Team trail Salomon espoir 2016 progresser et vivre de nouvelles expÃ©riences

BrÃ¨ves des organisateurs

PostÃ© par : DUBOST

PubliÃ©e le : 7/1/2016 19:30:00

Team trail Salomon espoir 2016 progresser et vivre de nouvelles expÃ©riences

GÃ©dÃ©on Pochat s'ajoute Ã Yann Alarcon, Nathan Jovet et Matthias Mouchart dans le team Salomon France espoir 2016. Des teams managÃ©s par Jean-Michel Faure-Vincent et entraÃ®nÃ©s par Christophe MalardÃ©. AprÃ¨s leurs ainÃ©s du team Elite c'est au tour des espoirs de faire le point sur leur forme et objectifs.

Yann Alarcon des distances augmentÃ©es
Je me sens en forme et suis impatient de courir sur des grandes distances, de voir autre chose, de connaÃ®tre la gestion et la difficultÃ© d'une longue course. Avec Jean-Michel et Chris nous avons dÃ©cidÃ© d'augmenter le kilomÃ©trage. J'ai 3 objectifs majeurs : le 108 km en 2 Ã©tapes de l'Ultra LozÃ¨re trail, le 75 km du Luchon Trail qui sera ma plus longue distance d'une traite et le 65 km du Tour de la Grande Casse Ã Pralognan.



Â

Nathan Jovet un souhait de vivre de belles courses

AprÃ¨s une blessure d'un mois en octobre, j'ai repris doucement et les sensations commencent Ã revenir. J'aborde 2016 comme 2015, avec beaucoup de nouveautÃ©s, sans me mettre la pression et en essayant de faire du mieux possible. Je vais participer majoritairement Ã des trail entre 30 et 40 km. Mes 3 objectifs principaux seront le Marathon du Mont-Blanc, Sierre Zinal et les championnats de France de trail court. J'ai participÃ© Ã aucune de ces trois courses alors Ã§a sera une dÃ©couverte. Je n'ai pas d'objectif comptable particulier mais j'aimerais bien vivre de belles courses et Ãªtre en forme au bon moment !



Â

Matthias Mouchart une saison en deux phases
J ai coupÃ© la course Ã pied et tout le reste Ã partir de mi-octobre, pour recharger les batteries et repartir sur de bonnes bases en 2016. Je suis impatient de commencer cette nouvelle saison pleine de nouveaux objectifs et challenges, et motivÃ© Ã blocÂ !Pour la saison Ã venir, j'ai une grande envie de me tester sur du plus long, c'est ce qui m'attire depuis le dÃ©but. Elle aura deux phases. La premiÃ¨re au format marathon car c'est lÃ oÃ¹ je possÃ¨de le plus d'expÃ©rience et je vais tenter d'aller jouer les premiers rÃ´les sur la Verticausse, XL Race d'Annecy, Ubaye trail Salomon, Serre-Che trail Salomon. La deuxiÃ¨me avec 2 formats longs : le 80 km du Mont-Blanc et le 76 km du Grand Trail des Templiers.



Â

GÃ©dÃ©on Pochat premiÃ¨re annÃ©e au sein d'un team
2016 sera ma premiÃ¨re annÃ©e au sein d'un team. Je vais essayer d'apprendre le plus possible des autres coureurs et continuer Ã me faire plaisir. Au niveau de la forme je suis Ã 200% mÃªme si mes chaussures de trail sont rangÃ©es au fond d'un placard. Je fais essentiellement du ski-alpinisme en ce moment. Mes objectifs en terme de distance seront des courses allant de 20 Ã 49 km, avec le Cross du Mont-Blanc pour la plus courte et le Serre Che Trail Salomon pour la plus longue. Je prÃ©fÃ¨re Ã©voluer en montagne, voire haute montagne, sur des sentiers techniques, mais je participerai aussi Ã des courses plus roulantes comme par exemple le Lyon Urban Trail qui sera une premiÃ¨re pour moi. Je serai aussi prÃ©sent sur la Verticausse, le Luchon Aneto Trail et l'Ubaye trail Salomon.

Â



Â

CrÃ©dit photos : Goran Mojicevic Passion Trail et JMK Consult