



Revue de Presse

TRAIL HIVERNAL DU SANCY MONT-DORE EZYSHOES

16 et 17 janvier 2016



Avant course

Generation trail

<http://www.generation-trail.com/Trail-2014/trail-hivernal-sancy-2016.php>

ski-nordique.net

<http://www.ski-nordique.net/trail-hivernal-du-sancy-mont-dore-ezishoes.5832490-346980.html>

passion trail

<http://www.passion-trail.com/trail-hivernal-sancy-mont-dore-2016-presentation-des-favoris/>

esprit trail

<http://www.esprit-trail.com/actualite-1018.html>

interview radio Totem 15 le 13/01/16

La Montagne

COURSE ■ Départ du Trail hivernal du Sancy Mont-Dore, le 17 janvier

Courir les pieds dans la neige

Les 1.300 coureurs attendus devront braver les éléments pour boucler les parcours de 20 ou 30 km du Trail hivernal du Sancy Mont-Dore. Départ le 17 janvier.

« **D**eux jours : C'est le temps qu'il a fallu au mois d'octobre 2015 pour que les 1.300 places ouvertes soient complètes », confient les organisateurs.

L'édition 2016 du Trail hivernal du Sancy Mont-Dore Ezyshoes est d'ores et déjà un succès, il ne manque plus que des conditions hivernales pour compléter le tableau, mais d'après la météo, ça devrait être le cas.

Choisir sa distance au neuvième kilomètre

Le trail propose deux parcours : le plus petit fait tout de même 20 kilomètres avec 900 mètres de dénivelé. Le grand n'est pas destiné aux amateurs puisqu'il affiche 30 kilomètres et 1.300 mètres de dénivelé. Particularité : « la possibilité de choisir sa distance au neuvième kilomètre de course, au col du Guéry, permettra aux participants d'adapter

les parcours à leur condition physique ».

Les coureurs devraient en prendre plein la vue sur le plus long tracé. Ce dernier offrira des panoramas sur la chaîne des Puy et le puy de Sancy. Les points clés sont les ascensions du puy Loup, de la Banne d'Ordanche et du puy Gros. Tout ça les pieds dans la neige avec les difficultés inhérentes à un

vrai trail hivernal : « des appuis compliqués et la gestion du froid ».

La course promet d'être serrée, au vu des participants, que les organisateurs sont fiers d'accueillir : « Anne-Lise Rousset, l'étoile montante du trail français, Corail Bugnard, la jeune montagnarde qui vient de se révéler au grand public sur

la Saintélyon, Clément Barret, François le Bris, Nicolas Martin... »

Les coureurs sont attendus dès le samedi 16 janvier, à la patinoire du Mont-Dore pour la remise des dossards, de 16 heures à 19 heures, et le dimanche, de 7 heures à 8 h 30. Pour la course, le rendez-vous est donné à 9 heures. Cette édition 2016 promet du beau spectacle. ■



CONDITIONS. La neige devrait être au rendez-vous pour cette édition 2016. ARCHIVES J.-L. GORCE

TRAIL / HIVERNAL DU SANCY ■ 1.300 participants au départ du Mont-Dore, demain à 9 heures

La foule et surtout la neige

Nicolas Martin et Anne-Lise Rousset, vainqueurs l'an passé du 30 km et tous deux « Top 10 » aux Mondiaux de trail, seront parmi les fidèles, demain, des pentes montdorienne enneigées, au sein d'un peloton riche de 1.300 concurrents.

Jean-Philippe Béal

Et la neige est arrivée ! À croire que la météo se donne comme limite ultime pour basculer en hiver, la date du Trail Hivernal Sancy Le Mont-Dore/Ezyshoes.

Comme lors de plusieurs éditions, déjà, et notamment la dernière, c'est dans les tout derniers jours que le blanc s'est en effet invité sur les pentes montdorienne.

Complet en deux jours seulement

Une option « dernière minute » pas du tout suivie par les candidats aux 20 ou 30 km, habitués ou non, qui se sont rués, en octobre, sur les 1.300 dossards disponibles en deux



MASSE. Du monde et du beau, sur l'épreuve de Nalin (1579) et des Montdorienne d'XTR63. Comme, l'an passé, Nicolas Martin (1547) et Meudec (1550). Photo JEAN-OLIVIER GARCIA

jours, nouveau record ! Des habitués qui ne transigent pas avec la volonté de représentation « régionale », c'est bien ceux des teams auvergnats, notamment Sigvaris, Oxistis et Ezyshoes.

Chez Sigvaris, on en a même fait, par tradition, le point de rassemblement destiné à lancer la saison.

Avec succès, le dernier palmarès en attestant. Cette année, les Reyt, Meudec (Kilian a rejoint Yoan), Gay, Curien et Caroline Benoît, retrouveront la nouvelle recrue, Romain Maillard (4^e des France de trail court), et Nicolas Martin, le vainqueur du 30 km 2015 avant, au printemps, de se classer 7^e des

championnats du monde d'Annecy-le-Vieux.

Aussi, un joli souvenir, aussi, pour Anne-Lise Rousset. La Cantalienne d'Oxistis, victorieuse l'an passé avec une excellente 12^e place au scratch, a, depuis, plus que confirmé par une 4^e place aux Mondiaux (3^e Française), une place de vice-championne

de France... au Sancy (estival), et comme première Française aux Templiers. Sa nouvelle coéquipière Corail Bugnard (1^{re} à la Sainté-Lyon) sera également à suivre, comme François Le Bris, chez les garçons.

Mais une nouvelle fois, cet « Hivernal » devrait être dans la tradition : relevé. Pointent en effet sur les listings les noms de beaucoup du Top 10 (et plus encore du Top 20) de l'an passé, outre quelques-uns de celles et ceux déjà cités. Soit, sur le 30 km, Mulot (2^e), Moreau (6^e), Créten (7^e), Marleix (10^e) et, sur le 20 km, Barret (7^e) et Billonnet (9^e).

À voir, cette année, puisque selon la formule de l'épreuve, possibilité est laissée à chacun et chacune, selon sa forme et les conditions du jour (très froides demain, d'opter après 9 km et la longue montée au col du Guéry, pour le petit (pour gagner Chantuzet) ou le long (et ses magnifiques classiques Banne d'Ordanche et puy Gros) parcours. ■

Bibliopède. L'édition 2016 sera mise à disposition des concurrents, demain matin, à la patinoire.

INFOS

PROGRAMME

Inscriptions : le Trail Hivernal est complet.

Dossards : Retrait à la patinoire du Mont-Dore, aujourd'hui, de 16 heures à 19 heures et demain, de 7 heures à 8h30.

Départs : 9 heures, devant la patinoire. Départ commun pour le 20 km (900 m de dénivelé positif) et le 30 km (1.300 m de dénivelé positif). Distance à choisir après 9 km, au niveau du ravitaillement du col de Guéry. ■

A SUIVRE

Masculins. 1. Nicolas Martin ; 1461. Cyril Mulot ; 606. Antony Gay ; 997. Yoan Meudec ; 372. Yann Curien ; 1205. Martin Reyt ; 996. Kilian Meudec ; 914. Romain Maillard ; 367. Benoît Créten ; 75. François Le Bris ; 295. Arnaud Chartrain ; 1027. Sébastien Moreau ; 133.

Féminines. 2. Anne-Lise Rousset ; 99. Caroline Benoît ; 232. Corail Bugnard ; 817. Emmanuelle Launey ; 1412. Audrey Welzbacher. ■

REVÊTEMENT / CHAMPIONNATS D'Auvergne EN SALLE ■ Au Stadium Jean-Pellez, aujourd'hui et demain

Sports → Trail

HIVERNAL DU SANCY / 20 KM ET 30 KM ■ Sur les hauteurs enneigées du Mont-Dore, hier

Maillard et Bugnard, jolies premières

Yvan Meudec et Anne-Lise Rousset vainqueurs du 30 km, Romain Maillard et Coralie Bugnard ont joliment étrenné leur nouveau maillot, hier, sur le 20 km du Trail hivernal du Sancy. Mais blanc fut la couleur du jour.

Jean-Philippe Béat

Rien ne résiste à l'appel du Sancy pour un trailler. Qu'il soit auvergnat, pyrénéen ou breton. En octobre, le système d'inscriptions en ligne avait saturé au-delà des 1.300 dossards accessibles en... deux jours !

A cette époque-là, difficile, pourtant, de prédire le soleil, l'absence de vent, la pondrassise et la « profondeur » qui allaient accompagner, hier, la plupart des foulées des traillers, sur 20 ou 30 km dans un décor de paradis Blanc. Jusqu'à mi-cuisses ou au niveau des hanches, c'était selon la taille de chacun...

En termes de palmarès, celle des membres des deux « top teams » auvergnats, Sigvaris et Oxisis, entre sélections nationales ou succès sur les classiques, est déjà XXL. Elle s'est encore un peu plus agrandie, hier, entre Guéry



MAILLARD. Le Guéry en top majeur effect, les arbres en arc de triomphe empanachés, et le tapis (blanc) déneigé. Parfait. Journée pleine, hier, pour la nouvelle recrue du Team Sigvaris, vainqueur du 20 km. Photo: Mickael SIMON

et Puy Gros, avec un double des hommes en « bleu » sur chacune des distances, Maillard et Martin, la petite, Meudec et Gay, la grande, devant Brousse.

Rien ne résiste à l'appel du blanc ? Pas même un passage, en une semaine, d'une Montagne percée dans le brouillard sur les contreforts d'Orcinos à une montagne enneigée sur les hauteurs du Mont-Dore. Un grand écart qui

valut autant pour Meudec, double vainqueur, que pour Lorblanchet, autre costume taille patron en lice, en recherche de rythme dans la pente, deuxième voilà dix jours et troisième, hier, du 20 km.

Distance sur laquelle, Maillard redéfini lui aussi, sans en perdre l'équilibre sur les parties verglacées pour autant, l'expression « grand écart » : son dernier dimanche, c'était cross (départemental), le

prochain, ce sera cross (régional), hier, c'était juste trail.

Pour beaucoup d'autres, ce qui comptait, avant tout, en revanche, une fois regagnée la patinoire, c'était d'être sous la douche voire carrément aux mains du kiné, à l'étage. Pour commencer à calmer le feu de ces jambes qu'il avait fallu monter et monter encore pour avancer dans cette neige jouseuse. Mais qui leur donnait quand même le sourire.

Chez les filles, c'est d'abord du côté d'Oxisis qu'on alla le chercher. Avec Anne-Lise Rousset qui, selon son ADN traicrui, partit une nouvelle fois très vite à l'assaut du 30 km pour cumuler, comme l'an passé succès et 12^e place au scratch !

Sa nouvelle coéquipière Coralie Bugnard, elle, n'aura trouvé ni barrière ni congère assez haute pour la priver de son premier succès auvergnat sur le 20 km et d'un top 30.

Comme, côté Sigvaris, Caroline Benoit qui, question sourire, n'était pas en reste pour accepter sa deuxième place du 30 km. Loin de là. ■

LES CLASSEMENTS

20 KM

1. Maillard Romain, 1h57'28"; 2. Martin Nicolas, 1h57'39"; 3. Lorblanchet Thomas, 2h07'09"; 4. Meudec Yvan, 2h05'17"; 5. Beyt Martin, 2h06'02"; 6. Cottin Benoît, 2h07'12"; 7. Carlen Yvan, 2h10'20"; 8. Brousse Guennadi, 2h10'21"; 9. Puy Gros Benjamin, 2h12'21"; 10. Darnet Benjamin, 2h17'01"; 11. Maréchal François, 2h19'27"; 12. Rousset Nicolas, 2h07'45"; 13. Richard Nicolas, 2h21'01"; 14. Boucher Nicolas, 2h21'25"; 15. Barret David, 2h22'47"; 16. Robert Nicolas, 2h24'27"; 17. Raygade Pierre, 2h24'29"; 18. Billonnet David, 2h25'24"; 19. Darnet Frédéric, 2h25'57"; 20. Péro de Corvalho Anthony, 2h28'11"; 21. Vernet Eric, 2h28'28"; 22. Rigaud Fabien, 2h28'05"; 23. Goubier Samuel, 2h28'24"; 24. Fradin Vincent, 2h29'05"; 25. Fradin Rémi, 2h29'00"; 26. Mayronne Jean-Jacques, 2h29'35"; 27. Bessier Joël, 2h30'24"; 28. Huet Patricia, 2h31'26"; 29. Bugnard Coralie, 2h31'48"; 30. Jourjon Julien, 2h31'56"; 31. Bergamot Mickaël, 2h32'03"; 32. Geoffroy Arnaud, 2h32'24"; 33. Vassalire Stéphane, 2h34'43"; 34. Bapt Gregory, 2h35'25"; 35. Andrieux Fe-

30 KM

1. Meudec Yvan, 3h24'11"; 2. Gay Anthony, 3h25'42"; 3. Brousse Faust, 3h28'59"; 4. Chartrain Arnaud, 3h34'15"; 5. Barranger David, 3h35'09"; 6. Dupuis William, 3h42'03"; 7. Bonnet Rudy, 3h42'45"; 8. Le Iris François, 3h44'00"; 9. Bourgeois Emmanuel, 3h45'18"; 10. Barret Olivier, 3h49'41"; 11. Chavet Aymeric, 3h54'30"; 12. Rousset Anne-Lise, 3h56'27"; 13. Desnoy Sébastien, 4h01'09"; 14. Lormond Eric, 4h02'44"; 15. Gauthier Ludovic, 4h03'57"; 16. Desgaches Alban, 4h04'04"; 17. Fontbonne Yvan, 4h05'44"; 18. Ewald Jean-Baptiste, 4h06'48"; 19. Le Guen Olivier, 4h07'23"; 20. Ben Samy, 4h07'26"; 21. Benoit Nicolas, 4h07'22"; 22. Guere Guillaume, 4h10'43"; 23. Lebony David, 4h10'45"; 24. Madelon Alexandre, 4h11'29"; 25. Belsoussin Emmanuel, 4h11'41"; 26. Rigaud Yannick, 4h11'30"; 27. Aubert Michael, 4h12'48"; 28. Benoit Caroline, 4h13'31"; 29. Laquet Morgan, 4h15'08"; 30. Rajo Yohann, 4h21'50"; 31. Boudet Jan, 4h22'08"; 32. Cammave Pierre, 4h22'18"; 33. Senecot Romain, 4h23'38"; 34. Benjoud Cyrille, 4h23'54"; 35. Goccolves Michael, 4h24'17"; 36. Raullin Hervé, 4h24'40"; 37. Artoine Bruno, 4h24'46"; 38. Agier Jules, 4h25'21"; 39. Grenet Pascal, 4h26'04"; 40. Agut Jean-Christophe, 4h26'11"; 41. Roudel Vincent, 4h26'38"; 42. Duillard Frédéric, 4h27'22"; 43. Thomas Samuël, 4h27'53"; 44. Jorès Sébastien, 4h27'59"; 45. Poulet Damien, 4h28'01"; 46. Luchet Benoît, 4h28'02"; 47. Moungeon Steve, 4h29'39"; 48. Roux Nicolas, 4h29'42".



20 KM. Coralie Bugnard, étrenne au mieux son nouveau maillot d'Oxisis.

L'ÉDITION 2016 EN IMAGES

ANNE-LISE ROUSSET DOUBLE

Sur les plateaux, dans les sous-bois, pass de bise taquine mais un « bis » ensoleillé pour Anne-Lise Rousset sur le 30 km.



MEUDEC SUR LE 30 KM

Belle démonstration de Yvan Meudec, le plus vite deux avant-postes, hier, avec Romain Maillard et Nicolas Martin, avant le ravitaillement du Guéry. Où il bifurqua pour le long parcours et ses longues distances de « profonde » : « Ça a donné une course dantesque ! J'ai creusé un petit écart, j'ai tenu mais plus de 3 h 20 de course, c'est long pour moi ! »



FOULE RAVIE

Il est certain que 20 km ou 30 km ou presque sur la neige, montées de genoux en prime pour en sortir, ça use. Les organismes. Pas l'enthousiasme. À l'entrée de la patinoire, en grimant les quelques marches en bois du podium d'arrivée, le plupart des 1.376 concurrents de cet Hivernal 2016, avaient le même sourire qu'au départ quelques heures plus tôt, dans la froideur du janvier montardien. Tous heureux, enfin, d'avoir pu profiter de la vraie saison du blanc du Sancy.

Reportage vidéo La Montagne

http://www.lamontagne.fr/accueil/video/2016/01/17/trail-du-sancy-quot-c-etait-dantesque-quot_94708982187001.html

Reportage France 3 auvergne

<http://france3-regions.francetvinfo.fr/auvergne/puy-de-dome/1360-coueurs-dans-le-paradis-blanc-du-sancy-906519.html>

sports-auvergne

http://www.sports-auvergne.fr/sports-nature/running/2016/01/18/trail-sancy-les-classements-complets_11742951.html

ski nordique.net et running trail

<http://www.ski-nordique.net/trail-hivernal-du-sancy-mont-dore-2016-tous-les-resultats.5834067-346980.html>

reportage France bleu pays d'Auvergne

videotrail.fr

<http://www.videotrail.fr/2016/01/video-du-trail-hivernal-sancy-mont-dore-ezshoes-2016.html>

mise en ligne des 3 vidéos réalisées lors du trail : officielle trail du sancy, France 3 et la montagne.

COURSE 17/01 Trail hivernal du Sancy Mont-Dore

C'EST DE LA FRAÎCHE

C'est vrai que c'est toujours un peu un pari d'organiser un trail blanc mi-janvier sans être sûr que la neige sera au rendez-vous. Avec le réchauffement climatique, ma brave dame, y'a plus de saison ! Mais là, côté poudreuse, les coureurs ont été servis.

Par Cécile Beran - Photo Cyril Chazotte



dosards se fait comme toujours dans la salle de sport avec des bénévoles aux petits soins, une organisation béton et du vin chaud à profusion ! Si ce n'est pas le bonheur, ça y ressemble fortement. Évidemment pour le dit-trail pré-courus, vous pouvez adapter le ravitaillement local à savoir la tartiflette au sauternes. Ça a un avantage certain : en cas de temple de verre vous restez bien classés au sol ! Une nuit de sommeil idéal parce que l'habitude ça fatigue et vous voilà revenue dans la salle de sport pour le café ou le thé. (J'ai cherché le vin chaud en vain... ah l'accueil surregardé des plus ce qu'il était !) Direction le petit

vous en dit ce plaisir selon ce que vos forces vous ordonnent. Les conditions étonnamment d'instabilité pour le 30, ce sera donc à gauche toute pour moi, sans regret. Le départ est donné, les fauves sont lâchés et il y a misist à se gaver parce que clairement le ton est donné, on n'est pas là pour s'étonner. Il y a bien 5 km de bitume facile, en descente ou en montée où l'on peut doubler avant d'attaquer la première monitrice qui portera ce jour-là largement son nom ! La trace on ne va pas seulement la suivre, il va falloir la créer... Ce qui est fou et ce qui permet de vraiment réaliser la quantité de neige qu'il y avait, c'est que même en

que des moments comme ça, il faut les garder sur une carte mémoire, à défaut de les fixer dans sa mémoire.

PLATEAU REFRAS ALVERGNAT

Le ravitaillement est là, à l'image de tout le reste de la course : accueillant et généreux. Les bénévoles sont aux petits soins de coureurs finalement pas si corrigés que ça. Les groupes se forment, ceux qui grimpent à droite, ceux qui descendent à gauche. Allez soyez honnête et occasionnels que cela devient encore plus agréable, puisque qu'il y a enfin un peu moins de monde et qu'il devient plus simple de courir et de doubler. Enfin,

• POUR CEUX QUI SE LANÇERONT SUR LE 30, DE LA NEIGE À MI-CUISSÉS ! •

Fortement c'est à se demander si plutôt que de recommander les *tryShoes*, partenaires officiels de la course, les *rapettes* n'auraient pas été les chaussures idéales pour affronter ce qui a été, pour beaucoup, une randonnée facile Reine des neiges...

PAS DE PASTA, MAIS UNE TARTIFLETTE

Les jours qui précèdent la course, l'organisation mandait les réseaux sociaux de photos rassurantes : les coureurs volestiers de la poudreuse, ils allaient être servis ! Au point que, au fil des heures, il fallait bien se rendre à l'évidence, ça

allait être sérieusement ennuyé. Mais il en fallait plus pour décourager les coureurs venant pour la plupart des départements limitrophes du Mont-Dore. Point important qui allait li aussi tout changer : un anticyclone du soleil et pas un peu de vent sur le parcours. Et la verte, croyez-moi sur parole, dans la coin, ça change tout. Pour jouer les Laurent Cabrol d'été, le moment en haut de col du Puy, ce n'est pas une vue de l'ouest ! En attendant, il faut se rendre au Mont-Dore, charmante station de ski et thermique, ce qui est parfait pour tous ceux qui souffriront de rhumatisme ou de problèmes respiratoires. Le retrait des

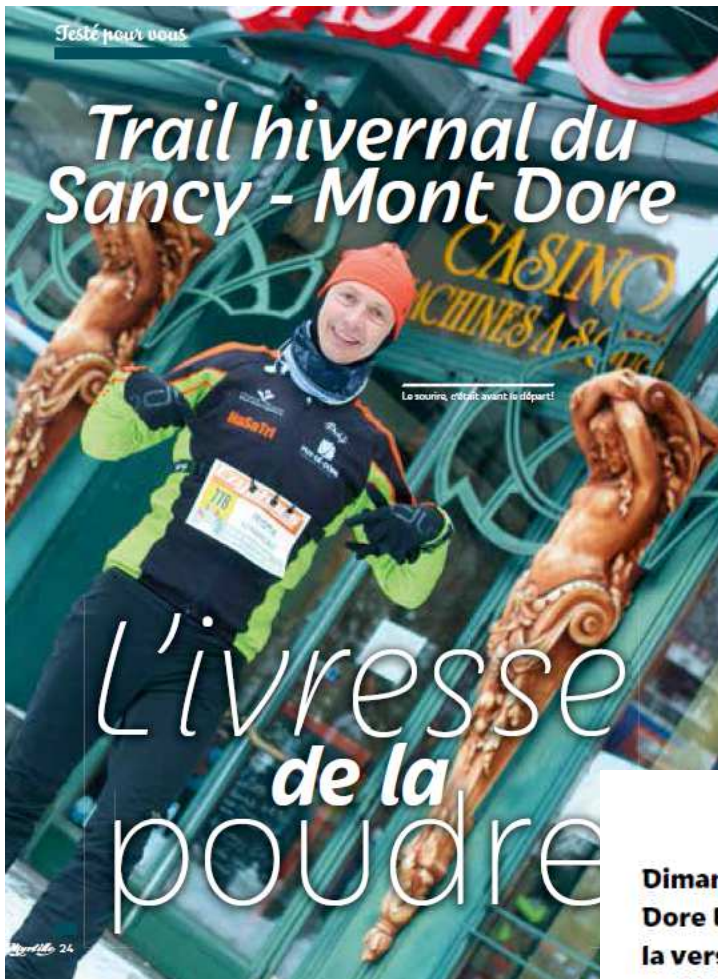
point qui n'est pas de bon heurusement puisque nous sommes plus de 1 300 à vouloir prendre le départ.

DANS LA POUDREUSE ET SANS LES SKIS !

L'organisation met les choses au point dès le briefing : officiellement, la première barrière horaire est à 11h mais toute personne qui se sera pas arrivée à 10h30 devra se contenter de 20 km. Petite explication : ce qu'il y a de formidable avec ce trail c'est qu'il offre deux distances : un 20 et un 30 km. L'été à vous au 10ème km d'aller à droite pour le 30 ou à gauche pour le 20, si le cœur

étant comme moi au fond du peloton, la neige est toujours là, bien présente, et souvent jusqu'aux genoux rendant impossible la course au sens propre du terme. Même dans les descentes, il n'est pas facile d'approfondir où se situent les racines et autres cailloux qui peuvent se révéler dangereux. Pour ceux qui se lancent sur le 30, la neige arrive à mi-cuisses ! Cela donne une idée de la rigolade... Mais les messages sont là pour faire oublier la difficulté : c'est à tomber à la renverse de beauté immaculée, façon grand nord canadien, les ours en moins. Les coureurs en profitent pour prendre un maximum de photos parce

coureurs... tout est relatif, la neige étant pas forcément la meilleure amie du trailleur pressé de rentrer. Surtout qu'il n'est qu'un déjanté fatigué ! Parce qu'en Auvergne, on sait recevoir et c'est plus que des repas inclus pour les 20 euros que coûte le dossard. Alors si l'été vous prend l'année prochaine de venir tenter la course façon Blanche Neige, n'hésitez pas, ça vaut vraiment le déplacement. Et si la poudreuse vous fait peur, sachez qu'il existe une version « sèche » de ce trail le 24 septembre. Enfin... C'est du trail quand même, alors attendez-vous à un peu de boue !



Dimanche 17 janvier, place au Trail du Sancy - Mont Dore Ezyshoes. Séduit par l'édition estivale, j'ai testé la version hivernale. Pour la distance, un choix à faire au 9^e kilomètre entre la grande boucle (30 km) et la petite (20 km).



Première difficulté et longue file indienne qui pou à pou se distend.

À l'évidence, dimanche 17 janvier, ma cousine Anne-Fleur a préféré un bon pot-au-feu chez tata Monique et tonton Marcel en compagnie de sa mémé Renée (lire les précédents numéros) plutôt que de se harnacher pour tester le 20 km du trail hivernal du Sancy Mont-Dore Ezyshoes. L'aventure allait donc être pour bibi... Dès 7h, alors que le Mont-Dore peine à s'extirper de sa torpeur, les bénévoles du club XTTRaid 63 sont déjà à pied d'œuvre, à leur poste à la patinoire, sourire aux lèvres, pour accueillir les participants, remettre les dossards, vérifier le matériel obligatoire (vivres, couverture de survie et sifflet!), donner les dernières consignes... Il faut dire que, alors que l'on s'était résigné à disputer l'épreuve sans apercevoir le moindre flocon, la neige s'est abattue sur le Sancy pendant toute la semaine précédant la course... On allait donc être servis et rendons ici hommage à tous celles et ceux qui ont passé un temps fou pour faire en sorte que ce gigantesque terrain de jeu soit praticable malgré l'abondance de poudreuse. À 9 heures, cagoulé, ganté et couvert comme un oignon, mon mp3 donnant le tempo, me voilà parti, dévalant, le cœur léger, la descente en pente douce du

centre-ville du Mont-Dore, pour trois heures de course environ. Oui mais ça, c'était avant... Avant de tourner à droite et d'attaquer la première difficulté... Avant de comprendre que courir dans la poudreuse se résume surtout à essayer de marcher au creux d'un sillon, comme sur un fil, sans appuis fermes et, succès de l'épreuve oblige, avec ses 1 376 concurrents en file indienne, s'imposer un rythme qui n'est pas forcément celui que l'on préfère. Bref, avant de réaliser que la journée allait être beaucoup plus longue que prévu !

MOINS DE 5KM/H !

Dans ce cadre somptueux (les Crêtes, le lac du Guéry et j'en passe) qui fait la fierté des Auvergnats et l'admiration des coureurs venus de Bretagne, du Sud-Ouest ou du Nord, la poudreuse fraîche, si appréciée



Au premier ravitaillement, on apprécie la soupe et le sourire des bénévoles.

quand on est skieur, devenait peu à peu un ennemi sournois... Car si les premiers kilomètres imposent de trouver son souffle, les suivants exigent la recherche permanente d'un équilibre précaire. Un drôle de sentiment de roulis,

la belle neige légère se dérobant... Les hectomètres « défilent » lentement, en résistant, comme pour dire : « *Toi mon gaillard, tu n'es pas près d'arriver* »... On compterait presque en dizaines de mètres... Arrivé au 9^e kilomètre – premier



Mètre par mètre, avancer sans se poser de question.

ravitaillement avec une bonne soupe préparée avec beaucoup d'amour et des carottes – je pointe au 394^e rang (sur 1 186 hommes), mon chrono, implacable, affichant 1h47'31, soit un bon 5km/h... Là, un sympathique bénévole bipant

« *Après le 10^e kilomètre, c'est la tête qui décide.* »

mon dossard, m'offre le choix : « *Vous pouvez continuer sur le 30 km ou bifurquer sur le 20 km, au choix. Vous êtes encore dans les temps... Mais attention, le Puy Gros, c'est du costaud...* » Je suis peut-être parfois un peu timbré mais là... pas fou l'animal ! Bien que déjà cuit, ma lucidité me pousse vers le seul choix possible : le chemin indiqué par le panneau du 20 km ! Parce que, sans blague, après le 10^e

kilomètre, la difficulté à relancer dès que le terrain le permet – la preuve, de nombreux concurrents me doublent – est telle que j'ai l'impression d'être au ralenti, en mode bas débit. Là, c'est la tête qui doit impérativement prendre la

relève... Mètre après mètre... Et puis la forme revient et avec elle le moral... Une belle

descente dans les bois pendant que le loup n'y est pas et, malgré les cuisses qui brûlent un peu et les articulations qui commencent à couiner, on se prend à se laisser griser par une descente en mode « bare-foot ». La batterie de mon mp3 (2h50 d'autonomie) a rendu l'âme et je ne suis qu'au 15^e kilomètre. Mais je ne lâcherai rien ! Quelques abricots secs plus tard, à peine le temps de discuter avec

un camarade de jeu qui désespère de voir, enfin, l'aire d'arrivée, qu'un bénévole tente de nous booster. « *Plus que deux kilomètres et presque uniquement de la descente. Vous y êtes...* » Le « presque » avait son importance... Une ultime montée casse-pattes avant de plonger sur le Mont-Dore, à travers bois. Il n'y a plus qu'à profiter des derniers instants et des copains qui applaudissent parce qu'ils ont froid aux mains... 4h18 d'efforts à moins de 5km/h de moyenne, 512^e homme. Romain Maillard, vainqueur du 20 km, a bouclé l'épreuve en moins de deux heures. Chez les filles, Corail Bugnard signe un très beau 2h31, chapeau. Il est 13h18 et chez tata Monique, Anne-Fleur s'apprête à passer à table !

Jérôme Kornprobst

Tous les résultats sont sur www.xtr83.com

1 376 trailers dans le Sancy



Photo : XTTR63

Un rendez-vous incontournable dans le calendrier des trailers qu'est le trail hivernal Sancy Mont-Dore Ezyshoes. Un évènement sportif dont le succès ne se dément pas. Et ce sont 1 376 coureurs en individuel ou en club, venus de tout l'Hexagone, qui, ce 17 janvier, ont parcouru des kilomètres avec une météo parfaite pour l'exercice.

Neige, soleil et froid ont cependant donné du mal aux concurrents qui au Guéry ont pour la majorité opté pour le parcours du 20 kilomètres. Une originalité sur cette édi-

tion 2016 qui permettait aux coureurs de choisir entre 20 ou 30 kilomètres.

Pour le 20 kilomètres, c'est le team Sigvaris qui a une fois de plus fait carton plein sur les deux distances.

Romain Maillard qui se place sur la 1^{re} marche du podium laissant son coéquipier Nicolas Martin à la 2^e place. Thomas Lorblanchet, amoureux du Sancy, prend quant à lui la 2^e position.

Chez les femmes, Corail Bugnard remporte la course confiant qu'elle a beaucoup apprécié cette épreuve. Fanny Gerbe et Marion Pelé se plaçant respectivement en 2^e et 3^e position.

Le 30 kilomètres a quant à lui vu remporter la 1^{re} place par Yoann Meudec précédant Anthony Gay et Paul Brousse.

Anne-Lise Rousset, du team Oxstis odlo, se place première chez les femmes suivie par Caroline Benoît, du team Sigvaris, et Emmanuelle Launay, sociétaire de l'US Cernon rive droite.

Un parcours qui s'est révélé le plus difficile, de part entre autres la hauteur de neige arrivant parfois jusqu'aux cuisses comme au passage du puy Gros.

Grâce à toute l'équipe du XTTR63, organisateur de l'évènement présent sur tous les parcours, assurant la sécurité et les ravitaillements, tous les sportifs ont participé à cette épreuve avec plaisir, découvrant ou redécouvrant le massif du Sancy enneigé pour des paysages tous plus beaux et étonnants les uns que les autres.

M.-C. M.

Vienne - Le chiffre

3

21/01/2016 05:25

réagir (0) Partager Recommander 0 Tweeter G+1 0



Paul Brousse en action au Sancy. - (Photo sd)

le chiffre

Comme le classement de Paul Brousse le week-end dernier au Trail du Sancy. L'épreuve se déroule au Mont-Dore, en Auvergne. « Il y avait un dénivelé de 1.500 mètres et certaines portions avec près d'un mètre de neige. Cela a été un beau chantier », confie le Poitevin qui a bouclé les trente kilomètres en 3 h 38'59" à 4'48" du vainqueur, Yoan Meudec. A noter la belle septième place de Rudy Bonnet (3 h 42'45"), membre, comme Paul Brousse, du Team We Perf Sport 2000.

Suivez-nous sur [Facebook](#)

réagir (0) Partager Recommander 0 Tweeter G+1 0

course à pied - trail hivernal du sancy-mont-dore

Paradis blanc pour les Indriens

Trente-trois coureurs de l'Indre ont pris le départ du Trail hivernal du Sancy, dimanche, dans des conditions dantesques. La neige était au rendez-vous.

Je n'ai pas une si grande expérience, mais franchement, j'ai vraiment apprécié une course aussi difficile... La confession émane de Romaric Boch, un des meilleurs coureurs du département, venu s'essayer sur les pentes enneigées du Sancy, en Auvergne, dimanche, pour un parcours de 30 km, avec un dénivelé positif de 1.900 m. Avec sa 74^e place sur 462, il avait pourtant de quoi être satisfait. Bien sûr, les connaisseurs savent que si Romaric Boch a peiné, d'autres ont dû carrément galérer. Il faut dire que les conditions étaient particulièrement compliquées, la fraie, notamment, à un enneigement record. « Nous n'avons pas vu ça depuis 2006, note un organisateur. Il y avait plus de 50 cm au maximum sur le parcours de 20 km, et parfois pas loin de 70 cm sur celui de 30 km ».

“Beaucoup plus dur que d'habitude.”

Les trente-trois coureurs de l'Indre, peu habitués à de tels dénivelés, ont donc dû composer avec ces contraintes inattendues.

Cyrille Bréjaud, de la Berrichonne, connaît la course pour y avoir participé à six reprises, avec un classement référence à la 11^e place, il y a quatre ans. « Je termine un peu déçu, cette année - 34^e du 30 km -, car il y



Les coureurs se sont lancés dans un cadre magnifique.

Photo: Trail du Sancy, Cyril Crespeau

avait trop de neige pour qu'on puisse s'exprimer en course à pied. Je voulais vraiment réviser ma course car je rétais l'un passé sur des problèmes de crampes. Mais au-delà de ça, je suis content de l'avoir finie, ravi des paysages que j'ai vus et prêt à revenir l'an prochain ! »

Pour celles et ceux qui souhaiteraient, à leur tour, goûter l'an prochain aux blanches pentes du Sancy, quelques conseils s'imposent : il faut être équipés contre le froid - « les organisateurs sont intransigeants sur ce point » -, bien entraîné et ne pas oublier son appareil photo !



Les différentes ascensions se sont déroulées dans des conditions difficiles.

Christophe Gervais
christophe.gervais@lapresse.fr

... “Des paysages à couper le souffle”



Le Dôlois William Guillot au sommet du Puy Gros.

William Guillot, le sociétaire des coureurs de fond Dôlois, est un spécialiste des courses longues distances, affichant un dénivelé conséquent. Mais, dimanche, comme tous les autres, il a dû faire face aux dizaines de centimètres de poudreuse, notamment sur le parcours de 30 km, pour lequel il a finalement opté.

« Je suis parti prudemment, à l'arrière du peloton. On a commencé par 2 km de descente, sur bitume, avant d'aborder la route et le GR qui nous fait monter sur les crêtes qui accèdent au Mont-Dore au Puy Gros. J'ai tout de suite adopté l'allure randonnée-course, tout en prenant le temps de faire des photos et des vidéos. Au 9^e km, chaque coureur doit se décider pour savoir s'il s'engage sur le parcours de 20 ou de 30 km. A ce moment-là, je suis frais, les jambes éprouvées mais : ce sera le 30 km... » Seuls 360 coureurs sur

1.400 inscrits feront le même choix.

« Très vite, les conditions de course se sont durcies, avec le froid, les quelque 70 cm de poudreuse et le dénivelé. Après 5 h 30 de course, je n'avais fait que 17 km, et 790 m de dénivelé sur les 1.900 m ! Fort heureusement, l'ambiance entre les coureurs est bonne, on se soutient, on discute, on s'encourage. Sur les avitaillements, les bénévoles nous chou-chouent. Au 29^e km, au moment de la descente verglacée, l'équipement en surchauffures anti-dérapantes était indispensable. L'ultime ascension, avant l'arrivée, a achevé mes dernières ressources musculaires. Après 6 h 24 de course, j'en ai terminé avec des paysages à couper le souffle plein les yeux. Un fabuleux et inoubliable moment... »

C.G.

Retrouvez le vidéo de William Guillot sur www.fr/indre/36

classements

20 km

62. Benoit Richard (Berrichonne), 2h48'43 ;
86. Laurent Dufour (Berrichonne), 2h59'25 ; 95. Hervé Renard (Berrichonne), 2h57'38 ; 99. Jean-Claude Johannot (NL), 3h08'09 ; 125. David Marie (Berrichonne), 3h08'20 ; 219. Etienne Penin (NL), 3h26'56 ; 220. Alexis Laplaine (NL), 3h26'56 ; 223. Philippe Louvot (Berrichonne), 3h27'50 ; 231. Dominique Lambert (TCC 36), 3h27'55 ; 238. Eric Cadeau (Berrichonne), 3h28'35 ; 250. Sébastien Brémand (Berrichonne), 3h31'47 ; 280. Christian Varlet (Berrichonne), 3h33'43 ; 346. Eric Gaillard (Berrichonne), 3h42'12 ; 352. Anthony Hynderick (USP Jogging), 3h43'42 ; 383. Emmanuel Lhuillier (NL), 3h47'35 ; 413. Patrice Guennet (NL), 3h52'06 ; 447. Hervé Aldebert (NL), 3h52'08 ; 448. Florence Morin (NL), 3h55'58 ; 457. Thierry Guerot (NL), 3h58'21 ; 544. Kevin Nabrin (Verneuil), 4h28'13 ; 558. Frédéric Joubert (NL), 4h09'24 ; 628. Christophe Gervais (Coureur de fond Dôlois), 4h18'20 ; 753. Arnaud Aucante (Berrichonne), 4h27'56 ; 838. Bruno Guignard (NL), 5h12'21 ; 844. Marie-Claude Guignard (NL), 5h25'56.

30 km

34. Cyrille Bréjaud (Berrichonne), 4h23'54 ; 74. Romaric Boch (NL), 4h45'35 ; 98. Bruno Berthomier (TCC 36), 4h55'31 ; 192. Yann Brient (NL), 5h09'11 ; 339. Benjamin Maréchal (NL), 5h59'19 ; 416. Bruno Vincon (TCC), 6h23'32 ; 420. William Guillot (Coureur de fond Dôlois), 6h24'46.
Abandon de Philippe Groussin (Berrichonne).

à suivre

Les trails dans l'Indre

- Trail des Bultoux (Bouay), 1 avril, 15 et 17,5 km.
- Course nature de Braxelles (Pérols), 24 avril, 5,8 et 11,6 km.
- Trail nocturne de Sainte-Fazelle, 4 mai, 7 et 16 km.
- La Traine Raffinée (Ruffec), 5 juin, 7 et 21 km.
- Forêt de la forêt (St Rémy-sur-Orre), 12 juin, 5, 10 et 20 km.
- Trail nature des Rives (La Châtre), 25 septembre, 7 et 11 km.
- Trail du parc Balzac (Châteauneuf), 22 octobre, 15,6 km.
- Trail Sévérius (Selles-sur-Cher), 11 novembre, 11 et 20 km.
- Course des deux vallées (L'Épine), 11 décembre, 10 km.
- Petit Trail de Noël (Châteauneuf), 17 décembre, 14 et 22 km.