

ELISE DELANNOY VA TENTER DE BATTRE LE RECORD DU MONDE MASCULIN DE DÉNIVELÉ POSITIF EN 24 HEURES NON-STOP

Brèves des organisateurs

Posté par : MAT

Publié le : 15/9/2020 12:05:02

ELISE DELANNOY VA TENTER DE BATTRE LE RECORD DU MONDE MASCULIN DE DÉNIVELÉ POSITIF
EN 24 HEURES NON-STOP

À

Originaire du Nord de la France, Elise s'entraîne sur des terrils pour préparer ses compétitions de Trail Running auxquelles elle participe tout au long de l'année. Malgré ses contraintes d'entraînement, elle termine première française et 7^{ème} féminine de l'Ultra Trail du Mont Blanc 2019.

Cette année 2020, qui a vu l'ensemble des objectifs d'Elise s'annuler les uns après les autres, est l'opportunité pour elle de se lancer un défi fou, défier Aurélien Dunand-Pallaz qui a placé une marque de référence mondiale à 17 218m le 6 septembre dernier.

C'est sur cette colline de **Nœud les Mines (Pas-de-Calais)** qui culmine à 129m d'altitude, faite de gravats de la mine, fermée en 1962, et seule piste de ski permanente extérieure aménagée de toute l'Europe, qu'Elise a choisi de se lancer. L'histoire des lieux est évidemment celle des mineurs, des carreaux de mine, fermés les uns après les autres, mais la nordiste veut mettre à l'honneur un patrimoine marqué par cette industrie, et montrer que rien n'est impossible : « il faut juste savoir s'adapter à ce que l'on a » précise-t-elle.

Pour tenter de battre le record du monde de dénivelé positif en 24h, Elise a prévu de parcourir 290 fois un aller-retour d'une distance de 520m cumulant 59,4m de dénivelé par tour (mesuré par un géomètre). Ceci représente tout de même une distance de 151km pour 17 226m de dénivelé positif ! Quasiment deux fois la hauteur de l'Everest, 8848m.

Sur ses derniers tests effectués ce week-end, elle a réalisé deux entraînements avec une vitesse moyenne supérieure au record :

Samedi : 5h – 62 tours (3 680m) – soit une moyenne de 17 660m sur 24h.

Dimanche : 3h – 39 tours (2 316m) – soit une moyenne de 18 500m sur 24h.

La force physique des hommes est globalement supérieure à celle des femmes. Ils peuvent, de fait, porter des charges plus lourdes que les femmes, frapper plus fort dans les balles et autres ballons et aller plus vite. Mais d'après les résultats d'une étude publiée dans le magazine spécialisé Applied Physiology, Nutrition, Metabolism, ils sont en revanche moins endurants que celles-ci. La différence est musculaire. Les femmes peuvent tenir beaucoup plus longtemps sur un même exercice. Leurs muscles utilisent l'énergie de manière plus diffuse et moins explosive.

Alors Elise sera-t-elle la première femme à battre un record du monde masculin ?

Elle tentera son exploit le samedi **19 septembre 2020** sur le terroir de Nœud les Mines en partant à 13h. Nul doute qu'elle aura besoin de supporters pour réaliser une première historique !

À



Photo : ©Florent Lienard