

TRAIL DU ROUVRAY
(St Etienne du Rouvray – 18 novembre 2018)



Un nouveau réveil matinal pour 5 marcheurs nordiques ce dimanche matin pour se rendre à Saint Etienne du Rouvray et participer au Trail du Rouvray.

Il fait super beau, le ciel est d'un bleu limpide et donc il fait assez froid ce matin.

Un nouveau parcours attend les marcheurs. Les dossards sont donnés cette année au gymnase de l'INSA, très pratique cela nous permet de rester au chaud avant le départ qui sera donné dans la forêt à 500 de là.

Le départ du 11 km marche nordique est donné à 112 participants visiblement prêts à en découdre vu la vitesse des premiers. Par contre comme toujours une partie des concurrents préfère courir tout en étant inscrit sur la marche.

Le parcours qui passe cette année par les fameuses grottes de la forêt du Rouvray est assez facile puisque pas vraiment de dénivelé (D+120), mais il n'y a pas un seul moment de répit.

Nous retrouvons donc dans l'ordre d'arrivée, Patrice qui fait une 11^{ème} place (1^{er} M1) malgré un mollet douloureux qui a failli le faire abandonner au 3^{ème} km.

Alain arrive un peu plus de 3 minutes derrière, énervé de voir les autres courir, mais faisant une très bonne course en arrivant en 22^{ème} position.

Suit Yves 1 minute après à la 32^{ème} place, déçu de ne pas rentrer dans les 30, malgré une bonne course.

Puis arrive ensuite Anne-Sophie en 56^{ème} position.

Et enfin, Chantal qui pour sa 1^{ère} course et après seulement 3 séances d'entraînement arrive tout sourire en 73^e position avec un très bon temps. Avec une technique de marche qui va s'améliorer au fil des entraînements, nul doute que Chantal se rapprochera très rapidement de la tête de course.

Encore donc un podium pour les marcheurs en ce début de saison puisque Patrice termine 1^{er} Master 1.



Un grand merci aux organisateurs qui, il faut le noter récompensent les marcheurs à la même hauteur que les coureurs.

Classement sur 112 concurrents :

Place	Nom	Chrono	Moyenne	Clt/Cat	Cat	Clat/Sexe
11	Patrice R	1:19:08	8,34	1	M1H	10
24	Alain LM	1:22:38	7,99	10	M3H	19
32	Yves LG	1:23:41	7,89	14	M3H	26
56	Anne-Sophie G	1:27:26	7,56	9	M1F	18
73	Chantal B	1:31:05	7,25	13	M2F	30

