19 au 25 fÃ©vrier : championnats du monde de Ski Alpinisme en Italie Laetitia Roux y croit Ã fond !

AprÃ¨s course

PostÃ© par : PHILFT

PubliÃ©e le : 16/2/2011 21:05:08

Du 19 au 25 fÃ©vrier, se dÃ©roulent Ã Claut dans les Dolomites les championnats du monde de ski alpinisme. Les chances de mÃ©dailles FranÃ§aises dames et hommes sont rÃ©elles sur toutes les Ã©preuves avec des Ã©carts qui risquent d'Ãªtre serrÃ©s. Les Espagnols Kilian Jornet-Burgada et Mireia MirÃ³ Varela, font partie des grands favoris.

Chez les dames le dÃ©but de saison en coupe du monde a Ã©tÃ© marquÃ© par un mano Ã mano entre Mireia MirÃ³ Varelaet Laetitia Roux. L'Espagnole en tÃªte du classement provisoire prÃ©cÃ¨de de 10 points la skieuse de RÃ©allon. Â«Â Mireia est en grande forme, assure Laetitia Roux. Elle va Ãªtre redoutable. Il va falloir que je fasse des courses sans faute. Mais j'y crois Ã fondÂ ! Les Suissesses sont trÃ¨s fortes en sprint et je pense qu'elles font aussi partie des favorites de la course par Ã©quipe et du relais. Les Italiennes Roberta Pedranzini**,** Francesca Martinelli et Gloriana Pellissier que nous n'avons pas beaucoup vu sur les coupes du monde seront aussi au rendez-vous, j'en suis convaincue.Â Â»Â

Laetitia Roux actuellement en bonne condition physique essaye de profiter de ces derniers jours pour rÃ©cupÃ©rer un maximum et Ã©liminer la fatigue accumulÃ©e lors des entraÃ®nements et des courses prÃ©cÃ©dentes afin d'arriver les jours de compÃ©titions du championnat du monde dans un Ã©tat de fraicheur optimale. Â«Â J'attends cet Ã©vÃ©nement avec impatience car chaque annÃ©e c'est une semaine privilÃ©giÃ©e que nous vivons. Pour moi l'Ã©preuve reine, c'est l'individuelle. Je vais vraiment tout donner pour garder mon titre. J'ai aussi de belles espÃ©rances en ce qui concerne le sprint suite aux deux sprints que nous avons disputÃ©s en coupe du monde sur le dÃ©but de saison. C'est une discipline nouvelle qui me plaÃ®t. La verticale race n'est pas mon Ã©preuve prÃ©fÃ©rÃ©e.Â Â»



Le programme

Samedi Sprint. Dimanche course par Ã©quipe. Lundi: Individuelle jeunes. Mardi Vertical Race senior. Mercredi Vertical Race jeunes. Jeudi Individuelle senior. Vendredi: relais.

Â

La sÃ©lection FranÃ§aise senior

SprintÂ : Laetitia Roux, team Ecrins Hautes-Alpes, Alexandre Pellicier, Etoile Sportive du Cormet. Â William Bon Mardion, club multisports ArÃªches Beaufort, Â Didier Blanc, C.A.F. Haut Chablais Morzine. Adrien Piccot, C.A.F LÃ©man. RemplaÃ§antsÂ : Nicolas Bonnet, team Ecrins Hautes-Alpes, Â Valentin Favre, club ski alpinisme du Val d'Abondance.

Epreuve par Ã©quipeÂ : William Bon Mardion/ Didier Blanc. Yannick Buffet/Florent Perrier. Valentin Favre/ Alexandre Pellicier. Alexis Sevennec, C.A.F. Haut Chablais Morzine /Tony Sbalbi, ERTIPS Ski-Alpinisme.

Vertical RaceÂ : Laetitia Roux, William Bon Mardion, Didier Blanc, Yannick Buffet, Praz Montagne FFME. Florent Perrier, club multisports ArÃªches Beaufort.

IndividuelleÂ : Laetitia Roux, William Bon Mardion, Didier Blanc, Yannick Buffet, Valentin Favre.

La France sera Ã©galement reprÃ©sentÃ©e dans les catÃ©gories espoir, junior et cadet.

Â

AbÃ©cÃ©daire des disciplines pour les non initiÃ©s

SprintÂ : ConcentrÃ© de la discipline sur un parcours d'une durÃ©e d'environ 3 minutes. Une section de 200 mÃ¨tres sur une pente relativement faible puis en lÃ©gÃ¨re montÃ©e, suivie d'une partie montante Ã pied et les skis sur le sac. Viennent ensuite une descente et un plat et lÃ©gÃ¨re remontÃ©e en pas de patineur. La manche de qualification se court individuellement. Les qualifiÃ©s s'affrontent ensuite par groupe de six en quart, demi et finale.

EquipeÂ : Course technique et longue qui se court par deux. D'un dÃ©nivelÃ© positif qui peut Ãªtre compris entre 1350 et 2800 mÃ¨tres pour les femmes et entre 1800 et 2800 mÃ¨tres pour les hommes. Cette course se compose d'un enchaÃ®nement de montÃ©es et de descentes.

Verticale raceÂ : Course individuelle qui ne comporte qu'une unique montÃ©e. Peu technique mais trÃ¨s physique, elle exige un effort trÃ¨s violent d'une durÃ©e de 30 Ã 40 minutes. Le dÃ©nivelÃ© positif est compris entre 600 et 1000 mÃ¨tres. Les femmes et les juniors hommes ont un dÃ©nivelÃ© plus faible que les sÃ©niors hommes.

IndividuelleÂ : Course technique constituÃ©e d'un enchaÃ®nement de montÃ©es et de descentes. D'un dÃ©nivelÃ© positif compris entre 1000 et 1400 mÃ¨tres pour les femmes et les juniors hommes qui prennent un dÃ©part simultanÃ©, et entre 1200 Ã 1760 mÃ¨tres de dÃ©nivelÃ© positif pour les seniors hommes.

RelaisÂ : par Ã©quipe de 3 pour les femmes, 4 pour les hommes et 3 pour les jeunes (1 cadet, 1junior et une fille qui peut Ãªtre junior ou cadette). Le relais se dÃ©roule sur un parcours technique d'une durÃ©e de 7 Ã 10 minutes environ. Un coureur de chaque nation prennent le dÃ©part ensemble et passent le relais Ã leur coÃ©quipier au mÃªme endroit oÃ¹ ils ont pris le dÃ©part. Chaque coureur ne fait qu'un seul tour.