LE GRAND DEFI DES VOSGES
AVRIL 2009

Rechaussons les runnings pour une petite balade à Niederbronn, charmante petite ville thermale blottie au pied des Vosges du Nord, ou avait lieu le dimanche 19 Avril la onzième édition du Grand Défi des Vosges organisé par sympathique club local des Vosgirunners … tout un programme !!!

ARRIVEE
ESPACE
MARATHON
ESPACE
MARATHON
1er
spécialiste
régional
course à pied
athlétisme
triathlon
NANCY
STRASBOURG

Le Grand Défi c'est un trail de 53 km et 1800 D+ (également une version light de 24 km et 700 D+), qui nous propose de partir à la découverte du Parc régional des Vosges du Nord. Nous étions pratiquement 200 trailers, dont beaucoup de coureurs allemands, au départ de cette organisation trés conviale, loin des ambiances plus élitistes des circuits Salomon ou FFA

On a pu croiser sur ce Grand défi Werner Schweizer, un monument dans la planète trail,

69 printemps pour le super papy suisse qui a courru avec brio tout ce qui se fait de mieux au monde ... terminant notamment 9ème de l'UTMB en 2005 (!) .... sur mes premières courses, avec 20 ans de plus, il me mettait la patée à tous les coups ..... Il a évidemment terminé vainqueur en V3 (!)

le peloton de tête aprés une dizaine de bornes ..... regardez bien le petit gazier avec le débardeur noir sur un maillot rouge .... on en reparlera plus tard

Tout juste derrière, Stéphane Brogniart, vosgien sympa, organisateur du Trail des Roches ..... que j'avais retrouvé en Janvier au bout de la tempête de neige, au fin fond du massif du Pilat .... pour une pasta improbable à la veille du Raidlight Trail Trophy

déjà à l'affut, sur la gauche ... une silhouette que certain CCK connaissent .....

Eh oui ... c'est le vieux Michel Thevennot, parti prudemment et qui attend son heure . Le Michel, j'avais fait un boût de chemin avec lui au Petit Ballon. Il m'avait grillé à deux bornes de l'arrivée et m'avait dit ce jour là "je serai au top pour Niederbronn" .... C'est toute la difference entre un petit diesel de mon calibre, à peu pret toujours régulier, et un gros moteur affuté .... ça fera 50 minutes à l'arrivée (!)

Le Grand Défi propose un tracé tout en contraste, avec des passages en singles au pied de rochers déchiquetée aux formes fantastiques et autour de ruines médiévales dignes d'un décor d'Harry Potter, quelques jolies descentes techniques dans les fougères et les racines ..... mais aussi quelques (trop ???) longue portions de grandes pistes rectilignes en faux plat montant ou descendant. C'est là qu'un routier peut envoyer la sauce, mais c'est je l'avoue, un poil monotone pour un trailer pur jus ....

Stéphane le vosgien a pris la tête de la course .... "Le" Stéphane c'est un gros gourmand, qui surfe au rytme d'une course toutes les 2 semaines .... Son prochain gros objectif sera le Trail de la Vallée des Lacs à Gerardmer le 30 Mai, probablement l'épreuve la plus difficile du massif vosgien .... Cette année la course fera partie du Trail Tour National FFA et il faut donc s'attendre à voir débouler les gros calibres Mais "Le" Stéphane peut jouer "premier régional" ..... Egalement en ligne de mire pour notre vosgien "La Petite Trotte à Léon" 250 km et 18000 D+ par équipe de 3 en autonomie compléte Ca se passe à Chamonix fin Août dans le cadre de l'UTMB 2009

Michel suit de pres ... pour "Le" Michel, également la Vallée des Lacs au programme, enchainé deux semaines plus tard avec une autre classique locale : le Marathon du Ballon d'Alsace (organisé au lenemain des 3Ballons .... je n'ai jamais eu l'occasion d'essayer cette belle course). Aprés un abandon en 2008 pour sa première participation à l'UTMB (gros coup de chaud ;)), Michel retournera à Chamonix cette année pour partir sur la version light : la CCC (Courmayeur-Champeix-Chamonix), "seulement" 98 bornes et 5600 D+ :~ :~

Cest dur derrière .....

les compères au coude à coude ....

☺Un des plus beaux passages du parcours .....

☺superbe descente technique vers le second ravito à Dambach

C'est au dernier ravito en haut du Grand Wintersberg que Stéphane coincera ... Michel profitera alors de ses qualités de super descendeur pour fondre en vainqueur sur la ligne d'arrivée ..... Vraiment ça fait plaisir de voir un pote gagner, pour sa neuvieme partcicipation c'est une première et c'est bien mérité

Pour ma part je termine 22 ème en 5h42, avec de bonnes sensations sur la fin .... et pas trop déglingué .... donc trés heureux, et de bon augure en vue de l'Ultra run Drômois qui sera "mon" objectif du printemps

classement GDV

Toutes les photos du Grand Défi sont piochées sur le site de l'équipe d'organisation www.lesvosgirunners.com Un Grand Merci à eux

EPILOGUE

Aprés une affaire comme ça, on se sent un fatigué le lendemain .... et ça fait du bien de mouliner une heure ou deux dans la plaine En fait le pire est pour le surlendemain, il faut bien souvent se tenir à la rembarde pour descendre les escaliers

Cette fois çi, c'est un peu particulier pour la récup .... il est prévu que j'accompagne ¨Patricia Berthelier sur le début de sa première diagonale Strasbourg-Perpignan

Au préalable, j'avais convaincu Pat (sans trop forcer) de laisser sa voiture dans mon garage ... plutôt qu'à Hautepierre comme elle l'avait initialement envisagé

Nous voila donc Lundi en milieu d'aprés midi, sur le point de quitter Châtenois pour rejoindre Stasbourg, une bonne soixantaine de bornes plein Nord via le Ried et la piste cyclable qui longe le canal. Evidemment vent dans le pif .... mais c'est tout bon pour le lendemain
Je laisse Pat à son hotel vers 18h et je m'en vais squatter pour quelques heures dans la piaule de ma fille qui avait desertée la Cité U pour cause de vacances .... Je ne suis pas passé inaperçu en traversant le hall, le vélo sur le dos et les pompes à la main Nostalgie, nostalgie ...
:) Le RV du départ est fixé le lendemain matin à 2H à l'Hotel de Police pour les formalités de tamponnage . La nuit était douce et étoilé, les p'tits jeunes flics sportifs et super sympas, j'avais l'impression d'être dans un "autre" monde .... En fait l'un des p'tits jeunes flics était le fameux gazier du début de l'histoire, avec le maillot rouge et le débardeur noir .... Qui a fait finalement une superbe 5ème place au Grand Défi Quel hazard de le retrouver là, le lendemain en pleine nuit, lui en déguisement de cow boy et nous cyclo du sol au plafond

Je ne vais pas m'étendre sur le récit de cette Diago, c'est celle à Pat et elle le fera bien mieux que moi ..... En guise de mise en jambe, je vous invite à consulter l'excellent Préambule délicieusement brodé (au sens artistique du terme) par Super Pat

Outre l'immense plaisir de faire un bout de chemin avec Patricia, ce fut pour moi un excellent decrassage des cannes mais également un trés bon test pour mon plan éclairage

en vue du REV ...
Et c'est ainsi qu'aprés avoir traversé la plaine d'Alsace via Marko, Neuf Brisach, Ensisheim, Cernay, Guewenheim, Soppe le Haut (le pasage le plus agréable, au levé du jour), Lachapelle, nous étions à Belfort à 9H pour prendre le petit café du matin
Patricia à poursuivi son aventure plein Sud ..... et je suis remonté plein Nord, avec un gros vent de face ... Arrivé sur Lachapelle, j'ai voulu "innover" pour éviter les bosses du secteur de Guewenheim ... en passant par des contrées jusqu'alors inconnues, par Bellemagny, Brechaumont, Traubach ..... pour rattraper Galfingue. Trés joli, mais alors tout faux pour ce qui est du relief Ce retour à la maison a été un peu galère, notamment dans les longues lignes droites aprés Staf .... Heureusement mon compteur était en panne, sinon j'aurais certainement flippé en voyant la moyenne affichée