Record du John Muir Trail aventure et tentative rÃ©ussies pour FranÃ§ois D'Haene

AprÃ¨s course

PostÃ© par : MAT

PubliÃ©e le : 17/10/2017 18:07:45

Record du John Muir Trail aventure et tentative rÃ©ussies pour FranÃ§ois D'Haene

FranÃ§ois D'Haene, mardi 17 octobre en Californie, cinq semaines aprÃ¨s sa troisiÃ¨me victoire sur le 170 km de l'UTMB, a rÃ©ussi son impressionnant dÃ©fi sportif de s'emparer du record de la traversÃ©e du John Muir Trail. Ce sentier de 359 km et 14630 m de dÃ©nivelÃ© positif a un profil trÃ¨s montagneux avec une altitude maximale de12.11 4400 m et une succession ininterrompue de montÃ©es et descentes. Parti de Whitney Portal, FranÃ§ois D'Haene a rejoint Happy Isles en 2 jours 19 heures et 26 minutes, amÃ©liorant de plus de 12 heures le record Ã©tabli en 2014 par l'AmÃ©ricain Leor Pantilat.

Sentiment d'avoir vÃ©cu une grande aventure

FranÃ§ois D'Haene, team Salomon France Elite, au-delÃ d'avoir Ã©tabli un nouveau record, est satisfait du dÃ©roulement de son aventure sportive partagÃ©e avec de proches amis; *Â«Â* J'ai le sentiment d'avoir vÃ©cu une grande aventure, perdu au niveau de nulle part, dans des paysages grandioses. Quand j'ai su que j'Ã©tais en avance cÃ´tÃ© chrono, ma prioritÃ© a Ã©tÃ© la gestion de la course. MÃªme s'il fallait Ãªtre Ã fond, c'est complÃ¨tement diffÃ©rent d'un ultra trail avec un effort exigÃ© sur plusieurs jours. Un peu une course contre soi, sans adversaire direct. Â»

Globalement le corps et mental se sont bien adaptÃ©s

FranÃ§ois D'Haene, au-delÃ d'une trentaine heures de course, dont il a une longue expÃ©rience, suite Ã ses victoires sur les ultra trails les plus prestigieux et son record sur le GR20 en Corse est rentrÃ© dans l'inconnu. Â«Â *Globalement mon corps et mental se sont bien adaptÃ©s. Je suis allÃ© moins vite, musculairement tout Ã©tait bon, mais la fatigue bien prÃ©sente.*Â Â» Au total, FranÃ§ois D'Haene s'est reposÃ© pendant environ 6 heures.

Le record d'une Ã©quipe

Pendant toute la traversÃ©e du John Muir Trail, cinq pacers se sont relayÃ©s pour accompagner FranÃ§ois D'Haene. Â«Â *Ils ont Ã©tÃ© les personnes clÃ©s de ma rÃ©ussite et ont parfois marchÃ© 5 heures Ã pied Ã partir de leur voiture pour me rejoindre sur le parcours et autant pour la rÃ©cupÃ©rer. Mon record prÃ©parÃ© depuis plus d'un an est celui d'une Ã©quipe soudÃ©e*. C'est cela qui fait la diffÃ©rence et explique l'envie que j'ai eu d'Ãªtre sur ce sentier.Â Â» Outre la compagnie de ses pacers FranÃ§ois D'Haene a profitÃ© le long du parcours, de celle de randonneurs ou trailers Ã l'exemple de Tim Tollefson, troisiÃ¨me de l'UTMB 2017 venu en voisin l'encourager et accompagner pendant quelques kilomÃ¨tres.

Au final, FranÃ§ois D'Haene a trouvÃ© le John Muir Trail et GR20 Ã©galement magnifiques et sauvages mais a moins ressenti de pression aux Ã‰tats-Unis par rapport au record.

Pour en savoir plus infosÂ : https://www.facebook.com/francois.dhaene/

CrÃ©dit photo : Damien Rosso www.droz-photo.com

