Lyon Urban Trail
AprÃ¨s course
PostÃ© par : DUBOST
PubliÃ©e le : 9/4/2013 6:40:20

Lyon Urban TrailÂ : la preuve par 6000 de la rÃ©ussite du trail urbain Ã la Lyonnaise et par 6 de l'envie des trailers d'y participer.

Â

Dimanche 14 avril, 6000 trailers sont engagÃ©s dans la sixiÃ¨me Ã©dition du Lyon Urban Trail. Un peu chahutÃ© et contestÃ© Ã ses dÃ©buts le trail urbain Ã la Lyonnaise fait dÃ©sormais partie des classiques de la saison. Points de vue magnifiques, passages pittoresques ou ludiques, partie finale en apothÃ©ose enchaÃ®nant OpÃ©ra, cour intÃ©rieure de l'hÃ´tel de ville, escalier d'honneur et place des Terreaux, sont autant ingrÃ©dients de sa rÃ©ussite. A noter que les parcours dont le sens avait Ã©tÃ© inversÃ© en 2012 retrouvent leur configuration habituelle. Le 36 km compte pour le classement homme et espoir homme de la National Trail Running Cup Salomon Endurance Mag et son 23 km pour celui des femmes.

Parmi les engagÃ©s : Karine Sanson, team Salomon Traid, Silvia Serafini, team Salomon Italie. Anne ValÃ©ro, team Mizuno. Zhahna Vokueva, team Salomon Russie. Martine Volay, team Craft. Julien Rancon, team Adidas. Bastien Bravais, StÃ©phane Jouvance, Julien Navarro, Michael Pasero et Nicolas Pianet, team New Balance. Thibaut Baronian, Guillaume Beauxis, Sacha Devillaz et Fabien Nabias, team espoir Salomon. Andy Symonds, team Salomon France. Dimitis Theodorakakos, team Salomon GrÃ¨ce. Jonathan Wyatt, team Salomon Nouvelle-ZÃ©lande. David Borrmann, team Scott. Nicolas Cellier et Yoan Meudec, team Sigvaris. Matthias Mouchart et GrÃ©gory Vinot, team Tecnica...

Â

6 regards de trailers

Â

Thibaut Baronian, Guillaume Beauxis, Sacha Devillaz, ont dÃ©jÃ participÃ© au LUT contrairement Ã Karine Sanson, Fabien Nabias et Andy Symonds. Chacun des 6 sera au dÃ©part.

Â

" Je garde le souvenir de mon bon rÃ©sultat 2012 sous le soleil, malgrÃ© des problÃ¨mes de santÃ© qui avaient beaucoup handicapÃ© ma prÃ©paration. Le LUT est un trail urbain, certes, mais qui reste trÃ¨s exigeant et casse pattesÂ ! J'ai apprÃ©ciÃ© de dÃ©couvrir Lyon en courant, une occasion originale de se Â«Â baladerÂ Â» dans cette villeÂ ! Le LUT est une manche de la Cup et je remets le couvert, pour dÃ©fendre ma 4Ã¨me place au gÃ©nÃ©ral 2012. A Lyon, je vise un top 10 en essayant, comme d'habitude, de donner le meilleur de moi-mÃªme et pourquoi pas de m'approcher du podium. " Thibaut Baronian, 5Ã¨me LUT 2012.

Â

"L'an passÃ©, j'ai trouvÃ© le parcours trÃ¨s ludique et j'ai Ã©tÃ© trÃ¨s satisfait de ma course, malgrÃ© une erreur d'aiguillage vers la fin. J'ai beaucoup aimÃ© les successions de montÃ©es, descentes, les virages, les relances et les marches... Egalement l'accessibilitÃ© qui permet aux spectateurs de suivre facilement les coureurs Ã plusieurs endroits. AprÃ¨s la course, j'ai eu du mal Ã marcher pendant 4 Ã 5 jours mais j'ai plutÃ´t envie de revivre l'expÃ©rience. J'Ã©tais un peu juste au Ventoux et espÃ¨re que ma forme sera meilleure, mÃªme si les deux trails ne sont espacÃ©es que de trois semaines. IntÃ©grer le top 10 est un bon objectif." **Guillaume Beauxis, 4Ã¨me en 2012.**

Â

" En 2012 je me sentais comme un petit montagnard lÃ¢chÃ© dans un environnement urbain totalement inconnu. Je n'avais plus couru depuis quatre mois, je n'Ã©tais absolument pas prÃªt physiquement. Je me suis perdu, retrouvÃ© dans des bouchons de coureurs et j'ai craquÃ© moralement. PlutÃ´t une bonne expÃ©rience, il faut savoir Ãªtre polyvalent. J'ai dÃ©couvert Lyon et une autre facette du trail oÃ¹ il ne suffit pas d'Ãªtre agile sur des terrains difficiles mais aussi avoir un bon caisson et surtout un bon mental. J'ai bien aimÃ© l'originalitÃ© de ce trail, les passages dans les petites ruelles et dans les lieux cultes de la ville. Je reviens avec les crocs, l'espoir de ne pas craquer mentalement et pourquoi pas terminer dans les 15." **Sacha Devillaz, 43Ã¨me en 2012.**

Â

"Cette annÃ©e j'aimerais bien figurer dans les Sky Runner World Series Ultra et dÃ©crocher une 3Ã¨me victoire consÃ©cutive dans la Cup. Le 24 mars au Ventoux j'ai terminÃ© 8Ã¨me de la premiÃ¨re Ã©tape suite Ã une hypoglycÃ©mie: J'Ã©tais bien prÃ©parÃ©e et en forme, d'oÃ¹ ma grande dÃ©ception, mais cela fait partie du jeu : beaucoup d'alÃ©as, il faut apprendre de ses Â«Â ratÃ©sÂ Â»! Assez polyvalente avec 1 h 22 mn au semi-marathon je pense Ãªtre capable de faire une jolie place Ã Lyon. Je vais tout lÃ¢cher dans les descentes. Ce genre de parcours devrait m'amuser, nous avons un circuit dans le vieux Lormont Ã cÃ´tÃ© de Bordeaux centre, avec beaucoup de marches et relances et je m'y entraÃ®ne dur : j'adore ! " **Karine Sanson.**

Â

" N'Ã©tant pas prÃ©sent cette annÃ©e au marathon du Mont-Blanc il m'a paru judicieux de participer Ã 4 des 5 Ã©tapes de la Cup afin d'assurer un classement en cas d'une course ratÃ©e. En terme de plaisir, ce sera pour moi l'occasion de dÃ©couvrir le trail urbain et de sortir un peu des sentiers battus. Une faÃ§on insolite aussi et j'espÃ¨re sympa de visiter la ville de Lyon. AprÃ¨s une bonne rÃ©cupÃ©ration du Ventoux je sens que je retrouve de trÃ¨s bonnes sensations depuis ma tendinite au genou en fÃ©vrier. C'est encourageant pour Lyon et la suite de la saison. j'espÃ¨re dÃ©crocher une place dans les 15. " **Fabien Nabias.**

Â

" Deux jours avant le Ventoux je suis tombÃ© malade. J'Ã©tais au lit et dans l'impossibilitÃ© de me prÃ©senter au dÃ©part ! Dommage, j'aurais bien aimÃ© courir sous une telle pluieÂ ! Malheureusement, toujours pas d'amÃ©lioration de ma hanche. Je ne cours toujours pas de faÃ§on trÃ¨s symÃ©trique et mes entraÃ®nements sont bien impactÃ©s en termes de frÃ©quence et efficacitÃ©. Si je pouvais boucler le Lyon Urbain Trail avec des sensations relativement bonnes et en oubliant ma blessure, ce serait dÃ©jÃ bien. C'est un test pour voir vraiment oÃ¹ j'en suis. Ã€ la base je m'Ã©tais inscrit dans l'objectif de complÃ©ter la sÃ©rie Salomon-Endurance. Avec mon forfait au Ventoux ce ne sera plus possible, mais je reste tout de mÃªme motivÃ© de voir ce que donne un Â« trailÂ Â» en villeÂ ! C'est un autre concept. Ce sera en mÃªme temps une course et du tourisme. Une belle faÃ§on de dÃ©couvrir le centre ville de LyonÂ ! "**Andy Symonds.**

Â

Le programme

Pour optimiser l'accueil, le retrait des dossards se fait dans l'Atrium de l'HÃ´tel de ville et la Place des Terreaux est transformÃ©e en village trail et point infos. DÃ©parts et arrivÃ©es de la place des Terreaux.

Samedi 13 avril

De 10 Ã 19 heures accueil, retrait des dossards et inscriptions de derniÃ¨re minute. Village exposant et animations.

Dimanche 14 avril

6 Ã 9 heures, accueil, retrait des dossards et inscriptions de derniÃ¨re minute.

7 h 15 dÃ©part du 36 km. 8 h 30 dÃ©part du 23 km. 9 h 30 dÃ©part du 12 km. ArrivÃ©e Ã partir de 10 heures.

Â

http://www.lyonurbantrail.com

CrÃ©dit photoÂ Jean Luc Armand



Â

Â