

20^{ème} trail du Val d'Allos : Raphael Grisel et Fabrice Arnaud main dans la main remportent le grand parcours !

Brèves des organisateurs

Posté par : DUBOST

Publié le : 29/7/2013 21:14:33

Victoire ex aequo sur le grand parcours !

330 coureurs s'étaient réunis sous la pinède du Parc de Loisirs de Val d'Allos – Le village en ce dimanche 28 juillet pour participer au 20^{ème} Trail du Val d'Allos. Les 187 coureurs engagés sur le grand parcours de 37,2 km, comptant pour le Challenge des Trails de Provence, ont répondu présents à l'appel de départ de 7h30 sous l'arche du Val d'Allos – Haut Verdon. Un briefing était donné par les organisateurs afin de préciser les conditions de participation à ce tracé de montagne de 2255 mètres positifs. Il est vrai que, même si le décor naturel grandiose du Val d'Allos a des allures de carte postale, le grand parcours empruntait néanmoins des arrêtes, chemins effilés et autres passages aériens sur pitons rocheux. Aussi, malgré les mesures de sécurisation prises par les organisateurs et la présence de contrôleurs et signaleurs aux passages critiques, les coureurs se devaient d'être vigilants.

8h, le soleil en signe de récompense brillait de mille éclats alors que les températures matinales étaient idéales pour le départ des trailers en direction du Col d'Allos (2250m) par le GR56. Si le calendrier de cette fin de juillet coïncidait également avec les quelques transhumants retardataires, le peloton de tête guidé par un Raphael Grisel en grande forme, n'aura finalement pas coûté les troupeaux. A ce point du parcours aucun retard n'a donc été pris sur le temps référence établi par Laurent Beuzeboc en 2011 (3:30:13) devant Dawa Dacchiri Sherpa (3:31:21). Mais c'est après le Col d'Allos que les choses se sont corsées avec les passages aériens des arrêtes du Pouret culminants à 2519m d'altitude et menant au Col de La Sestrière qui permet de basculer dans le Vallon des Sources du Verdon au-dessus de Val d'Allos - La Foux (1800m).

Au pointage du km 22, au cœur de la station de La Foux, les meneurs de course s'était déjà largement détachés du reste de la troupe et c'était Raphael Grisel qui devançait Fabrice Arnaud de quelques minutes. Se présentait ensuite sous les semelles des trailers, les très beaux vallons de l'Auriac, de Valbois puis de Valdemars, point de rencontre avec le tracé retour du petit parcours. Mâis et alpages fleuris alternaient en ces lieux pour laisser place à une piste forestière qui conduisait le long du Verdon vers la ligne d'arrivée. C'est sur le bas de cette piste que Raphael perdait alors son avance en suivant par inattention le tracé monté du petit parcours. Le temps de s'en rendre compte, Fabrice avait rattrapé son retard, et c'est finalement main dans la main qu'ils achevèrent ensemble cette superbe course de montagne en 3h 31 minutes et 52 secondes suivis par Thierry Le Floch (3:34:16) qui s'emparait d'une très belle troisième place.

Cette arrivée commune renforçait l'état d'esprit communautaire qui émane de la tribu trail, et même s'il aura fallu faire sans le parrain de la course cette année, le sympathique et talentueux Guillaume Le Normand retenu dans le nord de la France pour des raisons professionnelles, tous les participants auront épaulé notre coureur au grand cœur en donnant 1Euro de leurs frais d'inscriptions à l'association Nôpal & Vous.

Chez les dames, Minh Chêu Chu Quang signe le premier temps en 4 heures 24 minutes et 11 secondes devant Christine Grosjean (4:33:49) et Pascale Botella (4:40:24).

À

Petit parcours mais paysages grandioses !

C'est un petit parcours, c'est François Doussan qui boucle le premier les 15,5km et les 770 mètres de dénivelé positif, ravis de la beauté des paysages et soulignant toutefois la difficulté de la superbe montagne dans le maquis du bois de La Laune qui permettait de rejoindre la cabane forestière de Valdemars. C'est en 1 heure 16 minutes et 24 secondes qu'il s'emparait de la victoire au final devant Julien Fraty (1:16:56) et Pascal Regnerie (1:19:57).

À

Les 2 clés du succès : les bénévoles et les partenaires !

À

Impossible de mener bien cette belle aventure sans l'implication des 60 postes de signaleurs, contrôleurs et ravitailleurs qui avaient été répartis le long des 2 tracés, 300 litres d'eau acheminés en altitude, 50 normes pastèques englouties, des kilos d'autres fruits, gâteaux, et ce qu'on entendait dire devant les tables de ravito, ça valait la peine de s'y atteler. Un grand merci à celles et ceux qui ont donné de leur temps pour la réussite de cet événement.

C'est aux partenaires, les tables de massage des kinésithérapeutes n'ont jamais désempli. On a même vu des coureurs attendre patiemment leur tour car quoi de plus ressourçant qu'un massage professionnel de récupération prodigué par des mains expertes sous les conseils de Jean-Marc Blanc, kinésithérapeute-ostéopathe installé dans le Val d'Allos et reconnu pour ses soins adaptés aux sportifs !

Merci également à Frelon Detox pour les dégustations de cette boisson énergisante et de récupération désormais partenaire officielle de la FFA, Hoka par l'intermédiaire de Raphael Grisel pour les tests de chaussures et les lots offerts, Provence Sport Team pour les conseils en bien-être et nutrition et Dominique Nugre, coureur passionné, ancien vainqueur de la Grande Traversée des Mâlles du Mercantour, qui était l'auteur du balisage sur tout le grand parcours !

Prochain rdv l'été prochain pour la Grande Traversée des Mâlles du Mercantour !

À

Et l'esprit communautaire Trail se prolonge avec l'album souvenir à retrouver ici : www.valdallos.com/trail.html.

