14 et 15 fÃ©vrier : Winter Ubaye Salomon et Ubaye Snow trail Salomon

BrÃ¨ves des organisateurs

PostÃ© par : DUBOST

PubliÃ©e le : 6/2/2015 5:54:20

Les 14 et 15 fÃ©vrier la Haute VallÃ©e de l'Ubaye accueille le Winter Ubaye Salomon et le 9 et 22 km de l'Ubaye Snow trail Salomon. L'occasion pour les trailers engagÃ©s de zapper le samedi entre ski alpin ou snowboard Ã Sainte-Anne-la-Condamine, ski nordique et raquettes Ã Saint-Paul-sur-Ubaye et de courir ou marcher dimanche dans la neige des deux tracÃ©s. Les inscriptions, Saint-Valentin oblige, Ã©taient gratuites pour les dames et une rose les attendra Ã l'arrivÃ©e du trail!

L'Ubaye Snow trail Salomon, crÃ©Ã© en 2010 par l'AthlÃ©tic Club Barcelonnette Ubaye, est devenu un rendez-vous incontournable du trail sur neige, grÃ¢ce Ã la technicitÃ© et beautÃ© de son site 100 % nature et la convivialitÃ© de son organisation. Les 700 dossards, nombre limitÃ© pour optimiser l'accueil, sont dÃ©jÃ attribuÃ©s et la liste d'attente est longue. Les deux parcours partent et arrivent au chalet d'accueil du site nordique de Saint-Paul-sur-Ubaye.Le 6 fÃ©vrier, alors que des nouvelles chutes Ã©taient attendues, l'Ã©paisseur de neige au sol Ã©tait de2.93 40 cm sur la ligne de dÃ©part,2.93 70 cm Ã Fouillouse et2.93 1 m Ã Plate Lombarde, point culminant du tracÃ©. Â«Â *Le 9 km,* prÃ©cise AimÃ© Arnaud*,* prÃ©sident du club organisateur, *a entiÃ¨rement Ã©tÃ© prÃ©parÃ© avec une dameuse, ainsi que les 6 premiers km du 22 km. Le tronÃ§on en monotrace du 6e au 9e km est en cours de damage avec des raquettes et dÃ©bouche sur 1 km de bitume enneigÃ© pour rejoindre et traverser Fouillouse. Suivent une intervention de la dameuse du 10e au 17e km, un chemin monotrace damÃ© avec raquettes jusqu'au 20e km et le final de 2 km sur la piste de ski de fond.*Â Â»

Laetitia Dardanelli, team Skinfit Gap. AprÃ¨s sa 24e place en 2012, 6e en 2013 et 2e en 2014, sera Ã nouveau au dÃ©part. Â«Â *Impossible de renoncer, c'est sur ce parcours que j'ai dÃ©couvert le trail sur neige et il est grandiose et agrÃ©able par tous les temps. En prime ce snow trail est situÃ© proche de mon domicile. Il faut courir vite sur la premiÃ¨re partie roulante avant une montÃ©e assez longue qui demande quand mÃªme pas mal de rÃ©sistance et une descente trÃ¨s technique. La course sur neige est plus exigeante physiquement. Les appuis sont fuyants, instables, les rebond limitÃ©s. L'avantage c'est que quand on repasse ensuite sur terrain sec, on a des ailesÂ !*Â Â»

Romy Mey, Annecy Haute-Savoie AthlÃ©tisme, est Ã©galement prÃ©sente sur cette distance. De nationalitÃ© allemande, elle a vÃ©cu dans diffÃ©rents pays d'Europe et acquis une longue expÃ©rience en course Ã pied sur route et cross. Depuis son arrivÃ©e en France en 2014 elle privilÃ©gie le skyrunning. Â«Â *C'est pour moi la discipline la plus complÃ¨te et agrÃ©able. J'ai remarquÃ© que trÃ¨s souvent en France, lieu idÃ©al de pratique, il est demandÃ© dans les courses un Ã©quipement important permettant un certaine autosuffisanceÂ : rÃ©serve d'eau et de nutrition, couette de survie, sparadrap, sifflet…Â Une trÃ¨s bonne Ã©ducation pour mes entraÃ®nements en montagne que je rÃ©alise depuis avec cet Ã©quipement de baseÂ !*Â Â»

Romy le 11 janvier a gagnÃ© le 29 km du trail Blanc de Serre Chevalier. Â«Â L'Ubaye Snow trail Salomon sera mon 3e snow trail de l'annÃ©e. C'est une trÃ¨s bonne prÃ©paration avant mon premier grand objectifÂ : le trail du Ventoux. C'est toujours plus dur de courir sur la neige et par temps froid, mais en mÃªme temps, c'est tellement beau. J'adore la neige, elle est reposante, fraÃ®che, lumineuseÂ : c'est bien pour skier mais aussi pour courir. Et en plus les chaussures restent propresÂ !Â Â»Â

Le 15 fÃ©vrier Ã Saint-Paul-sur-Ubaye, Laetitia Dardanelli et Romy Mey, auront parmi leurs adversaires, Irina Malejonock, ASVA, qui totalise 2 podiums sur ce tracÃ© et a remportÃ© le 1 fÃ©vrier le 14 km du trail blanc du DÃ©voluy et CÃ©line Dodin, Vars team X-Bionic, premiÃ¨re le 11 janvier 10 km du trail Blanc de Serre Chevalier.

Parmi les partants du 22 kmÂ : Sylvain Court, team Adidas, Nicolas Lebrun, Organicoach, HervÃ© Giraud-Sauveur, GHAA, team Altecsport, Guillaume Lenormand, Val d'Allos, Quechua, Said Mansouri, Gap Hautes-Alpes AthlÃ©tisme, Martin Schedler, team Salomon Allemagne, Thibaut Baronian et Julien Navarro, team Salomon, Yann Alarcon, Sacha Devillaz, Nathan Jovet et Matthias Mouchart, team Salomon espoir.

Thibaut Baronian Ã©tait au dÃ©part en 2014. Â«Â *Un plutÃ´t bon souvenir mÃªme si les conditions Ã©taient difficiles avec pluie au dÃ©part, neige sur les hauteurs, trace trÃ¨s changeante. Je revenais de blessureÂ ; pas une trÃ¨s bonne pÃ©riode pour moi. Mon podium et surtout ma course, en particulier ma montÃ©e, m'avaient rassurÃ©. J'espÃ¨re que le soleil sera invitÃ© cette annÃ©e. J'ai Ã nouveau inscrit ce trail sur neige Ã mon agenda pour plusieurs raisons. J'aime Ã©normÃ©ment la rÃ©gion depuis que je l'ai dÃ©couverte en 2012 en stage et sur le trail d'Ã©tÃ©. J'ai sympathisÃ© avec l'Ã©quipe organisatrice et Ã§a me tient Ã cÂœur de revenir tous les ans pour les voir et courir chez eux. A un mois de ma premiÃ¨re grosse course qui est le Ventoux, ce snow trail me permet de commencer Ã travailler en bosse et d'allonger un peu la distance aprÃ¨s les quelques cross et corridas de l'hiverÂ !Â Â»*

Sylvain Court, va dÃ©couvrir la version neige de ce trail. Â«Â *AprÃ¨s ma premiÃ¨re belle expÃ©rience en aoÃ»t 2010 sur le trail Ubaye Salomon, j'ai gardÃ© un excellent souvenir des paysages que j'avais parcourus et de l'accueil vraiment trÃ¨s chaleureux. J'ai eu envie de retourner dans cette vallÃ©e afin de la dÃ©couvrir dans une ambiance et couleurs hivernales. Courir dans la neige a un cÃ´tÃ© trÃ¨s ludique, il faut constamment gÃ©rer les appuis souvent fuyants, avoir une bonne lecture du terrain afin de ne pas s'enfoncer dans la poudreuse ou faire la patinoire sur une plaque de verglas. C'est en descente oÃ¹ je me rÃ©gale le plus. Galoper dans la poudreuse c'est le fun assurÃ©. J'adore ! Ce snow trail va me permettre Ã©galement d'accrocher mon premier dossard trail de la saison, sur une course souple et pas trop impactante afin d'entamer ma prÃ©pa pour les prochains championnats du monde de trail dans les meilleurs dispositions.Â Â»*

Ce sera aussi le premier dossard 2015 pour Julien Navarro, 4e et 3e de l'Ubaye Snow trail Salomon en 2011 et 2012.Â«Â *L'organisation est toujours parfaite, le tracÃ© permet de s'exprimer pleinement. Quand la forme est prÃ©sente et la foulÃ©e lÃ©gÃ¨re c'est un plaisir pour moi de courir sur la neige. Selon la mÃ©tÃ©o et les conditions d'enneigement , Ã§a peut aussi vite devenir un calvaire! Mes sensations sont loin d'Ãªtre au top en ce dÃ©but d'annÃ©e, mais Ã lui seul le cadre magnifique de ce trail sur neige vaut dÃ©jÃ le dÃ©placement.Â Â»*

Le 22 km de l'Ubaye Snow trail Salomon compte pour 3Ã¨me Ã©tape du challenge des trails courts de Provence. Les deux vainqueurs de l'Ã©dition 2014Â : Laetitia Dardanelli et FrÃ©dÃ©ric Gaethofs, Intersport Digne, seront au dÃ©part

http://www.snowtrailubayesalomon.com

Photo Robert Goin

