

27 mars rentrée de Thomas Lorblanchet sur les pentes du Ventoux

Après course

Posté par : DUBOST

Publié le : 16/3/2011 17:10:00

Dimanche 27 mars le 46 kilomètres du trail du Ventoux est le support dame et homme de la deuxième étape de la National Trail Running Cup Salomon Endurance Mag.

Le plateau est somptueux. On peut citer parmi les favorites Maud Giraud, Lisel Dissler, Josiane Piccolet, Emilie Lecomte, Irina Malejonock, Christine Grosjean, Florence Auclair, Emilie Favre. Chez les hommes, ils sont une dizaine à pouvoir gagner à l'exemple de Thomas Lorblanchet, champion du monde en titre, Julien Rancon, champion de France FFA trail court, Julien Chorier vainqueur du raid le la Réunion 2009 et deuxième Transmartinique 2010, Martin Reyt, révélation de la saison passée.

A quelques jours de ce trail, Thomas Lorblanchet nous parle de sa préparation de sa saison, du Ventoux et des ses objectifs 2011.



Préparation

« J'ai terminé la saison passée relativement tard avec le challenge North Face de San Francisco. Je pensais pouvoir reprendre en début d'année avec un peu de ski de fond, malheureusement la neige a manqué et j'ai repris mes runnings plus tôt que prévu pour enchaîner quelques cross. J'ai traîné une grippe tout le mois de février, ce qui a un peu chamboulé mes entraînements. Les beaux jours et les journées plus longues m'ont permis de faire quelques entraînements un peu plus spécifiques trail. »

À

Trail du Ventoux

« Ce trail sera mon premier de l'année. Une bonne mise en jambes avant la longue saison qui se profile. Je l'ai déjà disputé 2 reprises. La première fois en 2006, où l'on avait été victime d'un débordement sauvage. J'avais terminé quinze après avoir jardiné pas mal dans la montagne. La deuxième fois c'était en 2007, où je remporte l'épreuve. Ce trail connaît un engouement particulier car il se déroule sur un site prestigieux. Il représente le premier rendez vous plus ou moins majeur de la saison. »

À

Un gros rendez-vous ?

« Gros rendez vous, c'est beaucoup dire mais c'est le premier, alors autant bien y figurer ! Il y a du beau monde au départ, même s'il en manque certains. C'est toujours intéressant de voir où l'on se situe en début d'année. Même si avec l'expérience je me rends compte que les gens en forme en mars le sont souvent moins en fin de saison. Un podium pour commencer 2011 me satisferait pleinement compte tenu du plateau et de ma forme actuelle. »

»

Autres dates importantes

« Je participerai le 21 mai au Red Bull Elements avec une équipe de Salomon, 48 kilomètres à parcourir en rampant, courant, volant, pedalant. Le 29 mai je serai à Zegama en Espagne sur une coupe du monde de skyrunning, puis ce sera les championnats du monde de trail et l'UTMB fin août. Pour la suite de la saison, je verrai après cette première partie. »

Les championnats du monde en Irlande

« J'y pense et l'on commence à recevoir des infos plus précises, notamment la date qui sera finalement le samedi 9 juillet. Défendre mon titre ou décrocher un podium fait partie de mes objectifs mais je ne me mets pas plus de pression que cela. J'ai pu gagner à Serre Chevalier. Chaque course est différente, avec un contexte particulier qu'il faut savoir appréhender. La longueur du parcours, 70 kilomètres, est une distance qui me convient bien. Elle représente une durée d'effort d'environ 6 heures. Je pense connaître cet effort, même si sur une course d'un jour, tout est possible. J'articule plus ou moins ma saison autour des championnats du monde au niveau de ma préparation et de mon calendrier. J'essaye d'être progressif dans les distances et la difficulté des épreuves qui les précèdent. Mais chaque chose en son temps même si le cap est donné ! »

»

www.salomonendurance.com