

Samedi 9 juillet 2016

SKY RACE MAX (Montgenèvre 05)

4 parcours 14, 25, 38 et 60 km

2 TNA au départ du 60 km +4050 m (David et Claude)

Première grosse sortie 2016 pour tous les deux. Nous sommes là pour découvrir un nouveau site de trail dans une région magnifique du département des Alpes du sud. Le parcours va emprunter la vallée de la Clarée "Névache" un site de rando de trail et de VTT très développé.

Nous arrivons le vendredi soir vers 17 h sous un magnifique soleil et après la récupération des dossards nous repérons notre première difficulté pour demain matin à savoir l'ascension dès les premiers km du Chaberton 3131 m !!



Après une bonne nuit nous nous retrouvons sous l'arche de départ à 5h45 afin d'écouter les consignes. 205 inscrits pour cette distance avec seulement 9 féminines.

Nous découvrons un collègue "Ludovic Pommeret" inscription de dernière minute semble-t-il, David semble déçu il se retrouve avec un candidat sérieux à la victoire !



6 h départ, après 500 m les choses sérieuses commencent montée (+1300 m) pour environ 2 h et 9 km afin d'atteindre le sommet du Chaberton. Nous nous séparons rapidement avec David pas la même foulée ...haha !. La montée est raide de face pas de lacet !!! un bon casse patte !



A 10 mn du sommet je croise David qui entame la descente (-1200 m) vers le premier ravito et me dit avoir eu un passage à vide très rapidement après le départ mais cela va mieux. (Le point jaune photo du dessous)



J'arrive au sommet en 2h 08 pour découvrir un panorama à 360 ° grandiose et un accompagnement musical super sympa accordéon et guitare mais avec la doudoune et les gants il ne fait pas très chaud !



Après 2 , 3 photos je me lance dans la descente mais en suivant les lacets sans couper comme lors de la montée je préfère assurer ma descente le terrain étant particulièrement instable déjà lors de la montée.

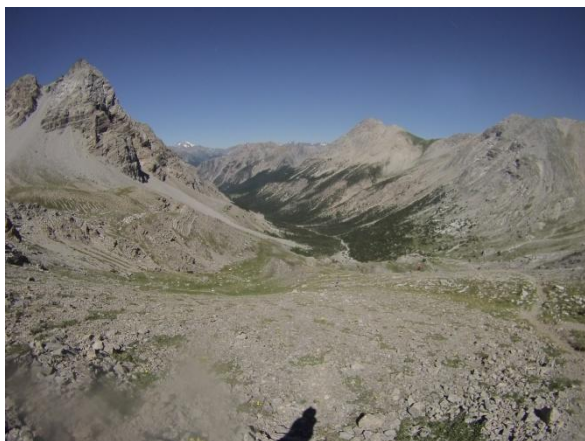
J'arrive au ravito en 3h13 situé en Italie en bas des 1300 m de descente et repars rapidement pour une nouvelle montée de 750 m en direction du col du désert.

Nous retrouvons enfin un peu de verdure dans les 2 premiers km de cette nouvelle montée mais après teminado que de la caillasse nous cherchons notre chemin dans les pierriers . Le dernier km commence à être un peu dur pour moi je viens d'être doublé avec une facilité déconcertante par les 6 premiers du 38 km j'ai mal au ventre et quelques maux de tête mais j'arrive au sommet km 21 et 4h 39 de course .

Je me pause 10 mn et mange mes réserves qui ont impressionné David lors de ma préparation !. Je regarde dans la vallée mais pas de David à l'horizon.



Je repars lentement et après 30 mn j'ai la surprise d'être rattrapé par les filles serre-files !!! qui m'indiquent déjà de nombreux abandons derrière moi mais pas de panique je suis dans les temps !!! . Pour le moral pas terrible !!! .Après une descente très difficile pendant 3 km de marche dans un torrent et couloir d'avalanche (suivre les points roses) j'arrive au 2 ème ravito km 26 des chalets des Acles en 5h45 donc 15 mn avant la barrière horaire.



Pas de David il carbure avec les meilleurs ! je prends mon temps 15 mn et avale un comprimé pour le mal de tête avant de repartir en direction de Plampinet prochaine barrière horaire 14 h30. Je suis inquiet après 30 mn je suis de nouveau repris par les serre-files qui attendaient un concurrent en difficulté. Après 20 mn j'arrive au col des Acles km 32 mais les serre-files m'indiquent que je dois accélérer sinon je ne serais pas à Plampinet pour 14h30 !!! Une petite pause pour vérifier mais il me reste 1h 10 pour 8 km au rythme que j'ai cela ne passera pas après échange avec les filles je décide de donner mon dossard !! Pas facile mais je n'avance pas terrible..... Une dernière photo.



Maintenant demi-tour pour regagner Plampinet par un chemin de 6 km plus simple et plus rapide.

Après 40 mn j'arrive à plampinet 14 h10 je cherche David !! Personne je me dis qu'il est peut-être déjà passé !! Pour l'instant seulement 70 coureurs ont pointé !

14h20 je retrouve David à l'ombre sous le barnum il fait très chaud il est en réflexion avec plusieurs concurrents un peu dans le même état le regard hagard !!.



Il m'annonce qu'il ne sait pas si il repart il est cuit et a terminé ce tronçon interminable sans eau et qu'il a pensé plusieurs fois à abandonner. Après 10 mn d'échange entre eux certains abandonnent, David lui décide de repartir ! CHAPEAU!.



Il reste 20 km et + 1700 m et - 800 m à réaliser en 5 h 30 barrière horaire oblige pas gagné !

Après 2 h d'attente je regagne Montgenèvre en minibus. Après une douche très froide style torrent je me positionne sous l'arche d'arrivée.

Il est 17h30 les coureurs du 60 et 38 km arrivent un par un dans des états pour certains très limites !!!

Je scrute sous un soleil de plomb caméra en mains les arrivées en me disant que je ne devrais pas le voir avant 19h30 (fin de course max pour 20 h). Les commentaires des arrivants me confirment la difficulté de l'épreuve certains craquent en larme et se couchent sous la tente des secours !!

A 19h seulement 90 arrivants.

Miracle ou mirage j'aperçois David ! mais pas du bon côté des barrières il a abandonné lors du nouveau passage aux Chalets des Acles km 48 lui aussi rattrapé par le serre-file !! il n'avait jamais connu !.

Après échange avec le fermier il a décidé d'arrêter sachant qu'il n'arriverait pas à terminer en moins de 14 h barrière horaire oblige !

Donc pas de finir TNA aujourd'hui . Un site grandiose un temps magnifique mais parcours exigeant avec très peu de zone roulante on monte et on descend sur de courtes distances en permanence pas de temps mort !

Vainqueur de l'épreuve Ludovic Pommeret en 7h 09 mn et le deuxième 40 mn après....

Un beau week-end quand même dans un site magnifique mais très difficile et devant une bonne bière nous en concluons qu'ils nous restent à progresser en tout.....**DONC RETOURNONS AUX ENTRAINEMENTS !.**