Qu'est-ce qui vous a amené à choisir la formule reconnaissance du parcours de la CCC proposée à la Résidence Valloricine Mont Blanc, par rapport autres stages de reconnaissance ?

anna : « N'étant pas suffisamment préparée à courir à un rythme élevé plusieurs de suite, cette formule en autosuffisance m'est apparue comme une bonne oppor- de découvrir le parcours. Rencontrer les autres pour la première fois et passer mbreuses heures avec eux, sans être obligée de maintenir un rythme trop élevé, pour moi le bon compromis, eut égard à ma condition physique du moment. »

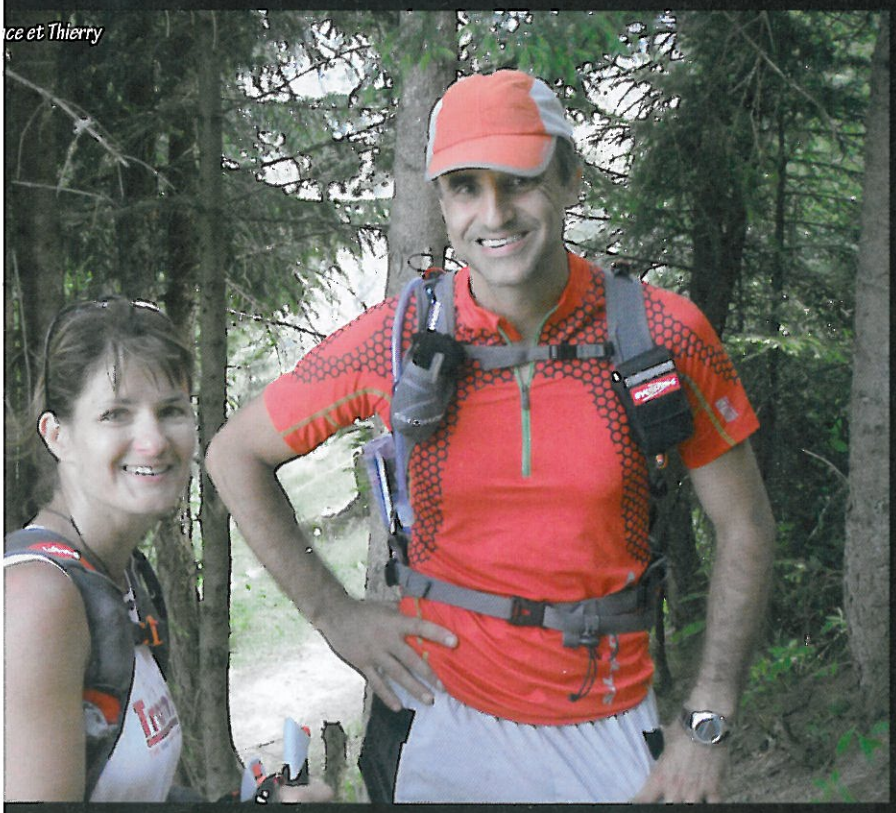
lie : « L'accompagnement logistique par étape et la possibilité de gérer de re autonome le parcours pendant la course. »

ry et Laurence : « L'originalité de la formule, ce n'est pas un stage de course à vec des contraintes et des objectifs bien précis, ici chacun peut faire les parcours rythme, choisir de flâner ou de courir plus vite, puis de s'arrêter manger une tarte out de fromage (Suisse, au Refuge La Peule, miam !). Ce qui nous a aussi beaucoup , c'est le concept de base de vie que l'on retrouve tous les soirs. Un des moments a été la journée dans les Thermes en Italie à Pré St Didier, excellent pour récupérer artir pour la suite du parcours les jours suivants. »

lie : « Ayant été bénévole pour l'UTMB au passage de la Bovine, j'ai vu passer des urs de tous âges, en toutes formes, mais tous avec la même remarque : *« Ah là là, 'enfer cette montée de Bovine ! »* J'ai eu envie de fréquenter les chemins qu'ils me aient avec autant d'étincelles dans leurs yeux, mais à mon rythme pour savoir si rais capable un jour. »

Qu'avez-vous particulièrement apprécié durant votre séjour ?

anna : « Sans aucun doute, les gens ! Depuis le premier instant de mon arrivée, à celui très émouvant de mon départ, le personnel, les organisateurs et les autres cipants m'ont accueillie chaleureusement et m'ont véritablement choyée. Bien urant toute la semaine, nous soyons absents toute la journée de la Résidence, un endroit très agréable pour rentrer se reposer, avant de repartir en groupe le main. C'était peut-être un peu loin de Chamonix, mais c'est parfois bon aussi, de aire un peu de la foule. »



ce et Thierry

N'étant pas suffisamment préparée à courir à un rythme élevé plusieurs jours de suite, cette formule en autosuffisance m'est apparue comme une bonne opportunité

Danielle : « J'ai apprécié le parcours lui-même qui est tout simplement très beau. L'esprit trail dans le sens participation sans compétition. La convivialité du lieu et des personnes qui assurent la gestion des étapes avec professionnalisme, réelle disponibilité et envie de partager ce parcours. L'hébergement d'excellente qualité. Le site d'hébergement montagneux et accessible. »

Thierry et Laurence : « Le confort de la résidence, son hammam et sa piscine, l'ambiance du groupe avec lequel on a passé quelques jours super à partager les sentiers de la CCC, et aussi la qualité de l'accueil et la gentillesse des organisateurs. »

Isabelle : « La beauté du paysage, la diversité des chemins sur les 3 pays, être centré sur soi, sur la nature, l'effort, le silence, le calme et le Mont blanc pour veiller sur nous. Aucun stress de résultat de performance, de souci de savoir si on y arrivera, puisque les étapes sont à la portée de tous ceux qui font régulièrement de la course à pied en montagne. Et si on a un petit coup de fatigue, on pense à la bonne douche et au bon lit qui nous attend dans une magnifique résidence ! »

ET : Y-a-t-il des aspects qui, selon vous, mériteraient d'être améliorés ?

Georganna : « J'aimerais suggérer que les participants se retrouvent un peu plus tôt le matin pour rejoindre en véhicule le lieu de départ. Bien qu'il soit sympa de dormir un peu plus longtemps, le temps que nous arrivions sur place, que nous ayons un petit briefing, que nous parcourions l'étape, et que nous retournions à la Résidence, il ne nous restait ensuite guère d'opportunité pour faire autre chose. La journée aux Thermes de Pré Saint Didier était fantastique et tout le monde s'est régalé ! »

Danielle : « Le premier élément pourrait être la restauration dans le cadre du service d'hébergement mais je crois que c'est en cours d'amélioration. Proposer une restauration en lien avec la diététique de l'entraînement serait parfait. La communication d'accès au stage avec ou sans famille pourrait également bénéficier d'amélioration car l'accent est placé sur les possibilités d'entraînement et de suivi en famille, mais en solitaire c'est également bien car le mélange des deux est intéressant. »

Thierry et Laurence : « Pour une première c'était déjà très bien (ils avaient même planifié le soleil !), le road book surtout au départ de Courmayeur peut être un peu peaufiné. Il faut surtout prévoir la même chose avec la reco de l'UTMB (ndlr : c'est chose faite pour 2011). »

Isabelle : « Nous étions le premier groupe à prendre le départ. Et c'était une première déjà très aboutie. Beaucoup de disponibilité chez nos organisateurs et une réelle envie que tout soit présent et sécuritaire. Quelques photos sont à ajouter au book de départ, pour consolider deux trois croisements dans le parcours afin d'éviter les erreurs de chemins, mais là on est déjà dans l'idéal ! »

Renseignements sur le séjour proposé en 2011 : www.chamonix-vacances.com