

Compte rendu des MILLESVACHES MONEDIERES
du 19 au 21 avril 2019

Millevaches Monédières

RaidLight Trail  10^e édition



10 km^{*}
D⁺200m

21 km^{*}
D⁺800m

13 km
RANDO

47 km^{**}
D⁺2200m

LE TRAIL SAUVAGE
BUGEAT | TREIGNAC
CORREZE

Renseignements
& inscriptions
06 70 72 60 61

Repas  Soirée 

www.mmrt.fr

SAMEDI
20 2019
AVRIL

 RELAIS EN BINÔME
 TRAIL & MARCHÉ NORDIQUE

UNIS | www.unis.com | 06 30 30 30 30 | 1000 Sources | 06 30 30 30 30 | 1000 Sources | 06 30 30 30 30 | 1000 Sources



Tic tac tic tac le grand jour est là !
De toute façon, maintenant je suis inscrite...
J'ai rempli le tableau TNA...
Je me suis entraînée... le mardi...le jeudi ou vendredi...le samedi ou le dimanche...
J'ai écouté les conseils de tout le monde... fait le tri avec ce qui me convenait... ou pas.
Je me sens prête...

Go go go... on est vendredi 19 avril et Pascale vient me chercher...cette fois-ci c'est bon... je pars vers mon premier trail en Corrèze...

J'ai choisi celui là au feeling... et parce que la distance me convient bien pour une première.

Tout le monde se retrouve pour le départ... Philippe... Pascal et Pascale ... Brigitte, Claude... Thomas, Patricia... Christèle, Isa, Julien... Marie-do, Allain et moi!!! !

Le voyage passe vite, l'ambiance est bonne...même si on a été à deux doigts d'abandonner Pascal sur une aire d'autoroute ...(sic)

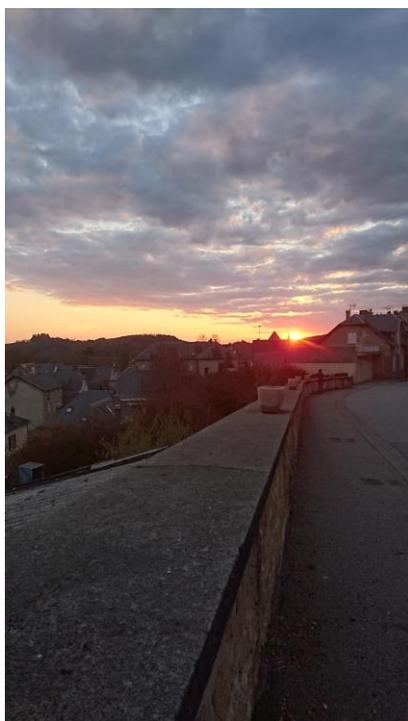
A peine arrivés... on récupère les dossards... comme ça, pas de stress demain matin...
Et zou la petite photo de groupe...

Et puis bonne surprise... le Centre sportif Alain Mimoun nous accueille dans des locaux très sympas.



Après avoir défait nos affaires, La soirée se passe en mode détente avec une petite visite à pied du village de Bugeat...

Les pronostics météo vont bon train... pluie.. orage... vent... rafales à 60 kms heure... on se fait peur... on rigole... on se demande un peu quand même...

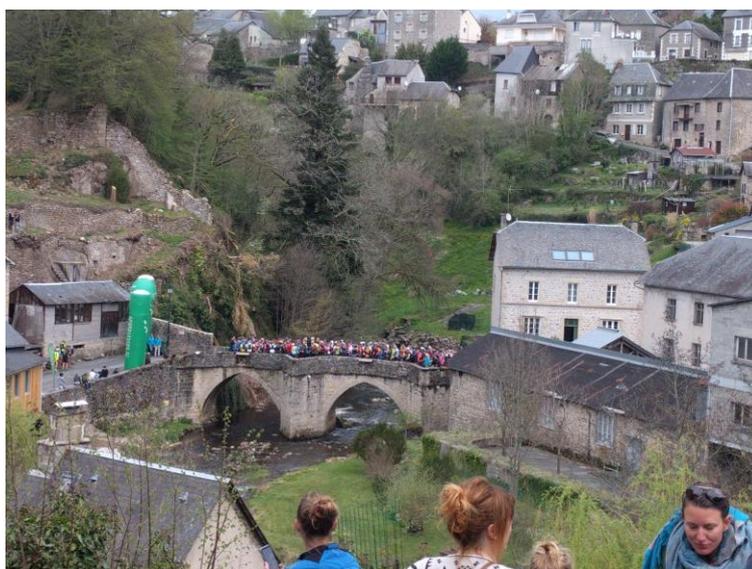


Petit moment de rigolade pour mieux dormir !

Et c'est le grand jour.... Préparation de Pascale et Allain qui partent sur un 46 qui se transformera plus tard comme par magie en un beau 48...

Les copains prennent la navette... on part avec le minibus pour les encourager au départ... roule roule Philippe... Plus vite, plus vite... on va rater ça !!!!

Départ de TREIGNAC.... C'est magnifique... la corne de brume résonne... ça y est c'est parti.... Ils sont vernis les pauvres... le départ se fait en côte...



On ne les reverra que 8 heures plus tard...



Et puis c'est à notre tour... Le temps hésite entre pluie et soleil... on prend la navette vers PRADINE.

La pluie arrive... il fait froid... mince...

Sur la ligne de départ.... La météo s'adoucit... ouf... le temps est parfait en fin de compte



Ça y est c'est le départ... je n'ai rien entendu... Je suis juste le flot des coureurs... Je ne vais pas vite... C'est tout moi ça... rapidement la première montée arrive... assez raide... je suis vite presque à l'arrêt... ça marche très doucement... Ça bouchonne... ça me convient... je peux rentrer très tranquillement dans la course... ça plaisante autour... l'ambiance me plaît... c est parti... je ne pense plus à rien d'autre... Avancer et c'est tout...

Je monte encore et encore... ça commence bien... mais je le savais... le plus gros boulot sur les 11 premiers kilomètres... les copains du TNA sont déjà loin... devant...

Je continue à me concentrer... ce n'est pas difficile... ça monte...faut regarder où poser ses pieds pour bien accrocher...

Et les kilomètres passent tranquillement... je bénis saint bois de Luynes.... C'est du vécu...les cuisses piquent mais je connais...ce n'est pas parce que j'ai mal qu'il faut m'arrêter !!!

Je bénis aussi Saint Franck qui m'en aura fait faire des « trois fois des dernières » ... et je me rappelle tout le monde me dire "allez Karine » ... Ça me fait sourire... je pense à tout le travail et l'entraide lors des entrainements du mardi et des autres jours aussi... on est bien quand même dans ce groupe !

Je pense aussi au message que j'ai reçu la veille... « oublie pas de regarder le paysage » ... ha oui c'est vrai !!!! et c'est magnifique ...

Jamais vu une forêt pareille... la forêt est tapissée de mousse... un paysage digne d'un conte... il manque plus que les lutins et une bonne fée....





Ben quand ça monte, faut redescendre... je suis contente... j'ai passé plus de 10 kms et j'ai le moral... oui mais dans les descentes une ampoule me rappelle à l'ordre...

Tant pis, je m'arrête... je prends le temps de la soigner. Je perds 10 mn... mais c bon... je repars et l'ampoule se tait petit à petit.

On aura été verni... plusieurs passages dans la boue suivis de gués pour laver les shoes... la classe !!! J'ai une petite pensée pour Marie-do....





Et puis ça sent l'arrivée... 17... 18...19... et un panneau... 3 kms... hein ? on nous aurait menti ???

Ben oui ça fera 22 Madame....

Avec le champ 500 mètres avant l'arrivée... et les éclairs qui traversent le ciel... Ben mince... je ne vais pas finir électrocutée quand même... il me reste encore quelques trails à faire... et puis c'est la fin... petite montée bitumée... aie...cadeau de finish ... je suis arrivée !!!



Les copains sont là... c'est chouette... c'est émouvant... on a même le service enlèvement de puce avec eux... je suis fatiguée mais très heureuse... c'était super...

On attend plus que Pascale et Benoît... le petit compte rendu de pascale est joint...

Après les douches et tout et tout... on a droit à la soirée organisée... on se laisse aller... on boit un peu... beaucoup... on rigole... on danse...

Un très bon groupe anime cette soirée... je pense que tout le monde s'est bien éclaté... petite chanson paillardée pour finir... et repos bien mérité pour toute l'équipe...

Des photos de la soirée sont disponibles.... Ah non, c'est vrai... j'ai reçu des consignes... hahaha

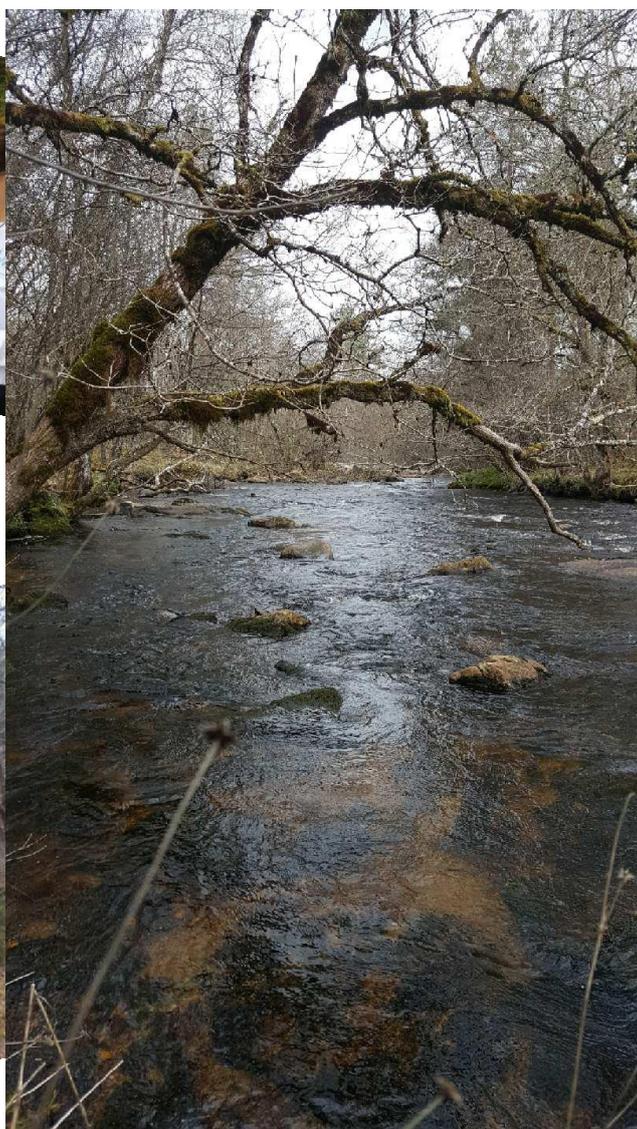
Le lendemain je rêve de glandouiller...

C'était sans compter sur notre Philippe... vaillant... la carte d'orientation à la main...
Allez hop hop hop... initiation à la course d'orientation...

Pffff j'ai un peu de mal.... c'est vite oublié... on récupère Pascale qui s'est empêtrée dans un fourré... et c'est parti...

On la retient plus Pascale... elle vient de se découvrir une nouvelle passion... Moi, Claude essaie de m'expliquer... déjà la tenue de la carte... c'est le nord me répètera-t-il 20 fois !!! c'est que j'ai pas eu le gène de l'orientation moi!!! Mais il est patient Claude...

Cela dit, j'aime bien quand même, l'orientation c'est amusant et les paysages sont magnifiques...



Et c'est l'heure de plier Bagages et de repartir... c'est dommage... j'étais bien ici avec toute l'équipe...

Pour résumer... je remercie Philippe d'avoir organisé ce trail TNA, tout était parfait... et je recommande vivement à tout le monde de participer à cette épreuve qui est vraiment appréciable... tant au point de vue paysages, qu'ambiance et organisation...

Je remercie toute l'équipe pour sa bonne humeur et je vous dis à très bientôt sur un prochain trail....

Karine

Résultats

Sur le 46... heu non le 48

| | | |
|--------------------|---------|---------|
| 191 ^{ème} | Alain | 7h51mn |
| 196 ^{ème} | Pascale | 7h59 mn |

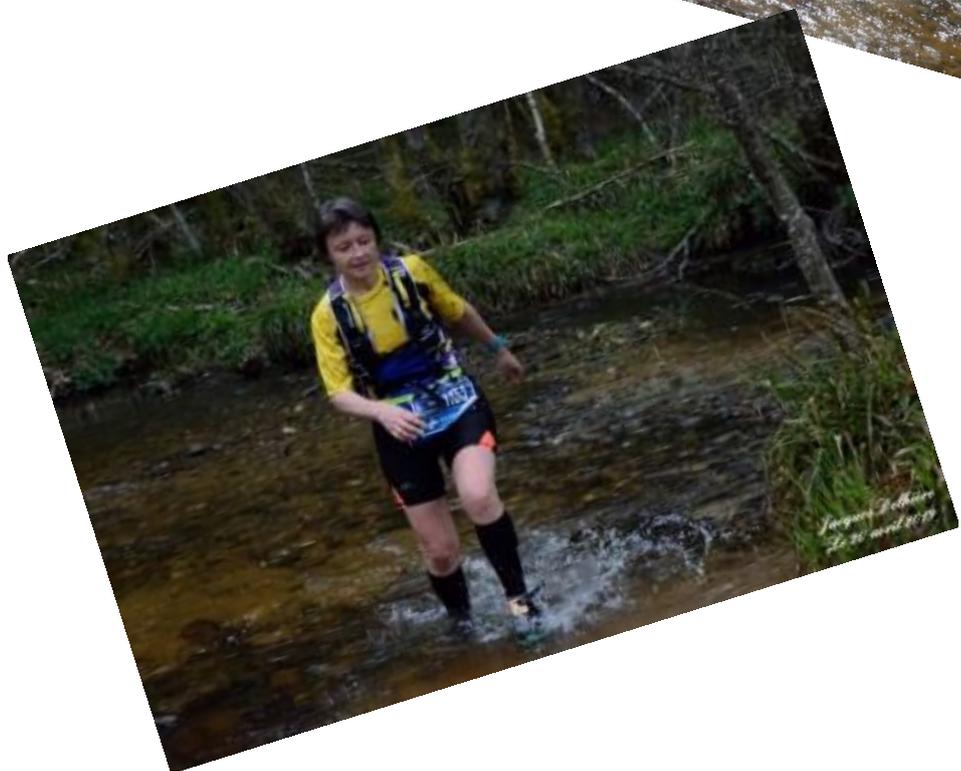
Sur le 21... heu non non plus... le 22

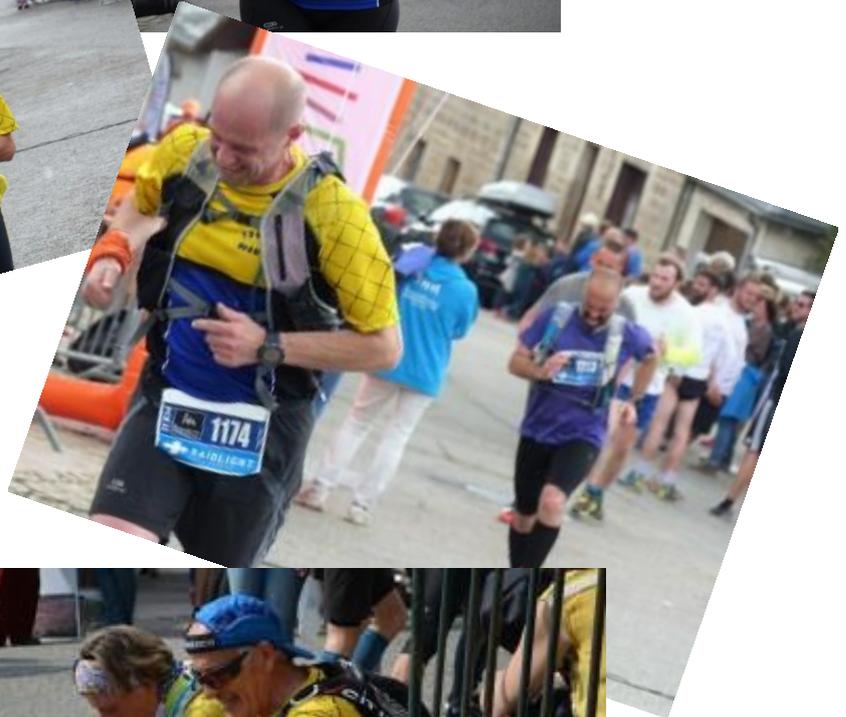
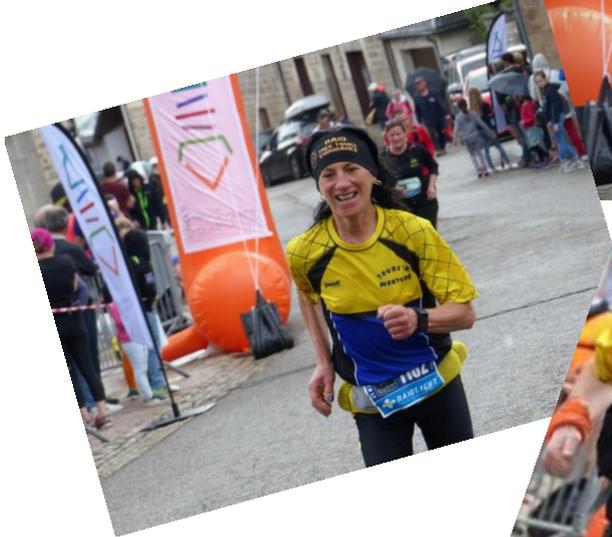
| | | |
|-------------------|-----------|----------------------------|
| 11 ^{ème} | Julien | 2h12 |
| 13 ^{ème} | Thomas | 2h12 |
| 36 ^{ème} | Philippe | 2h28 |
| 47 | Pascal | 2h34 |
| 63 | Christèle | 2h39 |
| 109 | Isabelle | 2h53 |
| 152 | Brigitte | 3h05 |
| 217 | Patricia | 3h20 |
| 218 | Claude | 3h20 |
| 251 | Marie-Do | 3h31 |
| 313 | Karine | 4h11(cest l'ampoule hihhi) |

ALBUM PHOTOS









Et pendant ce temps là...
Julien qui n'a été retrouvé sur aucune photo...
Est fortement soupçonné d'avoir prêté son dossard...



...