

Trail de Noël

(Montigny – 21 décembre 2014)



Seize marcheurs de l'ACB ont répondu présent à la participation de l'épreuve de marche nordique du trail de Noël de Montigny.

Après un échauffement rapide au milieu des autres participants (+de 1000 coureurs et 93 marcheurs), le départ est donné.

Chaud bouillant et prêt à ne pas se faire déborder dès le début de l'épreuve, Patrice fait les 150 premiers mètres en tête, mais il est vite dépassé par 3 marcheurs et rejoint par 3 autres.

Les 3 premiers creusent rapidement l'écart, en effet leur technique ressemble plus à de la marche athlétique ou de la course.



Vers le 5^{ème} km, Cyrille et Pierre reviennent sur le groupe de poursuivant.

Un peu plus loin, Fabrice et Philippe, en Père Noël écossais, ont lâché Michel et Anne-Sophie qui font la course en « chasse patate ».

Martine et Yves auront tout au long de la course Anne-Sophie en ligne de mire, mais sans jamais pouvoir la rejoindre.



Juste derrière Brigitte, Inès et Colette se regroupent très tôt dans la course et resteront ensemble jusqu'à l'arrivée, comme un peu plus loin Catherine et Monique.

Enfin, Valérie, qui fait sa première course les suit à distance.



En tête, la bataille pour la 5^{ème} place se fait dans la bonne humeur et les relais se font bien jusqu'à l'épreuve de vérité.

La côte des sangliers avec sa pente moyenne à 22% et un passage à 40% fait mal à tout le monde et le classement, comme on s'y attendait se joue dès le début et surtout dans la relance sur le faux plat. Nul doute que la sortie fin novembre



pour découvrir le parcours et surtout cette fameuse côte aura permis à tous de mieux l'appréhender et surtout de repartir avec un bon rythme sur la fin.

Pierre, sachant qu'il aura de toute façon du mal, part le premier sur un rythme très élevé, mais se fait rapidement dépasser.



Cyrille part de loin, il avait pris ses distances dans la descente, mais monte très rapidement et gagne des places. En haut, il est 8^{ème}.

Patrice, après un petit coup de moins bien sur le bitume, comme d'hab, ne veut pas tout donner dans la côte, il est juste derrière en 13^{ème} position, mais comme il en a encore sous le pied, il voit très vite Cyrille en point de mire. Pierre est juste derrière, et c'est en s'encourageant mutuellement que la course se poursuit.



Cyrille, au bord des crampes et Pierre trop loin ne peuvent pas aller chercher la 9^{ème} place pourtant à portée de bâtons.

Pour que cette place revienne à l'ACB il faut donc les encouragements de Cyrille et un sprint final de Patrice alors qu'il a cassé une pointe quelques centaines de mètres plus tôt en sortie de forêt et perdu quelques précieuses secondes pour mettre les pads.

A peine le temps de souffler et les autres marcheurs arrivent les uns derrière les autres dans de très bons temps.

A voir les sourires de tous à l'arrivée, ce fut une bonne expérience pour tout le monde et en plus les résultats sont là pour l'ACB.

Enfin un grand merci pour les encouragements des spectateurs et surtout ceux de Christophe Tinel, qui faute de pouvoir participer à la marche, nous a tous très fortement encouragés et à plusieurs endroits du parcours. C'est fou comme cela peut aider à relancer la machine !

BRAVO A TOUS !

Class.	Dossard	NOMS et Prénoms	Cat.	Temps	Class./Cat.	Vitesse (km/h)
9	451	RENARD Patrice	V1H	01:25:12	3 - V1H	7,9
11	460	BERTOUT Cyrille	V1H	01:25:30	4 - V1H	7,9
12	458	CARPENTIER Pierre	V3H	01:26:00	3 - V3H	7,8
19	453	MALANDAIN Fabrice	V1H	01:32:35	6 - V3H	7,3
25	404	MOAL Philippe	V2H	01:34:35	6 - V2H	7,1
32	481	LAPORTERIE Huguette	V3F	01:36:00	1 - V3F	7,0
33	462	BEAUPLET Michel	V3H	01:36:30	6 - V3H	7,0
37	456	GARET Anne-Sophie	V1F	01:37:45	7 - V1F	6,9
39	459	CARPENTIER Martine	V3F	01:38:35	2 - V3F	6,8
40	454	LE GARS Yves	V3H	01:38:40	8 - V3H	6,8
45	450	SIMEON Brigitte	V2F	01:42:15	5 - V2F	6,6
46	452	QUINQUIS Inès	V1F	01:42:15	8 - V1F	6,6
47	463	BEAUPLET Colette	V3F	01:42:15	3 - V3F	6,6
61	455	LE GARS Catherine	V3F	01:46:55	5 - V3F	6,3
62	457	DESANNAUX Monique	V3F	01:46:55	6 - V3F	6,3
80	461	AUTIN Valérie	V1F	01:54:20	19 - V1F	5,9

