Corinne Favre, une pionniÃ¨re du trail, Ã Saint-Paul sur Ubaye

AprÃ¨s course

PostÃ© par : DUBOST

PubliÃ©e le : 13/2/2012 7:08:28

Les 18 et 19 fÃ©vrier, quelques jours aprÃ¨s la Saint-Valentin, Saint-Paul-sur-Ubaye, va chouchouter les dames Ã l'occasion du Winter Ubaye Salomon. Un Ã©vÃ©nement qui se veut une vitrine de l'outdoor hivernal avec pour cette troisiÃ¨me Ã©dition trois activitÃ©s mises Ã l'honneurÂ : le trail sur neige, le ski de fond et les raquettes.

Temps fort sportif de ce week-end, le dimanche avec le 9 et 22 km du Snow trail Ubaye Salomon organisÃ©s par l'AthlÃ©tic Club Barcelonnette Ubaye. Ce trail sur neige est intÃ©grÃ© au challenge Blanc Font-Romeu VallÃ©e de l'Ubaye et au Challenge des trails de Provence. Le dÃ©part sera donnÃ© par Lisel Dissler, en pleine convalescence aprÃ¨s une opÃ©ration au genou. Parmi les favorites quelques-unes des meilleures franÃ§aises: Chantal Baillon, Corinne Favre, Irina Malejonock, Sandrine Motto-Ros, Josiane Piccolet, Julia Rousset et Karine Sanson. Dimanche au soir il ne restait que quelques dossards sur les 600 disponibles, prÃ¨s de 40 % ont Ã©tÃ© attribuÃ©s Ã des femmes. Â«Â *C'est bien,* affirme Corinne Favre*. Je constate au fil des annÃ©es que les femmes sont de plus en plus nombreuses au dÃ©part des trails. Parmi leurs qualitÃ©sÂ : l'endurance, la bonne gestion de l'effort et la rÃ©gularitÃ©.*Â Â»

Â

Corinne Favre, team Lafuma a marquÃ© le monde du trail en 2011 en dÃ©crochant la troisiÃ¨me place du 70 km de la Grande Course des Templiers, 16 ans aprÃ¨s sa victoire lors de la premiÃ¨re Ã©dition de ce trail mythique. Â«Â *Un moment trÃ¨s fort de ma saison et la sensation d'avoir rÃ©alisÃ© une belle performance sur un profil pas habituel par moi. Je garde Ã©galement comme souvenirs marquants 2011 mes victoires au trail des Aiguilles Rouges sur un tracÃ© trÃ¨s technique, typÃ© alpin sur fond de paysages grandioses et sur la Gapen'cimes.Â* Â»

Â

Depuis les annÃ©es 90, Corinne Favre Ã©crit de belles pages de l'histoire des trails, course en montagne, ski alpinisme, expÃ©ditions en haute-montagne. Â«Â *J'ai la chance de bÃ©nÃ©ficier d'un gros potentiel physique et d'un mental Ã toute Ã©preuve. Je suis robuste et dure dans le temps. Quoiqu'il arrive je ne me prends jamais la tÃªte. J'aime Ãªtre dans la nature, m'entraÃ®ner, me remettre en question au dÃ©part de chaque course. Le sport concourt Ã mon Ã©quilibre. DÃ¨s que je suis inactive ou que je manque d'espace, je me sens comme une lionne en cageÂ !*Â»

Â

La neige fait partie du milieu naturel de Corinne Favre qui rÃ©side actuellement Ã Vallouise. Â«Â *L'hiver je privilÃ©gie le ski de fond, de randonnÃ©e et le ski alpinisme, mais occasionnellement je cours sur la neige pour amÃ©liorer ma forme physique. Sur le 22 km du Snow trail Ubaye Salomon je n'ai pas d'objectif prÃ©cis, mais comme d'habitude, je sais que je deviens une compÃ©titrice dÃ¨s que j'ai un dossard et je donnerai mon maximum.Â* Â»

Entre deux entraÃ®nements ou compÃ©titions Corinne Favre aime aller au cinÃ©ma, au thÃ©Ã¢tre, mitonner des petits plats, rencontrer ses amis et Ã©couter diffÃ©rentes musique dont le jazz. Â«Â *La musique que je prÃ©fÃ¨re reste celle de la nature. Lorsque je cours, marche, skie, je n'ai jamais d'oreillette. Je garde les oreilles grandes*

*ouvertes pour Ã©couter le chant d'un oiseau, le souffle du vent, le murmure ou grondement d'un torrent et plein d'autres bruits.*Â Â»

En 2012 Corinne Favre s'est fixÃ©e trois gros objectifsÂ : le 15 juillet l'Ice Trail Tarentaise, le 31 aoÃ»t l'UTMB et du 18 au 21 octobre le Grand Raid de la RÃ©union.

Â

Le programme

Samedi 18 fÃ©vrier Winter Ubaye Salomon

Toute la journÃ©e reconnaissances des deux tracÃ©s du trail et accÃ¨s gratuit Ã skis ou raquettes au domaine nordique. 10 Ã 12 heures et 14 Ã 16 heures : ateliers de dÃ©couverte du ski nordique. Conseils course Ã pied sur neige de Laurent Beuzeboc et de quelques autres champions. Mise Ã disposition gratuite de skis de fond ou raquettes par le foyer de l'UbaÃ¯a (prÃ©voir piÃ¨ce identitÃ©) Tel. 04 92 84 39 76

Dimanche 19 fÃ©vrier Snow Trail Ubaye Salomon

Le nouveau parcours du 22 kilomÃ¨tres passe par Fouillouse et les fortifications de Plate Lombarde Ã 2250 m d'altitude. Le 9 kilomÃ¨tres, permet Ã celles et ceux qui privilÃ©gient les distances plus courtes ou qui dÃ©couvrent le trail sur neige, de se faire plaisir en montagne. Inscription gratuite pour les dames sur les deux tracÃ©s.

Â

www.snowtrailubayesalomon.com

Â

Photos Robert Goin


SALOMON
948
SALOMON