



# L'Ultra tour des 4 Massifs 2022 10<sup>e</sup> édition

## Clap de fin & images



Belledonne

[Accéder au kit média](#)

### LIEN OURS NEWS

Malgré la canicule qui sévit plus que jamais sur Grenoble, plus de **3 500 coureurs** ont pris le départ de l'**Ut4M** qui se déroulait **du 21 au 24 juillet**. Des conditions dantesques vues du ciel et au coeur du peloton, du jamais vu en France et sur Grenoble pour tous les coureurs dont la santé était la principale préoccupation de l'organisation. Contrat rempli grâce à plusieurs mesures de prévention et d'accompagnement prises au jour le jour pour faire face aux conditions extrêmes.

L'Ut4M, Ultra Trail des 4 massifs, sillonne la capitale des Alpes, Grenoble, en passant par le Vercors, Taillefer, Belledonne et la Chartreuse. 12 formats de courses différents, du « à la carte » de 20km à 173km, de 730 à **11 510 mètres** de dénivelé avec des passages jusqu'à **2 645 mètres** d'altitude.

Le communiqué de presse complet [dans ce lien](#) ainsi que le clip récapitulatif de 7 minutes. ©Grip Media



Ravitaillement Laffrey

L'infatigable **Alexandre Boucheix alias Casquette Verte** remporte la course phare, le 160 Xtrem qui enchaîne les 4 massifs d'une traite en 173km et 11 510m de dénivelé positif, en 28h et 28 minutes. Chez les femmes, l'italienne Valentina Michielli se classe à la 6e place du scratch et boucle sa course après 33h et 23 min de course.



Alexandre Boucheix alias Casquette verte, vainqueur du 160 Xtrem

### LIEN OURS NEWS

#### TIME CODE

##### **0:00 à 0:57 Vercors**

0:00 à 0:08 Départ du 160 challenge à Seyssins

0:08 à 0:12 Passage au tremplin de Saint-Nizier

0:12 à 0:28 Passage au Moucherotte

0:28 à 0:57 Passage au Pic Saint Michel

##### **0:57 à 1:15 Taillefer**

0:57 à 1:11 Lac de Laffrey

1:11 à 1:15 descente vers la morte

##### **1:15 à 1:46 160 Xtrem**

1:15 à 1:22 Départ du 160 Xtrem

1:22 à 1:46 Montée à la tombée de la nuit vers le Pic Saint-Michel

##### **1:46 à 3:37 Belledonne**

1:46 à 2:01 Kilomètre vertical de Rioupéroux

2:01 à 2:15 Lac Achard

2:15 à 2:46 Montée vers le col de la Pra

2:46 à 3:07 Col de Freydane

##### **160 Xtrem tête de course**

3:07 à 3:12 Valentina MICHIELLI à Saint-Nazaire-les-Eymes

3:12 à 3:37 Arrivée et interview d'Alexandre BOUCHEIX

##### **Chartreuse 3:37 à 4:23**

3:37 à 3:57 20km chartreuse de nuit

3:57 à 4:07 Émeindras

4:07 à 4:23 Chamechaude

##### **Arrivée Ut4M 160 Challenge 4:23 à 4:48**

4:23 à 4:33 Arrivée et interview de Sylvain COURT

4:33 à 4:38 Arrivée de Yoann STUCK

4:33 à 4:48 Arrivée et interview de Magali MELLON

©Grip Media

[VISUELS HD](#)



MRP 1'agence  
dehors

Contact Presse : MRP.1'agence dehors  
Julie Bailly - [julie@morgan-rp.com](mailto:julie@morgan-rp.com) - +336 13 40 40 17  
Résidence les 3 Arcs - Arc 1600 - 73 700 Bourg Saint Maurice