

LUC VERON

Sport - - Outdoor - Bien-être





A propos de moi

Passionné de trail, de course à pied, de vélo et de yoga, je vis chaque activité comme un moment de liberté, d'équilibre et de dépassement de soi. Infirmier de profession et papa d'une jeune femme de 18 ans, j'ai appris à conjuguer exigence, bienveillance et persévérance dans tous les aspects de ma vie. j'aime partager mes aventures, mes challenges et mes émotions, avec authenticité et sincérité.



Mon objectif :

Inspirer ma communauté à se dépasser, à profiter de chaque instant en nature, et à trouver un équilibre entre passion, engagement et vie personnelle.

Mes réalisations et défis sportifs

Trails et ultra-trails

- . *Diagonale des Fous (2018 & 2020)*
- . *UTMB (2023)*
- . *Ultra-Trail du Saint-Jacques by UTMB (2025)*
- . *Ultra-Trails de Tenerife (2022 & 2023)*
- . *10× SaintéLyon*
- . *de nombreux trails régionaux...*
- . *ainsi que des aventures en off...*



Marathon

- . *le dernier PARIS 2025 en 2:58*
- . *2 fois celui de Paris*
- . *2 fois celui de Lyon et de nombreux semi*

Vélo

- . *Lyon–Paris pour l’ouverture des JO 2024*
- . *Lyon -Marseille*
- . *Vélo dans le cadre de mon entrainement croisé*
- . *Home-trainer l’hiver*



Yoga

- . *Pratique régulière du Bikram Yoga*
- . *Souplesse, récupération , équilibre mental*



SOCIAL MEDIA



18500

- . Femmes: 36%
- . Hommes: 64%
- . 25-34 ans: 18%
- . 35-44 ans: 33%
- . 45-54 ans: 32%
- . Engagement: entre 4% et 7%



3900

- . Femmes: 48%
- . Hommes: 52%
- . 35-44 ans: 25%
- . 45-54 ans: 29%
- . Autres: 46%



1600

. En developpement...



550

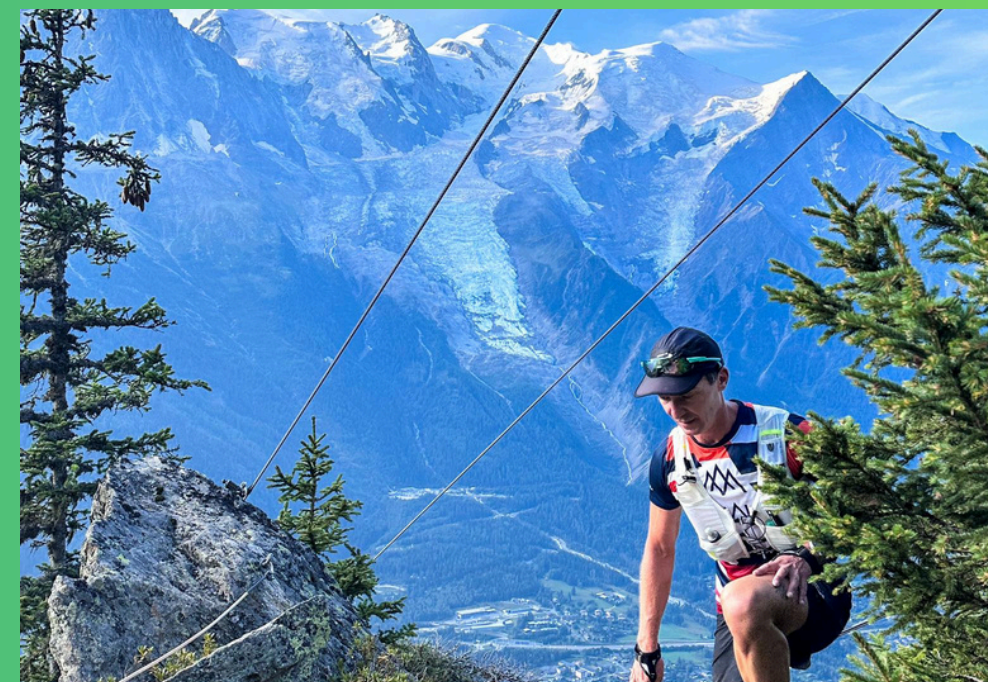


. En réflexion...

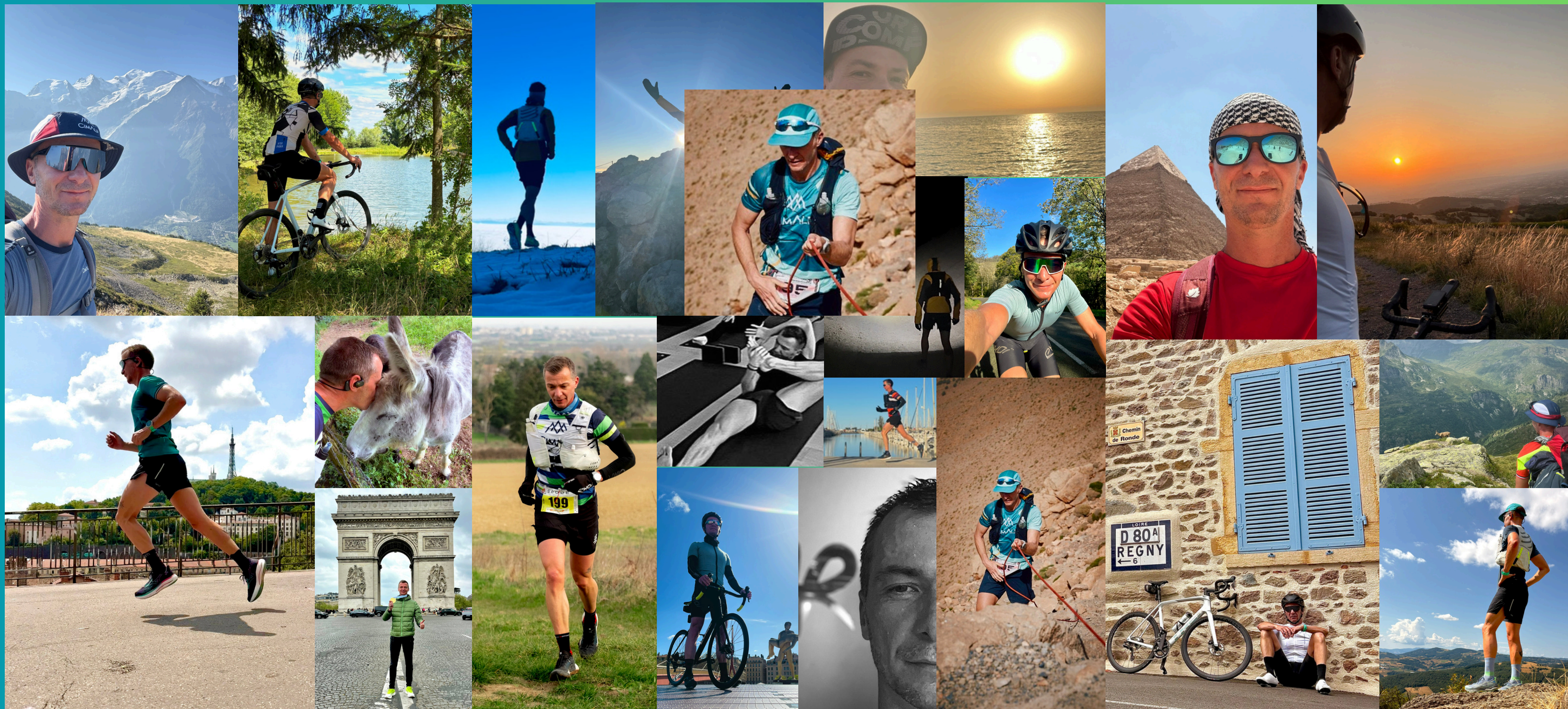


OBJECTIFS ET PROJETS 2026

- . *Consolider le sub 3 h sur marathon*
- . *RP sur marathon à PARIS*
- . *80 km trail de Chalmazel*
- . *Diagonale des fous (Si retenu au tirage au sort)*
- . *Adaptation en fonction du projet diagonale des fous*
- . *Trek avec bivouac*
- . *Co-organisateur retraite Yoga/randonnée à Ténérife*
- . *Vélo cyclotourisme / backpacking / entrainements croisés*



Melting-pot de mon univers



Ils m'ont fait ou me font confiance





06-50-96-86-06



lucveron@hotmail.com



Lyon