

Document transmis par Emmanuel Tardi, complété par Guy Destré

ATTENTION TOUT DE MEME :

**- Ne possédant pas toutes les statistiques suisses,
Nous ne pouvons présenter qu'un :**

Palmarès partiel d'URBAIN GIROD : CM MONTHEY :

Championnat Suisse du 10km :

Champion en 1993 en 45'41''32
2^{ème} en 1994

Championnat Suisse du 20km :

2^{ème} en 2005
3^{ème} en 1993

Championnat Suisse du 35km :

2^{ème} en 2007

Championnat Suisse du 50km :

2^{ème} en 2006

Championnat Suisse du 100km :

Champion en 1992 10h27.08
1993 10h23.52
1994 10h23.47
2^{ème} en 1990 1991 2004

Record Personnel : 10h17.02 en 1991

Championnat Suisse de Marche de côtes :

2^{ème} en 2005
3^{ème} en 1993
3^{ème} en 2007

Urbain Girod a participé à 3 Coupes du Monde de Marche :

1993-Monterrey (Mex) 89^{ème} du 20km en 1h45.18
2006-La Corogne (Esp) 58^{ème} du 50km en 4h36.52
2008-Cheboksary (Rus) 65^{ème} du 50km en 4h36.28

Championnats du Monde Vétérans :

2007-Misano Adriatico - Riccione (Ita) 5^{ème} du 10km en 49.01

2007-Misano Adriatico - Riccione (Ita) 3^{ème} du 20km en 1h39.40

Championnats d'Espagne :

11^{ème} du 50 km des Championnats d'Espagne à Léon le 19 février 2006 en 4 h 34' 52''.
http://www.rfea.es/competi/result2006/ruta/marcha_leon.pdf

Divers :

Détient le record du tour du Lac Léman : 170km en 19h21'23'' le 19 Novembre 2006.

Matche des 5 nations : 4 août 2007 à Odense (Danemark) : 20 km: 5^{ème} en 1h 41'31''
2007 - Meeting de Tesserete (Tessin) 5^{ème} du 10000 mètres piste en 50'01''7.

Meeting de Tesserete (Tessin) le 29 juin 2008 - 11^{ème} du 10000 mètres piste en 1h 06'28''.
L'effet de Paris-Colmar a été ressenti par Urbain Girod en piste une semaine après avoir parcouru 444 km sur les routes colmariennes.

20 km marche internationale à Yverdon 18/06/2005 – Urbain Girod 6^{ème} au scratch en 1h39'50''

Heure marche à Fribourg le 16 avril 2005 – Urbain Girod 3^{ème} avec 11897 mètres.

15^{ème} du Bilan mondial 2007 des 20 km Vétérans Hommes M 40 – 44, 1h35'15'' à Podebrady le 14/04/2007

Records et meilleures performances Valaisannes de tous les temps :

<http://www.fva-wlv.ch/Documents/statistiques/fva-records-05-marche.rtf>

Elite : 3000 mètres piste Urbain Girod CM Monthey 12'29''90/100 en 1994.

Ses circuits Sélectifs :

Vallorbe 1990 Ab 87km986

Vallorbe 1991 Ab 112km

Vallorbe 1992 168km945 en 23h30.24

Vallorbe 1993 Ab 114km530

Dijon 1994 Ab 143km715

Vallorbe 1994 Ab 102km320

Vallorbe 2004 Ab 103km392

Bourges 2006 Arrêté par les chutes de neige

Château-Thierry 2006 166km430 en 23h47'24

Vallorbe 2006 191km997 en 23h48'58

Bourges 2007 189km334 temps non communiqué

Graide 2007 200km en 23h32'37

Vallorbe 2007 194km672 en 23h47'11

Bourges 2008 Ab 80km

Graide 2008 Ab 33km333

Vainqueur des circuits sélectifs de :

Vallorbe 2006 et 2007

Graide en 2007, 200 km en 23h32'37'', moyenne 9,495 km/h.

Ses PARIS-COLMAR :

Promotion 2006 – 7^{ème}, 293,300 km en 42h01',

Elites 2007 – 15^{ème}, Arrêt au km 324 en 46h15',

Elites 2008 – 5^{ème}, 444 km en 59h04'

Autres marches de grand fond :

2007 Vainqueur des 8 heures de Charly sur Marne :

80,872 km en 7h 57'45'', soit 10,169 km/h.

2007 Deuxième de la Voie Sacrée Verdun – Bar le Duc, 56 km en 5h30'35'', derrière Antonin Boyez, vainqueur en 5h25'29''.

Sports de Montagne qu'Urbain Girod affectionne particulièrement :

<http://www.tourdesmuverans.ch/pdf/Parcours%20A%20-%20veterans%20-%2024.07.2004.pdf>

Défi des Muverans 2004 : Parcours A – Ovronnaz – Pont de Nant – Ovronnaz – Vétérans I (1955 – 1964) - 5^{ème} à Pont de Nant en 4h28'', et 9h57'11'' sur l'ensemble du parcours. Le parcours de 60 km avec 4650 mètres de dénivelé positif et 4650 mètres de dénivelé négatif. Ce qui représente un effort de 115 km.

Ski alpin de « grand fond » :

http://www.valerettealtiski.ch/resultats04_f.htm

17^{ème} de la Valerette Altiski Edition 2004 Catégorie vétérans 1 en 2h35'01'' à 29'37'' du premier de la catégorie

http://www.valerettealtiski.ch/parcours_f.htm pour voir le parcours : passage par 3 sommets à plus de 2000 mètres d'altitude.

http://www.valerettealtiski.ch/photos_f.htm quelques photos du paysage.

<http://live.pdg.ch/cgi-local/pdg98/rangliste.pl?rennen=B1>

Patrouille des Glaciers le 29.04.2000 :

10^{ème} dossard 305 Equipe de l'Armée Suisse 15 (Brigade de Forteresse 10) avec Christian Rihner de Vouvry, Urbain Girod de St-Triphon et Patrick Lauraux de Ollon en 5h00'26''.

Patrouille des Glaciers 2004 –

Extraits de la liste des départs : B2 : parcours : Arolla- Verbier – 25 km :

Dossard 745 – Séniors II – Barman Pierre-Alain 1902 Evionnaz, Lauraux Patrick 1871

Choëx, Urbain Girod 1867 Saint Triphon. - 4 :45 :00

<http://video.google.fr/videoplay?docid=8665918782449100195>

Vidéo - Patrouille des glaciers.

http://fr.wikipedia.org/wiki/Patrouille_des_Glaciers

<http://www.dentsdumidi.ch/v2.1/pages/accueil/>

Tour des dents du midi.

http://www.tourdesmuverans.ch/defi/la_course.html

<http://www.tourdesmuverans.ch/defi/photos.html>

<http://www.tourdesmuverans.ch/defi/parcours.html>

<http://www.tourdesmuverans.ch/defi/comparaison.html>

9 ème de la catégorie Vétéran 1 (1955 – 1964) – du Tour du Chablais – Etape de Ollon - en
32 :35.9

http://www.cavetroz.ch/Resultats/2004/tourChablais_3.pdf

12 ème de l'Etape de Roche en 36:24.6

http://www.cavetroz.ch/Resultats/2004/tourChablais_2.pdf

Résultats Championnats Suisse :

1992 Champion suisse 100 km

1993 Champion suisse 10'000 n piste

Champion suisse 100 km

3^{ème} championnat suisse 20 km

3^{ème} championnat suisse de côte

1994 2^{ème} championnat suisse 10'000 m

3^{ème} championnat suisse 50 km

Champion suisse 100 km

2005 2^{ème} championnat suisse 20 km

2^{ème} championnat suisse 50 km

2^{ème} championnat suisse de côte

2006 2^{ème} championnat suisse 50 km

2007 2^{ème} championnat suisse 35 km
3^{ème} championnat suisse de côte

2008

Résultats Internationaux :

=====

2006 Vainqueur 200 km Vallorbe

2007 Vainqueur 8 H de Charly
Vainqueur des 200 km de Graide
Vainqueur des 200 km de Vallorbe
2^{ème} de la Voie sacrée

2008 2^{ème} 200 km de Château le Thierry
5^{ème} Paris – Colmar

Détenteur du record du Tour du Lac Léman, nouvel itinéraire

Le dimanche 7 septembre 2008 à Lausanne, Bruno Grandjean (CM Monthey) s'est adjugé le titre national sur 10 000m piste en 46'17"13/100. Il a devancé un autre Montheysan, **Urbain Girod** 49,25"13/100 et José N'kunku (CM Yverdon). De bon augure avant le championnat suisse des 50 km élites, le dimanche 14 septembre à Monthey.

Passage d'**Urbain Girod** au 5000 mètres en 24'39"40/100.

http://www.lamarche.ch/data/pdf/resultats/2008/2008_09_07_CS_10000m_Lausanne.pdf