



Lors d'un échange sur une réunion Even Trail, Jean-Marie m'indique qu'il y a une petite course à faire à Meribel le week-end du 10/11 Août.

Cela tombe bien nous sommes dans le coin avec la tite famille. Du coup avec Jean-Marie nous décidons de nous inscrire pour les **Championnats de France de Trail !!!**

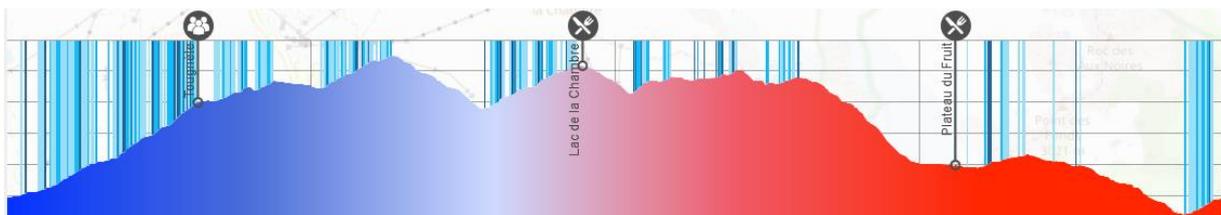


Bon on est sur la course ouverte à tous mais quand même 😊.

Etant incognitos, on décide de partir vers la fin. On se rend vite compte qu'au final il ne reste qu'une dizaine de personne derrière... Nous avons donc près de 800 concurrents à doubler si on veut viser le podium !!! Mais bon on n'est pas là pour ça, l'objectif, se faire plaisir sur une sortie longue.



Le départ une montée de 1000m sur 7km nous attends. Avec JM on est tranquilles.



Le problème quand on part vers la fin c'est qu'on bouchonne. On avait prévu de finir en 4h30/5h, on vient de faire 4km en une heure. Après un rapide calcul scientifique, on risque d'être en retard pour l'apéro.

La montée se passe bien on a le temps de discuter, c'est assez sympa. Les paysages sont jolis mais il faut aimer la caillasse... A plus de 2000m d'altitude il n'y a plus trop d'arbres...



Je prends un peu d'avance et j'attends Jean-Marie au premier ravitaillement. On s'était dit qu'on ferait le point à mi-course. Le temps de vider mes pompes des cailloux qu'il y a dedans, JM arrive. C'est vraiment sympa au bord d'un lac. JM n'a pas envi de prendre de bain...



On prend quelques cochonneries et on repart. J'ai les jambes qui frétilent, et JM me lance le défi de partir devant et de finir 30 minutes avant lui. Ok Pari tenu.

La seconde partie est globalement en descente, cela ne veut pas dire plus facile pour autant. On commence par une descente sur une piste de ski ou il faut doubler un max de personne car derrière ce sera du monotrace dans un pierrier où il ne sera pas facile de doubler. On arrive ensuite sur les crêtes, où le chemin est vraiment agréable, technique mais roulant malgré tout. Dommage d'être si loin dans le peloton, cela oblige à ralentir constamment...

Arrive la plus grosse descente, cela sera très technique et plutôt raide. Je décide de rester prudent et de doubler sans prendre de risque. Méribel doit rester une sortie longue avec du dénivelé et pas une sortie qui coute une cheville 😊.

Arrive le second ravito où je change ma bouteille de Saint Yorre pour une neuve et repars en marchant



avec quelques fruits secs. Je vois sur le profil qu'il reste une légère montée avec derrière une descente normalement pas trop raide. Je me dis « Là tu vas ramasser du peuple et prendre un max d'avance sur JM !!! ». C'était sans compter sur le monotrace et le terrain toujours technique. Des herbes masquent le chemin et cachent racines et pierres diverses. Du coup on oublie le déroulé fantastique au profit d'un footing prudent...

On arrive en bas de Méribel Mottaret, malheureusement l'arrivée est en haut de la station donc l'arrivée se fait en montée (assez sévère). Même s'il fait chaud jamais suffisamment de jus pour finir en étant vraiment bien.

Je suis accueilli par notre speaker dominical, Grégory Delpouys, qui reconnaîtra les belles couleurs Tourangelles 😊.

A l'arrivée, 3 ampoules au pieds qui confirment que je ne prendrai pas ces chaussures sur le trail du Sancy (qui est le prochain objectif). Je finis en 4h36 (pour 4h30 prévus c'est pas mal) en milieu de classement et Jean-Marie en 5h10 (pour 5h prévus, pas mal non plus). +34 mins le pari est réussi !!!

Le parcours est assez technique et exigeant, on a beaucoup pensé à nos copains qui ont fait l'échappée belle... Il faut aimer les cailloux et les descentes techniques, mais surtout ne pas partir trop lentement non plus afin de pouvoir courir à son rythme (tout dépend des ambitions 😊).

Les enfants à JM auront fait leur premier 5km avec 360m de D+ quand même... Tout comme Corinne. Très belle course pour eux aussi.

Les résultats :

Sur le 5km :

43	HUSSON Maxime	n°4083		11 MIM	00:57:00	+ 20m35s	5.26	-
52	HUSSON Nicolas	n°4082		12 MIM	00:59:31	+ 23m06s	5.04	-
66	HUSSON Céline	n°4084		5 V2F	01:06:52	+ 30m27s	4.49	-

Erreur dans le prénom, il s'agit bien de Corinne HUSSON 😊

Sur le 25km :

452	CHEVRIER Thomas	n°1868		190 SEM	04:36:54	+ 2h05m59 OPEN	[37] TOURS N AVENTURE
563	HUSSON Jean Marie	n°1975		63 V2M	05:10:04	+ 2h39m08 OPEN	[37] TOURS N AVENTURE

