20Ã¨me trail du Val d"Allos : Raphael Grisel et Fabrice Arnaud main dans la main remportent le grand parcours !

BrÃ¨ves des organisateurs
PostÃ© par : DUBOST
PubliÃ©e le : 29/7/2013 19:14:33

Victoire ex aequo sur le grand parcoursÂ !

330 coureurs s'Ã©taient rÃ©unis sous la pinÃ¨de du Parc de Loisirs de Val d'Allos Â– Le village en ce dimanche 28 juillet pour participer au 20Ã¨me Trail du Val d'Allos. Les 187 coureurs engagÃ©s sur le grand parcours de 37,2 km, comptant pour le Challenge des Trails de Provence, ont rÃ©pondu prÃ©sents Ã l'appel de dÃ©part de 7h30 sous l'arche du Val d'Allos Â– Haut Verdon. Un briefing Ã©tait donnÃ© par les organisateurs afin de prÃ©ciser les conditions de participation Ã ce tracÃ© de montagne de 2255 mÃ¨tres positifs. Il est vrai que, mÃªme si le dÃ©cor naturel grandiose du Val d'Allos a des allures de carte postale, le grand parcours empruntait nÃ©anmoins des arrÃªtes, chemins effilÃ©s et autres passages aÃ©riens sur pitons rocheux. Aussi, malgrÃ© les mesures de sÃ©curisation prises par les organisateurs et la prÃ©sence de contrÃ´leurs et signaleurs aux passages critiques, les coureurs se devaient d'Ãªtre vigilants.

8h, le soleil en signe de rÃ©compense brillait de milles Ã©clats alors que les tempÃ©ratures matinales Ã©taient idÃ©ales pour le dÃ©part des trailers en direction du Col d'Allos (2250m) par le GR56. Si le calendrier de cette fin de juillet coÃ¯ncidait Ã©galement avec les quelques transhumants retardataires, le peloton de tÃªte guidÃ© par un Raphael Grisel en grande forme, n'aura finalement pas cÃ´toyÃ© les troupeaux. A ce point du parcours aucun retard n'a donc Ã©tÃ© pris sur le temps rÃ©fÃ©rence Ã©tabli par Laurent Beuzeboc en 2011 (3:30:13) devant Dawa Dacchiri Sherpa (3:31:21). Mais c'est aprÃ¨s le Col d'Allos que les choses se sont corsÃ©esÂ avec les passages aÃ©riens des arrÃªtes du Pouret culminants Ã 2519m d'altitude et menant au Col de La SestriÃ¨re qui permet de basculer dans le Vallon des Sources du Verdon au-dessus de Val d'Allos - La Foux (1800m).

Au pointage du km 22, au cÂœur de la station de La Foux, les meneurs de course s'Ã©tait dÃ©jÃ largement dÃ©tachÃ©s du reste de la troupe et c'Ã©tait Raphael Grisel qui devanÃ§ait Fabrice Arnaud de quelques minutes. Se prÃ©sentait ensuite sous les semelles des trailers, les trÃ¨s beaux vallons de l'Auriac, de ValboyÃ¨re puis de Valdemars, point de rencontre avec le tracÃ© retour du petit parcours. MÃ©lÃ©zins et alpages fleuris alternaient en ces lieux pour laisser place Ã une piste forestiÃ¨re qui conduisait le long du Verdon vers la ligne d'arrivÃ©e. C'est sur le bas de cette piste que Raphael perdait alors son avance en suivant par inattention le tracÃ© montÃ© du petit parcours. Le temps de s'en rendre compte, Fabrice avait rattrapÃ© son retard, et c'est finalement main dans la main qu'ils achevÃ¨rent ensemble cette superbe course de montagne en 3h 31 minutes et 52 secondes suivis par Thierry Le Floch (3:34:16) qui s'emparait d'une trÃ¨s belle troisiÃ¨me place.

Cette arrivÃ©e commune renforÃ§ait l'Ã©tat d'esprit communautaire qui Ã©mane de la tribu trail, et mÃªme s'il aura fallu faire sans le parrain de la course cette annÃ©e, le sympathique et talentueux Guillaume Le Normand retenu dans le nord de la France pour des raisons professionnelles, tous les participants auront Ã©paulÃ© notre coureur au grand cÂœur en donnant 1Euro de leurs frais d'inscriptions Ã l'association NÃ©pal & Vous.

Chez les dames, Minh ChÃ¢u Chu Quang signe le premier temps en 4 heures 24 minutes et 11 secondes devant Christine Grosjean (4:33:49) et Pascale Botella (4:40:24).

Â

Petit parcours mais paysages grandiosesÂ !

CÃ´tÃ©Â petit parcours, c'est FranÃ§ois Doussan qui boucle le premier les 15,5km et les 770 mÃ¨tres de dÃ©nivelÃ© positif, ravis de la beautÃ© des paysages et soulignant toutefois la difficultÃ© de la superbe montÃ©e dans le mÃ©lÃ©zin du bois de La Laune qui permettait de rejoindre la cabane forestiÃ¨re de Valdemars. C'est en 1 heure 16 minutes et 24 secondes qu'il s'emparait de la victoire au final devant Julien Fraty (1:16:56) et Pascal Regnerie (1:19:57).

Â

Les 2 clÃ©s du succÃ¨sÂ : les bÃ©nÃ©voles et les partenairesÂ !

Â

Impossible de mener Ã bien cette belle aventure sans l'implication des 60 postes de signaleurs, contrÃ´leurs et ravitailleurs qui avaient Ã©tÃ© rÃ©partis le long des 2 tracÃ©s, 300 litres d'eau acheminÃ©s en altitude, 50 Ã©normes pastÃ¨ques englouties, des kilos d'autres fruits, gÃ¢teaux,â€¦ et Ã ce qu'on entendait dire devant les tables de ravito, Ã§a valait la peine de s'y atteler. Un grand merci Ã celles et ceux qui ont donnÃ© de leur temps pour la rÃ©ussite de cet Ã©vÃ¨nement.

CÃ´tÃ© partenaires, les tables de massage des kinÃ©sithÃ©rapeutes n'ont jamais dÃ©sempli. On a mÃªme vu des coureurs attendre patiemment leur tour car quoi de plus ressourÃ§ant qu'un massage professionnel de rÃ©cupÃ©ration prodiguÃ© par des mains expertes sous les conseils de Jean-Marc Blanc, kinÃ©sithÃ©rapeute-ostÃ©opathe installÃ© dans le Val d'Allos et reconnu pour ses soins adaptÃ©s aux sportifs !

Merci Ã©galement Ã Frelon Detox pour les dÃ©gustations de cette boisson Ã©nergisante et de rÃ©cupÃ©ration dÃ©sormais partenaire officielle de la FFA, Hoka par l'intermÃ©diaire de Raphael Grisel pour les tests de chaussures et les lots offerts, Provence Sport Team pour les conseils en bien-Ãªtre et nutrition et Ã Dominique Nugre, coureur passionnÃ©, ancien vainqueur de la Grande TraversÃ©e des MÃ©lÃ¨zes du Mercantour, qui Ã©tait l'auteur du balisage sur tout le grand parcoursÂ !

Prochain rdv l'Ã©tÃ© prochain pour la Grande TraversÃ©e des MÃ©lÃ¨zes du MercantourÂ !

Â

Et l'esprit communautaire Trail se prolonge avec l'album souvenir Ã retrouver iciÂ : www.valdallos.com/trail.html.


Haut Verdon
Val d'Allos