

359 km du John Muir Trail le nouveau défi de François D'Haene

Brèves des organisateurs

Posté par : MAT

Publié le : 5/10/2017 17:11:41

359 km du John Muir Trail le nouveau défi de François D'Haene À

François D'Haene, vainqueur le 2 septembre du 171 km de l'UTMB est en Californie depuis le 5 octobre afin de découvrir le John Muir Trail, un sentier de randonnée de 359 km et d'un dénivelé positif de 14630 mètres. Il va tenter le 14 octobre d'améliorer le record de sa traversée qui appartient depuis 2014 à l'Américain Leor Pantilat en 3 jours 7 heures 36 mn. Le parcours dans la Sierra Nevada part de Whitney Portal et arrive à Happy Isles.

Une envie de quelque chose de différent
Cette année après la Pierra Menta qui a clôturé sa saison hivernale de ski alpinisme, François D'Haene a rapidement enchaîné des trails et remporté le 115 km du Madeira Island Ultra Trail, 110 km Salomon Gore-Tex Maxi-Race, 61 km du trail Verbier Saint-Bernard avant de se concentrer sur l'UTMB. « Je savais qu'après toutes ces courses j'aurais envie d'évasion, de liberté, de découverte et de quelque chose de différent d'un trail où le dossard est partagé avec beaucoup de monde. Une opportunité aussi de vivre une aventure avec mes amis proches, qui vont m'accompagner chacun à leur tour, à la fois pour la sécurité mais aussi pour vivre ensemble quelque chose de fort. Je ressens également le besoin de chercher de nouvelles sensations, de repousser ou trouver d'autres limites. L'occasion de me tester peut-être pour de futurs projets, voir comment va réagir mon corps sur un effort de plus de 300 km et d'environ 80 heures. C'est pour ces raisons, que depuis plusieurs années, j'essaye tous les ans de monter un projet différent. Après le trip montagne en Équateur le GR 20, je mets le cap sur le John Muir Trail. À »

Départ obligatoire le 14 octobre

Ce projet traverse six parcs nationaux et le règlement est assez strict. François D'Haene et son équipe ont dû réserver un permis plus de 6 mois à l'avance pour obtenir le droit de courir. « Le départ se fera obligatoirement le 14 octobre sans décalage possible en fonction de la météo. C'est le règlement local, il fait partie des codes et règles du jeu que je tiens vraiment à respecter par rapport aux coureurs américains qui font fréquemment ce genre de record seul en nature qu'ils appellent FKT : Fastest Known Time. À »

Il va falloir bien m'adapter, écouter mon corps et mes amis
François D'Haene, team Salomon France Elite, après l'UTMB, a vendangé son vignoble dans le Beaujolais et repris l'entraînement à la mi-septembre avec quelques sorties en montagne pour s'acclimater à l'altitude et au froid prévus dès le départ sur le mont Whitney, 4421 mètres d'altitude et garder de la fraîcheur car l'intensité sur le John Muir Trail sera moins élevée que sur un ultra. C'est surtout avec la fatigue et la

motivation qu'il va devoir composer. Le parcours peut se résumer à dix longues ascensions entrecoupées d'autant de descentes pentues. François D'Haene, ne sait pas encore s'il va s'offrir quelques poses. «D'accueillir au fur et à mesure mes besoins, en sommeil, en alimentation et autres, va être amusant et me motive. Il va falloir bien m'adapter, écouter mon corps et mes amis qui seront autour de moi pour éventuellement me conseiller, car pendant 80 heures de course je ne sais pas si je vais être lucide dans tous mes choix! .»

Cinq copains vont m'entourer
La logistique s'est progressivement mise en place. «Avec mon équipe, qui m'a déjà accompagné sur le GR20 on forme un noyau soudé et nous voulons quelque chose de simple et naturel avec beaucoup de liberté et de maîtrise de nos choix. Je serai entouré de cinq copains qui se sont entraînés à fond et m'accompagneront à tour de rôle. Présents également afin de mieux partager cette aventure qui promet d'être épique, le photographe Damien Rosso qui me suit depuis de nombreuses années et le cinéaste Nicolas Favre. On a loué un camping car pour se promener le long du parcours. Il nous reste à digérer le voyage, repérer les lieux et terminer notre préparation.»

François D'Haene en bref

François D'Haene, 31 ans, kinésithérapeute de formation, vigneron depuis 2012 au domaine du Germain à Saint-Julien, marié à Carline. Le couple a deux enfants : Sarah et Simon. Vainqueur 2012, 2014 et 2017 de l'UTMB, de la Diagonale des Fous 2013, 2014 et 2016 et de l'Ultra Trail World Tour 2014 il a établi en 2016 un nouveau record sur la traversée du GR20.

Suivi live, infos

<https://www.facebook.com/francois.dhaene/>

À

Crédit photo : Damien Rosso www.droz-photo.com

