

ULTRA TRAIL du VERCORS 2019

Samedi 7 SEPTEMBRE 2019

"Lans en Vercors"

Nous partons Martine et moi pour 5 jours découvrir le Vercors.

Malheureusement un seul jour de beau temps, le jour de la course sinon brouillard, froid 7° à Lans en Vercors et un peu de pluie nous n'avions plus l'habitude !!!

Deux distances UTV 86 km + 4900m et EXPE TRAIL 47 km + 2300m.

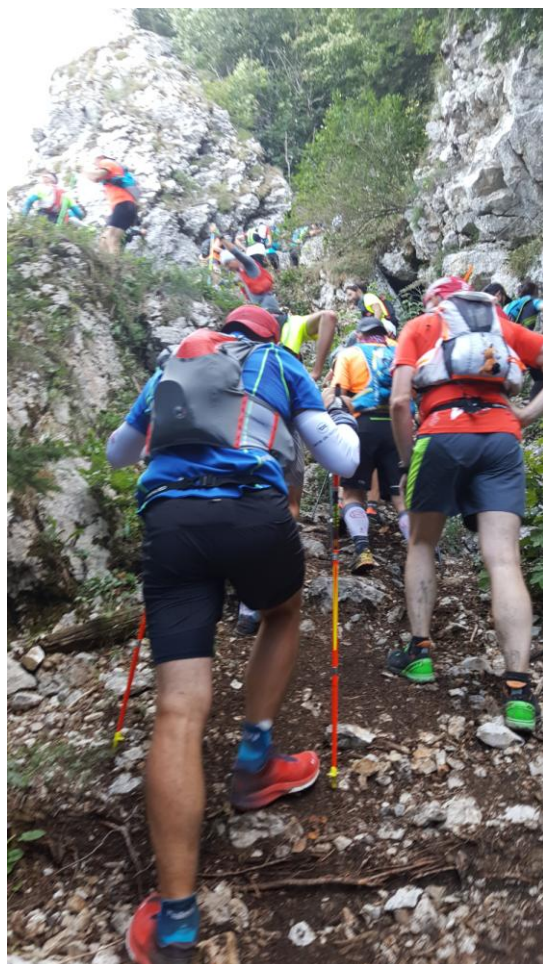
Je suis présent sur le 47 km.

Au retrait des dossards je rencontre notre ancien coach Antoine qui fera le 86 km !



450 inscrits. 9h déplacement en bus depuis Lans en Vercors. Rencurel Départ 10 h sous un temps frais mais dégagé, content idéal pour nous après 2 jours sous 7°!

Nous partons juste après le passage du premier coureur de l'UTV 40 km et 2500 m en moins de 5 h et il semble très frais !!



Nous attaquons de suite la première montée de 600 m avant de basculer au "Pas de Pertuson" 1435 m sur Autrans km 13 et le premier ravito.

Nous passons maintenant aux choses sérieuses sur 15 km (+ 1300m et - 500 m) avec un tronçon de 7 km d'un pierrier annoncé comme très difficile et technique mais avec une vue superbe sur Grenoble et sa vallée !!



Effectivement après 5 km nous attaquons le pierrier pratiquement impossible de courir (pour moi) au milieu des rochers racines et la végétation qui recouvre une partie du sentier et des passages au plus près des falaises !! Des aplombs magnifiques avec des vues grandioses sur Grenoble et la vallée de la Chartreuse.

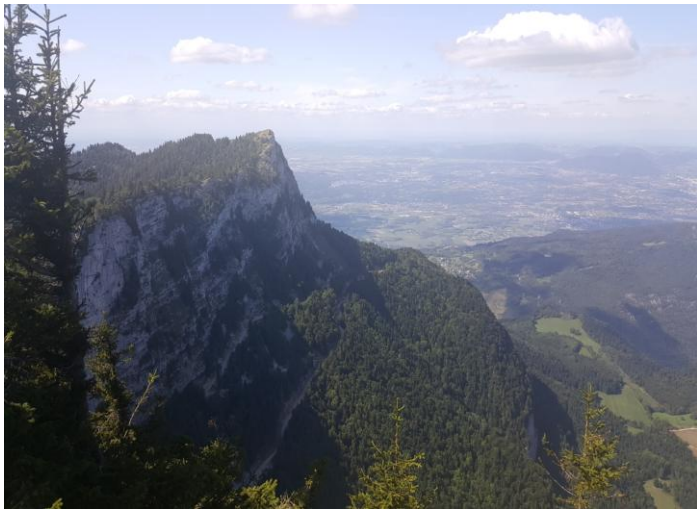


Nous longeons de nombreuses fois les falaises (petit point rouge au milieu de la photo du haut) c'est bon aujourd'hui il fait beau et très peu de vent !





Après 2 petites heures pour réaliser les 7 km j'arrive au point culminant "La Sure" 1643 m. Nous devrions voir le Mont Blanc les Ecrins mais trop de nuages au loin !



Maintenant descente avec encore quelques coups de cul pour atteindre le km 35 dernier ravito au col de "La Molière".



Petite pause avant d'attaquer les 13 km de descente pour l'arrivée à Lans en Vercors !



Après 8h08 je passe l'arche d'arrivée plutôt bien !!!!!

Résultats:

86 km Antoine 198 eme 16h29

47 km Claude 257 eme 8h08

En résumé un trail à réaliser ou à refaire pour certains, l'année prochaine sera la 10 eme et donc une grande fête est annoncée ! Tous les ans des parcours différents mais qui passent sur les 4 communes de LANS en VERCORS, AUTRANS, MEAUDRE, VILLARD DE LANS.

Je n'ai pas fait la première partie de l'ultra mais les photos semblent TOP !