

Victoire pour François D'Haene et Núria Picas sur l'Ultra Trail du Mont Fuji !

Après course

Posté par : DUBOST

Publié le : 26/4/2014 18:14:55

Victoire pour François D'Haene et Núria Picas sur l'Ultra Trail du Mont Fuji

À

Samedi 26 avril au Japon, François D'Haene a franchi en vainqueur la ligne d'arrivée de la troisième édition de l'Ultra Trail du Mt. Fuji, étape de l'Ultra-trail World Tour 2014. Il précède de plus d'une heure le Sud Africain Ryan Nicholas Sandes. L'Américain Mike Adam Foote complète le podium. Les traileurs du team Asics France Emmanuel Gault et Thomas Lorblanchet, deuxième et quatrième et animateurs de la course pendant plus de 100 km, ont malheureusement été contraints d'abandonner au km 123,3. Une mauvaise torsion de l'avant pied dans une ascension a provoqué chez Manu un déséquilibre et une douleur invalidante au tendon d'Achille et Thomas a souffert de problèmes digestifs qui l'ont empêché de s'alimenter et hydrater.

À

Chez les dames victoire de l'Espagnole Núria Picas. La Brésilienne Fernanda Maciel et Maria Semerjian, se classent deuxième et troisième. Nathalie Mauclair en tête pendant la première moitié de la course devant Núria Picas, a abandonné au km 123,3, victime d'une grosse ampoule plantaire qui la gênait depuis plus de 80 km.

À

Le tracé a offert aux 1200 traileurs engagés un tour complet du Mont Fuji sur des chemins et routes forestières et totalisait 168 km et un dénivelé de 9000 mètres, « À l'arrivée, avoue François D'Haene, team Salomon, j'étais surtout très heureux de franchir enfin la ligne dont je rêvais depuis quelques heures. Après coup, c'est évidemment beaucoup de joie de fierté et de bonheur que d'avoir la chance de signer ici une victoire sur une grande course internationale. »

Â

Remporter l'Ultra Trail du Mt. Fuji était le premier gros objectif de l'année pour François D'Haene. Cette performance va le mettre dans de superbes conditions pour la suite et lui offre une source de motivation inespérée. Il appréhendait un peu l'UTMF par ses difficultés qui viennent autant du plateau de coureurs que du parcours lui-même. La météo a été satisfaisante. « On nous annonçait un gros orage de 21 à 23 heures. Finalement nous avons eu droit uniquement à quelques gouttes jusqu'à la tombée de la nuit suivies d'une belle nuit étoilée et d'un lever de soleil magnifique avec le mont Fuji en toile de fond. Samedi matin, il a fait assez froid avec une belle gelée mais pour courir, ces conditions m'ont bien convenu. »

Â

Le trac était très usant. Il alternait sans cesse des parties très roulantes et d'autres hyper techniques auxquelles les traileurs ont dû s'adapter. D'incessantes relances, une nécessaire concentration extrême dans les parties techniques ont au final été assez usantes mentalement et physiquement. « Comme d'habitude je n'avais pas vraiment de stratégie de départ. Je voulais simplement essayer de partir avec le groupe de tête et de passer si possible une bonne partie de la nuit avec lui, avant de voir comment il serait possible d'en décrocher. Nous nous sommes retrouvés devant avec un groupe assez élastique de 5 à 6 coureurs. J'ai été d'abord avec Iker Karrera puis, après une petite erreur de parcours, en compagnie de Thomas Lorblanchet, Emmanuel Gault et Ryan Sanders. Nous avons couru ensemble quelques heures dans la bonne humeur avant que le groupe explose dans la montée sur les pentes du volcan au km 66. J'ai alors pris mon allure et fait cavalier seul jusqu'à l'arrivée. À chaque ravitaillement je pouvais être informé de l'état au précédent ce qui a été une aide précieuse pour la gestion de mon effort même si l'info était décalée de 2 ou 3 heures. »

Â

François D'Haene, dès le début a ressenti de bonnes sensations, l'impression de bien pouvoir gérer les différents rythmes et a constaté assez rapidement que son allure pouvait mettre les autres coureurs en difficulté. Quand le groupe s'est scindé il a assez vite creusé les écarts qui n'ont fait que s'accroître. Avec environ 40 minutes d'avance à 40 km de l'arrivée, sauf problème physique ou gros coup de moins bien, il a pu commencer à croire à sa victoire. « J'ai connu des moments un peu longs notamment la nuit mais le plus dur a été la portion de route de 7 km au km 151 qui m'est restée incroyablement en travers. J'avais un peu la tête qui tournait et la durée m'a paru interminable. »

Â

Victoire pour François D'Haene et Núria Picas sur l'Ultra Trail du Mont Fuji !

<http://www.toutrail.com/modules/news/article.php?storyid=1973>

François D'Haene, comme tous ses copains est très sensible aux paysages et à l'ambiance. « J'ai apprécié beaucoup d'endroits différents comme les chemins magnifiques qui zigzaguent entre les crêtes des nombreuses collines autour du mont Fuji avec une vue splendide sur les vallées environnantes et le mont lui-même. Le lever de soleil qui a pris la place d'un magnifique quart de lune orange reste aussi gravé dans ma mémoire. Cet ultra un peu comme l'organisation du mode de vie Japonais est hyper organisé et structuré, minuté, précis mais également attentionné. Les Japonais sont très enthousiastes et extrêmement amicaux dans leurs encouragements. Nous avons été soutenus tout le long par un public très nombreux et chaleureux. Merci à eux.

À

À l'arrivée François D'Haene s'est senti légèrement fatigué avec pas mal de petites tensions et courbatures mais pas vidé ni cassé et espère que cela se vérifiera au réveil ces prochains jours. « Dans l'immédiat je vais déjà boire quelques bières japonaises et m'initier un peu plus au saké pour fêter tout cela. Je pense que je n'aurai pas de mal à m'endormir ces prochains jours. Ensuite j'ai deux gros voyages de prévus dont un à l'île Maurice où je prendrai part le 11 mai au 30 km du Royal Raid pour parfaire ma récupération et reprendre le trail. Suite à cette période de récupération que j'espère bonne, je vais essayer de monter en puissance jusqu'à l'UTMB fin août en passant auparavant par deux gros objectifs qui sont le 80 km du Mont-Blanc fin juin et l'Ice trail Tarentaise mi-juillet. »

À

Les tops

Dames

- 1 Núria Picas, Espagne, team Buff, 23 h 27 mn 30 s.
- 2 Fernanda Maciel, Brésil, team The North Face, 23 h 46 mn 20 s.
- 3 Maria Semerjian, France, team i-Run, 27 h 16 mn 13 s.

Hommes

- 1 François D'Haene, France, team Salomon, 19 h 9 mn 13 s.
- 2 Ryan Nicholas Sandes, Afrique du Sud, team Salomon, 20 h 18 mn 59 s.
- 3 Mike Adam Foote, Etats-Unis, team The North Face, 20 h 54 mn 16 s.
- 4 Antoine Guillon, France, team WWA, 21 h 29 mn 12 s.
- 5 Lionel Trivel, France, team Hoka, 21 h 32 mn 50 s.

<https://www.facebook.com/salomonrunning>

Crédit photos Sylvaine Cussot

Victoire pour François D'Haene et Núria Picas sur l'Ultra Trail du Mont Fuji !

<http://www.toutrail.com/modules/news/article.php?storyid=1973>

