

François D'Haene au départ de la Western States 100-Mile Endurance Run

Brèves des organisateurs

Posté par : DUBOST

Publié le : 19/6/2015 6:46:03

François D'Haene au départ de la Western States 100-Mile Endurance Run

Samedi 27 juin à 5 heures, horaire local, François D'Haene, sera au départ de la Western States 100-Mile Endurance Run, plus ancien et plus prestigieux 100 miles au monde. Tracé en Californie entre Squaw Valley et Auburn le parcours est long de 161,256 km, avec un dénivelé positif de 5486 m et un dénivelé négatif de 7010 m.

Pour François D'Haene ce sera une première participation à cette épreuve et à un 100 miles aux Etats-Unis. « C'est une course importante et historique que je suis depuis quelques années. Après avoir réalisé plusieurs autres grandes courses les années précédentes j'ai eu envie de venir me tester sur un format différent pour m'aventurer vers autre chose, découvrir un nouveau parcours, une nouvelle façon de courir très rapide et de nouveaux coureurs. »

François D'Haene, team Salomon, a découvert ce parcours lors d'une reconnaissance au mois de mai. « Il est très agréable, composé de nombreux singles trails assez souples qui serpentent le long des montagnes puis des canyons. On part en quelque sorte de la montagne vers la plaine. Les températures peuvent être très différentes et très élevées à la fin du tracé. Il va falloir aussi gérer ce profil assez roulant qui fait qu'il se court un tiers de temps plus vite que les autres courses de 160 km que j'ai parcourues. 15 heures contre 20 à 22 heures habituellement. »

Suite à cette reconnaissance et à The North Face 100 Australia, François D'Haene a mis un peu de temps à récupérer. « J'étais assez fatigué et cela a été dur pour moi. Depuis j'ai bien repris l'entraînement et effectué de belles sorties longues en montagne où j'ai pris beaucoup de plaisir. Désormais je me repose un peu et fais quelques séances plus rapides avant mon départ le 21 juin en Californie. J'y arrive en avance pour essayer de prendre le temps de me reposer sur place et de courir un peu dans les conditions locales. Cette période est aussi assez intense dans la vigne et je rentrerai dès le lendemain de la course. »

François D'Haene comme toujours sur un ultra trail va essayer d'aller au bout de l'aventure en gérant son effort du mieux que possible. « Il y aura beaucoup de nouveaux facteurs à prendre en compte et c'est une façon particulière de courir qu'il va falloir adopter. On ne marche presque pas là bas, l'effort est bien différent que sur d'autres ultras. Si j'arrive à maintenir une bonne allure et que je n'ai pas de problème ou de coup de chaud j'aimerais penser que je ne serais pas loin du top 5 voire du podium. Cela serait déjà un bel objectif pour ma

première participation. À À»

Ses adversaires sont nombreux avec un plateau d'engagés particulièrement relevé. Parmi eux on peut citer les Américains Rob Krar, vainqueur en 2014, Seth Swanson, 2^eme en 2014, Dylan Bowman, 3^eme en 2014, 5^eme en 2013 et le Sud Africain Ryan Sandes, 5^eme en 2014, 2^eme en 2012. Ne pas oublier non plus les Américains Ryan Bak, Jesse Haynes, Jared Hazen, Justin Houck, David Laney, Brett Rivers, Ian Sharman, Paul Terranova et Alex Varner, les Australiens Brendan Davies et Andrew Tuckey, le Lituanien Gediminas Grinius et le Norvégien Sondre Amdahl.

Outre François D'Haene d'autres Français sont au départ dont Julien Chorier, Cyril Cointre, Emmanuel Gault, Thomas Lorblanchet. « Ils se sont tous bien préparés spécifiquement je pense et notre confrontation risque d'être assez sympathique. C'est amusant de se retrouver avec autant de Français sur une course étrangère. Au moins il y en aura quelques uns pour comprendre ce que je dis et apprécier mon humour français ! Ce sont tous des coureurs que je connais un peu et j'espère que sur toute notre brochette, il y aura au moins un ou deux de nous qui pourront tirer leur pingle du lot pour nous faire honneur! À À»

Infos live avant course et course : <https://www.facebook.com/francois.dhaene>

Crédit photos À Damien Rosso www.droz-photo.com

François D'Haene au départ de la Western States 100-Mile Endurance Run

<http://www.toutrail.com/modules/news/article.php?storyid=11098>

