Le trailer et le bouquetin...Christophe MalardÃ© et son entraineur Ã©phÃ©mÃ©re
AprÃ¨s course
PostÃ© par : PHILFT
PubliÃ©e le : 5/6/2010 19:10:00

Christophe MalardÃ©, l'un des meilleurs trailers FranÃ§ais depuis sept saisons, est du 31 mai au 12 juin Ã l'entraÃ®nement dans la VallÃ©e de l'Ubaye. DeuxiÃ¨me cette saison de l'ArdÃ©chois et troisiÃ¨me du Ventoux, il aimerait bien rÃ©ussir une belle performance lors du Marathon du Mont-Blanc le 27 juin Ã Chamonix.

Le Breton, expert en trail au profil casse pattes de sa rÃ©gion, alterne Ã pied et Ã vÃ©lo les sentiers Ã gros dÃ©nivelÃ©s autour de Barcelonnette et les cols routiers, pour amÃ©liorer son endurance et s'habituer aux efforts en moyenne et haute altitude.

Il s'est offert une petite rÃ©crÃ©ation le 5 juin Ã l'invitation d'AimÃ© Arnaud, prÃ©sident de l'AthlÃ©tic Club Barcelonnette Ubaye. Il a testÃ© et apprÃ©ciÃ© le parcours du 42 kilomÃ¨tres du trail Ubaye Salomon, qui se dÃ©roulera le 8 aoÃ»t. Cerise sur le gÃ¢teau il a suivi sur quelques centaines de mÃ¨tres un bouquetin surpris de voir un bipÃ¨de si rapide. Â«Â Un moment trÃ¨s fort qui va longtemps rester dans ma mÃ©moire aprÃ¨s mes rencontres depuis mon arrivÃ©e en Ubaye avec un liÃ¨vre, un cerf, des marmottes et des chamois.Â Â»

* crÃ©dit photo Robert GOIN (attachÃ© de presse Salomon)