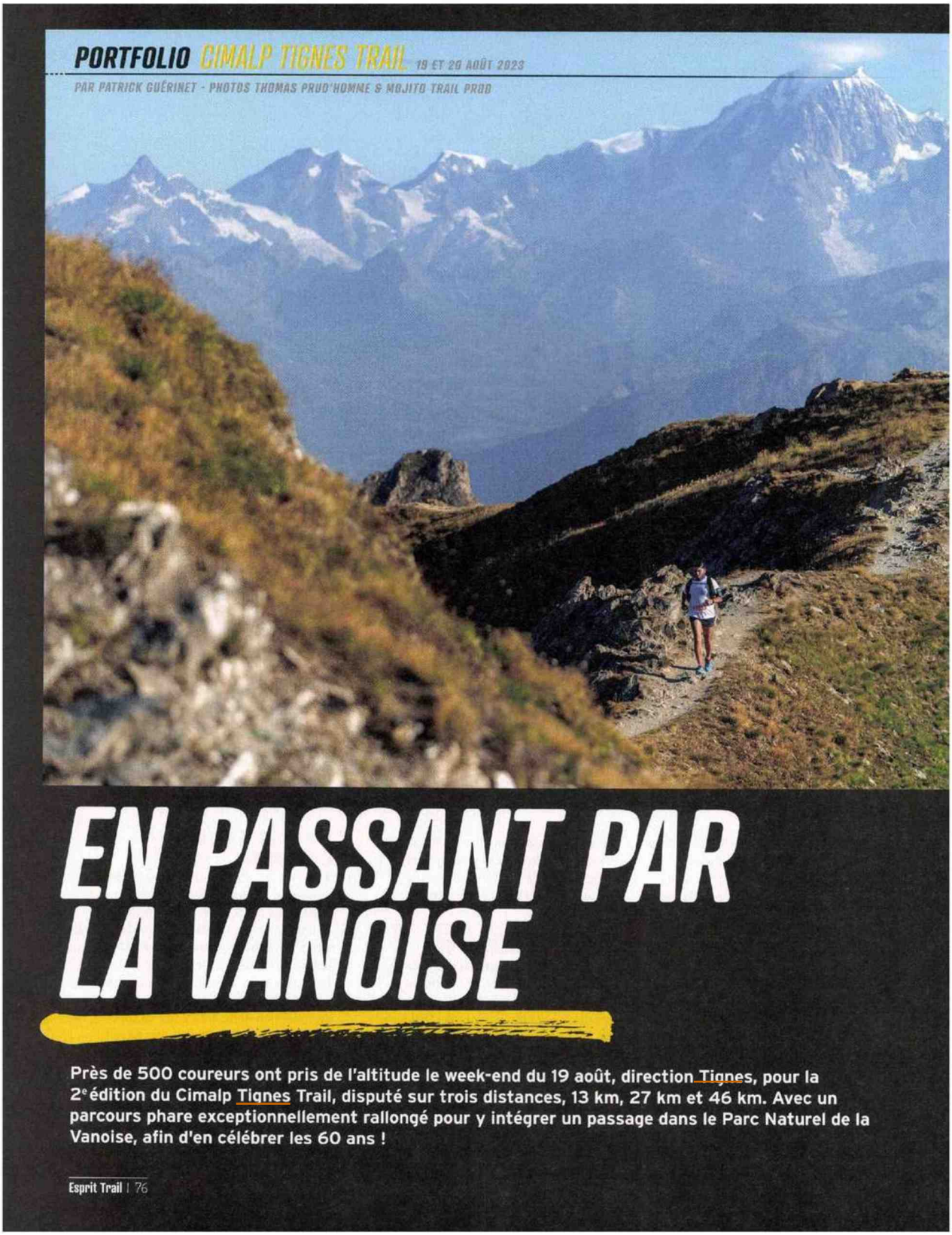
ESPRIT Trail

PAYS : France
PAGE(S) :76-83
SURFACE :760 %
PERIODICITE : Bimestriel

JOURNALISTE : Patrick Guerinet

► **1 octobre 2023 - N°133**



PORTFOLIO CIMALP TIGNES TRAIL 19 ET 20 AOÛT 2023

PAR PATRICK GUÉRINET - PHOTOS THOMAS PRUD'HOMME & MOJITO TRAIL PROD

EN PASSANT PAR LA VANOISE

Près de 500 coureurs ont pris de l'altitude le week-end du 19 août, direction Tignes, pour la 2e édition du Cimalp Tignes Trail, disputé sur trois distances, 13 km, 27 km et 46 km. Avec un parcours phare exceptionnellement rallongé pour y intégrer un passage dans le Parc Naturel de la Vanoise, afin d'en célébrer les 60 ans !

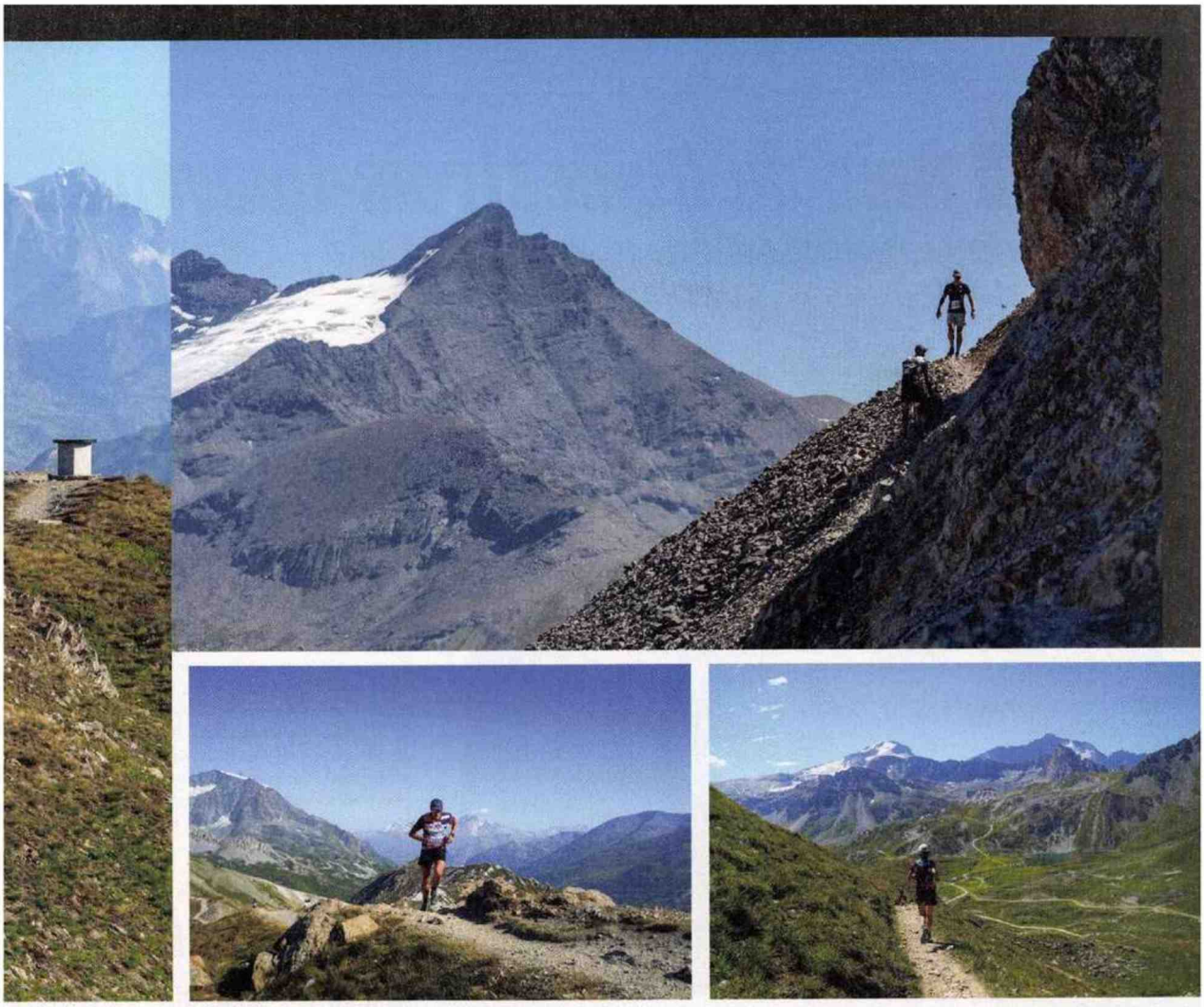
Tous droits de reproduction réservés

ESPRIT Trail

PAYS : France
PAGE(S) :76-83
SURFACE :760 %
PERIODICITE : Bimestriel

JOURNALISTE : Patrick Guerinet

► **1 octobre 2023 - N°133**



La passion du trail a enflammé la station de Tignes ce week-end, en accueillant non seulement les athlètes du Team Cimalp, classé 1er des teams Élite France National en 2023, mais aussi des traileurs venus du monde entier, dont la Néo-Zélandaise Ruth Croft, gagnante de la Western States Endurance Run en 2022, ou encore l'italien Massimo Farcoz. Il faut dire que le lieu vaut le déplacement, tant le cadre est exceptionnel, au cœur d'un stade naturel unique, entre lacs et glaciers, au rythme des plus beaux sommets. Sur l'épreuve vedette de 46 km pour 3 000 m D+ et son incursion dans le Parc de la Vanoise sur des sentiers préservés et dans des espaces grandioses, Benoît Dupraz remettait son titre en jeu. Membre du Team Trail Cimalp depuis 2017, Benoît Dupraz a intégré le groupe un peu par hasard, lorsqu'il a fait la connaissance du team manager Florian Olivier après avoir franchi la ligne d'arrivée de l'UTMB à son côté, à la 108e place. Depuis, l'athlète a réalisé quelques Top 10, dont le Trail des Cabornis (2019 et 2020), le Lyon Urban Trail (2019 et 2022), la SaintéLyon 2021 ou la SaintExpress 2022. En juin dernier, il a signé une belle 8e place sur le 90km du Mont-Blanc. S'il connaissait donc une grande partie du tracé de ce maratrail, Dupraz n'a rien pu faire contre l'Italien Farcoz, qui s'est montré le plus rapide avec un chrono de 5h28. Le Français termine néanmoins 2e, en 5h51. Chez les filles, c'est une étudiante en médecine venue d'Allemagne, Michelle Hassel, qui s'impose en 6h56. Sur le 27 km (1600 m D+), l'ancien fondeur Baptiste Lorier et la championne Néo-Zélandaise l'emportent sans trembler. Enfin, Meryl Forlini chez les hommes et Lisa Giffon chez les filles concluent le palmarès 2023 en montant sur la plus haute marche du podium du 13 km (750 m D+). ●

BIENVENUE DANS UN STADE NATUREL UNIQUE, ENTRE LACS ET GLACIERS, AU RYTHME DES PLUS BEAUX SOMMETS.

Tous droits de reproduction réservés

ESPRIT Trail

PAYS : France
PAGE(S) :76-83
SURFACE :760 %
PERIODICITE : Bimestriel

JOURNALISTE : Patrick Guerinet

► **1 octobre 2023 - N°133**

Grand Raid du Guillestrois-Queyras

TECHNIQUE, SAUVAGE, GRANDIOSE !

7 juillet – Guillestre (05)

Essai transformé pour cette deuxième édition du « trail plus plus haut d'Europe », avec plus de 1000 concurrents rassemblés autour de Guillestre sur quatre parcours de haute volée. Le plus long, l'Ultra Tour a fait sensation avec ses 166 km et plus de 11000 m de dénivelé. Une folle épopée alpine à travers 13 cols à plus de 2300 m et 7 lacs avec une altitude moyenne de 2008 mètres précisément. 217 coureurs se sont élancés à l'assaut de cet ultra déjà réputé comme l'un des plus durs d'Europe. Cet itinéraire façon « 12 travaux d'Hercule » comptera 56% de finishers. Col de Furfande, vallée des Fonts, col de Péas, Pic de Caramantran... les spots du Queyras et du Guillestrois se sont enchaînés sans relâche, offrant des paysages éblouissants sur un terrain exigeant. La victoire semblait promise au Haut-Alpin Romain Olivier, vainqueur de la première édition. Mais le favori local a jeté l'éponge au refuge Agnel, souffrant d'une malléole enflée. L'Ariégeois Antoine Biard a alors pris les commandes, terminant devant Julien Lagneau et Antoine Lecocq. Côté dames, Christine Tousch, l'Alsacienne du Colmar Trail Aventures s'est imposée avec une belle avance. La Grande Traversée (100 km et 6600 m D+) reliant Abries à Guillestre fut elle aussi un beau concentré des merveilles des Hautes-Alpes. L'Annecien Antoine Lamboy-Martin a été le plus rapide en 13h24, rejoint sur le podium par Flavie Bruyneel (17h02). Sur le Trail des Crêtes (65km et 4250 m D+) lancé à Saint-Véran, les lacs Sainte-Anne et Miroir, le Val d'Escreins et le Pic d'Escreins étaient au programme. Cédric Goléa (8h22) et Marine Charnet, sous la barre des 10h, ont été les plus costauds. Enfin la plus courte des distances, le Trail des Lacs (45km), a vu Stéphane Ricard (5h56) et Alix Muller (7h02) l'emporter. ●

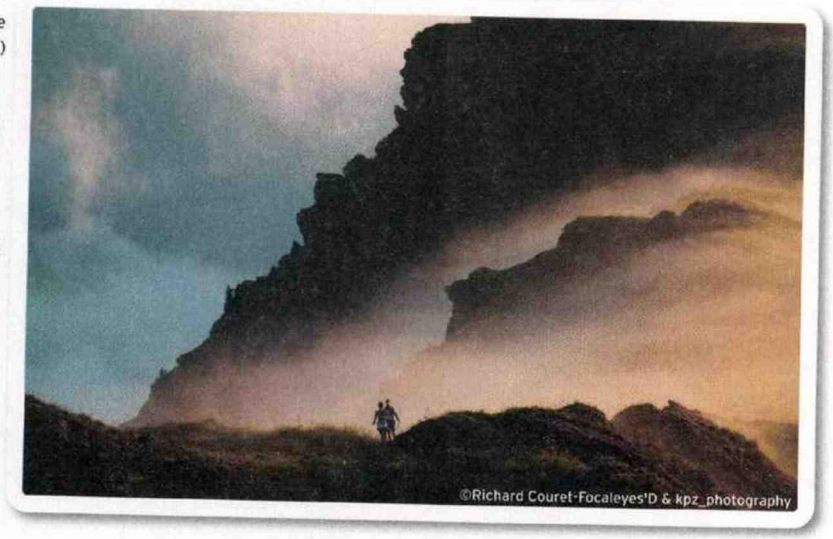
©Manu Mollie

Mad'Trail

15 juillet – Valmorel (73)

PLUIE DE RECORDS À VALMOREL

Le bourg de Valmorel était à la fête pour ce Mad Trail qui affichait complet depuis plusieurs semaines, avec près de 800 participants (sans compter les enfants !) répartis sur six distances, du KV de 3 km à l'ultra de 63 km. On retiendra de cette 9e édition qu'Eliot Retulli a explosé le record du Marathon de la Lauzière de 24 minutes (45 km et 2550 m D+). Sur le plus long circuit (63 km et 3900 m D+), Gwen Masson aussi a battu le record en 8h12, Peggy Mugnier décrochant les lauriers de la course féminine en 11h52. Sur le 28 km, nouveau chrono de référence aussi, signé Yann Alarçon en 2h53. Sur le 16km, une autre belle performance de Pierre Pollet, sacré en 1h27. Au cœur du peloton, une ovation pour l'Association Le Chemin d'Axel qui a fait l'ascension du Crève-Tête en joelette. ●



©Richard Couret-Focaleyes'D & kpz_photography

Tous droits de reproduction réservés

ESPRIT Trail

PAYS : France
PAGE(S) :76-83
SURFACE :760 %
PERIODICITE : Bimestriel

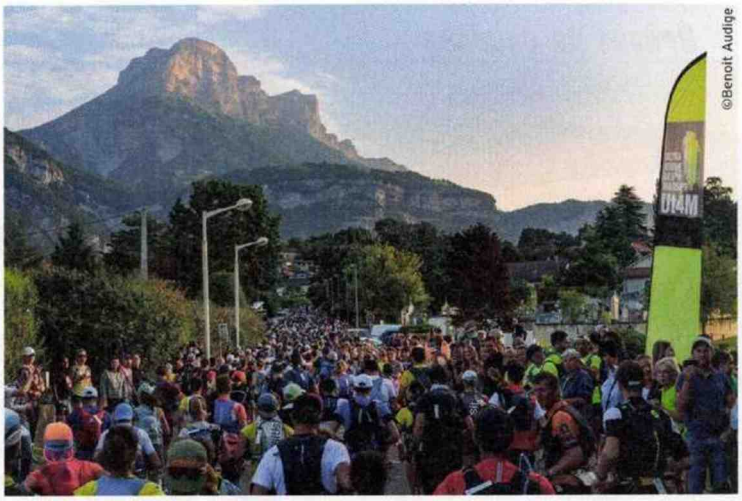
JOURNALISTE : Patrick Guerinet

► **1 octobre 2023 - N°133**

UT4M

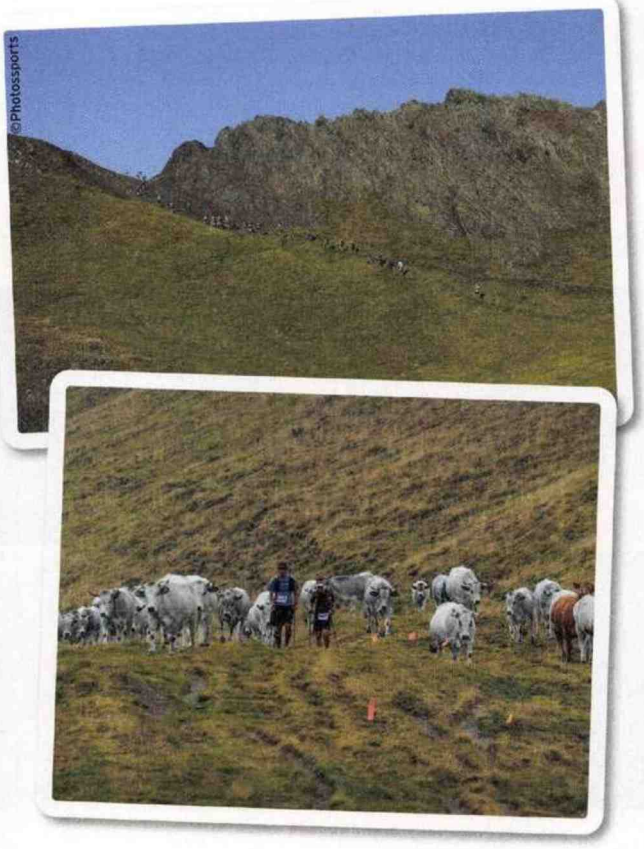
20-23 juillet – Grenoble (38)

COUP DE CHAUD SUR LES 4 FANTASTIQUES



©Benoit Audige

Trait d'union entre 4 massifs - Vercors, Taillefer, Belledonne et Chartreuse - fort de 12 courses et d'une ribambelle d'options, cet Ut4M a une nouvelle fois enchanté ses 3 400 engagés, même si cette édition fut servie avec quelques degrés de trop au niveau du thermomètre. Que retenir de cette 11e mouture ? Tout d'abord le chrono épatant de Lucie Croissant, qui a bouclé le XT160, plus longue distance au programme (175 km avec 11 510 m D+) en 35h34, avec 1h d'avance sur Kaori Niwa. Mais aussi bien sûr l'abandon du favori et vainqueur sortant Casquette Verte (Alexandre Boucheix) dans Belledonne, perclus d'ampoules, laissant le champ libre au Dijonnais Régis Ruchaud. Ancien vététiste converti au trail suite à la pandémie de Covid, Ruchaud avait dû renoncer en bout de course sur le format 4 x 40 l'an dernier. Il s'était donc attaqué cette année au plus gros morceau sans prétention de victoire, mais avec un goût de revanche dans la bouche. Il a créé la surprise d'abord en tenant tête à Casquette Verte, puis en s'imposant en 27h41, avec 3h d'avance sur son poursuivant. Un champion à suivre ! ●



©Photossports

Grand Raid des Pyrénées

24-27 août – Vielle-Aure (66)

UN GRP BIEN TREMPÉ

Que d'eau, que d'eau ! C'est dans des conditions météorologiques compliquées, avec des orages nocturnes violents, que se sont en partie déroulées les 6 épreuves du Grand Raid des Pyrénées 2023, dont certaines ont même été neutralisées. Sur le plus grand des formats, l'Ultra Tour 160 (164 km et 9 943 m D+), le Portugais Guilhermo Lourenço, parti en tête dès le départ, a pris une vingtaine de minutes d'avance puis a contrôlé la course jusqu'au bout pour l'emporter en 23h 54mn 16s, tandis que Céline Finas, membre de la prestigieuse Evadict Women Team a voyagé en solitaire et signé un chrono de 31h 33mn 25s qui lui vaut une 16e place au général. Il y a eu un peu plus de suspense sur le Tour des Cirques (121 km et 7 116 m D+), où Baptiste Hagneré et Aurélie Morisaux ont fini par s'imposer, tandis que les favoris Maxime Cazajous et Virginie Alleaud ont surnagé sous des trombes d'eau remporter leur Tour des Lacs (80,2 km et 5 163 m D+). Des conditions de course qui ont fortement marqué Sylvaine Cussot, 4e de cette épreuve et athlète pourtant expérimentée, qui a qualifié sa journée sous les orages de « *terriblement angoissante* » ! Enfin, on notera sur le Tour du Moudang (62,9 km et 3 608 m D+) les victoires de Julien Lacomme chez les hommes et d'Aurore Dacier chez les femmes. ●

Tous droits de reproduction réservés

ESPRIT Trail

PAYS : France
PAGE(S) :76-83
SURFACE :760 %
PERIODICITE : Bimestriel

JOURNALISTE : Patrick Guerinet

► **1 octobre 2023 - N°133**

Trail des Étoiles

13 août - Molines-en-Queyras (05)

PLUS PRÈS DES ÉTOILES

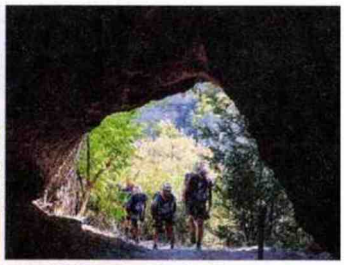
Le soleil avait pris ses quartiers dans les hautes vallées du Queyras pour cette 3e édition du Trail des Étoiles. Les 4 courses au programme ont rassemblé 800 traileuses et traileurs sur les deux parcours nature de 10 et 17 km le long de l'Aigueblanche, et les deux tracés phares du week-end, support du Challenge des Trails de Provence : le Trail des Étoiles (36 km et 2 200 m D+) et la déjà mythique Route des Contrebandiers (56 km et 3 600 m D+), avec son parcours sauvage évoluant en aller-retour par les deux points de passage de contrebande du sel au XVIIIe siècle, et qui est sur le podium des trails les plus hauts de France avec son altitude moyenne à 2 414 mètres. Sur le 36 km, le régional de l'étape Julien Michelon l'emporte après un cavalier seul et améliore le record de l'épreuve de 12 minutes en 3h20. Chez les filles, récital de la Squadra Azzura avec un triplé italien et la victoire de Martina Chialvo, 8e au scratch. Sur la Route des Contrebandiers, c'est dans la dernière difficulté, une montée one shot de 1300 m+ sur le terrible enchaînement Colle di Saint-Véran/Pic de Caramantran, que le redoutable Britannique Andy Symonds s'est détaché pour aller cueillir son trophée de contrebandier 5 étoiles en 6h12. Victoire chez les filles de la Belge Dorota Kosinska en 8h07, 16e au scratch. ●

Sud Raid Adventure Race

L'AVENTURE, C'EST L'AVENTURE !

19-25 août – Veynes (05)

Moins de 96 heures ! C'était le délai maximal imparti pour venir à bout de cette épreuve extrême enchaînant les disciplines en non-stop, de jour comme de nuit, en équipe de quatre. Course à pied, mais aussi VTT, packraft, alpinisme, spéléologie, via ferrata, roller, swimrum, les participants ont jonglé d'un sport à l'autre sans temps mort pour un total cumulé qui donne le vertige : 310 km et 11 000 m D+. Le tout parcouru sans balisage, uniquement à l'orientation, dans un cadre magnifique, autour de Veynes, entre Dauphiné et Provence, Alpes et Méditerranée. Ce raid aventure, qui n'en était qu'à sa 2e édition, est déjà considéré comme le plus exigeant du monde. Des eaux cristallines du lac de Serre-Ponçon aux pics surplombant Risoul 1850, en passant par les forêts de Vars, les concurrents ont dû repousser leurs limites physiques et mentales pour venir à bout des 15 sections programmées. Après une course étouffante, la team Absolu Raid Cap Ganguise s'impose en un peu plus de 70 heures, 30 minutes devant la BimBim Team, et devient championne d'Europe de Raid Adventure. Avec un ticket pour la finale mondiale en Nouvelle-Zélande. ●



Tous droits de reproduction réservés

ESPRIT Trail

PAYS : France
PAGE(S) :76-83
SURFACE :760 %
PERIODICITE : Bimestriel

JOURNALISTE : Patrick Guerinet

► **1 octobre 2023 - N°133**

Matterhorn Ultraks

25-27 août – Zermatt (Suisse)

LES 4 SAISONS AU PIED DU CERVIN

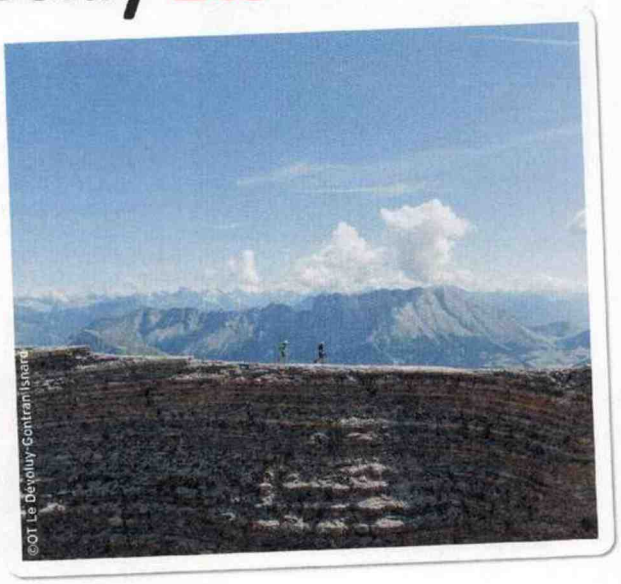
Entre franches averses, folles bourrasques et rayons de soleil, la météo fut bien contrastée ce week-end de fin août au Sud du Valais. Cela n'a pas empêché les 3 200 coureurs - un record ! - de prendre du plaisir sur les sentiers entourant le célèbre village de Zermatt. La course Extrême a ouvert les feux sur son parcours vertigineux (25 km et 2 876 m de dénivelé). Course officielle des Skyrunner World Series, elle regroupait un peloton Elite impressionnant. L'Espagnol Manuel Merillas (3h19) et la Russe Anastasia Rubtsova (4h10) ont été les plus rapides. La Vertinight, modifiée en dernière minute suite aux rafales de vent annoncées, a été dominée par les héros locaux, le couple Martin Anthamatten/Victoria Kreuzer. Le lendemain, le ciel était dégagé au départ des courses Sky (49 km) et Mountain (32 km), avec une vue divine sur la pyramide du Cervin, avant que les choses ne se gâtent au fil de la journée, obligeant le gros du peloton de la Sky a escamoter Trift, dont le sommet était balayé par un vent violet. Passés bien avant, le Britannique Andy Symonds (Team Scott - 5h24) et Marine Quintard (Team Odlo - 6h21) se sont imposés à Zermatt. ●

Grande Trace Dévoluy Été

2-3 septembre - Superdévoluy (05)

L'ALPI-TRAIL À L'HONNEUR

Programmée en même temps que l'UTMB, la 5e édition de la Grande Trace Dévoluy Été, petite sœur de la célèbre course de ski-alpinisme, se courait à guichets fermés. 102 binômes étaient au départ de cette épreuve en binôme sur des parcours typés alpi-trail répartis en 2 étapes rythmées par plusieurs passages aériens et très techniques, notamment les chourums, des cavités naturelles propres au massif du Dévoluy, raison pour laquelle les casques et baudriers font partie de l'équipement obligatoire. Les coureurs ont d'ailleurs souligné le côté technique et unique de la course. Yannick Gast, responsable sécurité et guide de haute montagne, expliquait ainsi que pour au niveau du gouffre de la Traversée Héroïque, il avait fallu 3 jours de préparation en amont et 10 bénévoles sur 100 mètres de dénivelé le jour de la course. Au terme des deux étapes, 20,5 km, 2 180 m D+ et 2 000 m D- le premier jour, 26,1 km et 2 390 m D+/D- le 2e, le spécialiste du skyrunning Sylvain Cachard et son binôme Pierre Martinez l'ont emporté haut la main, avec un chrono total de 6h33. Victoire chez les femmes de Léa Parat et Guillaumette Signorini en 9h21, et en duo mixte de Tamara Bailleux et Matthieu Neirynck en 8h17. ●



©OT Le Dévoluy-Gontran Isnard

Tous droits de reproduction réservés

ESPRIT Trail

PAYS : France
PAGE(S) :76-83
SURFACE :760 %
PERIODICITE : Bimestriel

JOURNALISTE : Patrick Guerinet

► **1 octobre 2023 - N°133**

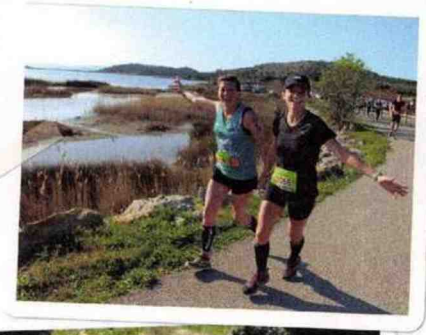
Prochains dossards

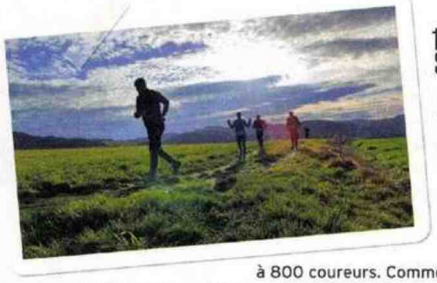
2 et 3 décembre - Roquefort-sur-Soulzon (12)

Hivernale des Templiers

UN JOUR PARTICULIER

Plongez dans les Grands Causses sur cette Hivernale minérale et gourmande au pays des cités Templières et du Roquefort. Cette année, l'Astragale, distance reine, s'annonce plus courte et bien nerveuse sur 63 km (2 200 m D+) avec une montée sur le Larzac et puis une descente plongeante sur Tournemire. Autres options possibles : 35 km (1 440 m D+), 26 km (1 130 m D+), 16 km (750 m D+), 13 km (540 m D+) ou bien 7 km nocturne. Quelle que soit la formule choisie, vous vivrez un jour particulier au milieu d'un causse qui, selon le baromètre et le thermomètre, impressionnera par son dépouillement.
www.hivernaledestempliers.com





14 janvier
Saint-Martin-en-Haut (69)

Hivernale des Coursières

Un tour au cœur des monts du Lyonnais sur cette Hivernale qui propose un 32 km (1 170 m D+) et un 15 km (460 m D+) ouverts à 800 coureurs. Comme l'an dernier, les parcours vous emmèneront du côté de Larajasse, Sainte-Catherine et Saint-André-la-Côte.
www.traildescoursieres.fr

9 et 10 décembre – Gruissan (11)

Gruissan Poli Trail

Nouvelle date, nouveau programme pour cette 18e édition qui proposera 12 km, 18 km, 25 km et 50 km à parcourir en solo ou en relais sur les reliefs du massif de La Clape avec vue sur la Méditerranée, le village de pêcheurs de Gruissan en point de mire. À l'arrivée au Palais des Congrès, on retrouvera le traditionnel cassoulet.
www.gse-oragnisation.org

ON ADORE !

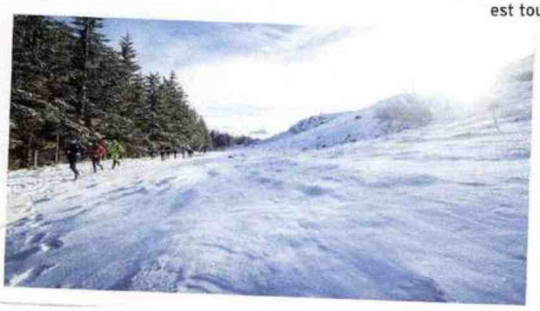
DE LA MAGIE AU PAYS DES PUYS
Le décor est enchanteur avec d'un côté la Chaîne des Puys, de l'autre le Massif du Sancy. Et les vues se multiplient depuis le vaste plateau nordique aux faux-airs de steppes lointaines. L'ambiance sera servie bien fraîche, très souvent sur fond blanc.

ON CHOISIT LE MENU LE JOUR J
Le départ sera commun aux deux courses de 23 km et 1 050 m D+ ou 33km et 1 600 m D+. Ici, on choisit sa distance dans le vif du sujet au 9e km, dans la montée vers le lac du Guéry. À droite pour le long, à gauche pour le court, c'est selon. Pour ceux qui jouent la gagne - un paquet ! - cette décision rebat les cartes.

L'ORGA EST EXTRA
L'association XTTR63, épaulée par de charmants bénévoles, assure et l'ambiance est toujours chaleureuse autour du Mont-Dore. Les inscriptions ouvrent fin octobre et les 1600 dossards sont très vite pris d'assaut. Si vous voulez être de la fête, restez donc aux aguets sur le site de la course.
www.xttr63.com

14 janvier – Mont Dore (63)

Trail Hivernal du Sancy



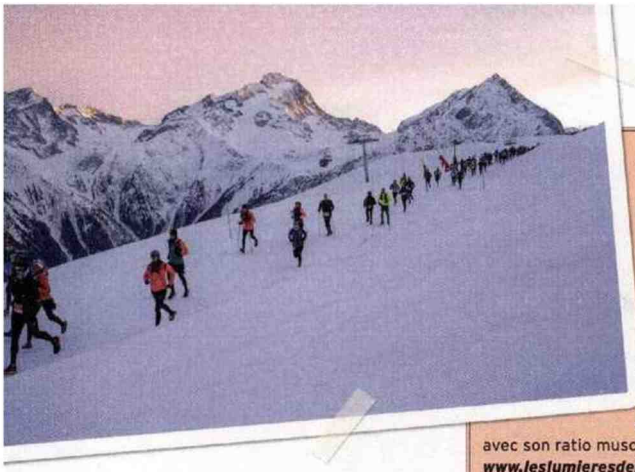
Tous droits de reproduction réservés

ESPRIT Trail

PAYS : France
PAGE(S) :76-83
SURFACE :760 %
PERIODICITE : Bimestriel

JOURNALISTE : Patrick Guerinet

► **1 octobre 2023 - N°133**



20 janvier – Les 2 Alpes (38)

Trail des Lumières de la Muzelle

BIEN ILLUMINÉ !

Autour de la station iséroise, on mixe les joies de la course sur neige en profitant de beaux jeux de lumières. Coucher de soleil, ballet de frontales et scintillements des villages illuminés ajouteront un brin de magie à ce défi hivernal. Trois options sont proposées : un 10 km au profil descendant (600 m D-) accessible aux débutants, un 21 km s'adressant aux coureurs plus confirmés (680 m D+) et enfin un maratrail de 42 km sur la neige qui fera bien suer les plus entraînés, avec son ratio musclé de 1 630 m D+ et 2 060 m D-. Un format inédit en France !

www.leslumieresdelamuzelle.com

20-21 janvier – Font-Romeu (66)

Romeufontaine

C'est l'une des plus anciennes épreuves de trail sur neige de France. 4 courses au programme ce week-end de janvier à Font-Romeu. D'abord, un trail semi-nocturne gratuit le samedi soir pour se mettre en jambes. Puis le dimanche, au choix, 30 km (1 200 m D+), 21 km (800 m D+) ou 12 km (400 m D+). Les parcours, engagés, alternent entre chemins, pistes de ski de fond damées et passages « trappeurs ». En toile de fond, des vues magnifiques sur la Cerdagne, le Pic Carlit et le lac des Bouillouses. L'an dernier, un bon mètre de poudreuse toute fraîche, de folles rafales de vent et un froid mordant avaient rendu l'expérience particulièrement éprouvante.

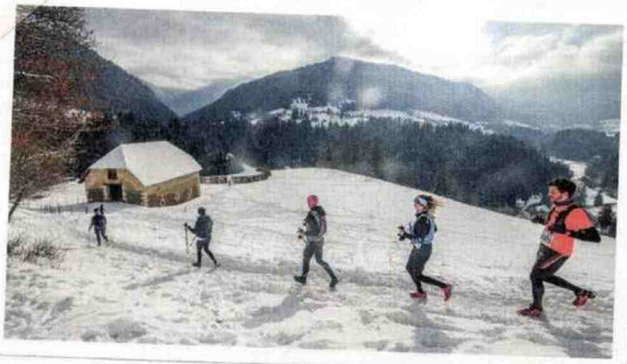
www.romeufontaine.org

21 janvier – Le Touquet (62)

Trail D2B

Au menu de ce trail du littoral de la Côte d'Opale piloté par la championne Karine Herry, une balade entre dunes et plages servie sous une météo traditionnellement rude. Les plus entraînés pourront s'attaquer à l'Endurance Trail de 37,5 km. Plus accessibles, le 23,5 km (1400 compétiteurs), le 11,5 km (750 compétiteurs) ou bien le 4,5 km pour les plus jeunes

www.traildes2baies.fr



27-28 janvier – Saint-Pierre-de-Chartreuse (38)

Raidlight Winter Trail

Rendez-vous à Saint-Pierre-de-Chartreuse, fief de la marque Raidlight pour ce trail blanc décliné en trois versions. Premier lancé le samedi soir, le 8 km (400 m D+) passera par les hameaux entourant le village en semi-nocturne. Le lendemain de bon matin, deux nouveaux départs au pied du bâtiment de l'équipementier pour 15km (700 m D+) ou 25km (1350 m D+). Entre pistes damées et portions plus engagées, ces itinéraires seront plus ou moins exigeants en fonction de l'enneigement du moment. Et si le ciel est dégagé, vous profiterez des vues sur le Charmant Som, Chamechaude, Grand Som mais aussi bien sûr la Chartreuse, dont la célèbre liqueur sera à l'honneur.

www.chartreusewintertrail.fr

Tous droits de reproduction réservés