

California 50 Mile, François D'Haene revient, Michel Lanne découvre !

Après course

Posté par : DUBOST

Publié le : 29/11/2013 7:55:20

François D'Haene et Michel Lanne ont choisi de terminer leur saison ultra-trail le 7 décembre à San Francisco sur le California 50 Mile. Une bonne partie de l'élite mondiale sera au départ de cet ultra de 80 km et 3000 mètres de dénivelé positif. Les deux traileurs du team Salomon ont marqué de leur empreinte 2013. A une victoire qu'ils ont partagée sur le 80 km du Mont-Blanc, François a ajouté une première place au Grand Raid de la Réunion et au 65 km du trail de l'Etendard et une deuxième à El Cruce et Ice Trail Tarentaise. Michel a terminé troisième du Grand Trail des Templiers et du championnat de France de trail.

À

L'an dernier François D'Haene était au départ du California 50 Mile. L'occasion d'une première rencontre avec les Etats-Unis et cet ultra trail. "Le temps exécrable la veille et le jour de la course ne nous ont pas permis de faire le véritable parcours. *Je l'avais cependant repéré. Il alterne une succession de montées et descentes où il faut toujours courir et relancer. C'est un ultra très dense, qui se court très vite et pour espérer jouer les premiers rôles il est indispensable d'être très frais et de n'avoir aucune baisse de forme. J'affectionne assez sa distance. Le profil assez roulant mais parfois technique, est différent de ceux auxquels je suis le plus souvent confronté. Les coureurs américains sont très forts sur ce type de parcours assez caractéristique des trails de leur continent et cela devrait nous réserver une belle course.*"

À

En 2012 François D'Haene avait décroché la deuxième place. "Ce n'est ni un atout, ni une pression. Le California 50 Mile clôture une longue et belle saison pour moi. Je le prends donc avec pas mal de recul, l'envie d'y éprouver du plaisir et de me donner à fond. Suite à cela qu'importe le résultat, je ne serais pas désolé qu'il arrive." François, après le Grand Raid de la Réunion a vraiment pris le temps de récupérer, d'écouter son corps. Depuis la mi-novembre il a remis progressivement de l'intensité dans sa préparation.

À

Michel Lanne est très heureux à l'idée de courir le California 50 Mile. "Ce sera pour moi l'occasion de découvrir le trail et la culture de la course à pied à l'Américaine et de voir s'il y a une grande différence avec le trail que l'on pratique chez nous. Quant à mes objectifs, je ne sais pas du tout à quoi m'attendre par rapport à la concurrence. J'aurai très peu de repères, mais c'est bien cela qui est intéressant. Je sais simplement que le niveau sera très élevé et qu'il faudra être rapide comme en attestent les chronos des années précédentes! J'espère que ce parcours me conviendra aussi bien que celui du Grand Trail des Templiers. Leur distance et dénivelé se ressemblent. Les bosses sont également assez courtes et les portions de relance nombreuses."

À

La saison de Michel a été longue et la coupure sera la bienvenue après le California 50 miles, mais il aborde cette course avec beaucoup d'envie. "Je n'ai aucune pression, juste le désir de faire de mon mieux et de

California 50 Mile, François D'Haene revient, Michel Lanne découvre !

<http://www.toutrail.com/modules/news/article.php?storyid=1913>

ressenti du plaisir sur les sentiers Californiens. Je pense que San Francisco s'installe bien après les T
J'ai pris le temps de me reposer avant de reprendre un entraînement spécifique pour cette épreuve.
Honnêtement, je pense avoir récupéré de l'enchaînement championnat de France de Trail et Templiers.
Mes sensations à l'entraînement sont bonnes, et j'ai toujours les crocs !"

À

François D'Haene et Michel Lanne partent le 30 novembre aux Etats-Unis. Arrivés à Las Vegas et guidés par Rickey Gates, l'un de leur copain du team Salomon USA, ils rejoignent San Francisco en plusieurs étapes. Une alternance, entre Nevada et Californie, camping car, séances de running et photos. Parmi les sites visités : des parcs nationaux, le Grand Canyon et la Vallée de la Mort avec Badwater, lieu le plus bas en Amérique du Nord à moins 85,5 mètres et Zabriskie Point.

À

Credit photo François D'Haene : Jean-Pierre Vidot Grand Raid de la Réunion.

Credit photo Michel Lanne : Robert Goin.

À

Suivi François D'Haene et Michel Lanne trip entre Las Vegas et San Francisco :
<https://www.facebook.com/team.salomon.france>

À

Site California 50 Mile : http://www.thenorthface.com/en_US/end...an-francisco-championship



California 50 Mile, François D'Haene revient, Michel Lanne découvre !

<http://www.toutrail.com/modules/news/article.php?storyid=1913>

