Team Salomon bilan et perspectivesÂ…

AprÃ¨s course

PostÃ© par : DUBOST

PubliÃ©e le : 3/8/2012 20:30:00

Les trailers du team Salomon France et espoir font le point sur la pÃ©riode mai Ã juillet et parlent de leur programme et attente pour les mois d'aoÃ»t, septembre et octobre.

Â

Quel est ton point de vue sur tes mois de mai, juin et juillet?

Â

C'Ã©tait ma pÃ©riode attendue de l'annÃ©e avec notamment le marathon du Mont-Blanc, que nous avons prÃ©parÃ© dÃ©but juin, avec le team espoir, dans la VallÃ©e de l'Ubaye. Nous avons aussi fait nos premiers pas Ã l'Ã©tranger au Pays de Galles, une expÃ©rience trÃ¨s enrichissante. **Thibaut Baronian**

Â

Une trÃ¨s bonne pÃ©riode pour moi puisque sur mes deux objectifs : trail de GuerlÃ©dan et marathon du Mont-Blanc, je remporte le premier et finis huitiÃ¨me du second malgrÃ© un gros plateau international. Ce genre de course me permet de renforcer ma jeune expÃ©rience et de me confronter Ã l'Ã©lite du trail. Le stage de prÃ©paration autour de Barcelonnette avec tout le team espoir a Ã©tÃ© trÃ¨s enrichissant et l'occasion de nous connaitre un peu mieuxâ€¦ Seul point noirÂ : la Snowdon race au pays de GallesÂ : un trÃ¨s beau voyage mais une course sansÂ ! A oublierÂ ! **Guillaume Beauxis**

Â

Il s'agit du cÂœur de la saison avec les plus belles courses et les gros objectifs. Cette pÃ©riode m'a bien rÃ©ussi avec l'Ultra Trail du Mont Fuji et le Zugspitz Ultra trail. Il me reste Ã bien profiter des beaux jours pour parfaire la prÃ©paration pour la fin de l'Ã©tÃ©. **Julien Chorier**

Â

Je sortais de ma prÃ©paration hivernale et j'avais hÃ¢te de pouvoir reprendre les sorties longues en montagne Ces mois ont coÃ¯ncidÃ© avec le vrai dÃ©but de ma saison et avec mon premier gros objectif de l'annÃ©e 2012Â : la Transvulcania. J'avais envie de me mesurer aux meilleurs internationaux afin d'apprendre Ã gÃ©rer le stress d'un si gros rendez vous et de savoir ce que je pouvais rÃ©aliser. Finalement la course s'est trÃ¨s bien dÃ©roulÃ©e. Je termine quatriÃ¨me, une place et un temps dont je ne reviens toujours pas! Il m'a fallu rÃ©cupÃ©rer et me rÃ©entraÃ®ner pour repartir sur un gros bloc de km dÃ©but juillet. J'ai alors enchaÃ®nÃ© le 4trails et l'Ice trail tarentaise Ã Val d'IsÃ¨re. J'ai eu de trÃ¨s bonnes sensations sur le 4trails mÃªme si une belle erreur de parcours me prive d'une potentielle victoire. Je prends la troisiÃ¨me place au gÃ©nÃ©ral et remporte 2 Ã©tapes. MalgrÃ© des conditions particuliÃ¨rement froides, j'ai rÃ©alisÃ© une bonne course quasi solitaire sur l'Ice aprÃ¨s avoir gÃ©rÃ© mon effort notamment face Ã la neige, l'altitude et la technicitÃ© du parcours. En conclusion 3 mois sans souci particulier oÃ¹ j'ai pris beaucoup de plaisir en course et Ã l'entraÃ®nement, ce qui

n'ai pas toujours le cas quand on a des petites douleurs ou des baisses de forme. **FranÃ§ois D'Haene**

Â

Les trois derniers mois ont Ã©tÃ© riches en compÃ©titions avec dans l'ensemble des bons rÃ©sultats. Je remporte toutes les courses auxquelles j'ai participÃ© dans la catÃ©gorie espoir. J'ai toutefois quelques dÃ©ceptions sur mes classements au scratch mais il y a encore beaucoup de courses avant la fin de saison et je vais essayer de me rapprocher des meilleurs. **Cyrille Gardet**

Â

Je dirais que j'ai constatÃ© un gros engouement autour du circuit Skyrunning. Un engouement mÃ©diatique, mais surtout sportif car sur chacune des courses inclues dans le circuit Skyrunning, le niveau est trÃ¨s relevÃ©, avec des coureurs qui viennent des quatre coins du monde. Ce qui rend la compÃ©tition plus attirante et excitante, mais qui permet Ã©galement de dÃ©couvrir diffÃ©rents univers Ã travers chaque coureur. J'ai pu le constater sur le marathon de Zegama par exemple, oÃ¹ j'ai cÃ´toyÃ© quelques uns des meilleurs trailers au monde, dans une ambiance exceptionnelle et familiale. **Michel Lanne**

Â

J'ai placÃ© le mois de mai sous le signe des voyages et des rencontres avec les Canaries et la RÃ©union, pour parfaire ma culture trailistique. En juin, je suis un peu restÃ© Ã la maison pour prÃ©parer le trip aux Etats-Unis. Juillet m'a permis de faire le 4trails en Allemagne, et l'Ice Trail Tarentaise, avec une belle hypothermie et un DNF, le 3Ã¨me en 10 ans, avant de m'envoler sur les states pour participer Ã la Speedgoat. Sur cette pÃ©riode, j'ai vraiment pris de la disponibilitÃ© professionnelle pour vivre de nouvelles choses. Cela fait 10 ans que je travaille au sein de mon cabinet libÃ©ral de kinÃ© et j'ai enfin pu m'organiser pour trouver un remplaÃ§ant pour palier mes absences. Je sais que je ne pourrais pas forcÃ©ment rÃ©itÃ©rer cela tous les ans car ce n'est pas simple pour s'organiser sur tous les plans. Mais j'avais vraiment Ã coeur d'Ã©largir mon expÃ©rience, de faire de nouvelles courses et nouvelles rencontres. **Thomas Lorblanchet**

Â

Un bonne pÃ©riode pour moi, je sens que je progresse sur des formats que je ne pratiquais pas. C'est encourageant pour la suite. **Fabien Nabias**

Â

Je trouve que cette pÃ©riode a Ã©tÃ© l'aboutissement de tout l'entraÃ®nement engagÃ© depuis l'hiver. Elle m'a permis de concrÃ©tiser, de me confronter aux autres coureurs sur les objectifs Ã atteindre fixÃ©s depuis pas mal de temps. Elle coÃ¯ncide avec le retour des beaux jours. Tout Ã§a donne envie, comme les fruits qui arrivent Ã maturitÃ© dans les vergers CatalansÂ ! Michel Rabat

Â

Une pÃ©riode plutÃ´t calme depuis le Transvulcania dÃ©but mai. J'ai fait une course sympathique dans le Luberon fin mai, puis une course de dinguesÂ : le Volcano Trail, fin juin. A par Ã§a, l'Ã©tÃ© a Ã©tÃ© tranquille jusqu'Ã maintenant. Je me suis reposÃ©, je me suis entraÃ®nÃ© Ã domicile, j'ai profitÃ© des marchÃ©s provenÃ§aux et des glaces sur la terrasse. Un sentiment de vacances nettement renforcÃ© par la prÃ©sence de toute la famille et d'amis britanniques Ã la recherche du soleil... Je les ai emmenÃ©s bien sÃ»r, au sommet du Ventoux en courant, Ã part mes parents qui prÃ©fÃ¨rent l'aller-retour Ã vÃ©lo de 115 km entre la maison et le sommet. **Andy**

Symonds

Â

Qu'est ce qui t'a marquÃ© ces trois derniers mois ?

Â

Mes soucis de santÃ© qui traÃ®naient depuis fÃ©vrier et qui me laissent enfin un peu tranquille depuis dÃ©but juin ! EspÃ©rons que Ã§a dure ! Je souhaite remercier tout particuliÃ¨rement Marco pour ses soins. **Thibaut Baronian**

Â

Le niveau impressionnant du marathon du Mont-Blanc ainsi que le trÃ¨s grand nombre de spectateurs sur les trois courses auxquelles j'ai participÃ©. C'est la premiÃ¨re fois que je vois autant de monde m'encouragerÂ ! Ã‡a donne des ailes... **Guillaume Beauxis**

Â

Mon voyage aux Canaries restera un trÃ¨s bon souvenir. La chaleur, les paysages volcaniques et l'ambiance autour de la courseâ€¦ **FranÃ§ois D'Haene**

Â

Le soutien qui nous est apportÃ© Ã chaque course. Les coureurs les plus expÃ©rimentÃ©s sont dans l'ensemble contents de voir des jeunes courir sur les trails et ils nous encouragent Ã©normÃ©ment. **Cyrille Gardet**

Â

Je garde en mÃ©moire le tragique accident de StÃ©phane Brosse le 17 juin Ã l'Aiguille d'ArgentiÃ¨re. La montagne a gardÃ© pour elle un de ses passionnÃ©s. C'est encore un grand qui s'en est allÃ© trop tÃ´t, mais la montagne en a dÃ©cidÃ© ainsi. Elle est et elle restera la plus forte, qui que nous soyons. Cet accident a Ã©tÃ© un Ã©lectrochoc dans le milieu de la montagne. **Michel Lanne**

Â

Trois mois pas forcÃ©ment marquants, mais une observation avec l'Ã©clatement du calendrier au niveau mondial. C'est la mondialisation du trail. La mÃ©diatisation en rÃ©seau social permet de tenter de suivre toutes les courses mais cela devient presque du boulot Ã plein tempsÂ ! **Thomas Lorblanchet**

Le fait de participer Ã des compÃ©titions avec de si beaux plateaux!! **Fabien Nabias**

Â

Sportivement C'est sans conteste ma victoire sur le Mont Olympe, toujours un bonheur indescriptible en GrÃ¨ce dans des conditions de chaleur encore une fois trÃ¨s fortes. Mais quel plaisir de partager cela avec mes amis et les personnes du village de Litochoro. **Michel Rabat**

Â

En juin, avec FranÃ§ois et Julien, nous avons fait le tour de Mont Blanc, sur le parcours de l'ultra. Sur trois jours cela reprÃ©sente une trÃ¨s longue sortie. Et le faire dans une seule journÃ©e ? Ok, pourquoi pas, mais ce qui m'Ã©tonne un peu quand mÃªme c'est l'engouement croissant pour les trÃ¨s longues distances. Il n'y a pas de doute que courir 100 km et davantage devient de plus en plus commun, populaire et Â«Â non-extrÃªmeÂ Â». Pourquoi pasÂ ? Mais ce n'est pas exactement le mÃªme sport. Vitesse et compÃ©tition sont obliÃ©es par un seul motÂ : " survivre ". Personnellement, les courses autour de 80 km reprÃ©sentent un peu la limite entre les courses qui relÃ¨vent des trails rapides et celles des ultras-douleurs. Perso, je pense appliquer cette distance limite Ã mon calendrier encore quelques tempsÂ ! **Andy Symonds**

Â

Ton coup de gueule ou coup de cÂœur?

Coup de coeur : la Snowdon International Race au Pays de Galles, une vraie fÃªte pour ce petit village de Llanberis et une ambiance digne d'un tour de France ! **Thibaut Baronian**

Â

Un gros coup de cÂœur pour le trail de GuerlÃ©dan. C'est la premiÃ¨re fois que je courais en Bretagne et le parcours est vraiment magnifique. Que des singles, en sous-bois, autour du lac, on en prend plein la vue tout le long. MÃªme s'il reste un trail trÃ¨s roulant, j'ai pris beaucoup de plaisir sur ce weekend. **Guillaume Beauxis**

Â

Sans hÃ©siter la dÃ©couverte du Japon. Une culture, un accueil vraiment extraordinaires. **Julien Chorier**

Â

La montÃ©e sur le glacier de la Grande Motte. C'Ã©tait trÃ¨s amusant de voir en redescendant tous ces coureurs blancs de givre qui avanÃ§aient dans le froid, le vent et le brouillardâ€¦ **FranÃ§ois D'Haene**

Â

C'est la Snowdon Race au Pays de Galles. Au dÃ©but, quand j'ai appris qu'on allait courir lÃ bas, je m'attendais Ã un cross au fin fond de la campagne. Mais j'ai Ã©tÃ© agrÃ©ablement surpris par le tracÃ© et par le monde prÃ©sent tout au long de la course! Je n'avais jamais vu autant de monde sur un trail. **Cyrille Gardet**

Â

Un gros coup de coeur pour l'ensemble du team qui a rÃ©alisÃ© de supers rÃ©sultats un peu partout. JuÂ : UTMF, Zugsptitz, AndyÂ : Transvulcania, Volcano trail, FranÃ§oisÂ : Transvulcania, 4trail, Icetrail, TomÂ : 4trail, Speedgoat, MiquelÂ : Olympus et ma pommeÂ : Zegama, Andorra ultra trail! Les voyages forment la jeunesse! Il faut qu'on reste jeune alors! **Michel Lanne**

Â

La mÃ©diatisation via facebook, twitter, entraÃ®ne une certaine disparition de la hiÃ©rarchisation des Ã©preuves. On en perd un peu son latin mais l'avenir rÃ©gulera sans doute tout cela. **Thomas Lorblanchet**

Â

Je suis trÃ¨s content d'avoir vÃ©cu l'expÃ©rience de courir Ã l'Ã©tranger dans un pays que je ne connaissais pas du tout; d'ailleurs la langue ce n'est pas trop Ã§a non plus! C'est trÃ¨s enrichissant autant au niveau sportif que culturel. **Fabien Nabias**

Â

Mon coup de gueule va envers les incendies qui ravagent notre rÃ©gion de Catalogne aussi bien au nord qu'au sud, les forÃªts partent en fumÃ©e, ce n'est vraiment pas beau a voir. Il faut a tout pris prÃ©server notre si belle nature! **Michel Rabat**

Â

Wiggo en jaune ! La grande classe ! Finalement un Anglais sur la plus haute marche sur les ChampsÂ ElysÃ©es. Ce n'est mÃªme pas un sport fait pour le climat anglais. Bravo Ã lui. J'espÃ¨re que tous les Anglais seront inspirÃ©s Ã se bouger plus Ã vÃ©lo maintenant ! **Andy Symonds**

Â

Quels sont tes rendez-vous et attentes pour les trois prochains mois ?

Â

Deux grands RDV : le premier le 12 aoÃ»t avec l'Ubaye trail Salomon Ã Barcelonnette et le deuxiÃ¨meÂ : la finale de la National trail Running Cup Salomon Endurance Mag Ã Belle-Ã®le en mer le 22 septembre. Mon objectif sera de monter sur la boÃ®te sur ces deux derniÃ¨res Ã©tapes de la Cup ! **Thibaut Baronian**

Â

Dans les prochains mois, j'ai deux gros rendez-vous etÂ quelques attentesÂ ! Dans un premier temps le 80 km du Grand Raid des PyrÃ©nÃ©es. Cette course sur mes terres d'entraÃ®nement me tient beaucoup Ã cÂœur et ce sera une grande premiÃ¨re au niveau distance J'aurai de nombreux supporters et je veux vraiment tout donner sur cette courseâ€¦ Par la suite, j'irai clÃ´turer ma saison sur Belle-Ile pour espÃ©rer remporter la National Cup et donc une place dans le team France. **Guillaume Beauxis**

Â

Les rendez vous ne sont pas trÃ¨s nombreux mais de taille, l'UTMB Ã la fin aoÃ»t, une traversÃ©e de la Corse par le GR20 en octobre et une course en Ã©quipe pour finir l'annÃ©e en novembre. Cette course Ã 4 avec FranÃ§ois, Andy et Michel sera certainement un grand moment de partage et d'aventure. Ma premiÃ¨re expÃ©rience sur ce type de format aprÃ¨s la Transalpine. **Julien Chorier**

Â

Mon prochain gros rendez-vous est l'UTMB fin aoÃ»t oÃ¹ j'espÃ¨re faire une bonne course. Je commence Ã connaÃ®tre son dÃ©roulement et son parcours et cela fait 2 annÃ©es de suite que c'est un Ã©chec pour moi, course arrÃªtÃ©e puis abandon, donc je suis trÃ¨s motivÃ©. Je vais cibler l'entraÃ®nement de mon Ã©tÃ© autour de cette course et espÃ¨re que j'arriverai Ã m'y exprimer sans douleur et en prenant du plaisir. Suite Ã l'UTMB je verrai mon Ã©tat de fatigue avant de planifier la suite de ma saison mais j'ai dÃ©jÃ quelques idÃ©es en tÃªteÂ ! **FranÃ§ois D'Haene**

Â

Le 12 aoÃ»t je serai sur le 42 km du trail Ubaye Salomon que l'on a reconnu avec le team espoir et qui propose un des plus beaux tracÃ©s Ã mes yeux sur la National Trail Running Cup. Viendra ensuite septembre avec le trail Albertville qui me tient Ã cÂœur car j'habite quasiment sur le parcours et peut-Ãªtre un crochet par la skyrace Becca di Nona. Le programme d'octobre n'est pas encore fixÃ© mais une course comme les Templiers m'attire par son histoire dans le monde du trail franÃ§ais. **Cyrille Gardet**

Â

Une petite coupure en ce dÃ©but juillet pour pratiquer l'alpinisme dans le massif du Mont Blanc et "reposer" un peu l'organisme. Puis reprise de l'entraÃ®nement en vue du Trofeo Kima en Italie fin aoÃ»t, manche de l'ultra skyrunning, et ensuite la Diagonale des Fous pour la vingtiÃ¨me Ã©dition. **Michel Lanne**

Â

Je suis aux Etats-Unis en famille jusqu'Ã Leadville le 18 aoÃ»t oÃ¹ je courrai le 100 miles au cÃ´tÃ© d'Anton Krupicka et Nick Clark entre autres. En septembre, je prendrai un peu de repos et verrai en fonction de ma rÃ©cupÃ©ration suite Ã Leadville, pour affiner le calendrier et en octobre j'irai au rendez-vous de fin de saison des Templiers. **Thomas Lorblanchet**

Â

L'Ubaye Salomon le 12 AoÃ»t et belle Ã®le en mer en septembre. Outre ces objectifs je participerai Ã quelques courses de format plus court dans ma rÃ©gion. **Fabien Nabias**

Â

PrioritÃ© sera donnÃ©e Ã la rÃ©cupÃ©ration, car les courses sont difficiles Ã enchaÃ®ner et le travail de l'Ã©tÃ© me prend beaucoup de temps. Reste Ã voir une belle Ã©preuve pour le mois de septembre. Michel Rabat

Â

Je redÃ©marre en aoÃ»t avec l'Ubaye Salomon et le Kima Sky Race, puis un programme assez chargÃ© jusqu'Ã la fin de l'annÃ©e. Encore un bon mix de parcours et de paysages. J'ai hÃ¢te de retrouver ces deux courses de montagne, avant de me rÃ©diger vers les "ondulations" de Belle ÃŽle et retrouver les Templiers. **Andy Symonds**



Â

CrÃ©dit photo Thomas Lorblanchet : Damien Rosso Droz