ELISE DELANNOY VA TENTER DE BATTRE LE RECORD DU MONDE MASCULIN DE DÃ‰NIVELÃ‰ POSITIF EN 24 HEURES NON-STOP

BrÃ¨ves des organisateurs

PostÃ© par : MAT

PubliÃ©e le : 15/9/2020 10:05:02

ELISE DELANNOY VA TENTER DE BATTRE LE RECORD DU MONDE MASCULIN DE DÃ‰NIVELÃ‰ POSITIF EN 24 HEURES NON-STOP

Â

Originaire du Nord de la France, Ã‰lise s'entraÃ®ne sur des terrils pour prÃ©parer ses compÃ©titions de Trail Running auxquelles elle participe tout au long de l'annÃ©e. MalgrÃ© ses contraintes d'entraÃ®nement, elle termine premiÃ¨re franÃ§aise et 7Ã¨me fÃ©minine de l'Ultra Trail du Mont Blanc 2019.

Cette annÃ©e 2020, qui a vu l'ensemble des objectifs d'Ã‰lise s'annuler les uns aprÃ¨s les autres, est l'opportunitÃ© pour elle de se lancer un dÃ©fi fou, dÃ©fier AurÃ©lien Dunand-Pallaz qui a placÃ© une marque de rÃ©fÃ©rence mondiale Ã 17Â 218m le 6 septembre dernier.

C'est sur cette colline de **NÂœud les Mines (Pas-de-Calais)** qui culmine Ã 129m d'altitude, faite de gravats de la mine, fermÃ©e en 1962, et seule piste de ski permanente extÃ©rieure amÃ©nagÃ©e de toute l'Europe, qu'Ã‰lise a choisi de se lancer. L'histoire des lieux est Ã©videmment celle des mineurs, des carreaux de mine, fermÃ©s les uns aprÃ¨s les autres, mais la nordiste veut mettre Ã l'honneur un patrimoine marquÃ© par cette industrie, et montrer que rien n'est impossibleÂ : Â«Â il faut juste savoir s'adapter Ã ce que l'on aÂ Â» prÃ©cise-t-elle.

Pour tenter de battre le record du monde de dÃ©nivelÃ© positif en 24h, Ã‰lise a prÃ©vu de parcourir 290 fois un aller-retour d'une distance de 520m cumulant 59,4m de dÃ©nivelÃ© par tour (mesurÃ© par un gÃ©omÃ¨tre). Ceci reprÃ©sente tout de mÃªme une distance de 151km pour 17 226m de dÃ©nivelÃ© positif ! Quasiment deux fois la hauteur de l'Everest, 8848m.

Sur ses derniers tests effectuÃ©s ce week-end, elle a rÃ©alisÃ© deux entrainements avec une vitesse moyenne supÃ©rieure au recordÂ :

SamediÂ : 5h Â– 62 tours (3 680m) Â– soit une moyenne de 17 660m sur 24h.

DimancheÂ : 3h Â– 39 tours (2 316m) Â– soit une moyenne de 18Â 500m sur 24h.

La force physique des hommes est globalement supÃ©rieure Ã celle des femmes. Ils peuvent, de fait, porter des charges plus lourdes que les femmes, frapperÂ plus fort dans les balles et autres ballons et allerÂ plus vite. Mais d'aprÃ¨s les rÃ©sultats d'une Ã©tude publiÃ©e dans le magazine spÃ©cialisÃ©Â Applied Physiology, Nutrition, Metabolism, ils sont en revanche moins endurants que celles-ci. La diffÃ©rence est musculaire. Les femmes peuvent tenir beaucoup plus longtemps sur un mÃªme exercice. Leurs muscles utilisent l'Ã©nergie de maniÃ¨re plus diffuse et moins explosive.

Alors Ã‰lise sera-t-elle la premiÃ¨re femme Ã battre un record du monde masculinÂ ?

Elle tentera son exploit le samedi **19 septembre 2020** sur le terril de NÂœud les Mines en partant Ã 13h. Nul doute qu'elle aura besoin de supporters pour rÃ©aliser une premiÃ¨re historiqueÂ !

Â



Photo : Â©Florent Lienard