



# Paris-Versailles

39<sup>ème</sup> édition

## Compte rendu de la course



**Site officiel de la course :**

<http://www.parisversailles.com/>

20 coureurs membres de « O<sub>2</sub> PSA Athlétisme » participaient à cette course .

Nombre de coureurs classés par catégorie

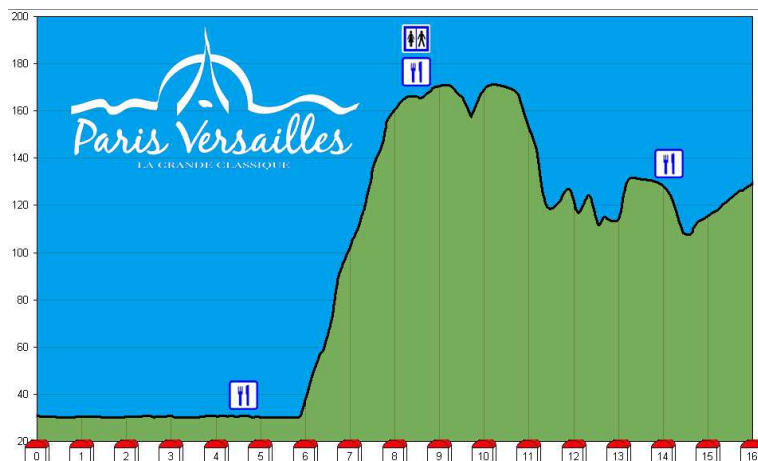
| Catégorie                 | Homme       | Femme       |
|---------------------------|-------------|-------------|
| Junior (1996-1997)        | <u>117</u>  | <u>36</u>   |
| Espoir (1993-1995)        | <u>238</u>  | <u>142</u>  |
| Sénior (1976-1992)        | <u>7288</u> | <u>3328</u> |
| Vétéran 1 (1966-1975)     | <u>5029</u> | <u>1752</u> |
| Vétéran 2 (1956-1965)     | <u>2474</u> | <u>777</u>  |
| Vétéran 3 (1946-1955)     | <u>643</u>  | <u>133</u>  |
| Vétéran 4 (1945 et moins) | <u>67</u>   | <u>16</u>   |
| Total                     | 15856       | 6184        |
|                           | 22040       |             |



# Résultats

**Distance :** 16 km

**Dénivelé :**



| Nom                      | Prénom                       | Catégorie | Chrono      |
|--------------------------|------------------------------|-----------|-------------|
| Vainqueur de l'épreuve : | Fikasu Admassu<br>(Ethiopie) |           | 47mn 42s    |
| DUBREUIL                 | NICOLAS                      | SH        | 1h 09mn 44s |
| NICOLAI                  | JULIEN                       | VH1       | 1h 10mn 54s |
| BATHREAU                 | GUILLAUME                    | SH        | 1h 12mn 26s |
| BAUVINEAU                | LAURENT                      | VH1       | 1h 12mn 46s |
| BILDE                    | PIERRE                       | VH3       | 1h 14mn 01s |
| FEASSON                  | MICHEL                       | VH4       | 1h 16mn 41s |
| COIGNARD                 | RENAUD                       | VH2       | 1h 17mn 50s |
| MORAN                    | FERGUS                       | VH1       | 1h 19mn 20s |
| BRUNEAU                  | YANNICK                      | VH1       | 1h 19mn 37s |
| LEBOCEY                  | CHRISTOPHE                   | SH        | 1h 21mn 47s |
| FILLATRE                 | ERIC                         | VH1       | 1h 22mn 43s |
| DABANCOURT               | STEPHANE                     | VH1       | 1h 23mn 11s |
| RODAYER                  | TONY                         | SH        | 1h 26mn 04s |
| BARDET                   | SEBASTIEN                    | VH1       | 1h 26mn 19s |
| BOUCHAREL                | PHILIPPE                     | VH2       | 1h 28mn 11s |
| CHAUVIN                  | ERIC                         | VH1       | 1h 33mn 59s |
| ZEILIC                   | PIERRE                       | VH2       | 1h 39mn 22s |
| ZEFFANE                  | AKIM                         | VH1       | 1h 44mn 40s |
| LIENARD                  | FRANCOIS                     | VH2       | 1h 49mn 08s |



## Commentaires des coureurs

Pour vous faire un avis sur cette épreuve si vous souhaitez y participer lors d'une prochaine édition et pour vous aider à la préparer, voici les commentaires et notations des coureurs

Pour les coureurs participant, cela permet de se relire d'une année sur l'autre pour améliorer ce qui n'a pas fonctionné et reprendre ce qui était bien (tenue, alimentation, gestion de course, etc.)

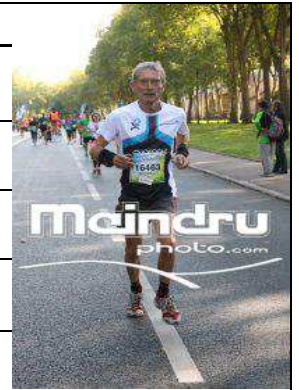
| <b>Renaud COIGNARD</b>  |   |
|---|---|
| <b>Parking :</b><br>★★★★★★  | RER donc RAS  |
| <b>Remise des dossards :</b><br>★★★★★★  | Parfait   |
| <b>Parcours :</b><br>★★★★★★   | Comme d'habitude super joli surtout que cette année je l'ai fait en mode balade             |
| <b>Ravitaillements :</b><br>★★★★★★  | Rien à dire...  |
| <b>Organisation :</b><br>★★★★★★   | Au top quand on arrive tôt...   |
| <b>Ambiance générale :</b><br>★★★★★★  | Beau temps bonne ambiance plus de bandas et même un orchestre symphonique... que du bonheur |
| <b>Récit de course :</b> Après trois mois d'arrêt et seulement 15 jours pour vérifier que je pouvais tenir la distance avec la côte je n'espérais d'autre que du beau temps et de retrouver les copains de l'asso... Donc carton plein 1h17'49 soit mon moins bon temps sur la distance mais pas de douleur et une très belle balade j'adore cette course !!! |   |



| <b>Fergus MORAN</b>  |   |
|--|---|
| <b>Parking :</b><br>★★★★★★   | Il faut y être tôt coté Versailles mais en covoiturage, ça allait bien ! Merci François L. !!!  |
| <b>Remise des dossards :</b><br>★★★★★★   | Encore une fois, j'ai fait appel à un ami – merci Eric F. !!!   |
| <b>Parcours :</b><br>★★★★★★  | Parcours plutôt sur route avec le passage dans les bois de Meudon sur une partie de chemin. Il y a du monde donc, des fois pas facile de naviguer pour doubler. La cote du cimetière est plus courte mais plus raide !!!                        |
| <b>Ravitaillements :</b><br>★★★★★★   | Ravitaillements d'eau en bouteille – bien mais quel gaspillage !  |
| <b>Organisation :</b><br>★★★★★★  | Beaucoup de monde à gérer et du coup, dans les sas tôt pour avoir une place pas trop loin mais plus de possibilité de s'échauffer... T shirt donné avec le dossard et médaille à la fin avec le sac avec pomme, compote, barres de céréale etc. |
| <b>Ambiance générale :</b><br>★★★★★★   | Bonne ambiance globale avec des encouragements le long de la course.  |
| <b>Récit de course :</b> Première fois pour moi sur la course et première course avec 22,000 autres !!! Je suis parti dans le 9 sas avec Eric F et Sébastien de Poissy. Bonne allure pour commencer car pas encore chaud. Objectif de faire en 1H25 environ et finalement, je suis arrivé en 1H19M20S !!! Bien content !!! |   |



| <b>Michel FEASSON</b>   |  |
|---|--|
| <b>Parking :</b><br>★★★★★   | Versailles OK en arrivant tôt, ensuite RER               |
| <b>Remise des dossards :</b><br>★★★★★   | Bien   |
| <b>Parcours :</b><br>★★★★★  | Toujours le même, superbe avec la côte des Gardes        |
| <b>Ravitaillements :</b><br>★★★★★   | Ras  |
| <b>Organisation :</b><br>★★★★★  | Très bien, abris pour la pluie ? Pas utile heureusement. |
| <b>Ambiance générale :</b><br>★★★★★   | Très bien  |
| <p><b>Récit de course :</b> C'était ma 15<sup>e</sup> participation à cette classique et dans des conditions météo exceptionnelles, ce qui motive pour faire ces 16km de course plaisir sur un parcours varié. Le départ est toujours un peu poussif pour moi ensuite j'ai pu tenir un rythme régulier jusqu'à l'arrivée sans pouvoir toutefois sprinter comme j'en ai vu le faire. Et pour une fois qu'il y avait de la concurrence dans la catégorie j'étais ravi d'avoir le podium avec un temps d 1h16'41".</p> |  |



| <b>Guillaume BATHREAU</b>  |   |
|--|---|
| <b>Parking :</b><br>★★★★★  | RER pour se rendre au pied de la tour Eiffel.<br>Voiture a Versailles Chantier mais il faut arriver tôt. J'y étais à 7h00 !   |
| <b>Remise des dossards :</b><br>★★★★★  | Dossard récupéré le vendredi midi sans problème.<br>Très bonne organisation.  |
| <b>Parcours :</b><br>★★★★★   | C'est Paris Versailles et sa fameuse cote des Gardes !  |
| <b>Ravitaillements :</b><br>★★★★★  | Parfait !   |
| <b>Organisation :</b><br>★★★★★   | Il faut arriver tôt pour être dans les 1ere vagues à partir et avoir une course sans trop de monde. Pas de SAS de départ.<br>Cette année le T-shirt est à oublier !<br>La médaille est sympa. |
| <b>Ambiance générale :</b><br>★★★★★  | Du monde pour nous encourager sur tout le parcours.<br>Les orchestres pour donner le rythme.  |
| <p><b>Récit de course :</b><br/>L'objectif était d'aller battre mon temps de 2012.<br/>Les indicateurs d'entraînement étaient au vert !<br/>Dans la zone de départ à 8h30. Départ en 4<sup>e</sup>me vague ! Météo au top !<br/>Course sans encombre, gestion de la cote des Gardes.<br/>Et nouveau record ! 1h12mn26s</p> |   |



| <b>Julien NICOLAI</b>   |  |
|---|--|
| <b>Parking :</b><br>★★★★★   | Arrivée en transport en commun. Arrivée et départ proches des gares. RAS   |
| <b>Remise des dossards :</b><br>★★★★★   | RAS  |
| <b>Parcours :</b><br>★★★★★  | Inchangé depuis des années avec sa fameuse côte des gardes   |
| <b>Ravitaillements :</b><br>★★★★★   | RAS  |
| <b>Organisation :</b><br>★★★★★  | Bien organisé, gestion des vestiaires très au point.<br>Le seul problème est qu'il faut arriver très tôt si on n'a pas la chance de disposer d'un dossard préférentiel... Il faut arriver avec plus d'une heure d'avance dans le SAS pour pouvoir partir dans les 5 premières vagues |
| <b>Ambiance générale :</b><br>★★★★★   | Très bonne   |
| <b>Récit de course :</b><br>Temps superbe. Meilleur chrono que l'année d'avant. Bonne course. |  |

| <b>Tony RODAYER</b>  |  |
|--|--|
| <b>Parking :</b><br>★★★★★  | NA, transport en commun utilisé  |
| <b>Remise des dossards :</b><br>★★★★★  | Me suis présenté le Vendredi à l'espace dédié, peu de personnes, pas d'attente et bénévole souriant comme la plupart du temps  |
| <b>Parcours :</b><br>★★★★★   | Parcours sur route avec quelques pavés. Départ au pied de la tour eiffel très agréable, l'arrivée pourrait se faire plus proche du château de versailles pour profiter de ce dernier.<br>Bien apprécié la côté des gardes (difficulté majeure du parcours). La 2 <sup>nd</sup> côté à Chaville, courte mais difficile au ¾ de la course            |
| <b>Ravitaillements :</b><br>★★★★★  | Peu utilisé, bcp de monde à flâner pour prendre de l'eau<br>Semblait manquer de fruits secs type raisin  |
| <b>Organisation :</b><br>★★★★★   | Temps d'attente assez long au départ (départs par sas toutes les minutes)<br>Nécessite d'attendre sur la ligne de départ bien avant le départ officiel pour être dans les 1 <sup>er</sup> sas.<br>Ce point a aussi l'inconvénient de devoir dépasser bcp de mondes ne respectant pas certaines règles (se mettre sur la droite de la route par ex) |
| <b>Ambiance générale :</b><br>★★★★★  | Bonne ambiance tout le long du parcours  |
| <b>Récit de course :</b><br>Départ dans le 45 <sup>ème</sup> sas soit 45 minutes après le départ des 1ers, rythme tranquille jusqu'au début de la côté des gardes puis accélération jusqu'à la ligne d'arrivée pour finir en 1h26'06, 1 petit coup de mou dans la 2 <sup>nd</sup> difficulté du parcours dans la courte montée de Chaville |  |

| <b>Eric CHAUVIN</b>                   |  |
|---------------------------------------|--|
| <b>Parking :</b><br>★★★★★             | Impeccable, devant le château. On sait recevoir à Versailles. En tout cas, je n'ai pas eu d'amende donc j'en déduis une certaine tolérance pour ce jour exceptionnel.  |
| <b>Remise des dossards :</b><br>★★★★★ | J'avais oublié combien c'est pénible d'aller chercher son dossard à Issy. Quelle perte de temps. Enfin, l'expo sur place était pas mal.<br>Sinon, pas de problème pour le prendre, très rapide le vendredi soir. |
| <b>Parcours :</b><br>★★★★★            | Toujours un réel plaisir. C'est ce qui fait le panache de cette course.  |



|   |  |
|---|--|
| <b>Ravitaillements :</b><br>★★★★★   | Eau en bouteille. A l'arrivée, sympa d'avoir des barres, une pomme et une grande bouteille d'eau.<br>Après pour 16km, on n'a pas besoin non plus de grand-chose en ravito. |
| <b>Organisation :</b><br>★★★★★  | 25 000 participants...et ça fonctionne. Grosse mécanique cette organisation.   |
| <b>Ambiance générale :</b><br>★★★★★   | Beaucoup de monde...un peu trop sans doute. Des animations sympathiques, des encouragements. Le temps était aussi de la partie.  |
| <b>Récit de course :</b><br>Pour ma part, une course que je voulais refaire. Le côté administratif et organisationnel pour cette course rebute bien un peu...mais une fois en course évidemment, on oublie. Cette course est superbe.<br><br>J'ai fait une course sur un rythme régulier de bout en bout, sans excès. J'ai donc bien profité du parcours. J'ai eu un grand plaisir à la refaire |  |

|   |  |  |
|---|--|--|
| <b>Laurent Bauvineau</b>  |  |  |
| <b>Parking :</b><br>★★★★★   | Pas de contraintes particulières car j'ai utilisé les transports en commun   |  |
| <b>Remise des dossards :</b><br>★★★★★   | Très rapide (pris le Vendredi soir)  |  |
| <b>Parcours :</b><br>★★★★★  | Départ de la tour eiffel toujours sympathique et son arrivée au château. Cette année, le plus a été l'absence de voiture ☺   |  |
| <b>Ravitaillements :</b><br>★★★★★   | Suffisant pour moi et « sans » trop de gêne (partie dans la 6 <sup>ème</sup> vague)  |  |
| <b>Organisation :</b><br>★★★★★  | 2 étoiles car :<br>1/ L'accès pour déposer les affaires aux vestiaires est toujours une « horreur » (trop de monde). Le retrait des affaires par contre a été rapide.<br>2/ Malgré le départ en vague et les consignes de départ suivant son temps prévisionnel, il faut toujours se présenter une bonne heure avant (voir plus) pour être bien positionné pour le départ... A quand le positionnement par SAS de temps (comme pour le marathon ou semi) ? |  |
| <b>Ambiance générale :</b><br>★★★★★   | Toujours sympa mais beaucoup de « râleurs » lorsque la densité en course limite la progression... 3 étoiles car ma préférence reste sur les petites courses où chacun prend du plaisir et est respectueux des autres   |  |
| <b>Récit de course :</b><br>C'était ma 9 <sup>ème</sup> participation où à ce jour j'ai toujours réussi à améliorer mon chrono ☺. Cette année est très particulière car je prépare les templiers (Endurance Trail 100 km et D+4300 qui a lieu le 23/10). Après une séance fractionnée de cote le Vendredi et une sortie rando-trail de 3h et D+1000, j'avais fait mon deuil pour améliorer ma performance (1h11et15"). Parti « tranquillement » jusqu'à la cote des Gardes (c'est là où j'ai perdu 1' par rapport aux années précédentes), j'ai abordé cette cote sans trop de difficulté et à bonne allure avec mon grand étonnement (vive la prépa ☺). Ensuite en haut, connaissant le parcours et l'absence de grosses difficultés, j'ai mis les gaz permettant de croiser Renaud puis Pierre à 500m de l'arrivée. Mon chrono de 1h12 et 46" dépasse mon objectif de début de course (je pensais mettre moins de 1h14). Après avoir loupé le rendez-vous du départ, celui de l'arrivée m'a permis de croiser plusieurs coureurs PSA, toujours sympa de pouvoir échanger les impressions de sa course à chaud ! |  |  |



| <b>Stéphane DABANCOURT</b>  |  |
|---|--|
| <b>Parking :</b><br>★★★★★★  | ★★★★★★<br>Nikel, garé proche du Château et pas loin du RER.  |
| <b>Remise des dossards :</b><br>★★★★★★  | ★★★<br>Rien d'exceptionnel sur le sujet.<br>Juste dommage d'être obligé d'aller à Issy les Moulineaux pour le récupérer. Grosse perte de temps quand on habite un peu loin.    |
| <b>Parcours :</b><br>★★★★★★   | ★★★★★★<br>Superbe parcours entre la tour Eiffel et le château de Versailles avec quelques particularités amusantes comme la cote des gardes et celle du cimetière de Viroflay. |
| <b>Ravitaillements :</b><br>★★★★★★  | ★★★★★★<br>Super organisation avec de grandes zones poste ravito pour larguer les bouteille et ne pas laisser trainer les déchets n'importe où.                                 |
| <b>Organisation :</b><br>★★★★★★   | ★★★★★★<br>Super organisation.<br>Nous avons eu de la chance avec la météo.<br>(ce serait surement moins drôle d'attendre le départ dans le sas pendant 1h sous la pluie)       |
| <b>Ambiance générale :</b><br>★★★★★★  |  |
| <b>Récit de course :</b><br>Première course après une reprise. Donc pas véritablement d'objectif de chrono.<br>Objectif du jour : se faire plaisir et retrouver des sensations.<br>Donc objectif atteint sur ce super parcours (beaux paysages tout le long) avec une météo optimale (soleil et pas trop chaud). Enfin, une super arrivée face au château avec un super comité d'accueil digne d'une étape du tour de France. Donc à refaire. |  |

A l'année prochaine !!!



Rédaction du compte rendu  
Eve AUSSEDT

Oxygène PSA - Section Athlétisme  
Paris Versailles - 2015

