



Du stade Vélodrome à la corniche marseillaise en passant par le parc de Pichauris, il est possible de courir dans des lieux uniques ce week-end. Il est possible aussi de courir pour des causes ou simplement pour se dépenser. PHOTO ACTIVIMAGES/ ERICBARNABÉPHOTOGRAPHIE/ GUILLAUME KECHMANIAN

# Coureurs, faites votre choix !

## ATHLÉTISME

**Le fameux Marseille-Cassis il y a deux semaines a peut-être convaincu certains de sauter le pas.**

**De nombreuses courses ont lieu ce week-end dans la région, pour toutes les envies et pour tout le monde.**

### Course pour la Mémoire : la plus engagée

Si vous souhaitez profiter de la corniche marseillaise sans voitures, pour faire passer un message, rendez-vous à la Course pour la Mémoire. Des distances de 5km et 10km accessibles à tous et un message d'espoir et de paix véhiculé en mémoire des génocides du XX<sup>e</sup> siècle et contre le négationnisme. Cette année, l'événement est engagé particulièrement en soutien aux prisonniers arméniens en Azerbaïdjan suite au conflit dans le Haut-Karabakh il y a près d'un an.

Dimanche 14 novembre à partir de 7h30. Inscriptions sur [kms.fr](http://kms.fr) ou sur place.

### L'Orange Vélodrome Trail : la plus unique

Si vous rêvez de visiter le mythique stade de l'Olympique de Marseille, c'est possible mais il faudra le faire en courant. L'Orange Vélodrome Trail revient pour sa 2<sup>e</sup> édition avec des parcours de 2km, 4km et 8km accessibles à tous les âges et en famille. Du bord de la pelouse en passant par la salle des trophées sans oublier les marches interminables du stade, la course est en fait une véritable visite sportive sans compétition mais dans la joie et la bonne humeur.

Samedi 13 novembre à partir de 8h30. Inscriptions possibles sur place.

### Le Trail de Pichauris : la plus extrême

C'est l'un des plus gros trails alpins de la région qui se déroule ce week-end dans le domaine de Pichauris à la sortie de Marseille. L'événement, qui accueille chaque année des sportifs de toute l'Europe, propose des parcours de 16km, 35km et 80km. L'occasion également de retracer tous les sommets mythiques évoqués par l'écrivain Marcel Pagnol. Le parcours très technique et plongé en pleine nature propose des

passages vertigineux et un vrai défi sportif pour les quelque 1 000 coureurs au rendez-vous. Dimanche 14 novembre, départ à 4h du matin pour le 80km et à partir de 10h pour les 16km et 35km. Inscriptions possibles sur place.

### Les Bacchantes : la plus Movember

Si vous voulez soutenir une cause importante sans vous prendre au sérieux, rendez-vous à Aix-en-Provence pour la Course des Bacchantes. Pour parcourir les 8 kilomètres au départ du stade Georges-Carcassonne, vous devrez arborer une moustache – les filles aussi sont invitées à s'en dessiner une – pour soutenir la recherche contre le cancer de la prostate. La course est ouverte à tout le monde et se déroulera dans une ambiance amicale. Vous pourrez en outre être sensibilisé tout au long de la journée sur les cancers masculins.

Dimanche 14 novembre à partir de 9h. Inscriptions possibles sur [lesbacchantes.org](http://lesbacchantes.org) ou sur place.

### La Blade Run : la plus solidaire

Pour la 5<sup>e</sup> année, l'association Blade qui agit contre le dia-

bète de type 1, réinvente sa course. Au Décathlon village de Bouc-Bel-Air, retrouvez-vous pour un défi sur une boucle de 300 m avec des animations sur toute la journée. Zumba, jeux sportifs, réalité virtuelle, tout est réuni pour passer une journée sympathique en compagnie des membres de l'association. Les kilomètres parcourus par les participants seront ensuite convertis en dons pour l'association qui agit auprès des hôpitaux.

Samedi 13 novembre à partir de 10h. Événement gratuit, sans inscription.

### Le Trail de la Buzine : la plus aventure

Le Trail de la Buzine revient pour sa 2<sup>e</sup> édition avec un parcours plus long et plus technique. Avec 12 kilomètres prévus dans le parc des sept collines dans le 11<sup>e</sup> arrondissement de Marseille, vous pourrez parcourir les sentiers naturels et découvrir le château de la Buzine, évoqué dans les souvenirs de Marcel Pagnol. L'événement organisé en partenariat avec Massilia Marathon est ouvert à tous dans une limite de 200 coureurs.

Dimanche 14 novembre à partir de 9h. Inscriptions sur

[courrenfrance.com](http://courrenfrance.com).

### La Course de la Cadière : la plus conviviale

Si vous souhaitez une ambiance fête de village, la Course des vignes de la Cadière-d'Azur est la bonne. Avec des distances de 7 et 11km, donc plutôt accessibles, les quelque 400 coureurs présents pourront traverser les sentiers et vignes du village. Pause ravitaillement à base de vin local et fromage à l'arrivée, la course est un prétexte pour passer un bon moment convivial.

Dimanche 14 novembre à partir de 9h. Inscriptions possibles sur [kms.fr](http://kms.fr) ou sur place

### Le Trail de la Ciotat : la plus carte postale

Pour les 10 ans de la Course nature, la Ciotat accueille le premier Trail des trois secs. Au total, 17km de marche ou de course au départ du vieux port puis sur un parcours dans l'exceptionnel parc des calanques de la Ciotat avec des descentes et un parcours complexe. Un lieu protégé avec un nombre de places extrêmement limité.

Samedi 13 novembre à partir de 8h. Inscriptions terminées.

**Gabriel Baldi**