#94

endurance TRAILS MAG

endurance

LE MAG DE L'ENDURANCE ET DU SPORT NATURE

LE SPOT
PORQUEROLLES

50 PAGES

Dossier spécial
UTMB®
10eme édition

L'interview des vainqueurs
Sherpa, Delebarre, Jacquerod, Olmo et Jornet

CONSEILS
L'UTMB de l'homme normal
Appréhender les barrières horaires
Gérer les dernières semaines
Se préparer mentalement
Automédication, danger

MATOS
Light !
30 produits pour vous alléger

Dawa Sherpa >
1er vainqueur de l'UTMB

EVÉNEMENTS
MARATHON DU MONT BLANC
SWISS IRON TRAIL
KILIAN'S CLASSIK
ULTRA TRAIL ANDORRA
LA 6666
LOZERE TRAIL
RAID XIKINTO

TESTS MATOS
5 PAIRES DE BÂTONS LIGHT
4 GPS EN TEST
GEONAUTE, POLAR, SUUNTO & GARMIN

FRANCE TERRE DE TRAIL
Les chemins du Haut Doubs

N°94 - BIMESTRIEL - AOÛT - SEPTEMBRE 2012
Bel / Lux : 5.90€ / DOM : 5.95 EUR / POL (S) : 800.00 CFP / Es /Gr / It /Port.Cont : 6.50€ / Suisse : 9.70 CHF / Canada : 9.70 CS / Maroc : 66 MAD / Tunisie : 10.5 TND
M 01361 - 94 - F: 5,50 € - RD

Actus...

Autour du globe

AFRIQUE

AMAZING MASAI ULTRA

Le samedi 29 septembre, les coureurs aventuriers d'Europe, d'Asie et des États-Unis vont affronter les coureurs les plus naturellement doués du monde pour la course d'endurance en courant avec les Masaï à 2e édition de l'Amazing Masai Ultra. Évènement dans son ensemble est accompagnée lors du seul ultra-marathon du Kenya, les coureurs rencontrent des nomades et des animaux sauvages comme récompenses. Le parcours est tracé en pays Masaï, au pied du mont Kenya. Les jours précédant la course permettent la semaine marathon (du 24 au 30 septembre) les participants internationaux pourront découvrir les villages masaï, la culture locale et participer à des safaris pédestres ou motorisés. Tous les bénéfices de l'évènement vont profiter pour financer le nouveau des filles Masaï à travers le « Masaï Girls Project », une organisation caritative enregistrée aux USA et fondée par les organisateurs de l'évènement.

ASIE

Deux nouveaux raids

C'est son virus, sa maladie de toujours. Depuis une vingtaine d'années, Gérard Verdenet court tous les tropiques et toutes les latitudes de la planète. Une centaine de grosses trajectoires au compteur, des destinations arctiques, du désert en pagaïe, de l'Afrique à l'Amérique : pas un carré de terre où il n'ait posé la semelle. D'ailleurs, le « Gégé » proposait aussi ses compétences à quelques organisateurs, en tant qu'agent. C'était, entre autres, le cas de l'Augrabies, dans le Kalahari (Afrique du Sud) ou du Jungle (Brésil). Mais cette fois, il franchit le pas et monte ses deux premiers raids, sur des destinations plutôt méconnues. Le premier pointe la province de Lao Caï et les environs de Sapa, tout près de la frontière chinoise. On n'hésitera pas au superlatif, ce sont les plus belles collines du Vietnam, ancienne villégiature française, au temps de l'Indochine. Un programme de 5 étapes, calibre kilométrique raisonnable (max. 30 km), et une ouverture permanente à la découverte des ethnies. Ce pays est une mosaïque de cultures. H'mong, Khomu, Giay, Tai Lu, Tai Laos... dont on peut partager quelques heures la vie aux rizières et plantations, puis la nuit dans l'intimité des villages. Départ prévu en mai 2013.

Deuxième découverte, plus originale encore, le Laos. A 150 km au nord de Luang Prabang, la course s'articule sur le même principe. On gambade raisonnablement et, le reste du temps, on côtoie les populations, le travail aux rizières ou le repas partagé avec les familles H'mong. Gérard, outre le fait qu'il soit un bon coureur, reste avant tout un voyageur. Il faut que les yeux et le cœur naviguent. Et ce Laos a de quoi nourrir l'imaginaire. Un gros coup de cœur pour les pistes le long de la rivière Nam Ou, ou encore les villages de moyenne montagne qui dominent Nong Kiaw. C'est au bout du monde, au bout de la jungle. Là où personne encore n'avait pensé courir. Dans la forêt aux éléphants, dans les secrets brumeux de l'Asie.

ROGER CALMÉ

L'actu des régions

AQUATERRA

C'est sur le centre du lac [illegible] que les 500 concurrents ont pris le départ le 1er juillet dernier du Trail Aquaterra au programme : trois de 5 à 65 km sur les rives du lac et le Château de Ripaille, à cheval sur 3 départements : Genève, Comme et Pays de Gavot. Originalité du parcours : [illegible] passages de gués, longs, petits ponts, les coureurs suivent les traces de boeufs des [illegible] marchés par les animaux pour aller boire. Le parcours long (65 km, 3000m D+ qualificatif pour [illegible]) est le tour complet du lac, une occasion exceptionnelle puisqu'il est impossible de le faire en dehors de cette course : l'ensemble des propriétés privées, spécialement ouvertes pour l'occasion. Sur [illegible] du lac (65 km), Sébastien Jornet, le vainqueur de l'édition 2011 a remporté l'édition 2012 en 7h08. A l'arrivée, c'est le bonheur du parcours que l'on termine en avant en admirant l'envol des ailes du château de Ripaille et [illegible] du soir, ce moment et ce décor en permanence, même si les paysages en valent le peine on n'a pas le temps de s'arrêter !

Nuit des Cabornes

Le club de trail «Sainte Maxime [illegible]» à 10 km de Lyon, organise la Nuit des Cabornes, une course nocturne avec deux formats (42km, 2000m et 25km, 1000m), le vendredi 07 septembre à noter que l'évènement sera partenaire d'[illegible] une association qui court et parcourt le monde pour faire un tour de chemin avec des enfants et jeunes malades, convalescents ou handicapés. [illegible] par inscription sera reversé à l'association.