

3^{ème} Challenge Run and Skate 2010 Dimanche 28 février 2010

Ce dimanche en ouvrant les volets à 6h30, j'avais comme une sensation de déjà-vu... encore un temps de mer... pour le Run and Skate ! Les nuages étaient lourds et chargés et ne présageaient rien de bon pour le reste de la journée. Heureusement, le vent qui avait soufflé fort pendant la nuit s'était calmé.

Je pars sur Chamonix avec mon frère Cyril et sa copine Emilie. Cyril s'est inscrit comme moi sur la course en individuel et Emilie en équipe mixte avec mon père (elle sur la course à pied et mon père pour la partie ski de fond).

Petit rappel de l'épreuve : le principe est d'enchaîner 12 kms de trail sur neige (voire même glace !) et 18 km de ski de fond. Il est également possible de réaliser cette épreuve en relais. Et depuis que ce challenge est né à Chamonix il y a 3 ans, les organisateurs enchaînent la malédiction sur la météo : 1^{ère} édition sous la pluie avec nécessité de réaliser le parcours ski de fond à Argentière puis retour sur Chamonix en trail, et 2^{ème} édition sous la neige avec 15 à 20 cm de neige qui s'étaient posés sur la piste de ski de fond pendant la partie course à pied et avaient fait souffrir les skieurs dans la poudreuse.

Cette année, la pluie nous accueille à Cluses. Là, on se demande une fois de plus qu'est ce qui nous a tiré du lit douillet pour se lever à l'aube et aller goûter à l'humidité ambiante. Non, non on n'est pas maso, mais on sait qu'une fois en course on oublie souvent les conditions météo et qu'à la fin on sera heureux d'avoir terminé et d'être allé au bout de cette belle épreuve.



Source : <http://www.chamonixsport.com>

Arrivée à Cham : bizarrement j'ai l'impression de connaître toutes les têtes, les habitués du Run and Skate et il y a un gros niveau : les frères Gachet revenus pour défendre leur titre en individuel, Sylvie Negro, Stany Paumier, Sébastien Chaigneau qui court la partie trail... Je retrouve les gens de l'AVOC : Benoît et Richard, Ptit Seb et Lionel, et Christophe qui lui participe en individuel. Il y a aussi des membres des Dragons d'Annecy et des anciens de l'INSA... Bon ben on court en famille ici ! ☺

L'ambiance est détendue, avec les coureurs qui discutent en goûtant au petit déj offert.

Je suis moyennement motivée sous cette pluie, mais de voir tout ce monde, ça me remotive. Avec Cyril, on va poser nos skis et nos sacs sur l'aire de changement de matériel. J'hésite sur ma tenue vestimentaire, et décide finalement par enfiler ma veste coupe-vent, qui me protégera de la pluie, sur un tshirt. J'ai pas trop envie de terminer trempée !

Le briefing a lieu sous la pluie, j'écoute à moitié ce qui se dit en discutant avec un ami et tout le monde se met sur la ligne de départ sous la pluie.

Après un faux départ, on s'élançait finalement sur la neige. Le départ est très rapide, (des fous furieux, c'est pas possible !) et je me dis que je dois déjà être en queue de peloton.



Source : nico-laclusaz

(dossard 37 : Ptit Seb en tête, dossard 29 : Benoît)



J'avance plutôt bien, malgré mon peu d'entraînement actuel en course à pied. C'est d'abord un chemin large, dans de la neige un peu instable, mais aussi sur de la glace où il faut éviter de glisser. Puis, on attaque un single track au bord d'un torrent. Le passage est technique et sympa, il faut éviter de s'écarter du chemin sous peine de s'enfoncer dans la neige molle. Ensuite c'est une montée sur un sentier où je rattrape peu à peu quelques concurrents.

Et nous atteignons la partie qui redescend, on croise alors une partie des concurrents avec une boucle sur une sorte de plateau et on enchaîne avec une descente raide dans un sentier. Je double une concurrente qui peine à descendre et râle sur son incompétence en descente : je l'encourage et lui dis qu'elle me rattrapera sûrement sur le plat (ce qu'elle fera effectivement juste avant le changement de matériel !).

Après la descente, c'est une partie plate, puis à nouveau une petite bosse qui était sortie de ma mémoire. On traverse une zone où l'on voit que le vent a soufflé fort : il y a plein de branches par terre, Sensation étrange de courir seule dans ce décor semi-apocalyptique avec ce temps gris et menaçant... A nouveau du plat où l'on croise les premiers skieurs et enfin une longue ligne droite au bord d'un torrent au bout de laquelle on récupère les skis.

J'arrive sur la zone de changement de matériel, vois mon père qui me demande où est Emilie, je lui dis qu'elle est derrière mais que je ne sais pas quand elle va arriver. J'espère juste qu'elle n'a pas chuté dans les parties glacées et glissantes.



Source : <http://www.chamonixsport.com>

Je me trouve efficace pour changer mes chaussures et rapidement m'alimenter mais en voulant chausser mes skis, il y a comme un problème... Où sont-ils ? Je me souviens pourtant bien où je les avais mis et devant mon petit fanion avec le dossard 117, il n'y plus rien : ni skis, ni bâtons... je commence donc à gueuler en interpellant des gens de l'organisation... et là, je vois dans un coin, à côté de la tente, mes bâtons et mes skis qui m'attendent sagement. Je les mets rapidement en pestant et en me demandant comment ils ont pu arriver là, mais je suis heureuse de les avoir retrouvés. Et la bonne nouvelle, c'est qu'il s'est arrêté de pleuvoir !

Allez hop c'est parti pour 18 km de ski, répartis en 2 boucles... et c'est pas facile... j'ai l'impression de ne pas trouver mon souffle et qu'il aurait fallu davantage de temps entre la course à pied et le ski. Dans le faux plat montant, je me rassure en me disant que je vais pouvoir me reposer dans la deuxième partie, qui je me souviens est plus descendante. Je me fais doubler par la tête de course : individuels et relais... Dur... Mais je rattrape des concurrents plus lents que moi et ça me rassure !

Ils nous ont enlevé « la montée du Pépé » pour risque d'avalanche, mais ils nous ont réservé une belle côte qui n'y était pas l'année précédente. Petit moment de désespoir en bas avant de l'attaquer, allez après c'est que de la descente et du faux plat descendant pour boucler le premier tour ! Lionel me double à ce moment là et m'encourage.

A la descente, j'essaie de récupérer au maximum. Richard me double et m'encourage. On croise les autres concurrents qui attaquent leur 1^{er} ou deuxième tour. Je boucle mon premier tour et m'élance pour les 9 derniers kilomètres. Je double 2 concurrentes et je me retrouve toute seule à skier. Je fais tomber ma gourde en voulant boire, m'arrête, la récupère, j'en ai bien trop besoin ! A nouveau cette partie un peu dure en faux-plat montant, et bosses, puis ça y est la dernière grosse montée. Après c'est tout facile !!!

A partir de là, je rentre à mon rythme jusqu'à l'arrivée : personne devant à rattraper, personne derrière. Je m'applique en 1 temps et me fais plaisir à glisser. Les spectateurs ont déserté, et je trouve ça dommage car il y en a encore qui débutent leur deuxième tour de ski. Finalement j'arrive sur l'aire d'arrivée, Emilie m'encourage et ça me fait plaisir de la voir là. Allez c'est terminé, bien joué...

Avec Cyril et Emilie, on va ensuite manger au chaud dans la salle Pierre de Coubertin.



Source : <http://www.chamonixsport.com>

Bon point de l'organisation : car les années précédentes, on mangeait dehors et il faisait un peu froid. Là c'est agréable de se poser à l'abri, avec un petit verre de vin chaud, une assiette de diots/polente, fromage et tarte aux pommes.

On attend là la remise des prix en discutant entre Insaliens, avec deux connaissances que j'ai plaisir à revoir.

J'ai le droit à monter sur le podium en tant que 3^{ème} femme moins de 30 ans.



Source : nico-laclusaz

Je termine 7^{ème} femme sur 10, pas beaucoup de nanas, mais les filles qui sont là ont du niveau ☺. J'ai mis 2h50 pour boucler l'épreuve et suis un peu déçue du temps que j'ai mis en ski de fond.

L'an prochain, il est possible que je revienne encore pour voir si le soleil veut bien se montrer pour cette belle épreuve, très bien organisée, et très bien récompensée (super tirage au sort avec de très beaux lots à gagner). Merci aux bénévoles qui ont dû poireauter sous la pluie et à ceux qui ont mis en état la piste pour le ski de fond pour les dégager de toutes les branches.

Pauline

PS : merci à Nico-laclusaz pour les photos !