LÂ'Escalo : tous les ingrÃ©dients dÂ'un parcours de trail rÃ©ussi !

AprÃ¨s course

PostÃ© par : MAT

PubliÃ©e le : 1/3/2018 16:22:33

L'EscaloÂ : tous les ingrÃ©dients d'un parcours de trail rÃ©ussiÂ !

Un temps mitigÃ© juste avant le dÃ©part et finalement des conditions idÃ©ales pour courir dans la nature bas-alpine.

5Ã¨me Ã©preuve du Challenge des Trails de Provence en version courte, L'Escalo organisÃ© par l'association DÃ©clic04 est une course qui ravit tous les participants. Et si la neige n'Ã©tait pas au rendez-vous cette annÃ©e sur les sommets, nous avons pu goÃ»ter aux feuilles, galets, bouillasse, terre sÃ¨che : bref, tous les ingrÃ©dients d'un parcours de trail rÃ©ussi.
Une centaine de participants s'Ã©taient donnÃ©s rendez-vous sur la ligne de dÃ©part Ã 8h30. Le parcours variÃ© offre de longs passages roulant qui alternent avec des montÃ©es raides et des descentes particuliÃ¨rement techniques dans les galets.

CÃ´tÃ© fÃ©minin, les Ã©lites se sont placÃ©es dÃ¨s le dÃ©part pour ne plus se rencontrer ! Ainsi, Alexia Coudray de la Team Trail Cimalp n'a pas Ã©tÃ© inquiÃ©tÃ©e et termine avec une excellente performance de 2h38'47''. La seconde place revient Ã NadÃ¨ge Marboutin de l'ASPTT Digne les Bains en 2h52'02'', dÃ©jÃ 3Ã¨me l'an dernier, elle gagne une marche sur une course qu'elle connaÃ®t bien pour l'avoir dÃ©jÃ couru trois fois. Et quand elle la court, elle la trouve encore plus dure qua dans ses souvenirs ! Quand Ã la 3Ã¨me fÃ©minine, HÃ©lÃ¨ne Isnard (USALV), elle termine en 3h16'20''. Il n'y aura donc pas eu croisement de place durant la course chez les fÃ©minine.

On ne peut pas dire la mÃªme chose du cÃ´tÃ© des hommes. Guillaume Lenormand (Caromb 84) a fait une course en solitaire Ã 4 minutes des premiers et Ã autant de ses poursuivants. Il monte sur la 3Ã¨me marche en 2h14'48'' n'ayant Ã aucun moment eu l'impression de pouvoir inquiÃ©ter les deux premiers. Mais pour Emilien Schiavo (PÃ©nitent en Durance) et Yohan Peisson de la Team Endurance Shop, la course s'est dÃ©roulÃ©e au coude Ã coude. Yohan Maintenant une pression constante sur son collÃ¨gue qui accuse un niveau un peu plus faible en montÃ©e. Mais Emilien court sur ses terres et en fin tacticien, cherche Ã ne pas trop prendre de retard en espÃ©rant revenir sur Yohan qui mÃ¨ne clairement la course. Et c'est exactement ce qui s'est passÃ© : au dire des observateurs, la derniÃ¨re descente des deux concurrents a Ã©tÃ© extrÃªmement rapide, Emilien ne lÃ¢chant rien et revenant sur Yohan qui dÃ©couvre Ã chaque pas le parcours. Emilien passe en tÃªte comme une bombe en toute derniÃ¨re partie de course et grimpe sur la premiÃ¨re marche du podium laissant Ã Yohan une malheureuse seconde place. C'est pendant la remise des prix que le secret d'Emilien a Ã©tÃ© dÃ©couvert : tout jeune papa d'un mois, sa jolie poupÃ©e l'attendait sur la ligne d'arrivÃ©e : comment ne pas arriver avant tous les autres ?

Podium masculin rÃ©sultats scratch

1 Â– Emilien Schiavo 2H 09min 50s
2 Â– Yohan Peisson 2H 10min 18s
3- Guillaume Lenormand 2H 14min 48s

Podium fÃ©minin rÃ©sultats scratch

1 Â– Alexia Coudray 2H 38min 47s
2 Â– NadÃ¨ge Marboutin 2H 52min 02s
3 Â– HÃ©lÃ¨ne Isnard 3H 16min 20s

En marge du 25 km, un trail de 11 km et une course de 5 km Ã©tait aussi proposÃ©es. Pour le trail de 11 km C'est Florian Montesinos de Mezel qui l'emporte chez les hommesÂ en 55'02''et Mazarine Miran de Marcoux qui prend la premiÃ¨re place chez les fÃ©minines en 1h 05' 36''.

Une course enfants de 2 km a ravi les participants et fait dÃ©couvrir les joies du podium aux jeunes coureurs !

Le Challenge est loin d'Ãªtre terminÃ©, rendez-vous le 1er avril 2018 pour les Trails de Signes dans le Var :
28 km et 1600 D+ pour la 6Ã¨me Ã©preuve des trails courts du Challenge.

55km et 2400D+ pour la 2Ã¨me Ã©preuve des trails longs du Challenge des Trails de Provence de cette saison !

D'ici lÃ , bonne foulÃ©e Ã tous !

Le classement du Trail de l'Escalo 2018 est disponible, clic, mais aussi les rÃ©sultats de toutes les Ã©preuves iciÂ .

Prochaine Ã©tape, Signes Trail le 1er avrilÂ : http://signestrail.fr/

Informations Trails de ProvenceÂ : **http://www.trailsdeprovence.fr/**

Texte: SÃ©bastien DELLA CASA Â– PhotosÂ : SÃ©bastien DELLA CASA/DECLIC 04


876