

Saluts les cops,

Je vous donne des nouvelles de Jean-claude et moi qui avons affronté la terrible épreuve du Forest Trail 31 la nuit dernière.

Les conditions étaient exceptionnelles.... jusqu'à 2h30 du départ où des trombes d'eau se sont abattues sur le secteur de la course, transformant en borbier et cloaques immondes sentiers de forêt, bords de champs, et chemins de boue. Dans ces conditions le meilleur, un "bon" national a mis 4h10 pour couvrir la distance officielle de 46,5 km pour 1100 m de dénivelé positif, soit 11 km/h !!!

Pour vous dire la difficulté, le trail du Confluent 2009 était un petit amuse-gueule, le trail des citadelles 2005 ([voir récit sur ce même site](#)) était gentillet... comparés à cette épreuve un tantinet longue et éprouvante.

La quasi totalité du parcours a donc été un combat contre la boue pour rester debout envers et contre tout. C'est que nous étions en plein territoire de Limagne et l'argile omniprésente s'est transformée avec l'apport d'eau massif et le passage des premiers en une pâte gluante et collante qui a allourdi en permanence nos chaussures et perturbé nos appuis.

Autour de nous beaucoup de découragement, de fatigue, de cris (chutes) et 3 chevilles foulées. 156 fous sur le parcours avec de grands trous entre les petits groupes et coureurs isolés. Solitude dans la nuit sombre garantie, et pour progresser dans la gestion de ses peurs il n'y a pas mieux ! Les longues montées ont parfois été franchies à 2 km/h tant cela glissait et parfois l'on reculait même (n'est-ce-pas Jean-claude ?) ! Quant aux descentes cela s'est passé parfois douloureusement, en glissade plus ou moins contrôlées et avec peu de certitudes sur l'appui de la foulée suivante. Les branches de bordures de sentiers ont beaucoup souffert, tant nous les avons utilisées.

Après 2 égarements (balises fluo non vues), un jeune trailer malade à aider, un changement de pile calamiteux... Jean-claude et moi, solidaires jusqu'au bout avons réussi à arriver à bout de la boue, et à **joindre l'arrivée à 1H du matin en... 6H45 (7 km/h)** sans avoir chômé.

Sinon l'ambiance de nuit, surtout dans les forêts, était magique avec les hiboux comme seuls compagnons et les petites plaques fluo comme seules guide (1500 petites plaquettes de 2cm sur 5cm, disposées habilement) pour rejoindre sans trop se perdre l'arrivée. L'organisation (fléchage Macadam) très pro et la sécu au top ont été bien utiles dans ces conditions.

Nous avons regretté qu'il n'y ait qu'un seul ravito au 21ème kilo que nous avons rejoint en 2H20. Ensuite il nous a fallu 4H15 pour faire les 25 derniers kilos (les plus durs) et ce fut très juste en flotte. A refaire... par beau temps et sol sec uniquement ! Bonne récup et à bientôt sur le **trail des forgerons le 20 mars**. C'est un trail court de 30km bien agréable et loin d'être aussi dur que le forest trail.

Amicalement,

Laurent

Résultats : 156 inscrits, 130 arrivés et 26 abandons

Rang
Temps
Coureur

1er
04:08:35
Perrier Sébastien

111

Forest Trail 31 - 19/02/11

Lundi, 21 Février 2011 07:00 - Mis à jour Mardi, 22 Février 2011 07:59

06:45:00

Bottin Jean-Claude

112

06:45:00

Vidalenc Laurent