

Trail Escoutoux 11 avril 2010

Résumé du trail des croque-chemins hier à Escoutoux (Par Fabien Daguin) :

30km avec 1600m de D+

450 participants sur les deux trails (13 et 30km).

Belle réussite, parcours vraiment sympa, avec de belles, de très belles bosses et des descentes bien engagées en single track : superbe course à refaire : un trail costaud !

Ma tactique de course est simple : essayer de quitter mon rythme de croisière ! j'ai donc adopté une tactique qui a fait ses preuves : partir à fond pour mieux accélérer au fil de la course :-)

Un niveau énorme : je n'ai d'ailleurs jamais vu ça sur un trail Auvergnat !

quelques participants:

Julien CHORIER (vainqueur de la diagonale des fous en 2009)

Sylvain COUCHAUD (25ème du Ventoux cette année)

Fabien CHARTOIRE (14ème des templiers)

Stephane JOUVANCE (vainqueur Hivernatrail)

Départ très rapide sur un secteur goudronné, puis la sélection se fait très rapidement du fait des 10 premiers km très vallonnés, je me retrouve rapidement dans un groupe à 3 coureurs, nous resterons ensemble une grande partie de la course... Les paysages sont somptueux, je découvre la vallée des Rouets et me souviendrais longtemps de la sortie de cette vallée (AYE dans mes jambes, AYE dans mon coeur :-))

Résultat final :

- 1 2:21:28 CHORIER Julien TEAM SALOMON
- 2 2:23:20 COUCHAUD Sylvain ATOUTSPORTS
- 3 2:26:12 CHARTOIRE Fabien RUNNING SHOP ADIDAS
- 4 2:28:08 JOUVANCE Stéphane TEAM BROOKS
-
- 8 2:37:17 DAGUIN Fabien CLERMONT TRIATHLON
- 9 2:38:07 BEAUME Benjamin BEAUMONT ATHLETIC CLUB

Même si je visais un top 5 au départ, le niveau était tellement relevé que je reste assez content de ce résultat : 2h37min à 88% VMA ça décrasse bien !

point positif : je fini à 11 minutes de Fabien CHARTOIRE (c'est pas une raclée si énorme que ça :-))

autre point positif : je termine devant Benjamin BEAUME un bon trailer régional :6ème sur le grand parcours du Vulcain cette année, 3ème au Roya'trail derrière Yoyo Meudec et G.NALIN, 3ème aux piqueurs cette année derrière Thomas Lorblanchet et fabien CHARTOIRE...

bref ça commence à envoyer un peu sur trail court, il reste encore à apprivoiser les distances plus longues pour les grosses échéances estivales....et là y'a du boulot !!!!!!!!!!!!!

