



INFO 41^e ÉDITION

THYON-DIXENCE

COURSE PÉDESTRE

DIMANCHE 6
AOÛT 2023
www.thyon-dixence.ch

Inscriptions uniquement en ligne
jusqu'au 5 août ! Pas d'inscriptions sur place.

NEWS ET FLASHBACK SUR LE 40^e ANNIVERSAIRE

40^e anniversaire de la « classique » Thyon-Dixence

Celle qui est devenue une « classique » des courses de montagne a fêté en 2022 son 40^e anniversaire. C'est effectivement en 1982 que Thyon-Dixence est née dans l'esprit de pionniers de la course à pied actifs dans le Val d'Hérémence. Durant ces 40 dernières années, seule la course de 2020 a dû être annulée pour cause de pandémie.

Ce statut de « classique » se mesure notamment au nombre de personnes qui semblent avoir du plaisir à vivre cet événement chaque année, que ce soit au niveau des sponsors, des bénévoles et bien sûr des participants puisque plus de 1'100 personnes se sont encore inscrites en 2022. Ceci alors que d'autres courses estivales subissaient encore les effets de la pandémie en enregistrant des baisses de participation de 40-50%.

Samedi ou dimanche...

En 2021, pour la première fois et pour des raisons organisationnelles, la course avait eu lieu le samedi. En 2022, la question du samedi/dimanche ne sait pas posée car la manifestation du Tour des Stations occupait déjà le terrain à Thyon 2'000 le samedi et ce sera également le cas pour cette année 2023 puisque la course aura lieu le dimanche 6 août prochain. La question reste par contre ouverte pour les éditions suivantes...

Départs fractionnés

Au niveau de l'organisation, la course du 40^e s'est parfaitement déroulée, d'autant plus que la météo a fait l'honneur d'être du côté des organisateurs. Mis en place lors de l'édition « Covid » de 2021, les départs à la carte par blocs pour les populaires ont été maintenus car ils assurent une plus grande fluidité sur le parcours et les postes de ravitaillement. Ce sera toujours le cas cette année.

Et le dopage... ?

A noter que pour la première fois, des contrôles antidopage ont été réalisés à Thyon-Dixence en 2022. Les deux vainqueurs ont été contrôlés et les résultats se sont avérés négatifs. Nos deux vainqueurs ont également été aux avant-postes à Sierre-Zinal puisqu'ils terminent les deux à la 3^e place dans leur catégorie respective. Thyon-Dixence contribue avec ses moyens limités à lutter contre ce fléau qu'est le dopage dans le sport. Les organisateurs collaborent étroitement avec la Fondation Swiss Sport Integrity, un centre de compétence indépendant de la lutte contre le dopage, qui s'attache à faire appliquer les règles en la matière édictées par Swiss Olympic sur la base de la réglementation de l'Agence mondiale antidopage (AMA).

UN PETIT GOÛT DE « NORMALITÉ »...

Des contraintes liées au COVID, une course annulée, les festivités d'une 40^e édition, ... et si Thyon-Dixence 2023 était une course « normale » ?!

Un petit retour à la normalité, à la simplicité, est parfois bon et rassure. Il peut nous rappeler les valeurs authentiques qui nous portent et nous guident dans la préparation du menu Thyon-Dixence année après année depuis plus de 40 ans maintenant.

Une recette simple n'enlève pas le goût au plat, ni le plaisir de le déguster. Il suffit de choisir les bons ingrédients : un soleil radieux, des visages souriants, un bon millier de participants avides d'effort et de grand air, une ambiance conviviale, quelques coureurs internationaux en tête d'affiche, des amis et des familles en supporters à l'arrivée, un T-Shirt comme récompense et ... l'apéro sur le barrage de la Grande Dixence !

Bonne dégustation !

François Genolet

MERCI

Le comité d'organisation et la société de gymnastique La Gentiane de Mâche remercient les principaux sponsors, les annonceurs et autres donateurs pour leur généreux soutien. Merci également aux autorités communales, aux sociétés de développement, aux offices du tourisme, ainsi qu'à tous les bénévoles qui oeuvrent avec discrétion mais efficacité. Grâce à votre fidélité, vous donnez corps à l'esprit Thyon-Dixence qui peut ainsi se manifester chaque année dans le Val des Dix.

Le comité



Nous prions tous les annonceurs et donateurs de bien vouloir nous excuser si des omissions ou des erreurs bien involontaires ont pu se produire dans l'édition de ce journal.

FAITES UNE HALTE CHEZ NOS PARTENAIRES!



Refuge de la Barmaz

SG La Gentiane, tél. +41 79 847 11 18, +41 79 869 70 17, www.gym-mache.ch, 50 places, gardien le week-end en été, réservation pour groupes



Cabane des Écoulaies

Ski-Club les Pyramides, 1982 Euseigne, tél. +41 79 414 90 86, www.lespyramides.ch, 22 places, gardien le week-end en été, réservation conseillée



Cabane de Prafleuri

Nouveaux gardiens Estelle et Antoine, tél. +41 27 281 17 80, cabane.prafleuri@gmail.com, www.prafleuri.ch, gardiennée mars avril et juillet à septembre



Hôtel du Barrage Grande Dixence

Pauline Moix, www.hotel-barrage.ch, info@hotel-barrage.ch, mi-juin à mi-octobre



Buvette et gîte de Mandelon Alexandre Monnard

tél. +41 78 617 61 69, www.mandelon.ch, Chottes transformées en gîtes tout confort, ouvert en été de mi-juin à octobre, l'hiver tous les week-ends de janvier à mars



Cabane d'Essertze

SC Hérémence, tél. +41 79 368 96 08, www.essertze.ch, info@essertze.ch, [Facebook](https://www.facebook.com/Cabane-d-Essertze) Cabane d'Essertze, mi-juin à mi-septembre



Café restaurant des Aiguilles Rouges

1987 Mâche - Hérémence, tél. +41 27 281 26 26, chambres et pension, terrasse



Le Bouchon ouvert toute l'année aux Collons

Cabane des Crêtes ouvert saison de ski et week-end d'été (dès mi-juillet) à Thyon
Famille Paul Dayer, tél. +41 79 656 58 18



Restaurant l'Alpage 1988

Alpage de Thyon, tél. +41 27 282 57 80, +41 78 661 06 88, www.alpage-thyon.ch, 24 juin - 29 août, 7/7, 30 août - 3 octobre, mercredi au dimanche



Restaurant Le Panorama

Isabeau Provost, tél. +41 76 472 32 43, Cuisine traditionnelle, Terrasse panoramique



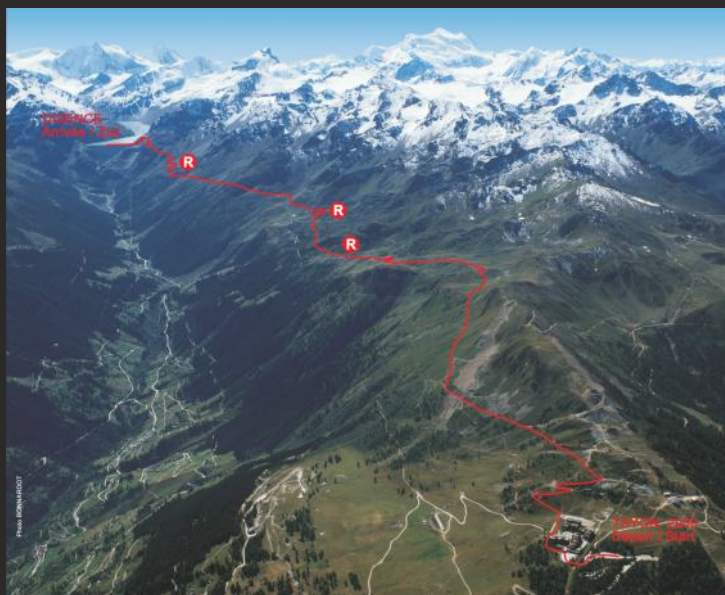
Restaurant La Combyre

Famille Lathion-Praz, tél. +41 79 710 77 70, www.edelweiss-combyre.ch, Restauration, Logement de groupe au sommet de la piste de l'Ours, Fin juin à fin septembre et saison de ski



Café de la Poste

Marie-Bernard Rossier, 1981 Vex, tél. +41 27 207 31 96

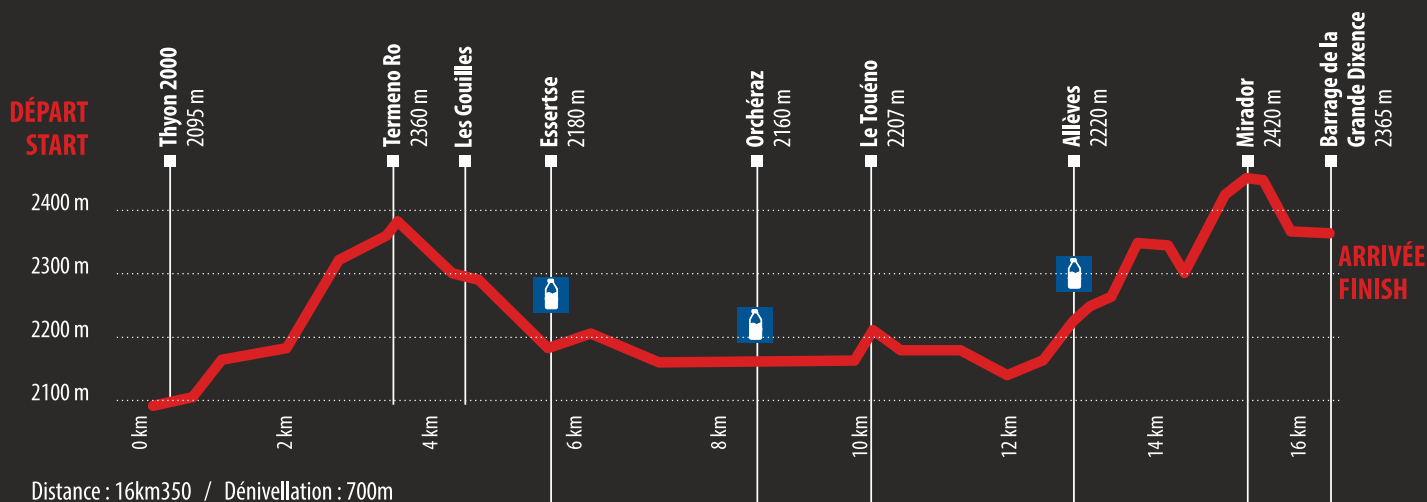


LE PARCOURS

Le tracé entre Thyon et la Dixence suit des routes et des chemins d'alpage sous le regard majestueux des célèbres montagnes de la vallée.

Les participants foulent tour à tour les berges d'un petit lac d'altitude ou des rochers plus escarpés en restant à une altitude comprise entre 2100 et 2450 mètres. La longueur du parcours est de 16 km 350 pour une dénivellation positive de 700 m.

Une des particularités de la course est que le but du parcours dans le Val des Dix peut être aperçu dès le départ : le barrage de la Grande Dixence. Pas toujours facile pour le moral et on peut surprendre de nombreux participants qui l'évitent du regard en pensant qu'il s'approchera plus vite !



RECORDS

Femmes GITONGA Purity Kajuru (2021) 18'20"

Hommes KIPNGENO Patrick (2022) 30'26"

18'20"

36'06"

49'50"

1h13'22"

1h19'28"

VAINQUEURS 2022

PHILARIES Kisang (KEN)

1h20'41"

KIPNGENO Patrick (KEN)

1h06'57"

2021

GITONGA Purity Kajuru (KEN)

1h19'28"

Lolkurraru Lengen (KEN)

1h09'08"

Loc-Altitude
NACELLES

CHRISTIAN DUBUIS

+41 (0)79 206 80 80
Rue de la Chapelle 20
CH-1958 Uvrier
cd@loc-altitude.ch
www.loc-altitude.ch

LES MARCHANDS DE MATERIAUX DU VALAIS CENTRAL

Eggs & luginbühl
MATERIAUX DE CONSTRUCTION - PRODUITS EN CIMENT (BL/GR)

Ferd Lietti
depuis 1926
www.lietti.ch

GETAZ
MIAUTON

matériaux
Matériaux PLUS SA®
sion • martigny • monthey • riddes

VOUS SOUHAITENT UNE BONNE FETE



Veyronnaz Tourisme
info@veyronnaz.ch
www.veyronnaz.ch/sunandfun
+41 27 207 10 53

Club des Oursins
De 4 à 9 ans

Sun&Fun
Dès 10 ans

MASDAYER
MARBRIALPAYS JARDINS DES JUVES

DAYER TRANSPORTS SA

www.dayertransports.ch
Route du Fio 36
1987 Hérémece
Tel: (0041) 079 413 60 55
Fax: (0041) 027 281 37 56
Email: info@dayertransports.ch
Serge : 079/413.60.55

Séripub

impressions sérigraphiques
rte de chandoline 27, 1950 Sion

pharmacieplus
de vex

ezaline de casteljaou
pharmacienne responsable
route de sion 9
1981 vex
t. 027 207 26 26
f. 027 207 26 19
vex.vs@pharmacieplus.ch



drosera
écologie appliquée

- Expertises nature, paysage, forêt, sol
- Etudes d'impact sur l'environnement
- Suivi environnemental de chantier
- Aménagement de cours d'eau
- Planification territoriale
- Agro-écologie

Sion
St-Maurice
Bex

drosera@drosera-vs.ch • +41 27 323 70 17 • www.drosera-vs.ch

INSTANTANÉS 2022



OUVERT DE
JUN À OCTOBRE

700 M
D'ADRÉNALINE!



TYROLIENNE

OUVERT À TOUS
SIMPLE OU EN DUO

www.alpinline.ch
027 322 71 72

ONLINE RESERVATION
www.alpinline.ch



THEYTAZ SPORTS
THYON 4 VALLÉES

ÉTÉ - SUMMER

MATÉRIEL DE RANDONNÉE



LOCATION E-BIKE



LIQUIDATION TEXTILES HIVER



Du 8 juillet au 27 août
7 / 7: 9h-17h non stop

Les fleurs sont
offertes par



Boutique Alma Fleurs SA
Avenue Ritz 33, 1950 Sion
Tél. + fax 027 323 23 16

Adecco
VALAIS PERMANENT



GEOSAT
GROUPE GEODESIS

- Géomatique - Cartographie 3D
- Géomètre breveté - Géodésie

bureau d'ingénieurs EPF/SIA
et géomètres brevetés

Bureau d'ingénieurs
CH-1950 Sion
Tél. : 027 323 23 16
Mail : info@geosat.ch

Geosat SA
www.geosat.ch



Deviens la meilleure version de toi même
 Coaching et accompagnement vers tes objectifs
 - Forme et vitalité
 - Contrôle de poids
 - Prise de masse
 - Récupération sportive

Caroline Praz
 +41 79 861 22 25




CRETATZ ÉLECTRICITÉ SA
 ÉTUDE - RÉALISATION
 Courant fort-faible | Domotique
 www.crettazelectricite.ch
 Tél : 027 281 17 02 contact@crettazelectricite.ch
 Route du Village 13 - 1968 MASE
 Rue Centrale 164 - 1983 EVOLÈNE
 Avenue Neuve 19 - 1957 ARDON
 Route de la Drague 41 - 1950 SION



Place de la Lè 2
 1900 Sion
 +41 27 261 600
 info@dayer-electro.ch
 http://www.dayer-electro.ch



WWW.FONTANNAZ-IMMOBILIER.CH

BEG SA
 Géologie & Environnement

Valais • Vaud • Fribourg • Neuchâtel • Tessin

AIR-GLACIERS
 LÀ POUR VOUS, OÙ ET QUAND
 VOUS EN AVEZ BESOIN.




Commandez maintenant
 votre carte de sauvetage.
 Dès CHF 35.-/an

AIR-GLACIERS.CH



excursions sur mesure
 transports de groupe
 autocars de 16 à 55 places

THEYTAZ
 EXCURSIONS



Avenue des Mayennets 7
 1950 Sion

Tél. +41 (0)27 322 71 72
 Fax +41 (0)27 322 18 01

info@theytaz-excursions.ch
www.theytaz-excursions.ch



www.corbassieres.ch
 E-mail : skoda@corbassieres.ch

Rte des Carolins 3
 1950 Sion
 Tél. +41 27 322 9961

SKODA

BATZ SA
 TRAVAUX PUBLICS
 SION - ST-LÉONARD - SIERRE

GéoVal
 Ingénieurs-Géologues SA

rue de la Majorie 8
 1950 Sion
 027 322 91 70

www.geoval.ch
 info@geoval.ch



Géologie - Hydrogéologie - Géotechnique - Dangers naturels - Environnement - Géothermie

www.planchamp.ch

TELECOM AND MORE
PLANCHAMP
 TELECOM • SONORISATION • ALARME & SECURITE • ENOMATIC

Planchamp Télécom SA
 Rue Centrale 40
 CH - 1964 Conthey
 info@planchamp.ch





Retripa

Solutions de valorisation



Ingénierie pour le
Développement en
Environnement ALPin

HYDRAULIQUE | GENIE CIVIL
BÂTIMENT | ENVIRONNEMENT

Pré-Fleuri 10 | 1950 Sion | info@idealp.ch



MULTIMEDIA & EVENT
Une autre idée du son et de l'image !

TV - Hi-fi - Antenne SAT
Service après-vente
et réparation
Location sonorisation
Eclairage professionnel



François Héritier

027 395 39 39 francois@multimedia-event.ch
079 574 12 28 www.multimedia-event.ch

DONS D'HONNEUR ET AUTRES SOUTIENS



Albert Seppey et Fils SA, Hérémence
Aproz Sources Minérales SA
Banque Raiffeisen
Cave La Tine, Hervé Fontannaz, Vétroz
Commune de Vex
Commune d'Hérémence
Edouard Bovier & Fils SA,
Hérémence et Sion
Favre Charles-Henri, Veyraz

Grande Dixence SA
HYDRO Exploitation SA
IDEALP SA, Sion
Imalp Thyon SA
Imprimerie Schmid
Le Cellier du Manoir
Migros Valais
OIKEN

Planchamp Télécom SA
SD du Val des Dix, Hérémence
Séripub, Bramois
Tarcis Ançay, Running, Sion
Télé-Thyon SA
Theytaz Excursions SA
Thyon Région Tourisme SA
Varone Vins, Sion



CHRISTIANE LAMBIEL
+41 27 203 56 00
CHEMIN DU LEVANT 6
1967 BRAMOIS



www.seppey-sa.ch
Maitrises Fédérales
Tél. 027 / 281 12 08
Fax 027 / 281 18 71
e-mail : info@seppey-sa.ch



Fabricant agréé Corian®

a. seppey et fils sa
ch µ 1987 hérémence

UDRY/
CUISINES S.A.

AGENCEMENTS DE CUISINES/
APPAREILS MÉNAGERS

rue de Lausanne 54/1950 Sion
t 027 323 25 15 / f 027 323 18 27
www.udryf.ch

HEREMENCE
Votre mois d'août au Val des Dix !

01.08.23 Fête Nationale
02.08.23 Les mystères du ciel
05.08.23 Tour des Stations
06.08.23 Thyon-Dixence
09.08.23 Après-midi Terroir & Patrimoine
10.08.23 CIME 2023
12.08.23 Randonnée et bols tibétains
12.08.23 Concert Mike le Troubadour
13.08.23 Tournée des cabanes à Essertze
15.08.23 Fête de la mi-été à Prafleuri
19.08.23 Grand Raid
30.08.23 Atelier créatif en bois

heremence-tourisme.ch / +41 (0)27 281 15 33

HEREMENCE
VAL D'HERENS

LES RECORDS

Hommes

1982	Albrecht Moser (CH)	1h14'19"
1983	Guido Rhyn (CH)	1h11'51"
1985	Jack Maitland (GB)	1h10'30"
1989	Jairo Correa (COL)	1h09'43"
1990	Jairo Correa (COL)	1h08'28"
2022	Patrick Kipngeno (KEN)	1h06'57"

Femmes

1982	Heide Brenner (D)	1h44'57"
1983	Fatima Santos (CH)	1h38'13"
1984	Véronique Marot (GB)	1h27'04"
1985	Véronique Marot (GB)	1h26'14"
1987	Véronique Marot (GB)	1h24'02"
1994	Isabella Moretti (CH)	1h21'07"
2014	Murigi Lucy (KEN)	1h20'31"
2015	Murigi Lucy (KEN)	1h19'51"
2021	Gitonga Purity Kajuju (KEN)	1h19'28"

LES VAINQUEURS

Hommes

1982	Albrecht Moser (CH)	1h14'19"
1983	Guido Rhyn (CH)	1h11'51"
1984	Zoltan Kiss (HUN)	1h13'21"
1985	Jack Maitland (GB)	1h10'30"
1986	Phil Makepiece (GB)	1h14'03"
1987	Marco Bovier (CH)	1h11'24"
1988	Marco Bovier (CH)	1h11'35"
1989	Jairo Correa (COL)	1h09'43"
1990	Jairo Correa (COL) RECORD	1h08'28"
1991	Francisco Sanchez (COL)	1h10'45"
1992	Francisco Sanchez (COL)	1h10'01"
1993	Matt Carpenter (USA)	1h08'40"
1994	Jacinto Lopez (COL)	1h09'17"
1995	German Fernandez (COL)	1h09'01"
1996	German Fernandez (COL)	1h10'16"
1997	Haile Koricho (ETH)	1h09'14"
1998	Ricardo Mejia (MEX)	1h10'23"
1999	Ricardo Mejia (MEX)	1h09'30"
2000	Billy Burns (GB)	1h12'06"
2001	Ricardo Mejia (MEX)	1h09'44"
2002	Ricardo Mejia (MEX)	1h09'10"
2003	Marco De Gasperi (I)	1h09'36"
2004	Ricardo Mejia (MEX)	1h11'04"
2005	Bruno Heuberger (CH)	1h12'44"
2006	Ricardo Mejia (MEX)	1h12'32"
2007	Tolossa Chengere (ETH)	1h11'25"
2008	Felfele Tesfay (ERI)	1h11'09"
2009	David Schneider (CH)	1h12'43"
2010	César Costa (CH)	1h12'44"
2011	César Costa (CH)	1h11'39"
2012	César Costa (CH)	1h13'27"
2013	Juan Carlos Cordona Rios (COL)	1h10'34"
2014	Isaac Kosgei (KEN)	1h09'52"
2015	Isaac Kosgei (KEN)	1h11'28"
2016	Isaac Kosgei (KEN)	1h10'54"
2017	Geoffrey Ndungu (KEN)	1h11'24"
2018	Japhet Mwenda (KEN)	1h13'22"
2019	Mamu Petro (ERI)	1h08'41"
2021	Lolkurraru Lengen (KEN)	1h09'08"
2022	Kipngeno Patrick (KEN) RECORD	1h06'57"

Femmes

Heide Brenner (D)	1h44'57"
Fatima Santos (POR)	1h38'13"
Véronique Marot (F)	1h27'04"
Véronique Marot (F)	1h26'14"
Isabelle Pralong (CH)	1h38'19"
Véronique Marot (F)	1h24'02"
Sally Goldsmith (GB)	1h24'12"
Sally Goldsmith (GB)	1h24'14"
Sally Goldsmith (GB)	1h25'56"
Barbara Guericke (D)	1h27'57"
Barbara Guericke (D)	1h29'48"
Barbara Guericke (D)	1h29'38"
Isabella Moretti (CH)	1h21'07"
Chantal Dallenbach (CH)	1h28'27"
Fabiola Rueda Oppliger (CH)	1h28'17"
Isabella Crettenand-Moretti (CH)	1h25'03"
Florence Kolly (CH)	1h30'10"
Ymer Etaferahu (ETH)	1h25'52"
Irina Poupaza-Souvorova (RUS)	1h29'17"
Angela Mudge (GB)	1h22'39"
Angela Mudge (GB)	1h23'12"
Tola Zebenech (ETH)	1h23'28"
Isabelle Guillot (F)	1h27'05"
Yolanda Fernandez (COL)	1h22'56"
Svetlana Netchaeva (RUS)	1h30'27"
Isabella Crettenand-Moretti (CH)	1h32'20"
Angela Mudge (GB)	1h28'32"
Angela Mudge (GB)	1h28'51"
Victoria Wilkinson (GB)	1h29'29"
Lindsey Brindlie (GB)	1h38'46"
Laura Hrebec (CH)	1h32'58"
Aline Camboulives (F)	1h27'05"
Lucy Murigi (KEN) RECORD	1h20'31"
Lucy Murigi (KEN) RECORD	1h19'51"
Sarah Tunstall (GB)	1h26'52"
Lucy Murigi (KEN)	1h20'05"
Lucy Murigi (KEN)	1h23'41"
Lucy Murigi (KEN)	1h22'35"
Gitonga Purity Kajuju (KEN)	1h19'28"
Philaries Kisang (KEN)	1h20'41"

LES DOUBLÉS

THYON-DIXENCE / SIERRE-ZINAL

1985	Hommes	Jack Maitland (GB)	
1985	Femmes	Véronique Marot (GB)	
1986	Hommes	Phil Makepiece (GB)	
1987	Femmes	Véronique Marot (GB)	Record SZ
1988	Femmes	Sally Goldsmith (GB)	
1989	Femmes	Sally Goldsmith (GB)	
1990	Hommes	Jairo Correa (COL)	Record TD
1991	Hommes	Francisco Sanchez (COL)	
1994	Hommes	Jacinto Lopez (COL)	
1998	Hommes	Ricardo Mejia (MEX)	
1999	Hommes	Ricardo Mejia (MEX)	Record SZ
2000	Hommes	Billy Burns (GB)	
2000	Femmes	Irina Poupaza-Souvorova (RUS)	
2001	Hommes	Ricardo Mejia (MEX)	Record SZ
2001	Femmes	Angela Mudge (GB)	Record SZ
2004	Hommes	Ricardo Mejia (MEX)	
2015	Femmes	Lucy Murigi (KEN)	Record TD
2017	Femmes	Lucy Murigi (KEN)	
2018	Femmes	Lucy Murigi (KEN)	

LES 10 MEILLEURS TEMPS

Hommes

1	1h06'57"	Kipngeno Patrick (KEN)	2022
2	1h07'30"	Kangogo Marc (KEN)	2022
3	1h08'28"	Correa Jairo (COL)	1990
4	1h08'41"	Mamu Petro (ERY)	2019
5	1h08'40"	Carpenter Matt (USA)	1993
6	1h09'01"	Fernandez German (COL)	1995
7	1h09'06"	Mamu Petro (ERY)	2022
8	1h09'08"	Lolkurraru Lengen (KEN)	2021
9	1h09'10"	Mejia Ricardo (MEX)	2002
10	1h09'14"	Haile Koricho (ETH)	1997

Femmes

1	1h19'28"	Gitonga Purity Kajuju (KEN)	2021
2	1h19'51"	Lucy Murigi (KEN)	2015
3	1h20'05"	Lucy Murigi (KEN)	2017
4	1h20'31"	Lucy Murigi (KEN)	2014
5	1h20'41"	Philaries Kisang (KEN)	2022
6	1h21'07"	Crettenand Moretti Isabella (CH)	1994
7	1h21'10"	Joyce Muthoni Njeru (KEN)	2022
8	1h21'12"	Maina Veronicah (KEN)	2015
9	1h22'16"	Omosa Teresiah Kwamboka (KEN)	2021
10	1h22'34"	Omosa Teresiah Kwamboka (KEN)	2022

ONT PARTICIPÉ À TOUTES LES ÉDITIONS

Pierrot Follonier
Philippe Nendaz



IMPRIMERIE
SCHMID

www.imprimerie-schmid.ch
www.printshop-schmid.ch

BestDrive
by Continental

VOUS CONDUISEZ EN
TOUTE SÉCURITÉ AVEC NOUS.

CONTITRADE SCHWEIZ AG

BestDrive

Route de Riddes 44

1950 Sion

Tél.: +41 27 203 72 40 Fax: +41 27 203 72 41
sion.riddes@bestdrive.ch

www.bestdrive.ch

Didier Bonvin



**CARROSSERIE DES
BERGES**

ROUTE DE RIDDES 131, 1950 SION

027 203 39 92

ADMIN@CARROSSERIEDESBERGES.CH

WWW.BERGESSION.CH

ENTRE VOUS ET NOUS, UNE HISTOIRE DE CONFIANCE DEPUIS 1982

GF GUILLAUME FAVRE INGENIEURS SA

Route du Manège 80
Case postale 4119
1950 SION 4

Tél. 027 / 203.41.71

e-mail : info@favreingenieur.ch
www.favreingenieur.ch



batterie du village 25 | 1987 hérémence

chauffage
sanitaire
ferblanterie
couverture

guy genolet 079 628 75 12 | nicolas genolet 079 301 17 42



Nivalp SA
Etudes Forêt et Environnement

1971 Grimsuat

Tél. 027 398 39 53
nivalp@nivalp.ch
www.nivalp.ch



HÔTEL DU BARRAGE

GRANDE DIXENCE


magnifique

Votre Boutique avec:
cadeaux originaux,
accessoires,
mode, mode nordique,
bijoux,
décorations
intérieures & extérieures

Rue du Grand-Pont 17, 1950 Sion

mjd
architectes sa

TROUVONS
LA SOLUTION

Aweckel

PRÉVOYANCE & ASSURANCES

Avenue de la Gare 30
1950 Sion

Tél. 027 323 74 50
www.aweckel.ch

GDclimat SA

Chauffage - Ventilation - Froid climatique

Etudes - Réalisations - SAV

Brigue – Sierre - Sion - Collombey

Tél. 027 327 24 20 - Fax 027 323 20 93

www.gdclimat.ch

ROCCIA
constructions métalliques Sàrl

Jimmy Roccia
078 707 93 23

Sophie Roccia
027 203 70 54

Rue de l'industrie 3 1964 Conthey
roccia@netplus.ch www.roccia.ch



ROUX JEAN-RICHARD
ELECTRO MENAGERS
REPARATIONS - VENTES

Pratifori 10
1950 Sion
www.rouxmenagers.ch

Tél. 027 323 10 25
Fax 027 323 48 33
Natl 079 434 77 80

ORGANISATION

La course Thyon-Dixence est une activité de la société de gymnastique La Gentiane de Mâche. Son organisation mobilise chaque année environ 150 personnes recrutées dans toute la vallée et même au-delà. Les tâches nécessaires à la réussite de la manifestation sont orchestrées par un comité de 9 personnes.

François Genolet *Président*
Bertrand Cretton *Vice-président*

Collaborateurs et tâches principales :

Luc Bonvin *Liaisons - Sécurité*
Thomas Bovier *Communication - Inscriptions - Sponsoring*
Bertrand Cretton *Arrivée - Matériel*
Marylaure Dayer *Secours - Vestiaires*
François Genolet *Coueurs - Admin. - Sponsoring*
Sébastien Lipawsky *Comptabilité - Transports - Sponsoring*
Martial Praz *Départ*
Martin Praz *Parcours*
Monica Raab *Admin. - Information - Chronométrage*
Karvin Zäch *Ravitaillement - Matériel*

CONTACT

Course pédestre Thyon-Dixence, Batterie du Village 4, 1987 Hérérence

Tél. +41 79 245 86 45 Fax +41 86 079 245 86 45
info@thyon-dixence.ch www.thyon-dixence.ch



MÉDAILLE SPORTIVE SÉDUNOISE

Depuis 1990, la ville de Sion propose chaque année un programme d'épreuves sportives dans dix disciplines. La participation à des épreuves d'au moins trois disciplines donne droit à la MÉDAILLE SPORTIVE SÉDUNOISE.

THYON-DIXENCE est fier de constituer une de ces épreuves.

Inscrivez-vous et recevez votre autocollant dès votre arrivée sur le mur du barrage de la Grande Dixence.

Plus d'infos : www.sion.ch



PROGRAMME

Thyon 2000

dès 6h30 Ouverture du bureau de départ. Retrait des dossards. Pas d'inscriptions sur place.
7h30 - 10h00 Départs à la carte de la catégorie Populaires par bloc de 30 minutes avec au maximum 120 participants par bloc.
11h00 Départ en ligne des catégories Coueurs

Grande Dixence

Dès 9h00 Arrivée des premiers concurrents

Catégorie
Touristes
Populaires
Sans limite d'âge

Catégorie Coueurs

Femmes	Hommes	1984 - 2003
Femmes I	Vet. I	1974 - 1983
Femmes II	Vet. II	1964 - 1973
Femmes III	Vet. III	1963 et plus âgé-e-s
Juniors		2004 et plus jeunes

Horaires des bus le matin au départ de Sion pour Thyon 2000
07.15 - 08.00 - 08.25 - 09.00

Horaires des bus pour le retour à Thyon 2000 depuis la Dixence
11.00 - 12.00 - 13.00 - 13.30 - 14.00 - 14.30 - 15.00 - 16.00 - 17.00

Horaires des bus Dixence - Sion
10.30 - 12.20 - 14.00 - 15.30 - 16.55

Navette accompagnant CHF 5.-
Thyon 2000 08.45 - 09.00 - 10.00 - 10.45
Dixence 09.15 - 11.15

Accès possible en transports publics

INVITÉS

Grégory LOGEAN, Prés. de la commune d'Hérérence
Sébastien MENOUD, Prés. de la commune de Vex
Les membres du Conseil communal d'Hérérence
Les membres du Conseil communal de Vex
Sébastien Lipawsky, Prés. de Thyon Région Tourisme SA
Marie BAUME, Responsable de l'office Thyon Région Tourisme SA
Marielle DAYER, Présidente de la SD du Val des Dix
Jerry BOVIER, Président de la SD Les Collons/Thyon
Yoann NENDAZ, Directeur de l'office du tourisme d'Hérérence
Amédée KRONIG, Grande Dixence SA
Sarah FALCINELLI, Grande Dixence SA
Gabrielle RAPILLARD, Responsable Coupe Valaisanne de la Montagne
Anne-Brigitte BOURBAN, Aproz Sources Minérales SA
Equipe Marketing, Migros Valais
Mirko COLTRO, Chef département Immobilier et Services généraux, Migros Valais
Florian DEBONS, Direction Raiffeisen Sion Région
Sarah DUCHOUD, Marketing Raiffeisen Sion Région
Ludvine MOTTET, Marketing Raiffeisen Sion Région
Eric CRETZAZ, Télé-Thyon SA

Sébastien DAYER, Président SG Mâche
Michel PRALONG, Président d'honneur SG Mâche
Jean-Claude DAYER, Membre d'honneur SG Mâche
Albert SIERRO, Membre d'honneur SG Mâche
André NENDAZ, Membre d'honneur SG Mâche
Marlyse THEYTAZ, Ancienne Présidente de la Course
Laurent PITTELOUD, Coordinateur Collontrek
Pierre-Michel VENETZ, Président FVA
Jean-Luc TERRETTAZ, Organisateur Montreux-Les Rochers-de-Naye
Francis BRUELHART, Président d'honneur Montreux-Les-Rochers-de-Naye
Jean-Claude PONT, Fondateur Sierre-Zinal
Vincent THEYTAZ, Directeur Sierre-Zinal
Henri HESS, Organisateur Tour des Alpes
Elmar KÄMPFEN, HYDRO Exploitation SA
Mario ZIMMERMANN, HYDRO Exploitation SA
Grégoire JIRILLO, Chef de l'Office cantonal du sport
Blaise CRITTIN, Chef du Service des sports de la ville de Sion
Christian SIERRO, Rhône FM Publicité
Mesdames et Messieurs les représentants de la presse



Été 2023 à Thyon

OFFRE LIMITÉE!

Préparez-vous pour Thyon – Dixence et profitez d'une nuit à Thyon 2000 la veille

- Nuit du 5 au 6 août 2023
- CHF 50.- / adulte
- CHF 25.- / enfant



Profitez de nos installations et activités estivales

- Télésiège Trabanta
- Télésiège Les Masses du 8 juillet au 20 août



- Trotinettes tout-terrain



Installations

Info / réservation
+41 27 282 57 61
www.thyon4vallees.ch

THYON

4 VALLÉES



Hébergements

Info / réservation
+41 27 282 57 61
www.imalp.ch

*Les WC installés
à l'arrivée
sont gratuitement
mis à disposition
par l'entreprise*

VIDESA S/A

**VIDANGE - CURAGE
DÉBOUCHAGE TUYAUX**

**SERVICE IMMEUBLE 24/24
LOCATION WC MOBILES**

SION MARTIGNY MONTHÉY
027 322 62 32 027 722 08 88 024 471 91 00

RETOUR SUR L'ÉDITION PRÉCÉDENTE DU DIMANCHE 7 AOÛT 2022

Plateau exceptionnel et...record

Pour fêter ce 40^e anniversaire, les meilleurs athlètes de la discipline étaient également au rendez-vous. Le plateau fut même exceptionnel puisque les meilleurs classés dans la coupe du monde de la montagne étaient présents. Cette qualité chez les athlètes est rendue possible grâce à notre excellente collaboration avec les organisateurs de Sierr-Zinal qui a lieu une semaine après.

Le secrétaire de l'association mondiale des courses de montagne qui répertorie tous les résultats nous a même écrit le lendemain de la course en nous disant : « Félicitations pour l'extraordinaire course que vous avez organisé hier. Le niveau fut incroyable ! ».

Cette 40^e édition fut dominée par les Kenyans, tant chez les Femmes par Philaries Kisang que chez les Hommes par l'extraordinaire Patrick Kipngeno qui a littéralement « explosé » le record mythique du Colombien Jairo Correa de 1'31" !!! Etabli en 1990, ce record semblait imbattable !

Les petits « plus » du 40^e

Pour marquer cet anniversaire, quelques petits « plus » ont été mis en place : un journal INFO un peu plus cossu avec des interviews et des statistiques, un sac (à commissions !) du 40^e distribué à tous les participants, un t-shirt également à l'effigie de ce jubilaire avec mention de tous les anciens vainqueurs et même un passage de quelques secondes au Sport du dimanche soir à la RTS.



Les bénévoles ne sont pas en reste puisqu'ils ont été invités le 1^{er} octobre au traditionnel souper au restaurant du Barrage à la Dixence. La soirée préparée par la gérante Pauline Moix était également ouverte aux anciens bénévoles ayant travaillé pour la course.

Plus de 100 personnes étaient présentes pour fêter ce 40^e anniversaire de Thyon-Dixence. Elles ont eu le privilège de participer à une visite guidée par le barragiste Patrick Sierro de la réserve des barriques de la cuvée des Titans de Provins avec dégustation à la clé. L'ambiance musicale fut quant à elle assurée par le groupe « Side One » dont le rock a mis le feu à la salle du Ritz.

PODIUM 2022

- | | | |
|----------------------------|-----|----------|
| 1. Philaries Kisang | KEN | 1h20'41" |
| 2. Njeru Joyce Muthoni | KEN | 1h21'10" |
| 3. Omosa Teresiah Kwamboka | KEN | 1h22'34" |
| | | |
| 1. Kipngeno Patrick | KEN | 1h06'57" |
| 2. Kangogo Marc | KEN | 1h07'30" |
| 3. Mamu Petro | ERY | 1h09'06" |



CÔNE DE THYON
TRIAGE FORESTIER

SION - VEX - HÉRÉMENCE -
ARBAZ - GRIMISUAT - SAVIÈSE

- Sylviculture et élagage
- Bois énergie
- Artisanat

Tél. 027 207 17 05

www.conedethyon.ch

info@conedethyon.ch



IL Y A 25 ANS DÉJÀ...

Tirées de la plaquette du 25^e anniversaire, les lignes suivantes évoquent la 17^e édition du 2 août 1998.

De la Colombie au Mexique

Dominateurs des dix précédentes éditions, les Colombiens, Correa en tête, doivent laisser la place aux avant-postes à un autre Latin-Américain, le Mexicain Ricardo Mejia.

Déjà vainqueur à quatre reprises du célèbre Pikes Peak Marathon au Colorado et sacré vice-champion du monde de la montagne à Cervinia un mois plus tôt, Ricardo n'a pas vraiment le profil du «touriste». Reste à voir sur le terrain.

Et la démonstration fut brillante ! Longtemps sur les talons de l'Ethiopien Alemayehu, vainqueur de Morat-Fribourg l'année précédente, Mejia fait la différence sur la fin du parcours et s'impose avec plus d'une minute d'avance sur ses concurrents. Il s'imposera une semaine plus tard à Sierre-Zinal et tout le monde se demande alors s'il deviendra la nouvelle coqueluche du public comme Jairo Correa, encore classé 5^e et premier vétéran lors de cette édition.

Le soir des lions, le matin...

La veille du 2 août, c'est le... 1^{er} août. Malgré une pluie battante, le soleil rayonnait dans les coeurs et dans les verres. A l'heure du feu d'artifice, les participants potentiels hésitaient encore «je la fais, je la fais pas?». La plupart d'entre eux franchiront le pas le lendemain matin, même si pour certains, la course sera plus longue que la nuit.

Au petit matin, les organisateurs n'avaient pas non plus tous une mine de vainqueur, mais rien de tel que le petit air frais, à 6 heures du matin, sur le barrage de la Dixence, pour dissiper la brume de la fête nationale.

La combinaison fête nationale et pluie la veille de la course est d'ailleurs en grande partie responsable cette année-là d'une participation inférieure à la moyenne.

Tournez les hélicos !

Rendu glissant par les précipitations de la veille, le parcours, heureusement très bien préparé, restait globalement en bon état.

Quelques foulures furent néanmoins à signaler. L'équipe de sécurité, fort soucieuse, coordonna à plusieurs reprises, et grâce à quelques trouées dans le brouillard, l'évacuation de blessés par hélicoptère.

Podium 1998

- | | | |
|---------------------------|-----|----------|
| 1. Kolly Florence | CH | 1h30'10" |
| 2. Rueda Oppliger fabiola | CH | 1h31'45" |
| 3. Lucia Yisak | ETH | 1h33'55" |

- | | | |
|----------------------|-----|----------|
| 1. Mejia Ricardo | MEX | 1h10'23" |
| 2. Simretu Alemayehu | ETH | 1h11'30" |
| 3. Padua Saul | COL | 1h12'30" |



Ricardo Mejia



meyer
architecture

architectes fas sia
av. des mayennets 27
ch - 1950 sion

t 027 322 68 82
info@meyerar.ch
www.meyerar.ch





Génie civil - Bâtiment

L'art de construire

Tél. : +41 27 455 85 55

info@epiney-construction.com / www.epiney-construction.com



RAIFFEISEN

Suisse.



GRAND TOUR of Switzerland

Jusqu'à
50%
de rabais

La Suisse découvre
la Suisse.

Du 1^{er} mai au 30 novembre 2023

En tant que sociétaire Raiffeisen avec le statut MemberPlus, vous bénéficiez de jusqu'à 50% de rabais sur les offres du Grand Tour of Switzerland.

raiffeisen.ch/grandtour

MEMBER
PLUS

Rhône FM
PARTENAIRE MEDIA

System
MANAGEMENT & CONSULTING



FIDUCIAIRES
AU CŒUR
DES VALLEES



Sébastien Delétraz
Econome HES
ayon@system-vs.ch

Emilie Salamin Ducourtill
Econome HES
anniv@system-vs.ch

www.system-vs.ch

Comptabilité Fiscalité Revision Agent Anniversaires

MANU MAYORAZ

Réparation et entretien engins de chantier
Dépannages



Case postale 3
CH-1987 Hérémence

Mobile +41 79 221 07 56
Fax +41 27 281 51 53
manu.mayoraz@bluewin.ch

Atelier :
Route de la Condémne 3
1987 Mâche



Blanc & Duc S.A.

gypserie
peinture
papier peint

Ch. des Collines 41
1950 SION
Tél. 027 322 28 02
Fax 027 322 04 08



Theytaz Frères
Carrosserie - Garage
garagetheytaz.ch



RENAULT
Passion for life



helvetia.ch/valais-romand

Engagement. Passion.



Jusqu'au bout.

simple. clair. helvetia
Votre assureur suisse



Jean-Maurice Favre
Agent Général
M 079 204 22 94



Stéphane Melly
Chef de vente
M 078 605 24 73



Dominique Fivaz
Conseiller en Assurance et
Prévoyance
M 079 250 76 42



Vincent Gaspoz
Conseiller en Assurance et
Prévoyance
M 079 425 95 40

Agence générale Valais Romand
T 058 280 68 11

S'évader

sur le plus haut barrage-poids
du monde



TÉLÉPHÉRIQUE



VISITES
DU BARRAGE



RESTAURANT



TYROLIENNE



ESCALADE