Chers amis lisant ces lignes,

Voici mon 41eme récit de course à pieds en BD (*). C'est aussi ma 41eme saison de compétition mais, bien que tout autant accros de la photo que de la course à pieds, je ne prends de photos en course que depuis 17 ans, depuis que les appareils photos sont assez légers et robustes pour que je puisse les emmener dans mes aventures.

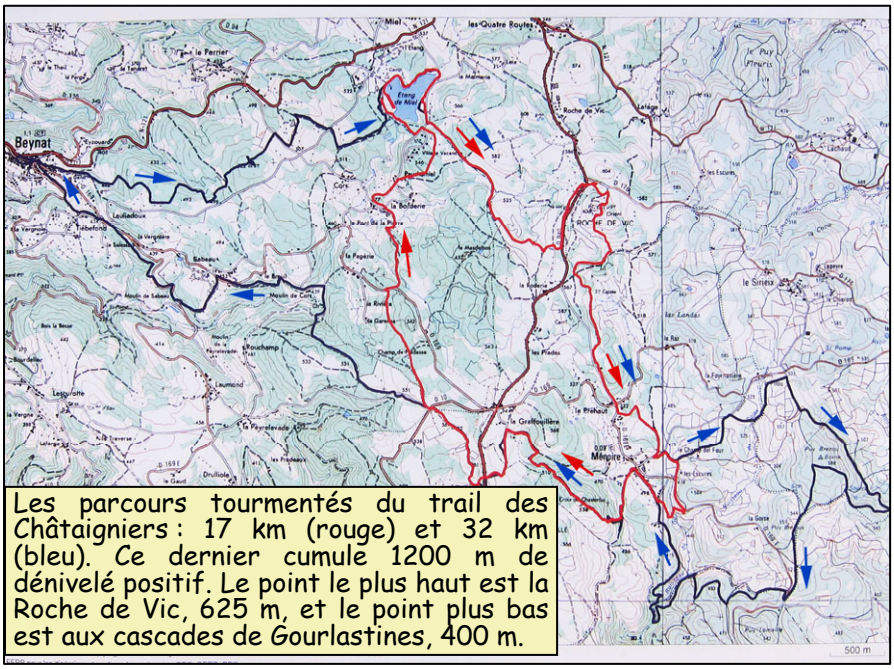
V3 bien sonné, je persiste à courir les trails, de préférence longs et difficiles dont, désormais, je fréquente la fin des classements. J'ai ainsi bouclé 3 fois l'Ultra Tour du Mont Blanc et encore suivi la Trace des Duc de Savoie, l'an dernier.

Puisse ce récit montrer la belle (et caniculaire) aventure que mes compagnons et moi avons vécue dans les monts et les vallées du pays de Beynat.

Atomic Abuel JF (pseudo « kikourou »),

la Gane du Bost (19), le 08 septembre 2012

(*) Les 40 autres récits de ce type sont accessibles sur le site de mon club, le Jogging du Dimanche Matin, de Bures sur Yvette : http://www.jdmbures.fr/



Les parcours tourmentés du trail des Châtaigniers : 17 km (rouge) et 32 km (bleu). Ce dernier cumule 1200 m de dénivelé positif. Le point le plus haut est la Roche de Vic, 625 m, et le point plus bas est aux cascades de Gourlastines, 400 m.

La meilleure recette que je connaisse pour préparer un tel parcours : 2 semaines en altitude à trotter dans la montagne en faisant beaucoup de dénivelé.

Le 8 08 2012, je suis ainsi monté au Grand Péric (2810m), Pyrénées Orientales. J'ai cumulé 11500m de montées en 13 sorties.

Le 19 Août 2012 à 8h30, base de Loisir de Miel, Beynat, Corrèze. Point de départ et d'arrivée du Trail des Châtaigniers.
Il faisait déjà bien chaud. La météo avait d'ailleurs lancé une alerte canicule pour ce jour sur 33 départements dont la Corrèze.

207 coureurs s'étaient inscrits sur les deux parcours dont environ 80 sur celui de 32 km.

L'une des originalités du Trail des Châtaigniers étant qu'on peut choisir la distance en route, on ne sait donc pas, au départ, (et même jusqu'à la séparation des deux parcours) qui court le 17 km et qui court le 32 km. Les coureurs du 32 km doivent donc veiller à ne pas ne pas aller au-delà de leur capacité en se laissant entraîner en début de course par des gens du 17 km.

Consciente de l'effort et des risques créés par la chaleur, l'organisation avait doublé les points d'eau prévus initialement. Ce qui en faisait un tous les 4 à 5 km. Il était néanmoins indispensable d'emmener sa propre réserve d'eau.

9h07, aire de départ, l'organisation avait retardé la fête de 15 minutes, le temps que les vététistes avec lesquels nous partagions le début du parcours ne soient pas rattrapés par les meilleurs des coureurs.

Notons que c'est un terrain de rugby, car, à Beynat, nous sommes en ovalie. Le stadium du grand CA Brive n'est qu'à 20 km.

Un sympathique randonneur, m'a saisi (en pleine concentration ?).

En fait, je fus le seul des 207 coureurs à utiliser des bâtons.

Le sympathique randonneur.

9h13. Nous attendions, sans trop d'angoisse, le signal du départ. Je supposais que les gens qui portaient des poches à eaux étaient ceux qui comptaient faire le grand parcours.