du Sdu Tunisien	<b>Ultrafondus</b>	Mensuel	
Mai 2011	Information	Semi marathon dans les dunes	<b>STEMP saint Etienne magazine</b>	Mensuel régional	6000,00
<b>Total</b>					<b>5 910 000</b>

# « Raid Evasion Run » et « Aliam » s'impliquent en Tunisie

L'association Lyonnaise « Raid Evasion Run », qui regroupe des coureurs amoureux de la nature et respectueux des cultures, et « Aliam » (Association des ligues francophones

africaines et méditerranéennes contre le cancer) ont décidé de s'unir cette année pour joindre à un événement sportif international, une action d'information et de sensi-

bilisation contre le cancer. Le président de « Raid Evasion Run » Roger Tudela explique : « Nous participerons cette année à la 15<sup>e</sup> Transoasis du Sud tunisien qui aura lieu du

20 au 27 mars ». Ainsi une vingtaine de coureurs lyonnais prendront le départ pour Tunis : « Avec les événements, nous avons failli annuler. Et puis nous nous sommes réunis et à l'unanimité nous avons choisi de marquer notre solidarité au peuple tunisien en marche vers la démocratie, en participant à cette 15<sup>e</sup> édition », souligne Roger Tudela.

Côté sportif, l'épreuve se composera de six étapes de course à pied sur une distance totale de 126 km. A l'esprit de compétition se mêlera une mission de prévention et de sensibilisation puisque des messages sur le cancer seront diffusés en direction des populations locales par des médecins tunisiens et français.

A l'arrivée, une conférence, sous la présidence du professeur Benayed, président de l'association tunisienne contre le cancer, clôturera l'événement à Djerba, avant la remise des trophées aux sportifs.



20 coureurs lyonnais participeront à la 15<sup>e</sup> édition de la Transoasis du Sud tunisien. Objectif de ce raid : informer et sensibiliser contre le cancer / Photo DR

**AU DÉPART DE LYON**

**TOUS LES BONS PLANS VOYAGES**  
SUR [LEPROGRES.fr](http://LEPROGRES.fr)

**VOLS** **HÔTELS** **SÉJOURS** **VOITURES**

LE PROGRES **772** en partenariat avec **liligo**

“C'est son défi...”

Aïcha Omrani

41 ans, 1,60 m, 56 kg

#### ÉPISODES PRÉCÉDENTS

Aïcha court depuis l'âge de 12 ans, âge auquel elle a commencé l'athlétisme. Passé sa majorité, elle a découvert les courses hors stade, 10 km pour commencer (c'est toujours sa spécialité), puis semi et marathon. 3h49 sur la distance à Marrakech en janvier 2010, 3h47 à Vienne et



3h37 à Metz (son record).

En septembre dernier, on lui demande si elle veut participer au Marathon des Sables (dans le Sud-Maroc du 3 au 9 avril 2011). Elle ne connaît pas la course, mais elle dit oui :

« Ce n'était qu'un marathon de plus et nous étions aidés financièrement, j'ai accepté. »

Mais le Marathon des Sables, ce n'est pas qu'un

marathon : « Lorsque j'ai vu que la course durait une semaine, j'ai eu un peu peur. »

Mais Aïcha ne renonce pas : « Je suis une combattante, j'ai passé mon bac à 30 ans. J'ai le goût du défi et je ne baisse jamais les bras. De plus, j'avais donné ma parole. »

#### LE MOIS DERNIER, J'AI...

Continué à m'entraîner, le plus souvent toute seule. Je n'ai travaillé que le foncier de novembre à décembre. En janvier, j'ai intégré un sac à dos contenant 3 kg, pour m'habituer à courir avec un poids supplémentaire.

En février, je suis passée au sac de semoule de 5 kg... Je cours 60 à 70 km par semaine. J'ai hâte de prendre du plaisir sur le MDS et surtout de franchir la ligne d'arrivée ! » M.C.

...courir le Marathon des Sables”

# Maroc, Tunisie : la liberté de... courir



PHOTO VINCENT LYKY

« On a été surpris de voir des bidonvilles sur le parcours », ont dit Dominique et Michelle, deux Franciliens qui ont couru le marathon de Marrakech, organisé le 30 janvier dernier. Un parcours à l'image d'un Maroc partagé entre aisance et pauvreté. Car si les marathoniens longent, du 22<sup>e</sup> au 32<sup>e</sup> kilomètre, une palmeraie rayonnante qui abrite des villas luxueuses, on peut aussi voir sur le parcours, outre les bidonvilles, des immeubles délabrés et, à l'inverse, d'autres en construction. Directrice de l'agence de voyages Escapades à Orléans, Françoise Chanteloup, impliquée dans l'organisation du marathon, confirme que le roi Mohamed VI accélère la construction de logements pour les plus démunis. Mais que la pauvreté existe toujours et que les jeunes diplômés ont du mal à s'en sortir, en témoignent les manifestations récentes. En tout cas, la participation est internationale pour un semi et un marathon qui ont rassemblé 6 000 coureurs, avec aussi beaucoup de jeunes (et moins jeunes) Marocains dans le peloton. La liberté de courir existe au Maroc comme en Tunisie où Roger Tudela maintient, malgré les derniers événements, l'organisation de la 15<sup>e</sup> Transoasis ([www.raidevasionrun.com](http://www.raidevasionrun.com)) prévue du 20 au 27 mars prochain. Un raid en six étapes de 21 km avec course dans le désert tunisien le matin et tourisme ou rencontres l'après-midi. « Le peuple tunisien a plus que jamais besoin de la solidarité internationale », estime l'organisateur. Ph.M.

## Rangez ces mp3 que nous ne saurions voir

Rassurez-vous, pour l'instant, c'est aux USA que cela se passe. Plus exactement dans l'Arkansas et dans l'État de New York où plusieurs représentants vont déposer prochainement des propositions de loi visant à interdire le port de mp3, iPod ou autre walkmans, s'il en reste, lors de la pratique de la course à pied. Une interdiction qui serait dans un premier temps limitée aux secteurs de flux automobile dense ou sur les trottoirs en centre-ville et, éventuellement, dans une version édulcorée à une seule... oreille. Une affaire dont on... entendra sans doute reparler. FB.



PHOTO VINCENT LYKY

éc

### Vern-sur-Seiche

Deux couples de sportifs vernois, adhérents de l'USV athlétisme, prendront le départ dimanche prochain pour la Tunisie. Leur but : participer à la Tost (Trans oasis sud tunisien), une course qu'ils ont prévue de longue date, et qu'ils ont décidé de maintenir malgré les événements politiques.

Chantal et Christian Coudert, accompagnés de Chantal et Alain Rousseau seront sur le départ avec une trentaine de coureurs français, suisses et belges. « Nous n'avons pas hésité à maintenir notre participation, en plus de courir pour une bonne cause, c'est un moyen de montrer notre soutien au pays à travers le sport. »

Cette course, dite accessible, compte tout de même 126 km répartis en six étapes et a comme particularité le soutien d'une double action : le développement du sport féminin en Tunisie et la sensibilisation de la population sur le dépistage du cancer du sein.

Ce raid se décline chaque jour en une épreuve de semi-marathon, entièrement sur pistes balisées. Il comporte un classement individuel

### Quatre Vernois au départ de la Trans oasis sud tunisien



Chantal et Alain Rousseau, Chantal et Christian Coudert à la salle de musculation où ils complètent leur entraînement chaque semaine.

mais aussi par équipes, ce qui en fait un beau challenge à relever. Il est ouvert à tous et se déroule à allure libre.

Les quatre sportifs vernois sont bien préparés pour l'épreuve : « Nous sommes prêts et envisageons sereinement l'épreuve en ayant fait la Costa Rica dans des conditions plus difficiles. »

Les après-midi libres seront pour eux l'occasion de découvrir la diversité des paysages et la richesse de la culture tunisienne.

## Vern-sur-Seiche

### Belles performances de l'athlétisme vernois en Tunisie

Des Vernois rentrent de Tunisie où ils ont fait partie de la première délégation de sportifs se rendant dans le pays depuis les événements politiques.

Une vingtaine de coureurs se sont affrontés durant six jours sur les pistes chamelières, sur les plateaux tabulaires et dans les dunes du désert à l'occasion de la Tost (Trans oasis sud tunisien)

« 15<sup>e</sup> édition, cette épreuve 2011 de course à pied (21 km par jour) restera gravée dans nos mémoires, pour les paysages fabuleux traversés, pour la convivialité du groupe, pour l'engagement de certains coureurs dans le domaine de la santé, pour l'organisation parfaite et réussie par Raid évasion run mais surtout pour la rencontre avec les Tunisiens en marche pour une nouvelle démocratie », témoignent les Vernois.

Ils ajoutent : « Ravis de voir des Français et des Belges fouler à nouveau leur sol, ils n'ont eu de cesse de nous approcher, de nous parler de leurs espoirs savourant cette liberté d'expression, de nous féliciter d'être revenus et de leur faire confiance. Nous leur avons promis



Christian et Chantal Couderc, Alain et Chantal Rousseau.

d'être leurs « ambassadeurs » en France et de relater les conditions dans lesquelles notre périple s'est déroulé, c'est-à-dire en deux mots en toute sérénité et en toute sécurité. »

Côté sportif, les quatre Vernois

engagés ont établi un joli palmarès : 1<sup>er</sup> par équipe, 3<sup>e</sup> au classement général pour Christian Couderc (et 1<sup>er</sup> V2), 5<sup>e</sup> pour Alain Rousseau (3<sup>e</sup> V2), 7<sup>e</sup> pour Chantal Rousseau (1<sup>re</sup> féminine et 1<sup>re</sup> V2), 15<sup>e</sup> pour Chantal Couderc (3<sup>e</sup> V2).

## La brigade

L'inspection a eu lieu en présence de Rémond-Duval, directeur de la brigade de Remonville. La description de l'établissement de cette unité pour chaque année de l'activité de l'arrondissement sera d'annoncer en cours.

## Le bilan

La brigade de personnes, de Saint-Erblon, C... ré, représentant C'était une pre... nant Thierry B... poste à Vern en... Il a mis en av... de la délinqu... teintes aux bie... lages, les autre... bles. 636 crime... répertoriés sur... sur le secteur... vent s'étend... communes co... transfert de po... lice sur le secte...

**LYON**

## Roger Tudela : « Une 15<sup>e</sup> Transoasis riche en émotions ! »

**>> Vous rentrez de Tunisie où votre association RaidEvasionRun organisait la 15<sup>e</sup> Transoasis, comment s'est déroulée la course ?**

Roger Tudela (président) : Il s'agissait du premier événement sportif post-révolution. Nous avons été merveilleusement accueillis, bien au-delà de nos espérances. Une très belle récompense pour les 30 participants qui n'ont pas renoncé à la course, malgré les événements.

**>> De plus, cette année la manifestation intégrait une partie scientifique à la traditionnelle épreuve sportive.**

Tout à fait, nous avons décidé de réaliser, avec nos partenaires, une sensibilisation sur le cancer du sein, auprès des populations locales. Ainsi, après la course qui avait lieu le matin, nous avons organisé des conférences de prévention. Il y a un énorme besoin là-bas, car on constate encore beaucoup de résistances, liées à la culture, qui rendent le diagnostic difficile.

**>> Quel bilan réalisez-vous ?**

Le duo sport-santé a très bien fonctionné, puisque les coureurs se sont même intégrés au programme scientifique. La fusion a été totale. Le petit nombre de participants a provoqué une forte émulation et une énorme solidarité. De plus, la relation avec le peuple tunisien a été exceptionnelle et riche en émotions. Ils s'expriment enfin, parlent de leur situation, de leur futur, c'est vraiment incroyable. Une 16<sup>e</sup> édition est déjà programmée en 2012 !



Roger Tudela (à droite) et Christian Coudert, 3<sup>e</sup> de la course

/ Photo Julien Lequeux

# Une aventure HUMAINE ET HUMANITAIRE

## Résultats

### Hommes

1. Sylvain Bazin 9h59mn32s
2. Sylvain Vican 10h22mn14s
3. Christian Coudert 11h48mn15s

### Femmes

1. Chantal Rousseau 13h05mn49s
2. Geneviève Leroux 13h17mn13s
3. Véronique Boitard 15h02mn06s



C'est le 20 mars 2011 que la 15<sup>e</sup> Transoasis du Sud Tunisien a pris son départ de Djerba, au Sud de la Tunisie. Après un début d'année difficile, c'était une gageure de maintenir cette épreuve dans un pays qui était en train de vivre une révolution et qui devait supporter un exode de milliers de réfugiés, à sa frontière avec la Libye. L'équipe de Raid Evasion Run, après avoir obtenu toutes les garanties en matière de sécurité, a décidé de maintenir l'épreuve, elle n'a pas eu à le regretter. Cette 15<sup>e</sup> Transoasis a été exceptionnelle à plus d'un titre. Sur le plan sportif, l'épreuve a répondu à toutes les attentes, avec la découverte quotidienne des pistes variées, pas un kilomètre de macadam, des oliveraies de la région de Djerba aux dunes des portes du désert en passant par des décors montagneux de cinéma entre Tataouine et Matmata. Nul n'oubliera la blancheur aveuglante des schott traversés (lacs salés) et

le silence absolu, dans lequel les coureurs se retrouvent seuls dans ce désert magique où les dunes s'étendent à perte de vue. Dans cette ambiance extraordinaire, les coureurs se sont affrontés sur les 6 étapes et ce n'est qu'au terme des 126km que se sont dessinées les victoires de Chantal Rousseau chez les femmes et de Sylvain Bazin chez les hommes, qui a bouclé la distance en moins de 10h.

Chacun a pu participer au premier événement sportif post révolutionnaire qui restera dans les mémoires. Pour la première fois, la Transoasis véhiculait un message de prévention contre le cancer du sein. Dans chaque ville étape était présenté un programme scientifique quotidien, en direction des professionnels de santé et des populations locales.

Contact : [www.raidevasionrun.com](http://www.raidevasionrun.com)

## UN TRAIL DE MONTAGNE AUX SOURCES DU VERDON au cœur de la Haute Provence

À compter de cette année, l'aventure de la course de montagne dans le Haut Verdon prend une nouvelle dimension. Le Trail du Val d'Allos et la Grande Traversée des Mélèzes du Mercantour unissent leurs efforts et passent à un rythme biennal. Le 24 juillet 2011 se déroulera le Trail du Val d'Allos, puis en juillet 2012 la Grande Traversée des Mélèzes du Mercantour.

Pour la 19<sup>e</sup> édition, toujours parrainée par Guillaume Le Normand, de nouveaux itinéraires permettront de découvrir le superbe terrain de jeu du Haut Verdon Val d'Allos : un grand parcours de 37,2km (2 255m+) et un petit parcours de 15,5km (770 m+). Par les sentiers et chemins, les trailers s'élèveront sur des superbes points de vue (Col d'Allos, Tête de Vesca, Col de la Sestrière, Montagne de Rougnouse), se faufleront dans des forêts de mélèzes centenaires, gambaderont dans les alpages fleuris et découvriront la nature riche et préservée de la Haute Vallée du Verdon Val d'Allos, aux portes du Parc National du Mercantour.

Contact : OT du Val d'Allos au 04 92 83 02 81 - [www.trailduvaldallos.com](http://www.trailduvaldallos.com)

Le Trail du Val d'Allos fera partie comme à l'accoutumée du Challenge du Haut Verdon et fait son entrée au Challenge des Trails de Provence. Une reconnaissance que les organisateurs mettront un point d'honneur à célébrer en proposant une épreuve construite, comme à l'accoutumée, autour de la convivialité, de la qualité et de la sécurité.

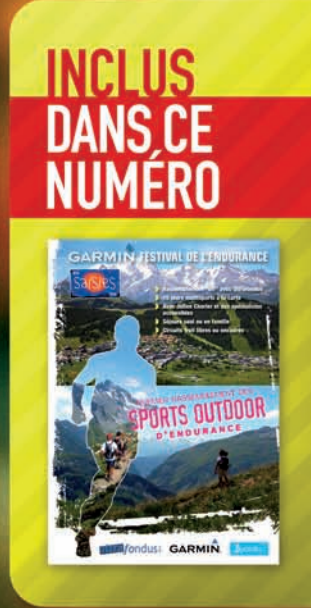
Contact : Challenge des Trails de Provence : [www.trailsdeprovence.fr](http://www.trailsdeprovence.fr)  
Challenge du Haut Verdon : <http://oijs.fr/challenge-du-haut-verdon/>



COURSE À PIED  
TRAIL / ULTRA / RAIDS  
ufo

# ultrafondus

LE MAGAZINE QUI DÉPASSER LES BORNES



# 42,195 KM

## AU SEUIL DES GRANDS HORIZONS

- 6** **Barkley** | L'extrême du trail a un nom
- 44** **Trail du Ventoux** | Exercice de sécurité
- 54** **Off du mois** | Fabuleuses foulées ibériques
- 64** **Lyon Urban Trail** | La course aux 6000 marches
- 80** **Entraînement** | La VMA, pour qui, pour quoi ?

L 15855 - 79 S - F: 6,00 € - RD



n° 79 - MAI 2011  
www.ultrafondus.net

DOM : 6,80 € - BEL 6,70 € - CAN 9,95 \$CA - N CAL 850 CFP - POL 950 CFP

LE COEUR EST-IL INFATIGABLE ?



# « Je n'attends qu'une chose :

COURIR DANS LE  
DÉSERT : CORINNE  
PEIRANO A CONCRÉTISÉ  
CE RÊVE LORS  
DE LA TRANS OASIS  
SUD TUNISIEN FIN  
MARS. PAYSAGES,  
COULEURS ET ODEURS  
L'ONT MARQUÉE,  
COMME LE SABLE ET  
LE VENT ; MAIS LA  
RENCONTRE AVEC UN  
PEUPLE RÉCEMMENT  
LIBÉRÉ, AINSI QUE  
L'IMPLICATION  
MÉDICALE DE  
L'ÉPREUVE NE L'ONT  
PAS NON PLUS LAISSÉE  
INSENSIBLE.



1

**1** PISTES, SABLE, DUNES, MONTAGNE, ON TROUVE DU TRÈS ROULANT ET DU TECHNIQUE LORS DES 6 ÉTAPES ET 126 KM DE LA TOST.

**2** AVEC 21 KM ET TROIS RAVITAILLEMENTS PAR ÉTAPE, LES COUREURS PEUVENT PARTIR LÉGER, DE QUOI VIVRE LE DÉSERT DIFFÉREMMENT.

**Ultrafondus : Tu as participé du 20 au 27 mars à la Trans Oasis Sud Tunisien (TOST) ; explique-nous en quelques mots en quoi consiste cette épreuve.**

**Corinne Peirano :** La TOST est une course à étapes sur six jours à allure libre, six fois 21 km courus sur pistes balisées, sur des parcours variés parfois roulants, parfois techniques, avec deux étapes sur sable, dans le désert saharien. La diversité des paysages ajoute un plus non négligeable sur ce type de course. Chaque étape apportait son lot de surprises quotidiennes : piste sablée au milieu des champs d'oliviers, Chott (lac salé) d'une blancheur aveuglante, pistes caillouteuses, col à franchir lors de l'avant-dernière étape, étape sur littoral méditerranéen, et puis la rencontre avec le désert lors des 3<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> étapes !

**Tu commences à accumuler une solide expérience en course à pied, mais le désert, c'était une première pour toi, non ?**

J'attendais avec impatience cette découverte du désert. J'en rêvais depuis des années mais n'étais pas disponible professionnellement parlant, et j'ai eu la chance de combiner les deux cette année. Et donc le rêve est devenu réalité. Je n'attends qu'une chose, c'est d'y retourner. Quand on a goûté une fois à l'immensité du

désert, on n'a qu'une envie : revivre ces instants magiques. C'est quand même jouissif de se retrouver seule dans un univers inhabituel, entourée de sable sur un parcours vallonné – les dunes – et personne à perte de vue. Ce sable, parlons-en ! Il s'infiltré partout : yeux, bouche, oreilles, narines, chaussures, chaussettes... et ce, en dépit des précautions prises. Mais j'ai adoré courir dans le désert ! On parle souvent de son silence. Que n'ai-je été surprise ! Pas de silence mais un vent persistant, sifflant sans relâche dans les oreilles, à t'en donner le tournis parfois.

**La Tunisie, ça doit aussi être une rencontre avec les pistes, les dunes, les palmeraies et les villages berbères ?**

Ça, c'est le côté complètement hors du temps de la course. Tu te retrouves coupée du monde, du quotidien, dans des paysages aux couleurs extraordinaires, rouge et ocre, où les teintes vertes se mêlent aux nuances brunes, où les parterres fleuris d'un bleu myosotis tranchent sur l'aridité locale. Tu passes d'un jour à l'autre d'un décor digne d'un western à une franche galère dans le désert, à te débrouiller pour trouver une certaine stabilité dans ta course, à te méfier des sables

## c'est d'y retourner »



mouvants dans lesquels tu peux subitement t'enfoncer jusqu'aux genoux, et à force tu reconnais les passages les moins traités, le sable le plus dur, celui qui va te permettre de courir plus vite ou adopter une marche plus sûre, un peu comme lorsque tu cours sur la neige. D'ailleurs, les sensations sont très proches. Ce qui est complètement paradoxal : comparer neige et sable ! Et tu en viens à te demander subitement au beau milieu d'une palmeraie traversée, comment s'en sortent les tiens tandis que toi, tu uses tes semelles sur le quartz tunisien, tout en admirant un troupeau de dromadaires (deux bosses, les dromadaires !). Que d'images ai-je rapportées, que de souvenirs aussi...

**Toutefois, le contexte de cette épreuve est particulier : le président tunisien Ben Ali, au pouvoir depuis 23 ans, a quitté son pays en janvier dernier après avoir réprimé dans le sang une contestation sans précédent de son régime ; comment la TOST a-t-elle trouvé sa place dans cette Tunisie en plein bouleversement ?**

Les événements de cet hiver ont failli avoir raison de la course. Effectivement, programmée avant le renversement du régime Ben Ali, la réalisation de la TOST a reposé

sur de grandes incertitudes durant quelques mois. Il a fallu toute la persévérance de son organisateur, Roger Tudela, pour que la course soit maintenue. Avec un effectif de coureurs réduit certes, 21 participants, mais chacun est venu avec la conscience très forte de participer à un événement sportif exceptionnel au vu des récentes actualités. Côté protection, nous avons l'assurance d'une sécurité exemplaire avec l'encadrement de chaque étape par la police nationale. En fait, il n'y avait aucun risque et l'accueil par les Tunisiens a été très chaleureux. En outre, de nombreux contacts avaient été pris : avec le nouveau régime en place, la presse et la radio tunisienne et de notre côté, nous avons multiplié nos contacts avec les médias français. Ça ne s'est pas fait sans difficulté car l'actualité nous dépassait : après la Tunisie, l'effet domino atteignait l'Égypte puis la Libye...

Le contexte de guerre à proximité a par ailleurs soulevé de nombreuses questions parmi les coureurs sur la légitimité de l'épreuve. Mais ce qui a été déterminant pour leur participation, c'est le programme scientifique prévu en parallèle de la course dont le thème portait sur la prévention du cancer et notamment, le cancer du sein.

**Les teintes vertes se mêlent aux nuances brunes, les parterres fleuris d'un bleu myosotis tranchent sur l'aridité locale.**

## LOCALISATION



### EN BREF TRANS OASIS SUD TUNISIEN

- **Type** : course à étapes
- **Édition** : 15<sup>e</sup> édition
- **Date** : du 20 au 27 mars
- **Lieu** : Tunisie (région de Djerba)
- **Distance** : 6 fois 21 km
- **Infos** : sur pistes balisées, ravitaillement tous les 5 km, pas de temps éliminatoire
- **Vainqueurs** : Chantal Rousseau et Sylvain Bazin
- **Site internet** : <http://www.raidevasionrun.com>

**Nous avons ressenti cette jubilation chez les Tunisiens,**  
je pourrais même parler de bonheur, à s'exprimer en toute liberté, sans peur, sans crainte de représailles.

**Parlons-en justement : l'autre vocation de la TOST est de sensibiliser la population tunisienne et les coureuses au dépistage du cancer du sein. Tu es toi-même fortement impliquée au travers de**

**l'ALIAM (Alliance des Ligues Francophones et Méditerranéennes) dans cette lutte. Peux-tu nous expliquer de quelle manière tu es intervenue ?**

L'ALIAM réunit de nombreux pays (dans le Maghreb, en Afrique Subsaharienne, Océanie et Europe) qui ont pour objectif de mettre en commun leurs compétences scientifiques en oncologie et de rassembler des moyens techniques, financiers et humains dans une lutte internationale contre le cancer.

Les objectifs de l'ALIAM sont en effet de réunir les compétences du milieu médical et paramédical pour mieux former, mieux préparer l'ensemble du personnel de santé dont disposent ces pays. En facilitant l'accès à la formation, en fournissant les outils permettant de poser les diagnostics et appliquer les traitements, en multipliant les campagnes nationales et l'éducation sanitaire auprès des populations, en favorisant l'implantation des plateaux techniques (traitement par radiothérapie, chimiothérapie, formation du personnel de santé dont oncologues, chirurgiens, techniciens, infirmières et autres paramédicaux dont psychologues et diététiciens).

Je suis effectivement très impliquée en tant que nutritionniste et via la Ligue Contre le Cancer pour laquelle je travaille ponctuellement. Concernant la TOST, tout au long de la course s'est déroulé un programme de conférences dans les villes principales, animées par des spécialistes de l'oncologie. Pour ma part, je suis intervenue à l'Hôpital de Douz, directement après la course, encore pleine de sable, et avec le soutien des coureurs qui m'ont accompagnée, pour une conférence sur les

bénéfices de l'alimentation et de l'activité physique en prévention et durant la maladie, conférence qui fut suivie par celle du Dr Samir Aloulou, chef du service d'oncologie de l'hôpital de Gabes, sur

le cancer du sein, son dépistage et son traitement. Un programme de grande ampleur qui a donné une dimension extraordinaire à la course cette année et qui, au vu de son succès, sera renouvelé lors de la TOST 2012.

**Mais revenons à la course : l'épreuve est abordable pour un ultra-marathonien confirmé avec ses 126 km en six jours, mais elle peut faire peur à des novices ; trouve-t-on tous les niveaux de pratique dans le peloton ?**

C'est accessible à tout le monde, même aux marcheurs. L'organisation a vraiment tout prévu pour que chacun vive pleinement son aventure. Chaque étape avait son lot de marcheuses, et il y a bien sûr l'élite. Chacun puise à sa mesure, selon son niveau de pratique, son expérience, dans ce type d'épreuve. La compétition n'empêche pas par ailleurs la convivialité (et l'inverse) de s'exprimer. Nous étions un groupe très unis : coureurs, marcheurs, organisateurs, chauffeurs. Forcément, avec ce que nous vivions !

**Avec des étapes courtes (21 km), la compétition a dû être assez farouche devant ?**

Oh que oui ! Suspens et combativité aussi bien chez les hommes, ambiance compétitive et toutefois amicale entre Sylvain Bazin qui a remporté la course et Sylvain Vican, que chez les femmes, entre Chantal Rousseau et Geneviève Leroux. Les classements se jouaient parfois à quelques secondes. De mon côté, il m'a fallu renouer avec le rythme pour ne pas me retrouver en fond de classement en permanence. Je me suis arrachée les tripes lors de la dernière étape pour





rester en tête du groupe parti dans la première vague. Depuis la seconde étape, en effet pour une question de timing et d'organisation, « les plus lents » partaient un quart d'heure environ avant les « plus rapides ». Ce qui maintenait un bon tempo de course et nous permettait d'assister à la bagarre durant le parcours pour la première place.

**En parallèle de la course, avez-vous pu aller à la rencontre du peuple tunisien, échanger avec les populations locales, découvrir leur culture ?**


C'était un point essentiel. Nous attendions beaucoup de ces rencontres et il est clair que les Tunisiens avaient à cœur de nous présenter un pays neuf, c'est-à-dire libre de l'oppression récente. Les discussions que nous avons eues sur les récents événements confirmaient cette marche en avant pour changer d'univers politique. Nous avons ressenti cette jubilation chez les Tunisiens, je pourrais même parler de bonheur, à s'exprimer en toute liberté, sans peur, sans crainte de représailles policières telles qu'elles intervenaient sous l'ancien régime. Que ce soit à Djerba, Tataouine ou Douz pour les principales villes traversées ou sur les routes secondaires, il y avait un sentiment d'exaltation de la part du peuple tunisien très palpable. À tous moments, nous étions salués. Il y a eu ces regards, ces gestes et ces sourires amicaux envers nous, nous qui étions considérés comme les premiers touristes venant dans une Tunisie libre. C'était émouvant... Par ailleurs, dans nos échanges avec les chauffeurs et accompagnateurs sur la situation économique du pays, il y avait des interrogations

légitimes sur l'avenir qui se profilait auxquels s'ajoutait cette volonté de tout reconstruire et surtout d'assainir la classe politique.

Sur le plan culturel, nous avons été gâtés ! Nos guides (chauffeurs et accompagnateurs) nous ont présenté les richesses économiques de la région : cultures de l'orge, palmiers dattiers, production d'huile d'olive, élevage – il y a une forte concentration de nomades, gardiens de troupeaux de chèvres aux environs de Douz – la pêche en mer du côté de Djerba et puis le tourisme, force économique du pays, mis en veilleuse dernièrement mais qui aspire à une douce reprise. Nous avons visité quelques villages berbères et avons été surpris devant les maisons troglodytiques.

Pour ma part, j'ai été subjuguée par la beauté des marchés locaux aux abords des souks : des fruits et légumes d'une fraîcheur inouïe, aux couleurs chatoyantes, côtoyaient les épices aux parfums les plus enivrants (menthe, thé vert, curry...). Une qualité que je ne pouvais oublier de mentionner lors de ma conférence à l'Hôpital de Douz.

**La TOST est parrainée par le Ministère de la Jeunesse, des Sports et de l'éducation physique de Tunisie et a également pour but de développer le sport féminin dans le pays. Les participantes tunisiennes ont-elles été nombreuses ?**

Non hélas, sur cet aspect-là, il n'y a eu aucune participation tunisienne, du moins pour cette édition. Les récents événements n'y sont pas pour rien... Sur les prochaines éditions, sans doute verrons-nous les effets du changement ! 

**3** CORINNE A ÉTÉ ENTHOUSIASMÉE PAR SA RENCONTRE AVEC LA TUNISIE, LE DÉSERT, LES ÉPICES, LES COULEURS ET LES ODEURS, LES GENS...

# ON aime

## Semi marathon dans les dunes



Deux stéphanois, Gérard Champet et Frédéric Deltour, ont participé au TOST (Trans Oasis Sud Tunisien), un semi marathon par jour (6 jours), dans le sud tunisien (Djerba Tataouine Douz).

Une nouveauté cette année avec la participation d'une nutritionniste française et la rencontre de médecins tunisien (à l'hôpital de Douz) pour animer un débat conférence sur la prévention et détection du cancer du sein et du col de l'utérus. La course a tout le temps été surveillée par l'armée et la garde

nationale car l'Office du Tourisme Tunisien la voulait sans incidents étant donné que c'était la première manifestation sportive étrangère sur le sol tunisien depuis les événements. Ils ont passé un super moment en avec un accueil encore plus grand et tout les Tunisiens qu'ils ont rencontré leur ont demandé de faire passer le message pour revenir au plus vite dans leur pays.

● [raidlight.com](http://raidlight.com)  
[raidevasionrun.com](http://raidevasionrun.com)



## Sainté, c'est ma ville !

Exposition photographique

Photographe passionné, Patrice Barrier est né en 1958 et vis à Saint Etienne. Après avoir mis entre parenthèses la photographie pendant de nombreuses années, il a recommencé à prendre des photos en 2005 en achetant son premier appareil numérique.

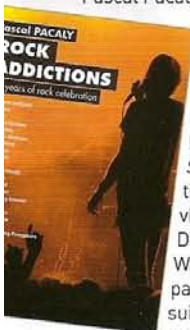
Depuis, la photo a de nouveau envahi son quotidien...

L'essentiel de son travail photographique tourne autour de la ville (sa ville), de l'abandon et de sa représentation.

Ses principales sources d'inspiration sont les bâtiments et les sites en déshérences, les vestiges d'activités disparues et autres lieux délaissés par les hommes et qui dégagent une ambiance si particulière. En parallèle à ce travail, Patrice Barrier photographie aussi la rue et les gens qui y passent, ombres anonymes...

Club de la Presse et de la Communication de Saint- Etienne Loire du 10 mai au 10 juin 2011

## Rock Addictions



Pascal Pacaly, stéphanois de 33 ans, est l'auteur de divers livres sur les groupes de rock français : *Histoire(s) de mon groupe de musique* aux éditions Bord de L'eau en 2007 et *Rock Stories vol.1 et 2* aux éditions les 3 Orangers en Janvier 2009. Des groupes tels Dionysos, Mlle K, Matmatah, Wampas y ont par exemple participé. Il travaille sur une suite *Rock Stories 3*, avec au sommaire la participation

d'artistes comme Olivia Ruiz, Cali, Sliimy, Anaïs, Thiefaïne, Emma Daumas, Les Innocents, etc). Pascal a aussi monté diverses expositions de photos, peintures et vidéos sur Paris comme « 2087 » à La Maroquinerie en 2007, sorti un recueil de poésie, peinture, photo, « *Cadavres Exquis* » en Octobre 2010.

Il vient de publier un nouveau livre, *Rock Addictions*, publié aux éditions Durand Peyrolles. Ce livre raconte aussi bien l'histoire de fans, de journalistes que de sosies qui ont un rapport particulier avec leur idole.

● [www.myspace.com/ppacaly](http://www.myspace.com/ppacaly)  
<http://rockaddictions.free.fr>



## Ça "gaze" pour "elles" !



cette expérience et de leurs erreurs, elles ont un seul désir, remplir.

● [www.rallyeaiachadesgazelles.com](http://www.rallyeaiachadesgazelles.com)



Mmes Bazile et Trémaud Poulat ont participé au Rallye Aïcha des gazelles. Ce rallye fut pour elles une expérience riche en aventure, elles savaient que ça allait être dur, et effectivement ce fut très dur. Après un démarrage difficile, elles ont remonté la pente puisque sur la dernière étape marathon où elles ont terminé 11<sup>ème</sup> au classement général.

A final elles terminent 58<sup>ème</sup> avec plein de bons souvenir. Riches de

# Divers

---

# DIPLÔME DE PARTICIPATION A LA TRANSOASIS DU SUD TUNISIEN

CE DIPLOME EST ATTRIBUÉ A

AU TITRE DE SA PARTICIPATION A TITRE INDIVIDUEL A LA 15 IÈME EDITION  
DU 20 AU 27 MARS 2011

MONSIEUR LE MINISTRE DE LA JEUNESSE DES  
SPORT DE LA TUNISIE

DJERBA LE



# Courir dans le Sud Tunisien Contre le Cancer du Sein



**à vie pour la vie**  
**Tout en Commun Contre le Cancer du Sein**  
**Ensemble nous Vaincrons**

## 15ème TRANS OASIS DU SUD TUNISIEN

Du 19 au 26 Mars 2011

**Course à pied en 6 étapes**  
 (126 km en 6 semi-marathons)

Classement individuel & par équipes

Randonnée à la carte pour les accompagnants

Courir dans le Sud Tunisien Contre le Cancer du Sein



**OFFRE SPECIALE** (accord exclusif)

Départ de Paris le 24 Mars  
 Retour de Djerba le 27 Mars

Pour Participer

**à la finale  
 de l'évènement**

**385 € TTC**

contact: e-mail: [bejaoui@sos-seins.com](mailto:bejaoui@sos-seins.com)  
 en formule tout compris

-L'assistance aéroport à A/R -Les transferts  
 Aéroport / Hôtel / Aéroport -Le logement 3<sup>e</sup>  
 base chambre double -L'assistance de nos  
 représentants locaux -Club Marmara 100%

Animations en journée et en soirée avec pension  
 complète avec vol A/R : Offre et places limitées

Inscription :

Inclus :

- Vol (A/R) France - Djerba
- Véhicules 4x4, Pistes balisées
- Assurance course et assistance médicale
- Ravitaillement tous les 5 km
- Restauration complète (boisson comprise) et hébergement hôtelier

+ d'infos :

RAID EVASION RUN  
 3, Quai Jules Courmont 69002 LYON  
 Tél : 04 78 38 05 52 - 06 10 85 89 03  
 Mail : [raidevasionrun@aol.com](mailto:raidevasionrun@aol.com)

[www.raidevasionrun.com](http://www.raidevasionrun.com)



**JOGGING**

**Association Tunisienne Contre le Cancer**

Avec l'aimable soutien



Carthage Concept : 222 avenue Habib Bourguiba Mateur 7030 Tél/fax:(+216) 72 475 517Port (216) 98 63 31 13 ou 20 63 17 74  
 e-mail : [carthageconcept@gmail.com](mailto:carthageconcept@gmail.com) Permanence à Paris : (0033)6 11 93 53 10 e-mail: [bejaoui@sos-seins.com](mailto:bejaoui@sos-seins.com)

# Document réalisé grâce à la contribution de

*L'association **Raid Evasion Run** et toute son équipe*



**L'ALIAM**



**Remerciements à l'équipe de bénévoles et stagiaires :**

- **Maria José Fajardo**
- **Alexia De Lambert**
- **Ludivine Hebert**
- **Manon Moisy**

**Juin 2011**