LE GRAND TOUR DU LAC DE SERRE PONÃ‡ON EST BOUCLE EN 34h40mn !
AprÃ¨s course
PostÃ© par : MAT
PubliÃ©e le : 22/9/2018 18:28:25

LE GRAND TOUR DU LAC DE SERRE PONÃ‡ONÂ EST BOUCLE EN 34h40mnÂ !

Â

FranÃ§ois D'HaeneÂ : Â«Â *VoilÃ â€¦La boucle est bouclÃ©eÂ ! Une aventure de plus de 180km et de 10 500m de dÃ©nivelÃ©, pas si Ã©vidente que cela autour du lac de* Serre-PonÃ§on*. On a apprÃ©ciÃ© toutes les difficultÃ©s et les beautÃ©s de l'ultra-trail et de la longue distance. Puissance 3 en plus, en partageant cela Ã 3 du dÃ©but Ã la finÂ ! Un immense bravo et merci Ã mes camarades qui ont su dompter ce parcours variÃ©Â !* Â»

FranÃ§ois D'Haene, Alexis Traub, Â etÂ Guillaume Provost ont rÃ©alisÃ© cette grande boucle au dÃ©part et Ã l'arrivÃ©e d'Embrun dans les Hautes Alpes en 34h40, inaugurant une premiÃ¨re tentative sur un tracÃ© inÃ©dit de plus de 180 km et 10 500m de D+, empruntant le tour du Lac de Serre-PonÃ§on par ses plus hautes cimes, le Morgon, Dormillouse, le Colombis, le Piolit, le Col de la Coupa et le Mont Guillaume en final Ã plus de 2600m d'altitude.

Ils s'Ã©taient Ã©lancÃ©s jeudi matin Ã 10h de la place centrale d'Embrun devant la mairieâ€¦Â ils y sont revenus le lendemain soir Ã 20h40mnÂ : un superbe chrono, qui inclut les 3 heures des 4 arrÃªts obligatoires de 45mn sur les bases de vie du Lauzet, d'Apiland, d'Ancelle et des Gourniers, soit un temps rÃ©el sur le terrain de 31h40mn.

Au delÃ de cette aventure avec ses accompagnateurs sur les records 2016 (GR20) et 2017 (John Muir Trail), reconvertis en 2018 en Ã©quipiers nÃ©o ultra-trailers, c'est Ã la fois pour FranÃ§ois D'Haene une excellente prÃ©paration pour le Grand Raid de la RÃ©union dans un mois, et pourquoi pas la premiÃ¨re pierre d'un futur Ã©vÃ©nement qui pourrait avoir lieu dÃ¨s 2019, sur ce parcours, et en reprenant les grands Â principes sportifs et humains de cette premiÃ¨re, avec notamment l'arrÃªt obligatoire minimum sur les 4 bases de vie.

Le parcours
=> 180 km / 10 500D+
=> 90% du parcours sur sentier

Embrun, rive du Lac de Serre-PonÃ§on, Fontaine de l'Ours, Pic de Morgon, Col du Morgonnet, Pic de Dormillouse (04), Mont Colombis, Pic de Piolit, Col de la Coupa, Mont Guillaume, Embrun

=> 4 bases de vie (avec un arrÃªt pour ravitaillement et repos obligatoire) : 1> Le Lauzet / 2> Rousset-Apiland / 3> Ancelle / 4> RÃ©allon - Les Gourniers

Â

CrÃ©dit PhotoÂ : Â© Droz Photo

