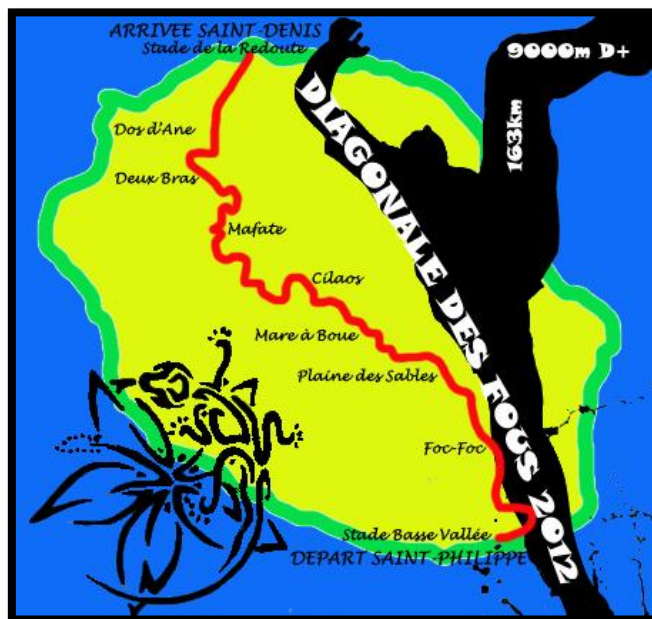


DOSSIER DE PARTENARIAT



Nicolas Drouaillet
Rue de la Gare, 4
1348 Le Brassus
SUISSE

Tel: 0041 78 628 74 69

Email: ndrouaillet@gmail.com

Blog : gotoreunion.canalblog.com



QUI SUIS-JE ?

Je m'appelle Nicolas DROUAILLET, né le 07 juin 1980 à Dijon (France). Je suis marié, père d'un enfant (Simon né en 2011) et beau-père de Damien (né en 2001). Nous habitons tous les quatre au Brassus (Suisse), commune de la Vallée de Joux.

Sportif passionné, je pratique tout type de sport en compétition : Course à Pied, Trail, Cyclisme, Triathlon, Ski de Fond, Ski de Randonnée. Depuis mon plus jeune âge je « baigne » dans le milieu du sport notamment en handball. J'ai pu réaliser une partie de mes études au Pôle Espoir Handball de Dijon. Après quelques années d'études supérieures et l'obtention de mon diplôme d'urbaniste à l'Institut d'Urbanisme de Grenoble (France), j'ai incorporé un bureau d'études en aménagement du territoire. C'est en 2008 que j'ai eu l'opportunité d'intégrer la manufacture horlogère Breguet à l'Orient (Suisse). Après le passage dans divers atelier, je suis actuellement au sein de l'atelier T1 assemblage mouvement.

Mon parcours sportif a également évolué au fil des années. Après l'arrêt du handball afin de poursuivre mes études supérieures, j'ai « abandonné » les sports collectifs pour les « efforts individuels ». Depuis 2007, je m'oriente vers des épreuves dites longues distances en triathlon, trail. Le cyclisme est également pour moi une vraie passion qui est parfaite en complément de mon entraînement course à pied. L'hiver, le ski de fond (style classique et skating) et le ski de randonnée prennent le relais ce qui me permet de conserver un bon foncier durant l'hiver.



Blog : gotoreunion.canalblog.com



CV SPORTIF

TRIATHLON :

IRONMAN DE ROTH 2007 (Allemagne)	13h26min
IRONMAN D'EMBRUN 2007 (France)	15h55min
TRIATHLON LONGUE DISTANCE DE GERARDMER 2007 (France)	10h23min
IRONMAN DE NICE 2008 (France)	12h51min
TRIATHLON LONGUE DISTANCE DE VOUGLANS 2008 (France)	5h35min
IRONMAN D'EMBRUN 2009 (France)	15h30min

TRAIL :

SAINTELYON 2007 (Trail nocturne, 68 km)	10h29min
TRANSJU'TRAIL 2009 (68km)	10h12min
SAINTELYON 2009 (Trail nocturne, 68 km)	8h22min
TRAIL DE LA VALLEE DE JOUX 2010 (43 km)	4h58min
TRAIL DE LA SOURCE DU DOUBS 2010 (35 km)	3h00min
ENDURANCE TRAIL DES TEMPLIERS 2010 (110 km)	19h27min
TRAIL DE LA VALLEE DE JOUX 2011 (20 km)	1h36min
TRAIL DE LA SOURCE DU DOUBS 2011 (21 km)	1h56min
SAINTELYON 2011 (Trail nocturne, 68 km)	7h24min

SKI :

TRANSJURASSIENNE 2008 (42 km skating, distance raccourci par manque d'enneigement)	2h37min
TRANSJURASSIENNE 2009 (76 km skating)	5h08min
TRANSJURASSIENNE 2010 (76 km skating)	4h16min



Blog : gotoreunion.canalblog.com



LE TRAIL EN QUELQUES MOTS

Inventé par l'homme de Cro-Magnon (à ces heures perdues...), le trail consiste à **courir en pleine nature**, sur chemins et sentiers, **en semi-autosuffisance**. Le coureur doit donc prendre en charge une partie de son ravitaillement et courir avec une réserve d'eau.

Ce type de courses qui se développent beaucoup depuis les années 1990, se court sur des distances pouvant aller de quelques dizaines de kilomètres à plus de 250Km pour les ultras-trails.

Le trail marque donc une certaine forme de retour aux sources : l'athlète ou le routard, qui quitte les couloirs de la piste ou le bitume millimétré, retrouve un plaisir originel. Plaisir de la simplicité de courir sans règle et sans contrainte, sur un itinéraire naturel où le hasard des rencontres et du terrain promet des surprises à chaque détour de chemin. L'essence même de l'esprit trail est là.

Blog : gotoreunion.canalblog.com



L'ETHIQUE DU TRAIL

Le trail c'est aussi la liberté aussi de courir sans le chronomètre qui revient tous les kilomètres nous harceler... Bien entendu qu'il y a un chrono et un classement, mais le terrain changeant, l'itinéraire plus ou moins roulant, le dénivelé, font que l'on ne peut plus comparer les temps d'une course à l'autre même sur des distances identiques.

Convivialité : plutôt que de discuter chrono, on en vient avec ses compagnons de route à discuter de la petite traversée du ruisseau, du panorama avant la crête...

Ethique : sans primes d'argent, pas de mercenaires ou de coureurs à différentes enseignes, et limitation du dopage. Respect de l'environnement (disqualification en cas de jet de papiers, bouteilles...), ravitaillements limités ou autosuffisance afin de responsabiliser chacun...

Respect : se respecter soi-même (pas de tricherie), respecter les autres coureurs, organisateurs et autochtones et respecter la faune et la flore en veillant à ne pas dégrader les endroits traversés.

Partage et solidarité : la compétition est bien plus un défi sur soi qu'un affrontement aux autres, ce qui favorise le soutien entre les coureurs et l'assistance en cas de danger.

" Le trail, c'est aller chercher en soi des ressources que l'on ne soupçonnait pas."

" Le trail, c'est un peu de fierté et beaucoup d'humilité."

Blog : gotoreunion.canalblog.com



MON DEFI 2012

L'année 2012 sera pour moi une année où je me consacrerai exclusivement aux trails. Mon défi est d'enchaîner deux trails réputés comme les trails les plus « durs » au monde :

- en août le **Grand Raid des Pyrénées dit GRP – 160km et 10'000m de dénivelé positif** ;
- en octobre le **Grand Raid La Réunion dit Diagonale des Fous – 162km et 6'900m de dénivelé positif**.

Afin de me préparer au mieux pour ces deux défis, le ski de fond (style classique et skating) et la course à pied seront mes principales activités durant cet hiver. Puis le ski de fond sera remplacé par le cyclisme et le ski roue qui me permettront de travailler mon endurance et mon gainage tout en préservant mes articulations. De nombreuses sorties dans les Alpes suisses et françaises sont au programme afin de « faire du dénivelé » sur les parcours empruntés par l'Ultra Trail du Mont Blanc notamment. Je participerai à diverses épreuves dont le trail Verbier–Saint Bernard qui sera pour moi une réelle mise en condition et dont je pourrai tirer un premier bilan de ma préparation.

En parlant de ce projet à mes proches, j'entends souvent ces mots revenir : « Mais tu es fou ! » « T'es un grand malade ! » « Ce n'est pas raisonnable, tu vas y laisser ta santé ! »...

Ce projet peut paraître ambitieux mais c'est avec humilité que je l'aborde, en sachant que rien n'est acquis et que des moments difficiles m'attendent. Mais je crois que l'ultra trail est un grand paradoxe : trouver du plaisir malgré des moments de souffrances physique et mentale aussi bien à l'entraînement qu'en course. Mais le triptyque **FAMILLE–ACTIVITE PROFESSIONNELLE–SPORT** sauront m'apporter l'équilibre nécessaire pour mener ce projet à terme.

AIDEZ CE PROJET à DEVENIR REALITE EN DEVENANT PARRAIN DE GO TO REUNION 2012

Blog : gotoreunion.canalblog.com



LE PARRAINAGE DE KILOMETRE

Tout comme j'ai pu le réaliser pour la Saintélyon 2011, je m'associe à l'association **NATHAN GRAINE DE SOLEIL**, www.nathangrainedesoleil.org. Le but de l'association est simple :

"Faire sourire les enfants malades et leurs familles! Permettre à des enfants malades ou handicapés ainsi qu'à leurs familles, de découvrir le Massif du Jura grâce à des activités sportives, culturelles ou de pleine nature, afin de s'évader quelque temps du milieu hospitalier et des traitements parfois lourds, et ainsi retrouver l'insouciance et la joie d'être un enfant comme les autres!".



Je propose de parrainer les 162 kilomètres De la Diagonale des Fous. Ainsi chacun favorisera la réussite du projet et contribuera à la récolte de fonds pour l'association **NATHAN GRAINE DE SOLEIL**.

1 DON LIBRE = 1 KM PARRAINES

La valeur du don reste libre mais pour que cette opération soit réalisable, celui-ci doit être au minimum de CHF 20.- pour les particuliers et CHF 100.- pour les entreprises. A partir de CHF 30.-, un T-shirt « **GO TO REUNION 2012 : SURVIVRA-T-IL ?** » sera remis aux parrains quelques jours avant le grand départ du de la Diagonale des Fous.

Choisissez votre course et votre KM et devenez Parrain de **GO TO REUNION 2012**

Blog : gotoreunion.canalblog.com

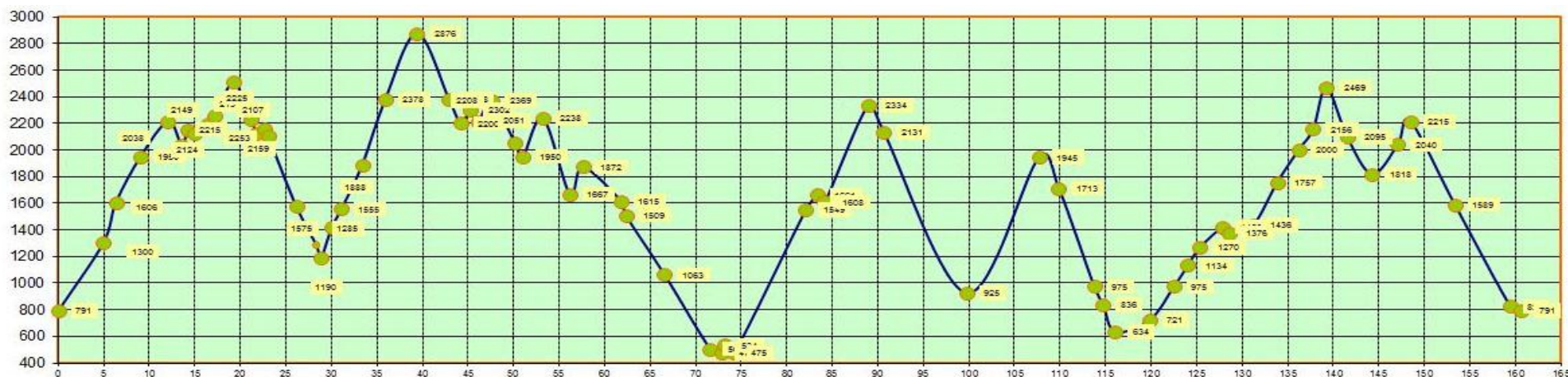


LE GRAND RAID DES PYRENEES (GRP) – 160km, 10'000 D+

Le départ sera donné le vendredi 24 août à 5 heures depuis Vielle Aure. Les coureurs monteront par des routes carrossables puis le GR10 au Col du Portet. Ils basculeront ensuite sur le secteur du Néouvielle pour rejoindre, par le Col de Bastanet, le refuge de Campana du Cloutou puis le hameau d'Artigues. Ensuite montée vers le Col de Sencours, au Pic du Midi, retour au Col de Sencours avant d'enchaîner les cols de la Bonida, d'Aoube, de Bareilles et d'Ouscouaou pour rejoindre Hautacam. Descente sur Villelongue où se trouve la première base vie.

Une très longue montée mène au Pic de Cabaliros d'où l'on redescend à Cauterets avant d'attaquer le Col de Riou pour rejoindre Esquièze-Sère, deuxième base vie. On monte ensuite tranquillement au-dessus de Barèges puis au parking de Tournaboup afin de revenir dans la zone du Néouvielle pour passer le Col de Barèges et rejoindre le Col de Portet qui ramène à Vielle Aure.

Les meilleurs pourraient mettre moins de 20 heures tandis que la barrière horaire est réglée pour que les derniers terminent en moins de 50 heures.



Blog : gotoreunion.canalblog.com



LE GRAND RAID LA REUNION / LA DIAGONALE DES FOUS – 162km, 9'600 D+



La 20^{ème} édition du Grand Raid – La Diagonale des Fous aura lieu les 18, 19, 20 et 21 octobre 2012 avec un départ donné le jeudi à 22h à St Philippe Cap Méchant. Le programme est plus relevé que d'habitude car le parcours mesure 162km et 9643m de dénivelé positif ! Départ de St Philippe, au sud de l'île, dans la nuit de jeudi à vendredi, au bord de la mer. Arrivée au stade de la Redoute, à Saint-Denis, pour des retrouvailles avec l'Océan Indien, quelques (longues) heures plus tard...

Entre les deux, cinq crêtes avoisinant les 2'000 mètres d'altitude, dont le point culminant de la course est à 2'411 mètres.

Le Grand Raid de la Réunion est une course hors normes pour laquelle 2000 concurrents prennent le départ, mais seulement les trois quarts passent la ligne d'arrivée...

Le premier mettra environ 20 heures alors que le temps maximum autorisé est de 64 heures.



Blog : gotoreunion.canalblog.com



MON CALENDRIER SPORTIF 2012

- 11 février : **TRANSJURASSIENNE 50km** ski de fond style classique
www.transjurassienne.com
- 25 mars : **TRAIL DU VENTOUX 46km** - 2'600m D+
www.trailduventoux.com
- 20 mai : **TRAIL DE LA VALLEE DE JOUX 35km** - 1'900m D+
www.trailvalleedejoux.ch
- 03 juin : **TRANSJUTRAIL 72km** - 3'000m D+
www.transjutrail.com
- 16 juin : **TRAIL DE L'ABSINTHE 75km** - 2'950m D+
www.defi-vdt.ch
- 30 juin : **TOUR DU LAC DE JOUX 24km**
www.footingvalleedejoux.ch/tourlac.html
- 7-8 juillet : **TRAIL VERBIER SAINT BERNARD 110km** - 7'000m D+
www.trailvsb.com
- 12 août : **COURSE DE MONTAGNE SIERRE-ZINAL 31km** - 2'200m D+
www.sierre-zinal.com
- 24-26 août : **Grand Raid des Pyrénées 160km** - 10'000m D+
www.tordesgeants.it
- 16-18 octobre : **DIAGONALE DES FOUS 162km** - 9'600m D+
www.grandraid-reunion.com
- 08 décembre : **SAINTELYON 69km** - trail nocturne
www.saintelyon.com

Blog : gotoreunion.canalblog.com



LE BUDGET DU PROJET

DEPENSES		RECETTES	
DEPLACEMENTS ET INSCRIPTIONS 2012			
Train+billet d'avion+hébergement La Réunion	CHF 1'400.-	Entreprises	CHF 4'000.-
Inscription Diagonale des Fous	CHF 300.-		
Déplacement+hébergement GRP	CHF 500.-	Particuliers	CHF 2'000.-
Inscription GRP	CHF 200.-		
Inscriptions autres courses	CHF 600.-		
Déplacements et hébergements	CHF 600.-	Produits divers	CHF 800.-
EQUIPEMENT TRAIL 2012			
Chaussures (4 paires)	CHF 600.-		
Vêtements	CHF 800.-		
Kit technique+Sac à dos+bâtons	CHF 500.-		
ASSISTANCE 2012			
Assistance médicale	CHF 300.-		
Alimentation énergétique	CHF 300.-		
DIVERS			
Imprévus	CHF 500.-		
TOTAL	CHF 6'600.-	TOTAL	CHF 6'600.-



COMMUNICATION

- Le blog GOTO REUNION 2012 : gotoreunion.canalblog.com



- La confection d'une tenue officielle avec les différents partenaires
- Une campagne de presse locale (sur Suisse et sur France voisine)
- Le parrainage et le T-shirt GO TO REUNION 2012

ET APRES ???

En 2013 je reprendrai un peu d'activité dans le triathlon tout en laissant la part belle au trail. Les objectifs seront :

- La 20^{ème} édition **triathlon longue distance d'Embrun, EMBRUNMAN** : 3.8km de natation-188km en vélo avec l'ascension de l'Izoard-42.195km en course à pied,
- **Tor des Géants** : trail de 330km avec 24'000m de dénivelé positif dans le Val d'Aoste,
- Diverses courses locales dont la **Tranjurassienne**, le **trail de l'absinthe**...

Blog : gotoreunion.canalblog.com

