

## 14 septembre : Serre Che Trail Salomon

<http://www.toutrail.com/modules/news/article.php?storyid=11020>

---

### 14 septembre : Serre Che Trail Salomon

#### Brèves des organisateurs

Posté par : DUBOST

Publié le : 9/9/2014 8:15:55

Dimanche 14 septembre, Serre Chevalier accueille la dernière édition du Serre Che Trail Salomon, dernière étape du Challenge Salomon Skyrunner France Series 2014. Le 48 km est comptabilisé pour le classement homme et le 27 km pour le classement femme et espoir.

Les bénéfices générés par ce trail seront reversés à la Fondation Salomon, qui vient en aide aux familles et enfants des professionnels de la montagne victimes d'accidents graves.

Les coureurs viendront de 12 pays et 51 départements. Parmi les engagés annoncés par les organisateurs sur le 27 km Amandine Ferrato, Maud Gobert, Aline Grimaud, Virginie Govignon, Sandrine Motto-Ros, Yann Alarçon, Clément Barret, Sacha Devillaz, Florian Mairy, Matthias Mouchart... Devraient être au départ du 48 km Marielle Assel, Laurie Atzeni, Juliette Blanchet, Delphine Roux, Caroline Chaverot, Thibaut Baronian, Nicolas Bouvier-Gas, Fabien Nabias, Julien Navarro, Michel Rabat...

À

Michel Lanne dans les coulisses

À

Michel Lanne, team Salomon, deuxième du 42 km des Skyrunning World Championships, fait partie des organisateurs et répond à 3 questions. À

À

Pour quelles raisons participes-tu à l'organisation de ce trail ?

À

Le projet d'organiser mon propre trail me trottait dans la tête depuis quelque temps. Au travers des différentes épreuves auxquelles j'ai participé, je me suis fait ma petite expérience et inspiré de certaines organisations afin de créer la course qui correspond vraiment à ma vision et ma philosophie du trail. C'est un superbe projet que je suis très fier de proposer à près de 800 coureurs. Certes, je suis un peu triste de ne pas pouvoir courir cette épreuve, mais cette tristesse laisse surtout la place à une grande excitation et à une joie immense de voir s'élancer tous ces trailers sur les parcours que j'ai tracés pour eux. En fait, j'avais envie de partager mon amour de la montagne et ma conception du trail avec tous ces gens qui vivent la même passion que moi.

Avec mes équipiers organisateurs, nous apprécions beaucoup de faire partie du challenge Salomon Skyrunner France Serie dans la première édition. Le Skyrunning reste pour moi une formidable, un format de course et une discipline qui répondent parfaitement à ce que j'aime dans le trail.

Cela dit, intégrer le Skyrunner France Serie est un défi supplémentaire, mais l'objectif reste le même. Je veux simplement que les coureurs repartent en se disant qu'ils ont passé une superbe journée en montagne dans une ambiance chaleureuse et festive, avec un décor époustouflant! Ça fait peut-être beaucoup, mais c'est ce que je recherche sur une course !

À

Quels sont tes équipiers et soutiens dans cette aventure ?

À

Pour mettre sur pied ce projet, je me suis entouré de deux amis proches, Olivier Gaucher et Rodolphe Godin. Nous sommes tous les trois secouristes en montagne au PGHM de Briançon. Nous partageons la même passion pour le trail en montagne, et nous sommes vraiment amoureux de ce superbe massif.

Au-delà de cette petite équipe, tous nos amis de la montagne ont œuvré avec nous pour que cette course puisse voir le jour : guides, pisteurs secouristes, décideurs du secours en montagne, CRS, PGHM, pompiers, gardiens de refuge, pilotes d'hélicoptère, amoureux de la montagne... C'est l'occasion de tous se réunir pour offrir aux coureurs une belle journée et faire la fête !

Â

Quelles sont les caractéristiques des deux parcours ?

Â

Nous souhaitons proposer deux remarquables parcours de montagne, alliant beauté des paysages, technicité, altitude et difficulté, sur un maximum de dénivelé et minimum de distance. Je crois que l'objectif est atteint. Le Petit Tour des Cerces (27 km / 1800 m+) et le Grand Tour des Cerces (48 km / 4000 m+) sont des parcours de caractère, qui traversent un massif sauvage et préservé. Je pense qu'il faudra les aborder avec humilité et prudence et un soupçon d'engagement toutefois !

Â

Virginie Govignon, Julien Navarro et Matthias Mouchart visent le classement général

Â

Virginie Govignon, team Race Land-Nutratlic, est l'une des prétendantes à la victoire finale du Challenge Salomon Skyrunner France Series 2014. Elle a mis le pied à l'étrier et pris goût à la compétition, en participant en 2008 à l'ancienne version de ce circuit. «Après les deux années tumultueuses rythmées par de gros changements de vies privée et professionnelle et de blessures graves qui ont suivi ma victoire sur la CCC en 2011 c'est comme un retour aux sources, une quête de repères pour mieux repartir de l'avant !»

Afin de bien aborder le Serre Che Trail Salomon, Virginie et son entraîneur, ont construit à la mi-juillet après l'Altispeed à Val d'Isère, une planification en s'appuyant sur les acquis de ce début d'année. «J'ai d'abord fait deux semaines de coupure qui s'avéraient indispensables. Le travail qui a suivi m'a fait passer des caps que j'ai bien identifiés. Ces derniers jours avant l'épreuve, je gère au mieux la fatigue liée au changement brutal de rythme après deux mois de vacances et mon alimentation, sans oublier de faire du stretching pour le bon fonctionnement de la mécanique». A Serre-Chevalier, je vais essayer de gagner, même si la liste des

*préatendantes s'allonge... Je ferai de mon mieux avec un mental de battante assurément !*

À

Julien Navarro, team New Balance s'est fixé parmi ses objectifs une victoire au classement général de ce circuit. Le 23 août, il a remporté le 80 km du GRP, Étape Pyrénienne, sa dixième victoire en trail de l'année.

A Serre Chevalier Julien sait qu'il a une grosse carte à jouer. « Tous les scénarios sont possibles et la bagarre sportive s'annonce belle. Je vais tout donner et ferai les comptes à l'arrivée. Je vais essayer d'en prendre plein les jambes et les yeux. Avec Michel Lanne en traceur et organisateur, je n'ai aucun souci sur la qualité du tracé. Après les Pyrénées j'ai enchaîné une récupération active avec uniquement du vélo de route et un peu de natation suivie des séances de qualité, de seuil, de footing dynamique et d'un peu de VMA. Ces derniers jours avant le Serre Che Trail Salomon sont plus light afin que j'arrive frais au départ. »

À

Si rien n'est encore joué dans les catégories dame et homme, en revanche le Gapençais Matthias Mouchart est assuré de gagner en espoir grâce à ses performances dans les étapes précédentes mais pas obligatoirement seul. Clément Barret, team Race Land Espoir, peut encore terminer 1er ex aequo à une double condition : remporter la dernière Étape et que Matthias ne finisse pas dans les cinq premiers. « Je ne me fais pas d'illusion, confie Clément Barret, Matthias est plus rapide que moi, et il sera très dur à battre. Mon objectif prioritaire va être de conserver ma deuxième place au général. »

Matthias Mouchart est actuellement en bonne forme et vient d'effectuer des séances d'entraînement plus courtes que les mois précédents mais plus intensives. « J'aborde cette dernière Étape très détendu. Je suis en pleine confiance depuis ma troisième place au scratch le 10 août sur le trail Ubaye Salomon. Je prendrai le départ du 27 km avec une motivation maximale et l'envie de prendre énormément de plaisir. Gagner dans ma catégorie tout en décrochant la meilleure place possible au scratch serait l'idéal. Une belle bataille s'annonce sur les pentes de Serre-Chevalier. En ce qui concerne le tracé je fais confiance à Michel Lanne et son équipe organisatrice, je suis sûr qu'il sera magnifique. »

À



du 80 km du championnat du monde de Skyrunning. Caroline est dotée d'une grande endurance. Très à l'aise dans les passages techniques et en descente elle reste parfaite en vitesse et VO2 max. Elle a également en course une grande capacité à se « faire mal » et à « ne rien lâcher », même pendant longtemps.

À

Juliette Blanchet, team trail Isostar, est aussi au départ. « J'ai bien récupéré, suite à ma victoire le 23 août sur le GRP. Aucune douleur et toujours une grosse envie de courir ! Afin de bien aborder le 48 km j'ai enchaîné quelques séances de qualité et une sortie longue en montagne avant un relâchement relatif cette semaine avant le trail. Sur le Serre Che Trail Salomon j'espère en premier lieu me faire plaisir et ne pas me blesser ! Cette course sera l'ultime test pour peaufiner ma préparation avant le Grand Raid de la Réunion qui reste mon objectif principal 2014. »

À

Maud Gobert, team Adidas, viendra en voisine de Valloire courir sur le 27 km afin de vivre une belle sortie en montagne et un entraînement intensif. En 2014 elle a pris la 4<sup>ème</sup> place du 80 km du championnat du monde de Skyrunning, la troisième de l'ITT et remporté la 6000 D et le trail de Faverges.

À

Sandrine Motto-Ros, team Team Tecnica / 42km195 Annecy, est elle aussi sur le 27 km. En 2014 elle a gagné le trail des Balcons d'Azur et du Ceven'trail, pris la 4<sup>ème</sup> place du trail du Ventoux et la 2<sup>ème</sup> de l'OCC et Maxi race Annecy en 2 jours. « A Serre Chevalier, j'espère être en top forme afin de m'écarter sur ce magnifique parcours, avoir la patate pour courir à « donfff » et monter sur le podium final. »

À

Crédit

photo

R

Godin

## 14 septembre : Serre Che Trail Salomon

<http://www.toutrail.com/modules/news/article.php?storyid=11020>

---

Â

Contacts <http://www.trail-serre-chevalier.com/> et <http://www.skyrunnerfranceseries.com/>

## 14 septembre : Serre Che Trail Salomon

<http://www.toutrail.com/modules/news/article.php?storyid=11020>

---



