



Décollage immédiat, je prends en main les consignes dans l'avion...

La course à pied s'est souvent l'envie de se surpasser, de progresser, de battre ses records et souvent d'aller au bout de ses limites.

C'est aussi le plaisir tout simple de courir au milieu d'autres passionnés, de découvrir des parcours splendides, sans pression aucune et tout simplement pour le plaisir de courir.

Chaque année, notre rdv du sud se situe sur 3 pays contigus : l'Italie, la France et la principauté Monégasque.

23,8km presque exclusivement en bord de mer au départ de Vintimille et qui rallie Monaco par Menton, Roquebrune et Monte-Carlo...

Le temps idéal de ce we de mi-mars a magnifié encore plus la beauté des lieux !

Les couleurs, les senteurs, la beauté de cette côte méditerranéenne nous laisse l'envie de flâner sur ces longs kilomètres tellement on y est bien...

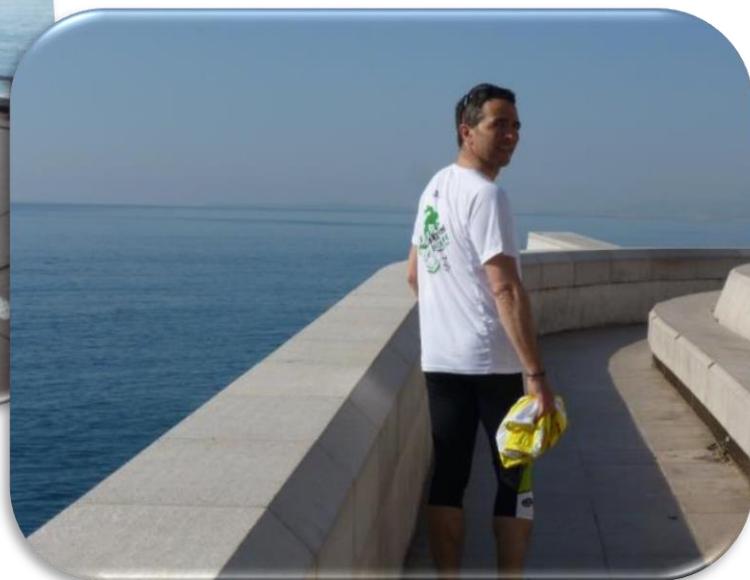
Il faut malgré tout s'avalier quelque « petit » dénivelés mais bon, on le sait, devenir HDC, ça se mérite !



Pour réussir la Riviera Classic, il faut savamment doser les ingrédients :

Un lieu de préparation loin de la ferveur monégasque et si possible une baie des anges...

Une veille de course avec un petit footing sur la promenade des anglais pour effacer la fatigue du transport de la veille...



Il faut aussi se délasser les pieds dans l'eau... Même si à 14° ça reste frais

Un petit tour sur le cours SALEYA et son marché aux fleurs afin de se charger en vitamines et se charger de toutes ses saveurs du sud.



Choisir ses restos ou comme sans l'avoir fait exprès l'adresse est parlante ! (je pense qu'on peut même demander le remboursement à l'association...)

Et puis direction le retrait des dossards au stade Louis II.



On se laisse encore impressionner par le dénivelé...

Dimanche matin, gare de MONACO



Le dimanche matin, après quelques péripéties liées au retard du train qui nous emmène à Vintimille, c'est la traditionnelle photo devant la gare en Italie



On est prêt !

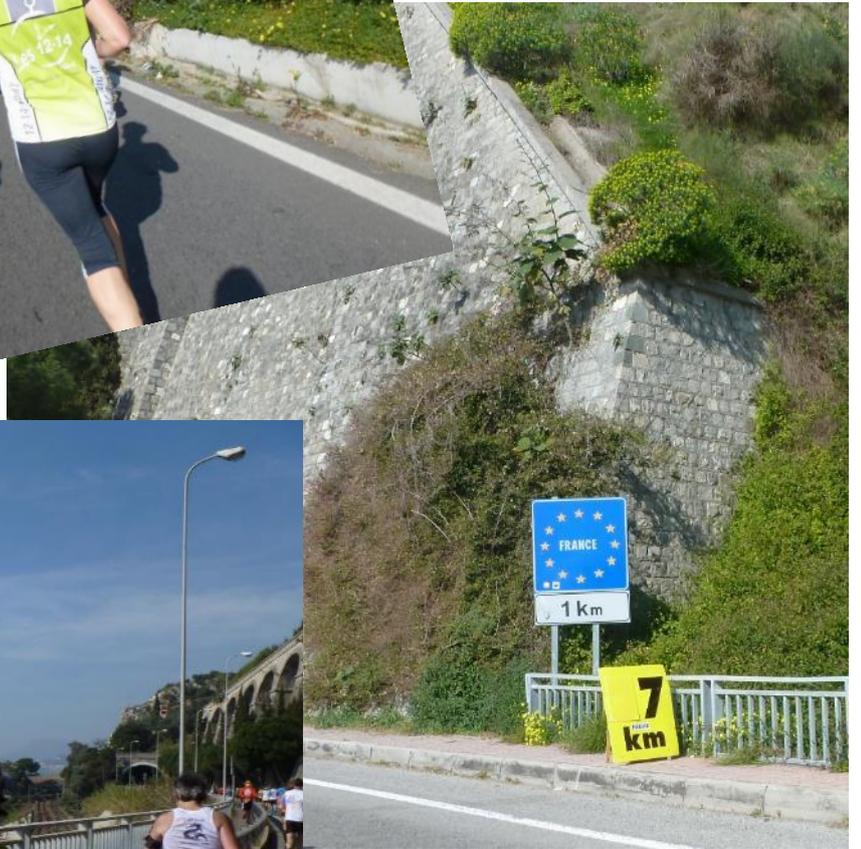
Véro fait sa traditionnelle photo VIP en s'incrutant au milieu de la fanfare Italienne et c'est parti

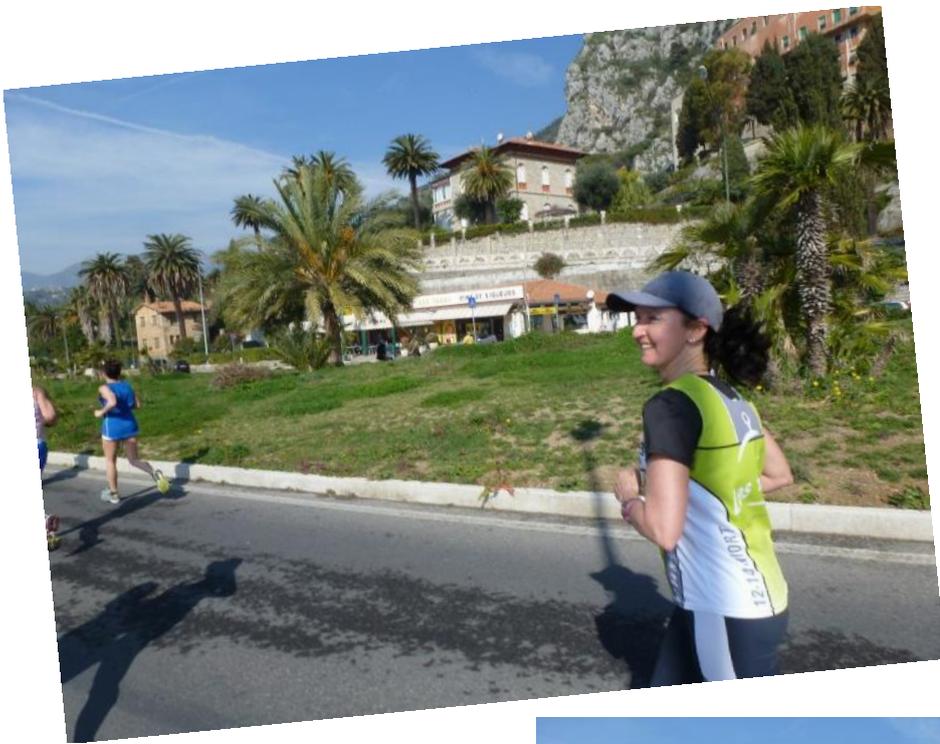


Encore une fois une course splendide sous un temps magnifique... On s'est régalé et on a tout apprécié... même la montée du départ et celle vers ROQUEBRUNE du 13,5 au 17ème...

Le meilleur des témoignages illustré par des photos, tout simplement...

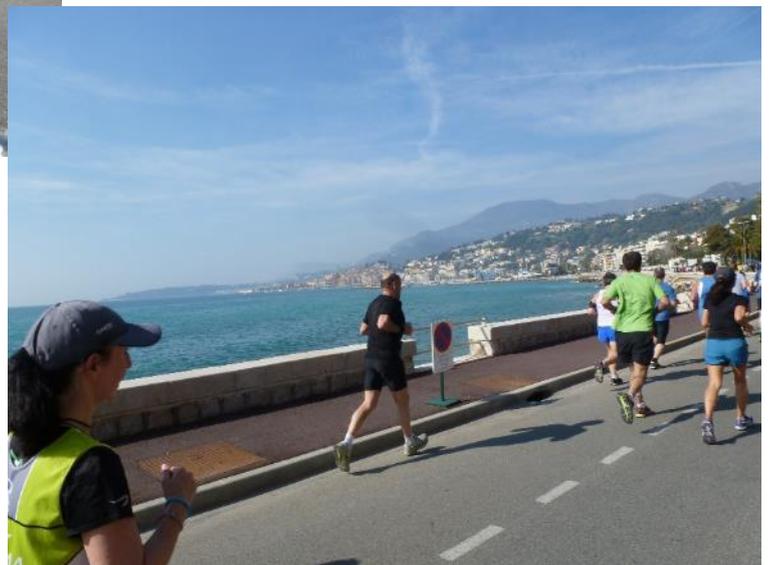
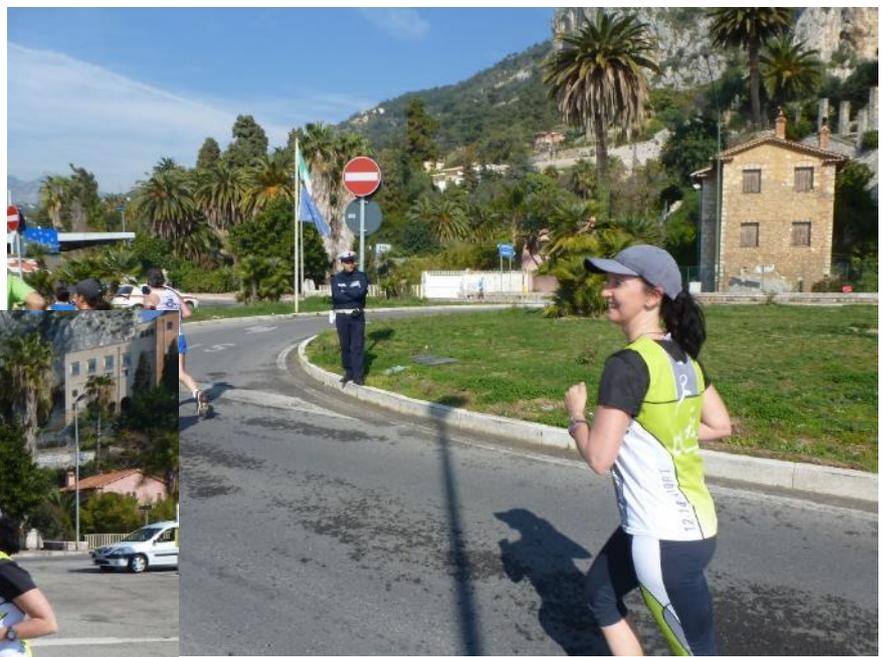






Passage de la frontière !

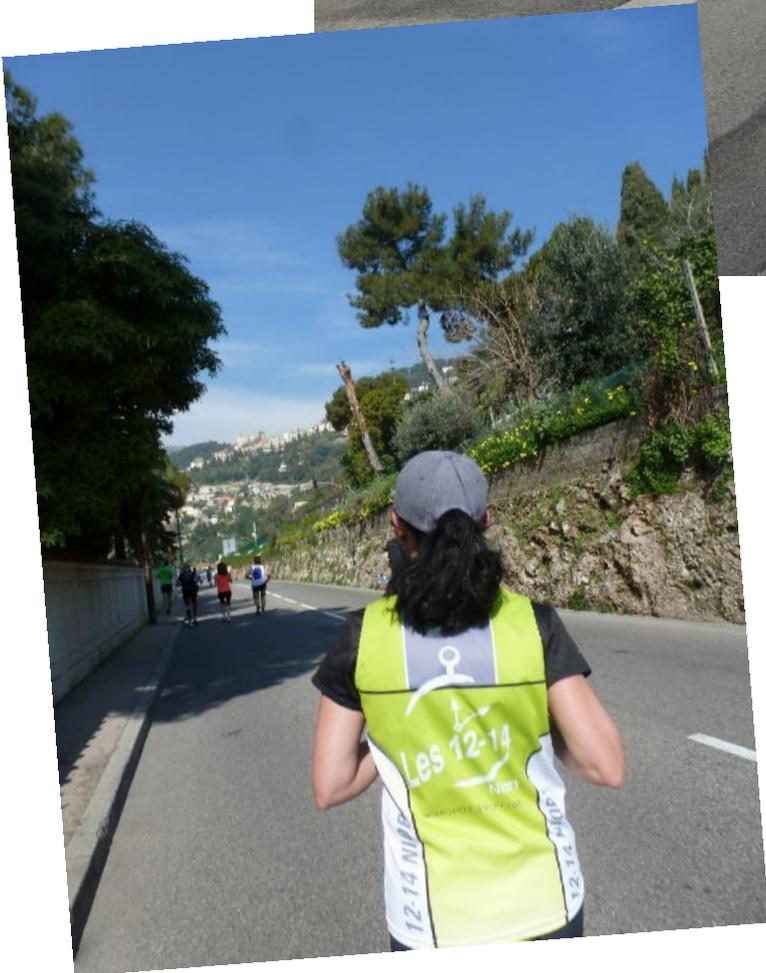
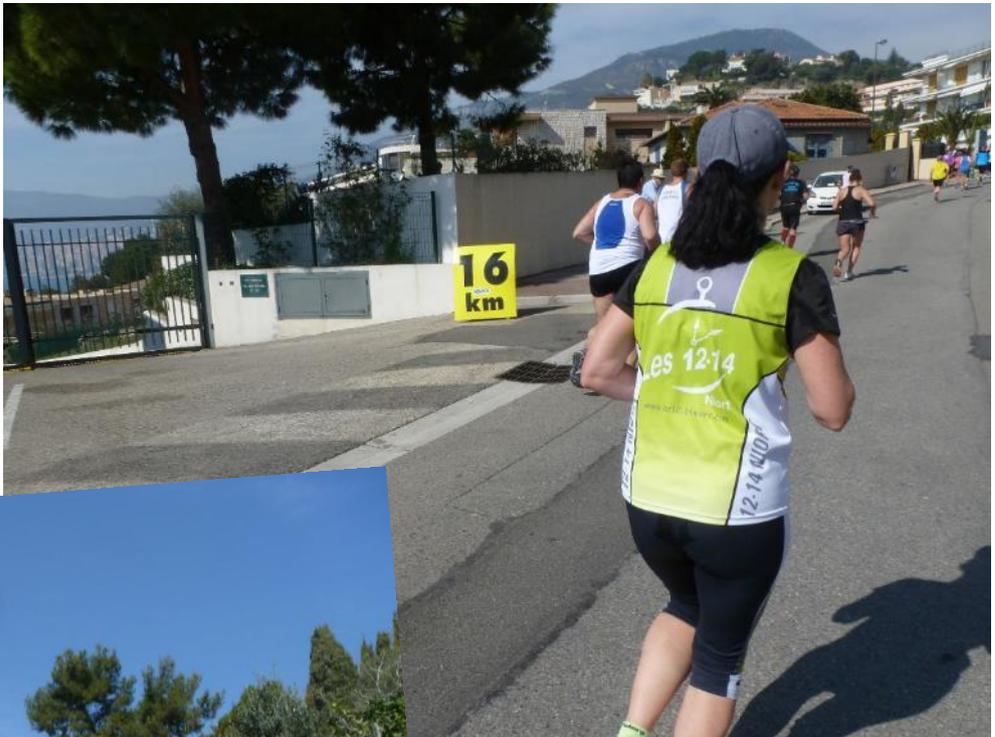
Arrivée sur MENTON en FRANCE...





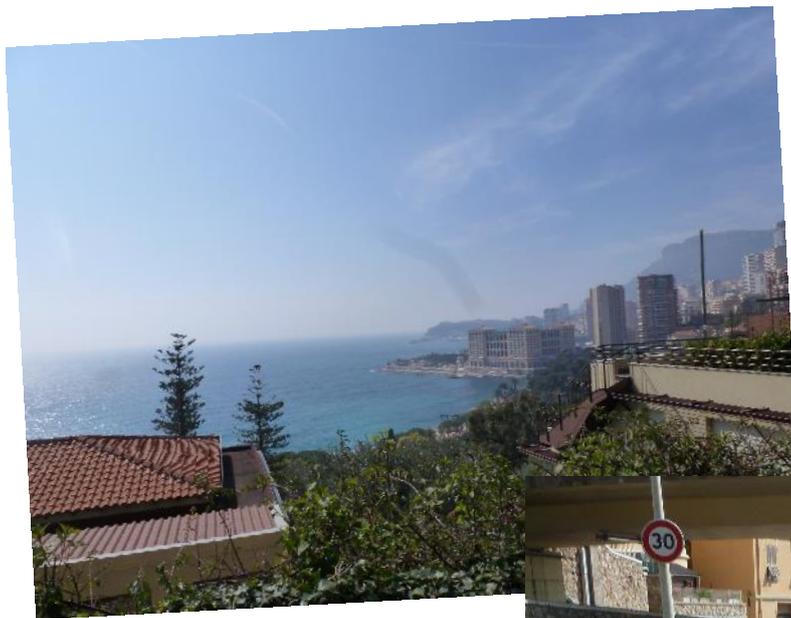
C'est parti pour plus de 3km de montée...







Le 17<sup>ème</sup> km, historique pour les HDC !



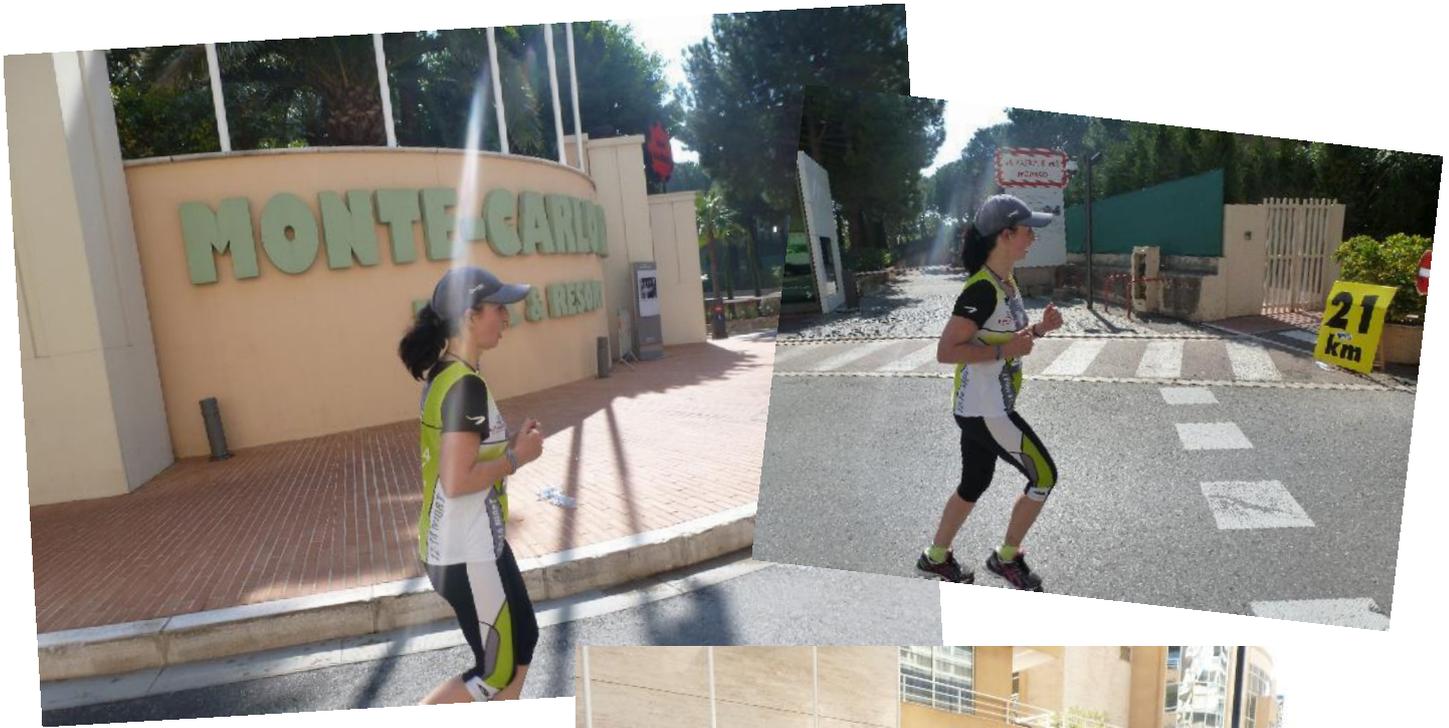
Arrivée sur MONTECARLO...





La seule course où on se fait doubler par des grosses voitures...



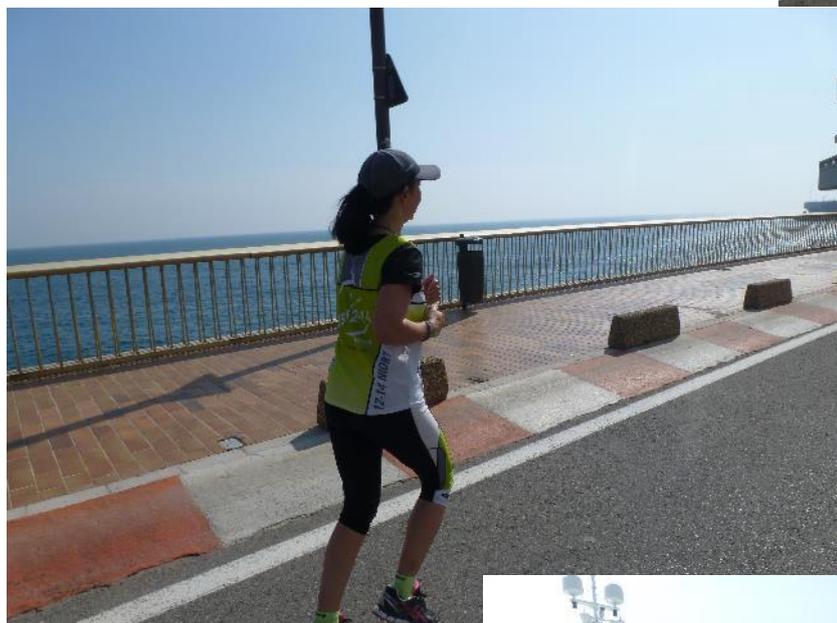
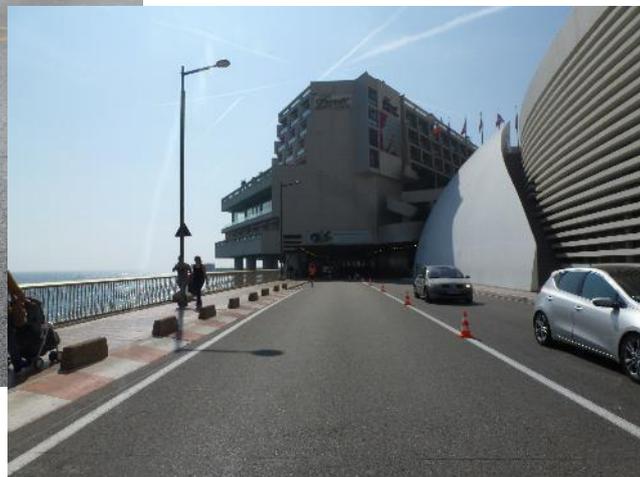
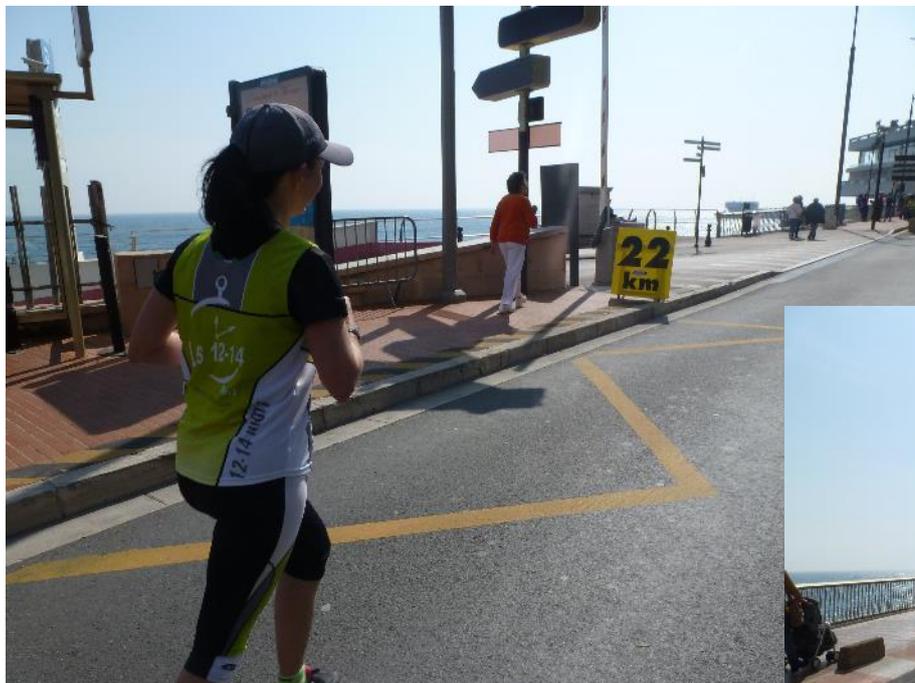


Ça commence à devenir un peu plus dur !



Dans quelques mètres c'est le tunnel du grand prix...

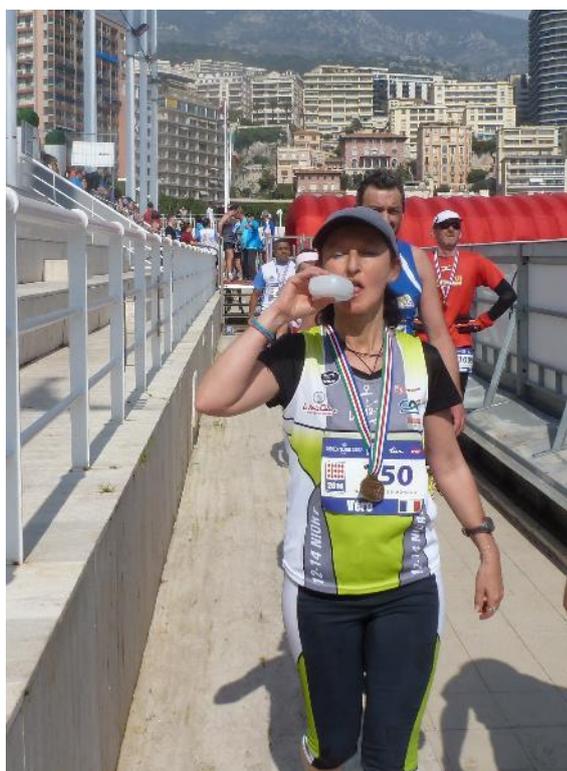
On va se prendre pour des formules 1...

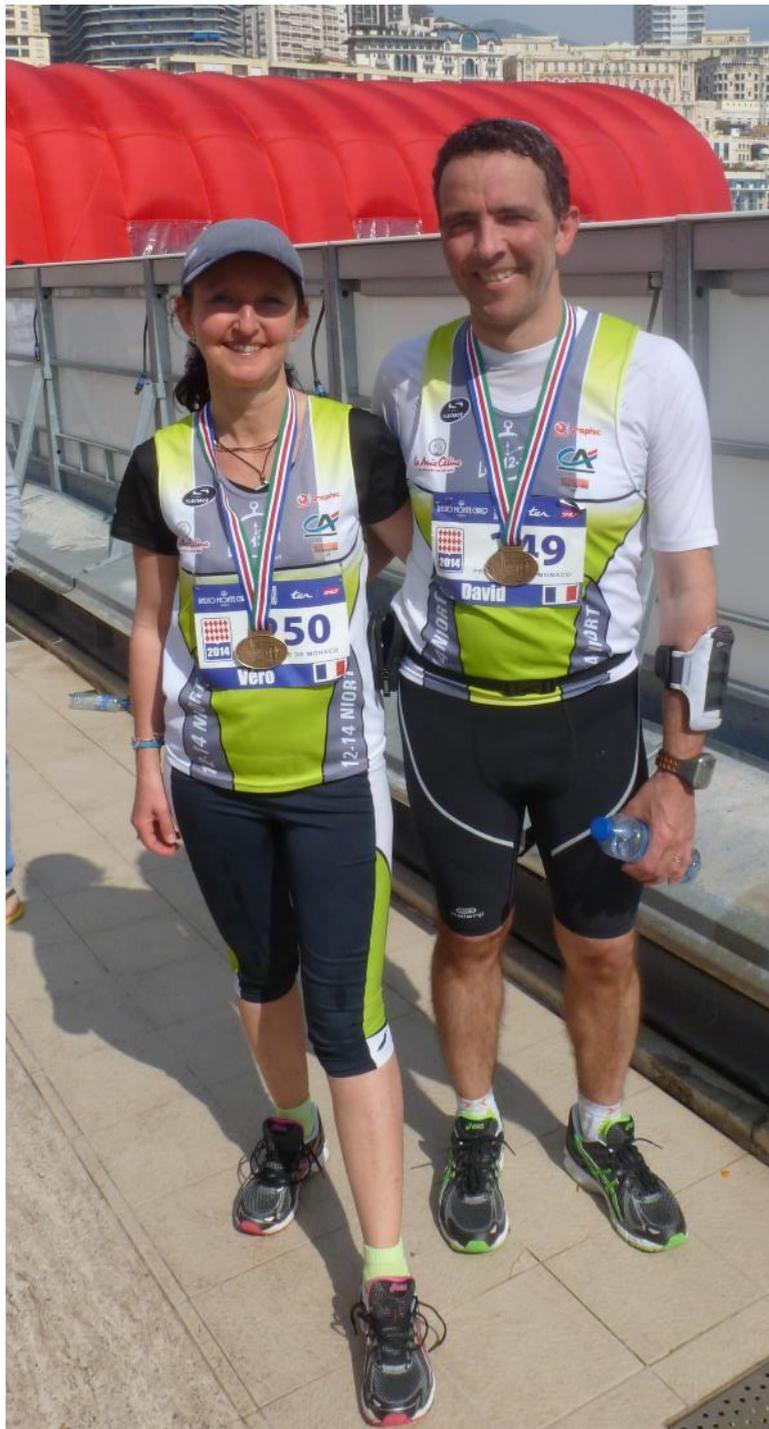


On arrive sur le port avec quelques  
« barcasses » sur le côté...



## Notre [VIDEO D'ARRIVEE](#)





**HEUREUX !**

Pour finir ma photo VIP :



Arthur VICHOT, Champion de France  
et vainqueur de la dernière étape de  
Paris-Nice sous nos yeux...