

Team Salomon bilan et perspectives

Après course

Posté par : DUBOST

Publié le : 3/8/2012 22:30:00

Les trailers du team Salomon France et espoir font le point sur la période mai à juillet et parlent de leur programme et attente pour les mois d'août, septembre et octobre.

À

Quel est ton point de vue sur tes mois de mai, juin et juillet?

À

C'était ma période attendue de l'année avec notamment le marathon du Mont-Blanc, que nous avons préparé début juin, avec le team espoir, dans la Vallée de l'Ubaye. Nous avons aussi fait nos premiers pas à l'étranger au Pays de Galles, une expérience très enrichissante. **Thibaut Baronian**

À

Une très bonne période pour moi puisque sur mes deux objectifs : trail de Guerlédan et marathon du Mont-Blanc, je remporte le premier et finis huitième du second malgré un gros plateau international. Ce genre de course me permet de renforcer ma jeune expérience et de me confronter à l'élite du trail. Le stage de préparation autour de Barcelonnette avec tout le team espoir a été très enrichissant et l'occasion de nous connaître un peu mieux. Seul point noir : la Snowdon race au pays de Galles : un très beau voyage mais une course sans à ! A oublier ! **Guillaume Beauxis**

À

Il s'agit du cœur de la saison avec les plus belles courses et les gros objectifs. Cette période m'a bien réussi avec l'Ultra Trail du Mont Fuji et le Zugspitz Ultra trail. Il me reste à bien profiter des beaux jours pour parfaire la préparation pour la fin de l'été. **Julien Chorie**

À

Je sortais de ma préparation hivernale et j'avais hâte de pouvoir reprendre les sorties longues en montagne. Ces mois ont coïncidé avec le vrai début de ma saison et avec mon premier gros objectif de l'année 2012 : la Transvulcania. J'avais envie de me mesurer aux meilleurs internationaux afin d'apprendre à gérer le stress d'un si gros rendez vous et de savoir ce que je pouvais réaliser. Finalement la course s'est très bien déroulée. Je termine quatrième, une place et un temps dont je ne reviens toujours pas ! Il m'a fallu récupérer et me concentrer pour repartir sur un gros bloc de km début juillet. J'ai alors enchaîné 4 trails et l'Ice trail tarentaise à Val d'Isère. J'ai eu de très bonnes sensations sur le 4 trails même si une belle erreur de parcours me prive d'une potentielle victoire. Je prends la troisième place au gonoral et remporte 2 étapes. Malgré des conditions particulièrement froides, j'ai réalisé une bonne course quasi solitaire sur l'Ice après avoir géré mon effort notamment face à la neige, l'altitude et la technicité du parcours. En conclusion 3 mois sans souci particulier où j'ai pris beaucoup de plaisir en course et à l'entraînement, ce qui

n'ai pas toujours le cas quand on a des petites douleurs ou des baisses de forme. **François D'Haene**

À

Les trois derniers mois ont été riches en compétitions avec dans l'ensemble des bons résultats. Je remporte toutes les courses auxquelles j'ai participé dans la catégorie espoir. J'ai toutefois quelques déceptions sur mes classements au scratch mais il y a encore beaucoup de courses avant la fin de saison et je vais essayer de me rapprocher des meilleurs. **Cyrille Gardet**

À

Je dirais que j'ai constaté un gros engouement autour du circuit Skyrunning. Un engouement médiatique, mais surtout sportif car sur chacune des courses incluses dans le circuit Skyrunning, le niveau est très relevé, avec des coureurs qui viennent des quatre coins du monde. Ce qui rend la compétition plus attirante et excitante, mais qui permet également de découvrir différents univers à travers chaque coureur. J'ai pu le constater sur le marathon de Zegama par exemple, où j'ai côtoyé quelques uns des meilleurs trailers au monde, dans une ambiance exceptionnelle et familiale. **Michel Lanne**

À

J'ai placé le mois de mai sous le signe des voyages et des rencontres avec les Canaries et la Réunion, pour parfaire ma culture trailistique. En juin, je suis un peu resté à la maison pour préparer le trip aux Etats-Unis. Juillet m'a permis de faire le 4trails en Allemagne, et l'Ice Trail Tarentaise, avec une belle hypothermie et un DNF, le 3^{ème} en 10 ans, avant de m'envoler sur les states pour participer à la Speedgoat. Sur cette période, j'ai vraiment pris de la disponibilité professionnelle pour vivre de nouvelles choses. Cela fait 10 ans que je travaille au sein de mon cabinet libéral de kiné et j'ai enfin pu m'organiser pour trouver un remplaçant pour palier mes absences. Je sais que je ne pourrais pas forcément remplacer cela tous les ans car ce n'est pas simple pour s'organiser sur tous les plans. Mais j'avais vraiment à cœur d'élargir mon expérience, de faire de nouvelles courses et nouvelles rencontres. **Thomas Lorblanchet**

À

Un bonne période pour moi, je sens que je progresse sur des formats que je ne pratiquais pas. C'est encourageant pour la suite. **Fabien Nabias**

À

Je trouve que cette période a été l'aboutissement de tout l'entraînement engagé depuis l'hiver. Elle m'a permis de concrétiser, de me confronter aux autres coureurs sur les objectifs à atteindre fixés depuis pas mal de temps. Elle coïncide avec le retour des beaux jours. Tout ça donne envie, comme les fruits qui arrivent à maturité dans les vergers Catalans ! **Michel Rabat**

À

Une période plutôt calme depuis le Transvulcania début mai. J'ai fait une course sympathique dans le Luberon fin mai, puis une course de dingues : le Volcano Trail, fin juin. A par ça, l'été a été tranquille jusqu'à maintenant. Je me suis reposé, je me suis entraîné à domicile, j'ai profité des marches provençales et des glaces sur la terrasse. Un sentiment de vacances nettement renforcé par la présence de toute la famille et d'amis britanniques à la recherche du soleil... Je les ai emmenés bien sûr, au sommet du Ventoux en courant, à part mes parents qui préfèrent l'aller-retour vélo de 115 km entre la maison et le sommet. **Andy**

Symonds

À

Qu'est ce qui t'a marqué ces trois derniers mois ?

À

Mes soucis de santé qui traînaient depuis février et qui me laissent enfin un peu tranquille depuis début juin ! Espérons que ça dure ! Je souhaite remercier tout particulièrement Marco pour ses soins. **Thibaut Baronian**

À

Le niveau impressionnant du marathon du Mont-Blanc ainsi que le très grand nombre de spectateurs sur les trois courses auxquelles j'ai participé. C'est la première fois que je vois autant de monde m'encourager ! Ça donne des ailes... **Guillaume Beauxis**

À

Mon voyage aux Canaries restera un très bon souvenir. La chaleur, les paysages volcaniques et l'ambiance autour de la course ! **François D'Haene**

À

Le soutien qui nous est apporté à chaque course. Les coureurs les plus expérimentés sont dans l'ensemble contents de voir des jeunes courir sur les trails et ils nous encouragent énormément. **Cyrille Gardet**

À

Je garde en mémoire le tragique accident de Stéphane Brosse le 17 juin à l'Aiguille d'Argentière. La montagne a gardé pour elle un de ses passionnés. C'est encore un grand qui s'en est allé trop tôt, mais la montagne en a décidé ainsi. Elle est et elle restera la plus forte, qui que nous soyons. Cet accident a été un électrochoc dans le milieu de la montagne. **Michel Lanne**

À

Trois mois pas forcément marquants, mais une observation avec l'écoulement du calendrier au niveau mondial. C'est la mondialisation du trail. La médiatisation en réseau social permet de tenter de suivre toutes les courses mais cela devient presque du boulot à plein temps ! **Thomas Lorblanchet**

Le fait de participer à des compétitions avec de si beaux plateaux!! **Fabien Nabias**

À

Sportivement C'est sans conteste ma victoire sur le Mont Olympe, toujours un bonheur indescriptible en Grèce dans des conditions de chaleur encore une fois très fortes. Mais quel plaisir de partager cela avec mes amis et les personnes du village de Litochoro. **Michel Rabat**

À

En juin, avec François et Julien, nous avons fait le tour de Mont Blanc, sur le parcours de l'ultra. Sur trois jours cela représente une très longue sortie. Et le faire dans une seule journée ? Ok, pourquoi pas, mais ce qui m'étonne un peu quand même c'est l'engouement croissant pour les très longues distances. Il n'y a pas de doute que courir 100 km et davantage devient de plus en plus commun, populaire et « non-extrême ». Pourquoi pas ? Mais ce n'est pas exactement le même sport. Vitesse et compétition sont oubliées par un seul mot : " survivre ". Personnellement, les courses autour de 80 km représentent un peu la limite entre les courses qui relèvent des trails rapides et celles des ultras-douleurs. Perso, je pense appliquer cette distance limite à mon calendrier encore quelques temps ! **Andy Symonds**

À

Ton coup de gueule ou coup de cœur ?

Coup de cœur : la Snowdon International Race au Pays de Galles, une vraie fête pour ce petit village de Llanberis et une ambiance digne d'un tour de France ! **Thibaut Baronian**

À

Un gros coup de cœur pour le trail de Guerlédan. C'est la première fois que je courais en Bretagne et le parcours est vraiment magnifique. Que des singles, en sous-bois, autour du lac, on en prend plein la vue tout le long. Même s'il reste un trail très roulant, j'ai pris beaucoup de plaisir sur ce weekend. **Guillaume Beauxis**

À

Sans hésiter la découverte du Japon. Une culture, un accueil vraiment extraordinaires. **Julien Chorier**

À

La montée sur le glacier de la Grande Motte. C'était très amusant de voir en redescendant tous ces coureurs blancs de givre qui avançaient dans le froid, le vent et le brouillard ! **François D'Haene**

À

C'est la Snowdon Race au Pays de Galles. Au début, quand j'ai appris qu'on allait courir là bas, je m'attendais à un cross au fin fond de la campagne. Mais j'ai été agréablement surpris par le tracé et par le monde présent tout au long de la course ! Je n'avais jamais vu autant de monde sur un trail. **Cyrille Gardet**

À

Un gros coup de cœur pour l'ensemble du team qui a réalisé de supers résultats un peu partout. Ju : UTMF, Zugspitz, Andy : Transvulcania, Volcano trail, François : Transvulcania, 4trail, Icetrail, Tom : 4trail, Speedgoat, Miquel : Olympus et ma pomme : Zegama, Andorra ultra trail ! Les voyages forment la jeunesse ! Il faut qu'on reste jeune alors ! **Michel Lanne**

À

La médiatisation via facebook, twitter, entraîne une certaine disparition de la hiérarchisation des épreuves. On en perd un peu son latin mais l'avenir régulera sans doute tout cela. **Thomas Lorblanchet**

^

Je suis très content d'avoir vécu l'expérience de courir à l'étranger dans un pays que je ne connaissais pas du tout; d'ailleurs la langue ce n'est pas trop ça non plus! C'est très enrichissant autant au niveau sportif que culturel. **Fabien Nabias**

^

Mon coup de gueule va envers les incendies qui ravagent notre région de Catalogne aussi bien au nord qu'au sud, les forêts partent en fumée, ce n'est vraiment pas beau à voir. Il faut à tout pris préserver notre si belle nature! **Michel Rabat**

^

Wiggo en jaune ! La grande classe ! Finalement un Anglais sur la plus haute marche sur les Champs Élysées. Ce n'est même pas un sport fait pour le climat anglais. Bravo à lui. J'espère que tous les Anglais seront inspirés à se bouger plus à vélo maintenant ! **Andy Symonds**

^

Quels sont tes rendez-vous et attentes pour les trois prochains mois ?

^

Deux grands RDV : le premier le 12 août avec l'Ubaye trail Salomon à Barcelonnette et le deuxième : la finale de la National trail Running Cup Salomon Endurance Mag à Belle-Île en mer le 22 septembre. Mon objectif sera de monter sur la boîte sur ces deux dernières étapes de la Cup ! **Thibaut Baronian**

^

Dans les prochains mois, j'ai deux gros rendez-vous et quelques attentes ! Dans un premier temps le 80 km du Grand Raid des Pyrénées. Cette course sur mes terres d'entraînement me tient beaucoup à cœur et ce sera une grande première au niveau distance J'aurai de nombreux supporters et je veux vraiment tout donner sur cette course ! Par la suite, j'irai clôturer ma saison sur Belle-Ile pour espérer remporter la National Cup et donc une place dans le team France. **Guillaume Beauxis**

^

Les rendez vous ne sont pas très nombreux mais de taille, l'UTMB à la fin août, une traversée de la Corse par le GR20 en octobre et une course en équipe pour finir l'année en novembre. Cette course à 4 avec François, Andy et Michel sera certainement un grand moment de partage et d'aventure. Ma première expérience sur ce type de format après la Transalpine. **Julien Churier**

^

Mon prochain gros rendez-vous est l'UTMB fin août où j'espère faire une bonne course. Je commence à connaître son déroulement et son parcours et cela fait 2 années de suite que c'est un échec pour moi, course arrêtée puis abandon, donc je suis très motivé. Je vais cibler l'entraînement de mon état autour de cette course et espérer que j'arriverai à m'y exprimer sans douleur et en prenant du plaisir. Suite à l'UTMB je verrai mon état de fatigue avant de planifier la suite de ma saison mais j'ai déjà quelques idées en tête !

François D'Haene

À

Le 12 août je serai sur le 42 km du trail Ubaye Salomon que l'on a reconnu avec le team espoir et qui propose un des plus beaux tracés à mes yeux sur la National Trail Running Cup. Viendra ensuite septembre avec le trail Albertville qui me tient à cœur car j'habite quasiment sur le parcours et peut-être un crochet par la skyrace Becca di Nona. Le programme d'octobre n'est pas encore fixé mais une course comme les Templiers m'attire par son histoire dans le monde du trail français. **Cyrille Gardet**

À

Une petite coupure en ce début juillet pour pratiquer l'alpinisme dans le massif du Mont Blanc et "reposer" un peu l'organisme. Puis reprise de l'entraînement en vue du Trofeo Kima en Italie fin août, manche de l'ultra skyrunning, et ensuite la Diagonale des Fous pour la vingtième édition. **Michel Lanne**

À

Je suis aux Etats-Unis en famille jusqu'à Leadville le 18 août où j'irai courir le 100 miles au côté d'Anton Krupicka et Nick Clark entre autres. En septembre, je prendrai un peu de repos et verrai en fonction de ma récupération suite à Leadville, pour affiner le calendrier et en octobre j'irai au rendez-vous de fin de saison des Templiers. **Thomas Lorblanchet**

À

L'Ubaye Salomon le 12 Août et belle épreuve en mer en septembre. Outre ces objectifs je participerai à quelques courses de format plus court dans ma région. **Fabien Nabias**

À

Priorité sera donnée à la récupération, car les courses sont difficiles à enchaîner et le travail de l'été me prend beaucoup de temps. Reste à voir une belle épreuve pour le mois de septembre. **Michel Rabat**

À

Je redémarre en août avec l'Ubaye Salomon et le Kima Sky Race, puis un programme assez chargé jusqu'à la fin de l'année. Encore un bon mix de parcours et de paysages. J'ai hâte de retrouver ces deux courses de montagne, avant de me redonner vers les "ondulations" de Belle Étoile et retrouver les Templiers. **Andy Symonds**



À

Crédit photo Thomas Lorblanchet : Damien Rosso Droz