

# MIUT 2019

(27 et 28 avril)

4 courses, une île : Madère

La présentation du Miut et de Madère, sur le site étant bien faite et surtout déjà faite..., je n'ai pas pu résister de vous le recopier tel quelle :

Imaginez une île au beau milieu de l'Atlantique Nord, à 900 km du Portugal continental et à peu près de 600 km de la côte du Maroc. Une île où la montagne enlace parfois la mer bleue claire, une île où il existe des cascades susurrantes, sentiers, voies et près de 1500 km de levadas (canaux d'irrigation), un patrimoine culturel construit avec l'effort herculéen des générations successives qui ne se sont jamais résignés à embrasser le mot isolation, une île où il y a toujours une forêt préservée de Laurissilva endémique, patrimoine naturel mondial par l'UNESCO, et pour nous tous.

Cette île existe et a un nom: Madeira.

Madeira est une terre de beauté unique et, sans doute, d'innombrables charmes et de défis. Mais vivre personnellement et activement tous l'éblouissement ou alors les paysages les plus spectaculaires sur cette île est un rare privilège.

MIUT® – Madeira Island Ultra Trail assurera un challenge passionnant, de traverser l'île d'un bout à l'autre, dans le sens nord-ouest / sud-est, en commençant à Porto Moniz, au niveau de la mer, parcourant des passages par les plus haut sommets de l'île, pour redescendre au niveau de la mer, à Machico. Un voyage qui transportera les participants dans l'imaginaire d'autres époques où l'âme de l'habitant de la Madeira ne s'est pas laissé surmonter par les vicissitudes de l'orographie de l'île.

La première phase du MIUT® (nocturne) se déroule dans le massif montagneux occidental, entre Porto Moniz et Encumeada et se caractérise par des montées et descentes constantes, avec deux montées exigeantes (Fanal et Estanquinhos) et une descente très technique vers le Chão da Ribeira, qui demande une attention particulière. Après le départ et une première montée et descente, le passage sur le pont à l'embouchure de la Ribeira da Janela (la plus longue rivière de Madeira) promet d'être tout à fait passionnant car il y a beaucoup de spectateurs et compagnons présents pour faire la fête et encourager les athlètes pour la longue montée vers la zone de Fanal, une réserve de Repos et de Silence, qui intègre le domaine du parc naturel de Madeira et qui est un endroit idyllique dominé par les bois centenaire de Tils, certains existant déjà avant la découverte de l'île. Auparavant, c'était le chemin utilisé par les habitants de cette communauté pour aller chercher du bois dans les montagnes. L'arrivée à Estanquinhos marque la fin de cette audacieuse première phase et le participant est invité pour une longue descente jusqu'à São Vicente, juste avant la montée vers Encumeada, où les participants traverseront des sentiers à l'intérieur de la luxuriante forêt Laurissilva, dans une région entourant le parc forestier de Chão dos Louros – un domaine qui appartient au Réseau Européen de Régions d'Importance Communautaire – Natura 2000.

La deuxième phase (Encumeada-Areeiro), déjà dans le massif montagneux central, commence par une incursion à Curral das Freiras, autrefois un lieu de refuge pour les nonnes qui s'échappaient le plus vite possible aux attaques des corsaires, et où commence l'ascension vers les plus hauts sommets de l'île (Ruivo et Areeiro) qui est longue et stressante mais atténués et compensés, en partie, par la vue magnifique des vallées, crêtes et plateaux et sur le réseau des ruisseaux qui alimentent les rivières ou par la vue d'une mer de nuages qui peuvent éventuellement s'effondrer sur le parcours. Le passage entre les sommets Ruivo et Areeiro restera une image de marque de l'événement, non seulement pour sa dureté et sa beauté intrinsèque mais aussi, par exemple, pour être le seul endroit connu dans le monde où se niche le Pétrel de Madère (*Pterodroma madeira*), une espèce endémique de l'île et considérés l'oiseau de mer le plus menacé d'Europe.

Depuis le Pico do Areeiro, nous entrons dans la troisième et dernière étape de l'événement, dans le massif montagneux de l'est, descendant la plupart du temps, mais avec quelques montées. Le passage



Mais il existe également deux autres courses, un 85 kms pour 4700 D+ et un 16 kms pour 400 m de D+

Petit résumé du long WE en images :



la photo traditionnelle suivie de la préparation rituelle et très codifiée du café.

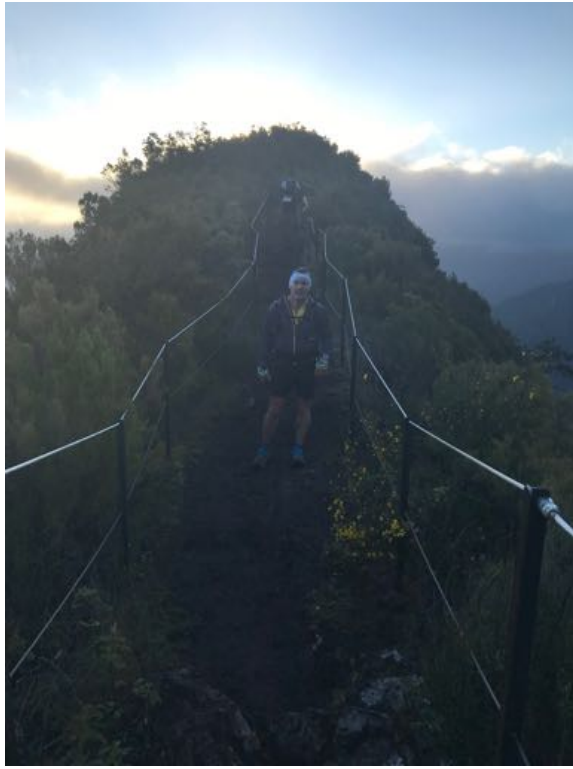


Le depart donné à Porto Moniz à minuit



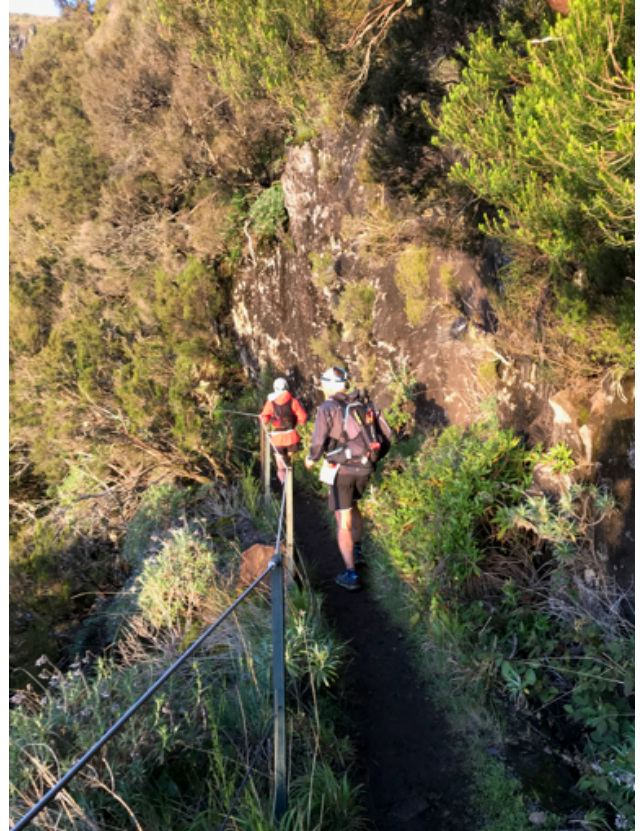
Au centre de la photo, un compagnon de route,  
Enfin, plutot seulement sur la première pente...





Après une nuit, et quelques marches,

Louis dans les nuages



Puis, ça redescend,



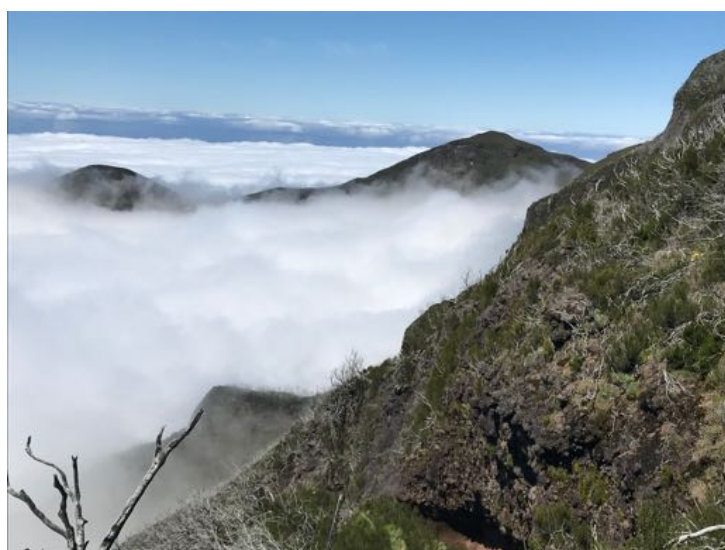
Et ça remonte,

avec des marches, des échelles, et des tunnels pour traverser la montagne.





Et on grimpe avec le sourire,  
Même pas peur,



Heureusement parfois, il y a des plats le long des levadas, pour courrir, enfin quand on peut encore.



Plus de 1 500 kms de levadas (canaux d'irrigation) à Madère, avis aux chasseurs de records...





Ils sont biens assortis en jaune, n'est-ce pas ?



Je ne me rappelle pas avoir ressenti cette impression de légèreté que donne cette photo !!!





Et enfin l'arrivée  
à Macheco



Foulées légères, visages frais, les photos sont parfois trompeuses...

Car pour moi le temps affiché est celui du MIUT.

Madère, une île méconnue des français mais prisée des Anglais, des Allemands... pour ses randonnées, son climat doux et tempéré mais également sa douceur de vivre portugaise.

En fait, Le MIUT, c'est La diagonale de la Réunion, en un peu plus court mais avec des pentes aussi raides, des paysages tout aussi divers et variés mais à trois heures d'avion

## Idée : Une sortie TNA ?

(Il existe également l'ecotrail avec ses 4 courses fin octobre à partir de Funchal, que je trouve beaucoup plus commercial, mais plus facile à s'y inscrire)

Sur Le MIUT : Eric et Louis en 29 h 05, 481/482<sup>ème</sup> sur 643 arrivants et 1 051 inscrits

Sur le Marathon : Jean-Marie en 6 h 39, 245<sup>ème</sup> sur 602 arrivants et 709 inscrits

A titre d'info, notre compagnon de route (de la photo ci-dessus) a bouclé le MIUT en 13 h 49. Mais on ne désespère pas, on lui a donné rendez-vous pour la Pastourelle