

Portrait de Laetitia ROUX (team Trail Salomon)

Portrait

Post   par : DUBOST

Publiée le : 29/6/2010 11:20:00

Laetitia ROUX championne du monde de ski alpinisme et sélectionnée en équipe de France de course de montagne. 4 juillet championnat d'Europe de course en montagne Laetitia Roux, une néophyte dans la sélection Fran  saise

Laetitia Roux, 25 ans, Savines le lac, championne du monde 2010 de ski alpinisme, team trail Salomon France, fait partie de la sélection Fran  saise au championnat d'Europe de course en montagne, le 4 juillet à Sapareva Banya en Bulgarie.   «Ce sera ma deuxième compétition dans cette discipline   ! J'ai décroché ma place le 6 juin à Murat dans le Cantal, en terminant quatrième du championnat de France. Ce résultat m'a permis de me rendre compte qu'il y a vraiment moyen de faire quelque chose de bien et j'espère atteindre le niveau des meilleures féminines dans les prochaines années. A l'exemple du ski alpinisme, la course en montagne reste un sport confidentiel. L'attrait se porte plus sur le trail long, mais du coup j'ai l'impression que l'esprit y est plus détendu et convivial. Les filles et les gars ne se prennent pas la tête. J'ai vraiment apprécié leur humilité et leur sympathie.   à»

La Haut-Alpine, après trois années perturbées par une tendinite au genou gauche, a retrouvé le plaisir de courir.       Je peux enfin courir en montée et descente et je redécouvre des sensations que j'avais totalement oubliées. Je prends vraiment plaisir contrairement à avant o  ¹ j'étais toujours sur la défensive de peur de me blesser. Je suis en mode reconnaissance du milieu course en montagne et trail, ma priorité reste le ski alpinisme. Ma saison 2009-2010 a été difficile physiquement et moralement. J'ai besoin de souffler et de me faire plaisir. Je ne prends pas cette première année de trail trop au sérieux et vais limiter leur nombre. L'entraînement pour les courses en montagne est compatible avec ma saison de ski alpinisme mais la course à pied reste très traumatisante. Je ne souhaite pas revivre mes années de galères avec ma tendinite.   à»

En Bulgarie Laetitia Roux va faire comme à son habitude le mieux possible et essayer de terminer pas trop loin des autres Fran  saises.       Je n'ai aucune référence et expérience dans ce milieu. Cette première saison de course en montagne va me permettre de découvrir la course de montagne et ses athlètes.   à»

  

Le championnat d'Europe de course en montagne senior femme aura pour support un tracé de 9 kilomètres et 495 mètres de dénivelé positif et négatif. Celui des seniors hommes sera long de 12,2 kilomètres avec un dénivelé positif et négatif de 695 mètres.

Les sélectionnés Fran  sais senior

Femmes   : Constance Devillers, Lille Métropole Athlétisme, Marie-Laure Dumergues, Avenir Aire sur Adour, Fiona Porte Athlétisme Sud Ardèche Drôme, Laetitia Roux, Gap Hautes Alpes Athlétisme.

Hommes   : Raymond Fontaine, Co Stade Petite   le, La Réunion, Said Jandari, Avenir Aire sur Adour,

Emmanuel Meyssat et Julien Rancon, Ac Ondaine Firminy.