

TRAIL du GLAZIG

Samedi 1 et dimanche 2 février 2020

"Plourhan"

Isabelle L, Karine N, Stéphane S, Emmanuelle, Thomas R et Claude.

12 courses au programme pendant tout le week-end du (Kinder au 61 km)
4000 participants!. Nous sommes tous inscrits sur le «Défi Daunat» 9 km +350 m en nocturne samedi soir et 28 km +700 m dimanche matin

Nous partons tous les 6 découvrir cette belle manifestation et ce magnifique endroit.



Du beau temps à notre arrivée à notre gîte de St Quay Portrieux.
De la douceur pour courir et pas de pluie super!!





RESULTATS

Nocturne 9 km +350 m 690 partants (dont 315 Défi Dauna) 590 arrivants

400 Isabelle 1h04

421 Claude 1h05

434 Emmanuelle 1h05

487 Stéphane 1h09

535 Karine 1h13

Thomas absent (déjà à l'apéro!!)

Dimanche matin 28 km +700 m 1289 partants (dont 315 Défi Dauna) 1106 arrivants

727 Thomas 3h39

728 Isabelle 3h39

948 Claude 4h02

984 Emmanuelle 4h06

1083 Stéphane 4h46

1098 Karine 5h14

Défi DAUNAT (9 + 28 km) 315 participants 243 arrivants

162 Isabelle 4h30 (1^{ere} M3)

210 Claude 5h07

216 Emmanuelle 5h12

234 Stéphane 5h55

241 Karine 6h27

En résumé encore une belle sortie TNA un trail à réaliser ou à refaire
L'année prochaine sera la 20^{eme} et donc une grande fête est annoncée ! Tous les ans des parcours différents.



A mon tour de vous conter notre petit week-end...

Petit voyage en voiture bien sympathique... mine de rien... c'est loin la Bretagne...
Bon le chauffeur est sympa... ça sent bon les huiles essentielles... ben oui... Isa est du voyage !!!

On est content d'arriver... sous un rayon de soleil et les mimosas déjà en fleurs !!!

La clé est dans le phare nous dit le proprio... haaa bienvenue en BZH !!!

On s'installe... Manu est déjà aux fourneaux !!! Je vous la conseille vivement pour nos prochaines sorties !!!



Notre logement est situé à quelques minutes
En voiture du départ...

Moi je suis prête !!!! pourvu que le
genou joue le jeu !



Arrivée sur l'endroit stratégique pour la première partie du Daunat...

On récupère les dossards... ambiance très sympa... c'est déjà la boue partout sur le site...

Les coureurs affluent... le départ sera finalement reporté de 30 minutes car les petites routes de Bretagne sont engorgées de voitures de runners !!!!



Et c'est parti !

Dès le départ la boue... après... La boue...ensuite... heu la boue ... mais moi j'aime bien... mélangé à l'ambiance de la nuit... j'entends rire... crier quand ça glisse un peu trop... certains y laissent une chaussure... d'autres une fesse... on a de la boue jusqu'aux chevilles... extra...

J'y aurai le droit à ma petite glissade aussi ! les passages de gués sont délicats !!!

Je n'aurai pas pensé à mon genou pendant les 9 kms... et quand je vois arriver la fin ... je me dis qu'il faut que je prenne le départ du lendemain...



Retour à la maison...

On est dans un sale état...

On attend tous la douche avec impatience... un bon repas et au lit

Il faut y retourner demain.

Mon genou va très bien... je décide de prendre le départ...

Dimanche... les réveils sonnent... les plus courageux sont déjà debout...

On est prêt à y retourner...

Le temps est avec nous... c'est pas du tout ce qu'on me raconte sur le Glazig depuis des mois !!! (sic)...

En avant... départ donné...

Franchement, moi je prends un vrai plaisir à être présente...

Aujourd'hui, il fait jour... il fait beau... et le bord de mer est magnifique...



Elle n'est pas belle ma Bretagne ???





Un trail varié en paysage... terrain... beaucoup d'escaliers par contre... à revoir pour l'entraînement !!!





Je déchanterai à partir du kilomètre 13 pour mon genou... à partir du 18... je serai obligée de marcher... j'hésite entre la colère et la tristesse mais je veux le finir... c'est ma course de l'année... et malheureusement certains évènements me confirmeront que oui ...



Pour résumer cette seconde partie...

Je dirais un régal... bords de mer... sable... chemins...singles... re boue.... Forêt...

Un parcours varié et authentique...

Un trail à refaire pour ma part... une belle revanche à prendre pour ne pas finir en marchant...

On vous attend plus nombreux l'année prochaine sans faute !!!!



KENAVO !!!

Karine