22 avril le Salomon Over the Mountain Running Challenge dÃ©couvre l'Ardenne Belge

BrÃ¨ves des organisateurs

PostÃ© par : DUBOST

PubliÃ©e le : 19/4/2017 8:11:31

22 avril le Salomon Over the Mountain Running Challenge dÃ©couvre l'Ardenne Belge

Etienne Van Gasse, team Salomon Belgique, aprÃ¨s avoir terminÃ© sur les pentes du Ventoux, quatorziÃ¨me de la premiÃ¨re Ã©tape du Salomon Over the Mountain Running Challenge 2017, va vivre le 22 avril la deuxiÃ¨me dans les coulisses en tant qu'organisateur. Cette Ã©tape aura pour support le 50 km de la Bouillonnante qui doit son nom Ã la ville de Bouillon dans l'Ardenne belge. Cette distance a Ã©voluÃ© au cours des annÃ©es. Â«Â Mes *parents qui font Ã©galement partie de l'organisation,* dÃ©clare Etienne Van Gasse*, passent Ã©normÃ©ment de temps dans le coin. Ils ont envie de partager avec les trailers chaque dÃ©couverte de nouveaux passages ou sentiers.*Â Â»

Une trentaine de bosses Ã gravir

Un partage qui semble apprÃ©ciÃ© puisqu'en quelques heures les 600 dossards disponibles sur la distance retenue pour le circuit Over The Mountain ont Ã©tÃ© distribuÃ©s. Le 50 km au profil en dent de scie se rÃ©sume Ã une succession d'une trentaine de bosses qui totalisent 2500 mÃ¨tres de dÃ©nivelÃ© positif, loin du Plat Pays chantÃ© par Jacques Brel et se situe dans la moyenne de celui des autres Ã©tapes. Â«Â *Les montÃ©es,* affirme Etienne Van Gasse, *ont quelques dizaines de mÃ¨tres Ã 280 mÃ¨tres de dÃ©nivelÃ© et ne laissent pas beaucoup de temps de repos. Les trailers pourront nÃ©anmoins admirer quelques belles crÃªtes schisteuses et des lieux rÃ©putÃ©s en Ardenne belge: crÃªtes de Frahan, tombeau du GÃ©ant, abbaye de Cordemois.* Moments forts de notre trail : le dÃ©part au cÂœur du chÃ¢teau de Bouillon avec la traversÃ©e de son pont-levis et le *passages Ã guÃ© en fin de parcours.*Â Â»

Michel Lanne, les Belges Nicola Bucci, Olivier Remacle, font partie des grosses pointures. Des trailers des Pays-Bas ont le potentiel pour jouer la gagne.

Michel Lanne ouvre sa saison

Cet hiver, Michel Lanne, a basÃ© son entraÃ®nement sur de l'endurance en ski de randonnÃ©e et a repris la course Ã pied une fois la neige disparue de ses sommets voisins. Le week-end de PÃ¢ques, sur les hauts plateaux de la province du Yunnan, il a terminÃ© un rassemblement et entraÃ®nement de coureurs venus de

diffÃ©rents teams nationaux Salomon Ã©lite. Â«Â *Une semaine loin de la compÃ©tition, fort apprÃ©ciable dans une ambiance dÃ©contractÃ©e et vraiment sympa. La prioritÃ© Ã©tait de courir et dÃ©couvrir de nouveaux terrains de jeu. Nous avons Ã©voluÃ© entre 3300 et 4500 m. Cet entraÃ®nement en altitude sera sÃ»rement bÃ©nÃ©fique dans les prochaines semaines, mais a Ã©tÃ© assez Ã©prouvant. Le manque d'oxygÃ¨ne nous coupait littÃ©ralement les jambes et gÃ©nÃ©rait pas mal de fatigue.*Â Â»

Michel Lanne, a choisi d'ouvrir sa saison de trail sur le 50 km de la Bouillonnante. Â«Â *Je connais depuis des annÃ©es la rÃ©putation de la Bouillonnante. Lors du marathon du Montcalm, que nous avons couru ensemble, Etienne Van Gasse m'a branchÃ© sur la beautÃ© de ses terrains de jeu. L'idÃ©e de faire un tour du cÃ´tÃ© de l'Ardennes belge m'a sÃ©duit. En plus, on m'a dit que les Belges et les organisateurs de la Bouillonnante ne sont pas les derniers pour partager quelques bonnes biÃ¨res. Il ne m'en fallait pas plus pour me laisser dÃ©finitivement convaincre ! Le 50 km de la Bouillonnante va me permettre de reprendre contact avec le trail et de me faire plaisir. Je sais que ma forme actuelle n'est pas phÃ©nomÃ©nale. C'est tout Ã fait logique par rapport Ã mes objectifs de l'Ã©tÃ©. Je suis certain que l'enchaÃ®nement des bosses doit vraiment rendre le parcours trÃ¨s difficile.* Â»

Nicola Bucci vainqueur 2016 au dÃ©part

Nicola Bucci, 27 ans, team Salomon Belgique, est l'une des valeurs montantes du trail Belge. En 2013 il dÃ©couvre ce sport ainsi que la Bouillonnante avec Ã la clÃ© une quinziÃ¨me place sur le 53 km. TrÃ¨s vite il amÃ©liore ses chronos et monte sur les podiums. Fin 2015, il conclut une belle saison par une troisiÃ¨me place au championnat de Belgique. Parmi ses bons rÃ©sultats 2016 une victoire sur le 72 km de la Bouillonnante, une autre sur le Marathon du Larzac et une septiÃ¨me place au Cross du Mont-Blanc. Â«Â *La Bouillonnante est en Belgique mon trail de rÃ©fÃ©rence. On y retrouve souvent les meilleurs de la discipline. J'ai la chance de connaÃ®tre les organisateurs, c'est une course qui reste trÃ¨s familiale. Leur association sans but lucratif soutient chaque annÃ©e des projets caritatifs. Le parcours est technique avec des singles et du dÃ©nivelÃ©. J'apprÃ©cie plus particuliÃ¨rement la traversÃ©e Ã plusieurs reprises de la Semois et Â«Â The WallÂ Â» un mur de 150 mÃ¨tres de dÃ©nivelÃ© positif qui pique bien. Je garderai longtemps en mÃ©moire lors de ma victoire en 2016 la bagarre jusqu'au dernier ravitaillement avec Baptiste Posecak et la dÃ©livrance quand je me suis retournÃ© dans l'ultime descente et rÃ©alisÃ© que j'allais gagner. J'espÃ¨re avoir la forme le jour J, mes entraÃ®nements commencent Ã Ãªtre rÃ©guliers.*Â Â»

Olivier Remacle un champion de Belgique en mode dÃ©couverte

Le 24 septembre dernier Olivier Remacle, Herve AthlÃ©tique Club, dÃ©croche le titre de champion de Belgique 2016 de trail et succÃ¨de Ã Etienne Van Gasse vainqueur en 2013, 2014 et 2015. En fÃ©vrier il bat son record en semi marathon avec un temps de 1 h 8 mn 40 s et termine le 27 mars troisiÃ¨me du 55 km des CrÃªtes de Spa qui a un profil identique Ã celui de la Bouillonnante. Â«Â *Je me rÃ©jouis d'Ãªtre au dÃ©part du 50 km de la Bouillonnante qui s'inclut dans ma prÃ©paration au Marathon du Mont-Blanc. CÃ´tÃ© rÃ©sultat, je verrai, l'important sera de prendre du plaisir ! Je n'ai jamais couru dans cette rÃ©gion de Belgique. Ma forme actuelle est plutÃ´t bonne mÃªme si je n'arrive pas Ã m'entraÃ®ner plus de cinq fois par semaine. Je suis indÃ©pendant horticole et le beau temps Ã©tant lÃ , je travaille plus de 60 heures par semaine.*Â Â»

http://www.la-bouillonnante.org/

http://www.overthemountain.fr/Â

CrÃ©dit photo Pierre Deneve

