

# Tarcis Ancay

Date de naissance	1.03.1970
Etat civil	Marié, 1 fille : Vanina
Club	CS 13 Etoiles et Trotteurs de Fully
Adresse	Les Frasses, Mayoux, Valais, Suisse
Téléphone	079 607 73 02
E-mail	tarcis.ancay@gmail.com
Son site	www.tarcisancay.ch
Site du CS 13 Etoiles	www.cs13etoiles.ch
Site des Trotteurs	www.trotteurs.ch



## Pour faire mieux connaissance :

Equipe médicale	Médecin : Michel Konzelman, Sion Physiothérapeute : Patrick Crettenand, Sion Nutritionniste : Sylvio Folli, Sion
Equipe sportive	Clubs : CS 13 Etoiles et Trotteurs de Fully Entraîneur : Michel Délèze, Ardon Coach : Augustin Genoud, Savièse
Fan's club	Créé en novembre 2006

## Principaux résultats :

\* meilleur Suisse

### 2009

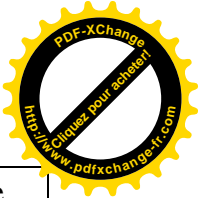
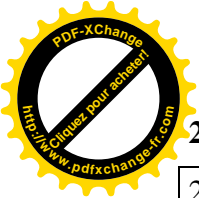
14 février	St-Maurice	Champ. val. de cross	21' 44''	1er
------------	------------	----------------------	----------	-----

### 2008

13 décembre	Sion	Course Titzé de Noël	21' 20''	9 <sup>e</sup> *
5 octobre	Morat-Fribourg	17 km	55' 56''	9 <sup>e</sup> *
20 septembre	Carouge	Champ. suisse du 10 km, route	30' 15''	2e
14 septembre	Sierre-Montana	Champ. du monde de la montagne	58' 05''	18e
7 septembre	Ovronnaz-Ramb.	8,4 km et 1360 m de montée	56' 59''	2e
10 août	Sierre-Zinal	31 km et 2000 m de montée	2 h 39' 42''	5e *
29 juin	Montreux-Naye	18, 8 km et 1600 de montée	1 h 30' 28''	1 <sup>er</sup> *
20 avril	Zürich	<b>Champ. suisse de marathon</b>	2 h 22' 32''	<b>1er</b>
9 avril	Collombey	Champ. valaisan du 10 km, route	31' 22''	1er

### 2007

1 avril	Milan	Semi-marathon	1 h 06' 14''	12e *
25 avril	Noville	Champ. valaisan du 10 km, route	30' 38''	1er
6 mai	Genève	Marathon	2 h 23' 08''	3e *
5 août	Thyon-Dixence	16,350 km et 700 m de montée	1 h 13' 16''	4e



## 2006

25 mai	Langenthal	Champ. suisse du 10'000 m, piste	30' 46'' 17	2e
18 juin	Grenchen	Champ. suisse de la montagne	54' 57''	4e
15 juillet	Anzère	Tour des Alpes	1 h 03' 30''	1er *
13 août	Sierre-Zinal	31 km et 2000 m de montée	2 h 36' 09''	1er *
1 octobre	Morat-Fribourg	17 km	55' 28''	12e
10 décembre	Zürich	8,5 km	26' 18''	12e

## 2005

19 février	St-Maurice	Champ. valaisan de cross	25' 20''	1er
3 avril	Zürich	Marathon	2 h 20' 32''	18e
13 avril	Vionnaz	Champ. valaisan du 10 km, route	30' 37''	1er
8 mai	Genève	Marathon	2 h 17' 45''	4e
7 août	Thyon-Dixence	16,350 km et 700 m de montée	1 h 13' 01''	2e
25 septembre	Wellington (NZ)	Champ. mondial de la montagne	59' 02''	24e
23 octobre	Semi de Lausanne	Médaille de bronze du champ. suisse	1 h 07' 17''	3e
3 décembre	Genève	Course de l'Escalade	21' 14''	8e
10 décembre	Sion	Course de Noël	21' 57''	5e *

## 2004

12 février	Sierre	Champ. valaisan de cross	29' 53''	1er
14 mars	Colombier	Semi-marathon	1 h 05' 59''	1er
4 avril	Zürich	Marathon	2 h 19' 00''	7e
20 mai	Langenthal	Champ. suisse du 10'000 m, piste	30' 28'' 69	2e
8 août	Sierre-Zinal	31 km et 2000 m de montée	2 h 39' 05''	4e *
5 septembre	Sauze d'Oulx (I)	Champ. mondial de la montagne	53' 27''	26e
24 octobre	Semi de Lausanne	<b>Premier titre de champion suisse</b>	1 h 07' 08''	<b>1er</b>
11 décembre	Sion	Course de Noël	22' 08''	6e *

## 2003

22 juin	Amden	Champ. suisse de la montagne	54' 42''	4e
19 juillet	Anzère	17 km et 650 m de montée	1 h 06' 36''	6e *
3 août	Thyon-Dixence	16,350 km et 700 m de montée	1 h 14' 50''	8e *
21 septembre	Anchorage	Champ. mondial de la montagne	55' 54''	31e
26 octobre	Lausanne	Champ. suisse du semi-marathon	1 h 07' 49''	3e
13 décembre	Sion	Course de Noël	22' 20''	6e *

## 2002

22 juin	Neirivue-Moléson	Champ. suisse de la montagne	1 h 04' 21''	3e
15 septembre	Innsbruck	Champ. mondial de la montagne	1 h 06' 24''	67e
6 octobre	Morat-Fribourg	17 km	57' 40''	15e

## 2001

5 août	Thyon-Dixence	16,350 km et 700 m de montée	1 h 13' 00''	6e *
10 août	Sierre-Zinal	31 km et 2000 m de montée	2 h 42' 00''	5e *