National Trail Running Cup Salomon Endurance Mag Josiane Piccolet en quÃªte dÂ'un sixiÃ¨me titre

AprÃ¨s course

PostÃ© par : DUBOST

PubliÃ©e le : 5/1/2011 9:07:38

Les 15 et 16 janvier Ã Font-Romeu, sur la neige de la Romeufontaine, ouverture de la National Trail Running Cup Salomon Endurance Mag, nouvelle formule du challenge national Salomon Endurance Mag, qui rÃ©unit depuis 2006 les meilleurs FranÃ§ais et de trÃ¨s nombreux pratiquants de tous niveaux. Plus de 1000 trailers seront au dÃ©part. Parmi eux Josiane Piccolet, Salomon, Elan Voglanais, invaincue au classement gÃ©nÃ©ral de ce challenge depuis sa crÃ©ation. Insensible aux annÃ©es qui passent et parfois surnommÃ©e la Jeannie Longo du trail, la Savoyarde de 54 ans va tenter de dÃ©crocher un sixiÃ¨me titre.



Â

En 2010 Josiane Piccolet, unanimement apprÃ©ciÃ©e pour sa gentillesse et modestie a remportÃ© trois Ã©tapes de ce challenge et terminÃ© troisiÃ¨me du 111 kilomÃ¨tres de l'Endurance trail des Templiers. Â«Â *Je commence ma douziÃ¨me annÃ©e de trail. J'explique ma longÃ©vitÃ© par un entraÃ®nement et calendrier correctement dosÃ©s. J'essaye d''arriver reposÃ©e au dÃ©part de chaque course et ne me mets jamais dans le rouge pour essayer de gagner Ã tout prix une place au classement. J'ai pour prioritÃ© de courir pour mon plaisir, et de conserver mon envie de recommencer. Je bÃ©nÃ©ficie d'un rythme cardiaque lent, d'une bonne connaissance de moi-mÃªme. Mes dÃ©parts et premiers kilomÃ¨tres ne sont pas trÃ¨s rapides, mais j'ai un rythme constant. J'essaye de produire mon effort au bon moment et suis trÃ¨s attentive Ã mon ravitaillement et hydratation. En prime Salomon met Ã ma disposition un Ã©quipement performant.*Â Â»

Â 

Â

Supports de l'Ã©tapeÂ de Font-Romeu : pour les dames le 25 kilomÃ¨tres et pour les hommes le 40 kilomÃ¨tres. Deux tracÃ©s 100% sur neige. Â«Â *Je pars en terrain inconnu et sans trop d'antÃ©rioritÃ© en trails sur neige. Les chutes de neige de fin d'automne et dÃ©but d'hiver m'ont permis de m'entraÃ®ner comme je le souhaitais, Ã la maisonÂ ! Je ne m'occuperai pas des autres filles. Je vais courir Ã mon rythme et verrai au fil des kilomÃ¨tres comment la course va se dÃ©rouler. Lisel Dissler fait partie des favorites ainsi que d'autres concurrentes. Je pense par exemple Ã Karine Sanson.*Â Â»

ContactsÂ : www.traildefontromeu.com