Julien Chorier, FranÃ§ois D'Haene, Andy Symonds et Michel Lanne affrontent l'armÃ©e Chinoise

AprÃ¨s course
PostÃ© par : DUBOST
PubliÃ©e le : 8/11/2012 11:31:52

Le 100 km de l'Hong Kong Oxfam Trailwalker, disputÃ© essentiellement en Ã©quipe de 4 trailers, est un des plus grands Ã©vÃ©nements sportifs de l'Ile, mais aussi le support d'une collecte de fonds pour soutenir la lutte contre la pauvretÃ© en Afrique et en Asie. A l'occasion de la 31Ã¨me Ã©dition qui dÃ©bute le 16 novembre une Ã©quipe aux couleurs du team Salomon formÃ©e de Julien Chorier, FranÃ§ois D'Haene, Michel Lanne, Andy Symonds et managÃ©e par Jean-Michel Faure-Vincent, va essayer de perturber la domination rÃ©guliÃ¨re des Ã©quipes formÃ©es de militaires de la garnison de Hong Kong et d'autres venues de rÃ©giments de la Chine continentale.

Â

Le profil de cet ultra trail est trÃ¨s cassant avec une succession de petites bosses jusqu'au Tai Mo Shan situÃ© autour du 75Ã¨me kilomÃ¨tre. Ce pic montagneux est le point culminant de Hong Kong, Ã 958 m d'altitude. Suivent une forte descente d'une quinzaine de km entrecoupÃ©e de trois trÃ¨s courtes montÃ©es et d'une dizaine de kilomÃ¨tres de plat jusqu'Ã l'arrivÃ©e. Les 4 Ã©quipiers doivent courir ensemble les 100 km et le temps est pris sur le quatriÃ¨me Ã l'arrivÃ©e.

Â

Le climat trÃ¨s chaud et humide risque de rendre la progression difficile alors que Julien Chorier, FranÃ§ois D'Haene, Michel Lanne et Andy Symonds, sont dÃ©jÃ presque dans l'hiver. La gestion de l'allure ne va pas Ãªtre facile car ils sont assez diffÃ©rents dans leur maniÃ¨re de courir. En revanche, ils ont dÃ©jÃ l'expÃ©rience de courses en Ã©quipe.

Â

Julien Chorier : en Ã©quipe se surpasser est plus facile

Â

Julien Chorier, titulaire d'un solide palmarÃ¨s en ultra trail, a Ã©tÃ© contraint Ã s'arrÃªter Ã cause des orages lors de sa traversÃ©e du GR 20 en octobre alors qu'il avait parcouru un peu plus de 100 km et Ã©tait toujours dans la course pour battre le record Ã©tabli par Kilian Jornet. La pÃ©riode qui a suivi a Ã©tÃ© trÃ¨s difficile avec une grosse fatigue qu'il a eu du mal Ã s'avouer, il n'avait fait Â«Â queÂ Â» 100 km. Depuis avec beaucoup de rÃ©cupÃ©ration il a essayÃ© de maintenir un niveau de forme correct pour cette aventure de fin de saison. "La dÃ©couverte de Hong Kong et le fait de passer une semaine avec toute l'Ã©quipe va vraiment Ãªtre super. Il faudra que les plus en forme se placent Ã l'avant pour maintenir un bon rythme tout en restant Ã l'Ã©coute de ceux un peu plus justes Ã ce moment lÃ . Les rÃ´les vont certainement s'inverser Ã de nombreuses reprises. La rÃ©ussite passera par la bonne gestion de ces hauts et bas. En Ã©quipe le gros avantage est de pouvoir compter sur les copains pour les coups de mou. Il me parait plus facile de se surpasser que pour soi-mÃªme et le risque de se retrouver sur un faux rythme me semble plus faible."

Â

FranÃ§ois D'Haene : une grosse envie de bien faire

Â

FranÃ§ois D'Haene, depuis sa victoire Ã l'UTMB n'a pas beaucoup couru et fait un peu de vÃ©lo, embÃªtÃ© par une petite infection rÃ©currente au genou qui a restreint sa prÃ©paration. Il reste nÃ©anmoins trÃ¨s positif et motivÃ© Ã l'idÃ©e de pouvoir dÃ©couvrir cette partie de la Chine et d'y vivre une aventure sportive et humaine de fin de saison. *" MÃªme si l'entraÃ®nement n'est pas au top, j'espÃ¨re que l'envie fera le reste. Je donnerai le meilleur de moi-mÃªme pour contribuer Ã la bonne marche de notre Ã©quipe. Chacun Ã un Ã©gal* rÃ´le Ã jouer. I l est trÃ¨s motivant mais aussi trÃ¨s difficile de courir Ã plusieurs. Cela donne une force et une volontÃ© de dÃ©passement de soi pour les autres extraordinaire. Cependant on peut vite aussi se retrouver en sur rÃ©gime et le payer par la suite. Il faut en permanence essayer de s'adapter au rythme du moins rapide du moment, mais ne pas le montrer, afin qu'il se sente bien et ne se mette pas Ã douter de sa forme. Cela sera dans tout les cas une trÃ¨s belle aventure."

Â

Michel Lanne : nous allons partager des moments de convivialitÃ©, de souffrance et j'espÃ¨re de joie

Â

Michel Lanne aprÃ¨s sa victoire sur le 112 km Andorra Ultra Trail a disputÃ© en octobre le Grand Raid de la RÃ©union. Longtemps 3Ã¨me il a abandonnÃ© suite Ã une bactÃ©rie contractÃ©e quelques jours avant. Pendant les deux semaines qui ont suivi il n'a pas pu fournir le moindre effort physique et a accusÃ© une grosse fatigue gÃ©nÃ©rale. "*La forme revient petit Ã petit. Depuis quelques jours, j'ai repris l'entraÃ®nement sur les hauteurs de Serre Chevalier et j'espÃ¨re que j'aurai gardÃ© le bÃ©nÃ©fice de la prÃ©paration rÃ©alisÃ©e en amont du Grand Raid de la RÃ©union. Cet ultra trail en Chine* me motive Ã©normÃ©ment. Il a un cÃ´tÃ© caritatif, participer Ã une cause noble constitue un moteur supplÃ©mentaire pour se surpasser. De plus, je vais courir avec mes copains du team Salomon qui sont Ã©galement mes idolesÂ ! Mon objectif est d'Ãªtre Ã la hauteur et de ne pas les ralentirÂ ! Dans tous les cas, nous allons partager des bons moments de convivialitÃ©, de souffrance et j'espÃ¨re de joie. *Courir en Ã©quipe est trÃ¨s enrichissant sur le plan humain, car les notions de partage et d'entraide sont omniprÃ©sentes. On court pour les autres avant de courir pour soi. On est tous dans la mÃªme galÃ¨re et ce sentiment nous rapproche et nous pousse Ã dÃ©passer nos propres limites pour le groupe. A l'arrivÃ©e, les Ã©motions sont dÃ©cuplÃ©es. Je me souviens des sentiments que j'avais ressentis en terminant la TraversÃ©e Chamonix-BrianÃ§on avec FranÃ§ois D'Haene et Thomas VÃ©ricel. Ce sont des moments trÃ¨s forts de partage et de satisfaction collective*."

Â

Andy Symonds : Ãªtre quatre va nous amener Ã essayer de reculer nos limites respectives

Le 28 octobre Andy Symonds aprÃ¨s une saison trÃ¨s dense en trails se soldant par une deuxiÃ¨me place au classement de l'Ultra Skymarathon Series, une victoire Ã la National trail running Cup Salomon Endurance Mag et au Challenge des trails de Provence, a puisÃ© dans ses rÃ©serves pour terminer Ã la troisiÃ¨me place du 72 km de la Grande Course des Templiers. Il a passÃ© la semaine qui a suivi Ã manger et Ã boire, avec ses parents qui partaient pour une aventure d'un an Ã vÃ©lo. "*J'ai fait la fÃªte, et je me sens bienÂ !MÃªme si le chemin autour de Hong Kong est long, je sais que l'allure sera plus lente par rapport aux TempliersÂ ! Mes coÃ©quipiers et surtout la sage tÃªte de Julien Chorier, savent quoi faire et comment gÃ©rer une telle distance. Je leur fait confiance pour trouver le bon rythme. Ce sera pour moi une expÃ©rience sympathique, une dÃ©couverte d'un autre monde et une*

bonne faÃ§on de voir comment agissent mes jambes sur 100 km. Je ne serai pas stressÃ©, espÃ¨re m'amuser et vais voir si l'on peut battre la fameuse armÃ©e chinoiseÂ ! On n'a pas encore parlÃ© tactique et je pense que cela se fera naturellement. Etre quatre va nous amener Ã encore essayer de reculer nos limites respectives. Personne ne voudra abandonner car cela arrÃªterait la course des trois autres coÃ©quipiers. Le but c'est d'arriver ensemble le plus vite possible, sans casser personne sur le cheminÂ ! "

Â

Photos Damien Rosso www.droz-photo.com