

## TRAIL DES IRAIDUCTIBLES (Clères – 3 mars 2019)



Une petite course de reprise s'offrait à 4 de nos marcheurs nordiques ce dimanche matin à Clères.

Pas de dossard, ni de récompense ou classement pour cette marche de 7 km (8,1 en réalité !), donc pas de véritable enjeu, et pourtant...

Comme souvent, le départ se fait juste après les coureurs, enfin bon en même temps pour ceux qui n'ont pas compris le message de Pascal, speaker de la course.

*Bon, le départ est donné,  
c'est le moment de  
coordonner nos montres !*



Le départ se fait sur une montée en bitume et Patrice se place en tête au bout de 300 m.

Raynald, suit à quelques enjambées mais cherche un peu son souffle en fin de montée.

Anne-Sophie et Alain surpris par le départ montent plus tranquillement, prenant même le temps de se faire photographier à mi pente.

Patrice en profite pour se tester et garder la tête de la course en slalomant entre les traileurs, mais pas facile de garder le rythme tout seul.



Raynald tente de garder sa 2<sup>ème</sup> place et talonné par un concurrent revient petit à petit sur Patrice.

Alain a accéléré et reste en embuscade mais le temps perdu au départ ne se rattrape pas.

Anne-Sophie, de retour de blessure fait sa première marche depuis 3 semaines et même si la vitesse est bonne n'est pas à fond pour éviter de se blesser de nouveau.



La fin de parcours se fait dans le parc de Clères, très sympa de marcher entre les wallabys.

Patrice gagne donc cette course sans enjeu en 1h01, suivi par Raynald à un peu plus d'1min.

Alain termine un peu plus loin en 1h06 et Anne-Sophie en 1h16.



L'ACB aura donc bien été représenté encore une fois.

Place	Nom	Chrono	Moyenne
1	Patrice R	1:01	8
2	Raynald T	1:02	7,8
5 ?	Alain LM	1:06	7.3
?	Anne-Sophie G	1:16	6.4

