

**HOKA ONE ONE**  
**TRAIL DE MAUVES EN VERT** Dimanche 02 Octobre 2016

**PRIMA'TRAIL**  
19km/320mD+

**PRESSE'O RELAIS**  
56km/1330mD+

**MELTO'TRAIL**  
56km/1330mD+

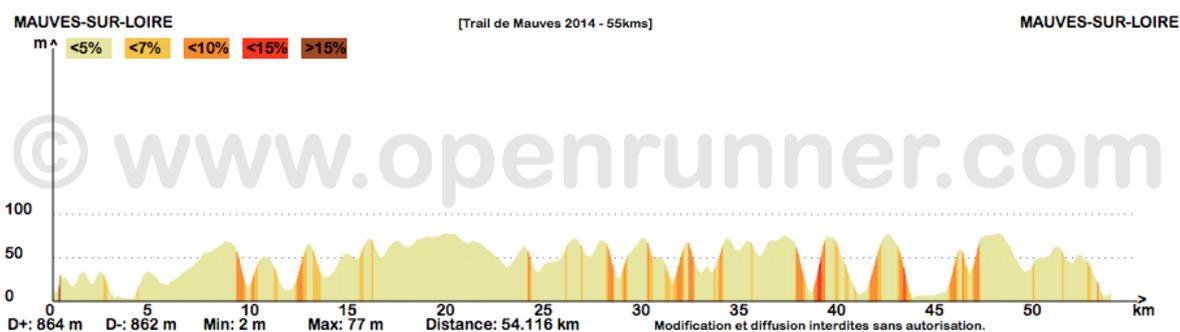
**ECO GAZ'TRIO**  
56km/1330mD+

### Compte rendu de mon escapade du côté de Nantes

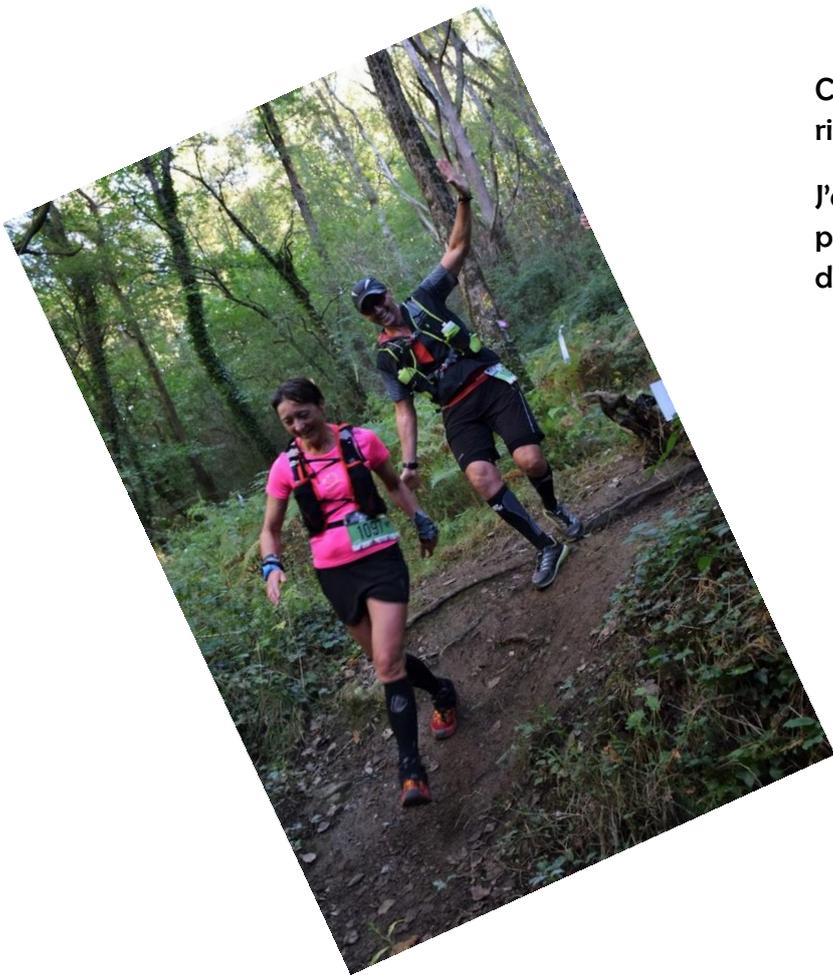
Afin d'aborder le Festival des Hospitaliers dans de bonnes conditions, je m'étais fixé une sortie longue 1 mois avant et le Trail de Mauves en vert avec ses 56 km et sa dénivelée positive de 1400 m tombait à point.

Mon objectif était de me fixer un rythme pas trop élevé et de le conserver tout au long de la course, entre 7 et 8 km/h. Au final j'ai mis 7H 30 pour effectuer les 56 km avec une moyenne de 7,46 km/h.

J'ai franchi la ligne d'arrivée avec les cuisses douloureuses, il faut dire que le parcours n'était pas facile, composé d'une multitude de raidillons plus ou moins pentu ou la question de marcher ou courir ce posait à chaque fois.



Au final un joli parcours, tracé tout le long de la vallée de la Loire.



Concernant l'organisation et le ravitaillement rien à redire c'était bien préparé.

J'ai profité de la présence du Hoka test tour pour essayer les Speedgoat que je convoitais depuis un moment ;-).



Château de Clermont