

Article écrit par Nicolas ALEXANDRE

Pour les plus pressés, la course en résumé:

Lieu : Arêches, Le Beaufortain, trop bôôôôôôôô

Distance: 70km, 7000 mètres de d+ (et autant de d- !!)

3 étapes de 26, 24 et 20 km (en boucle autour d'Arêches)

En équipe de 2 (en équipe avec Pascal donc)

Des arêtes, du gaz, des montées très pentues, des descentes techniques, 7km/h de moyenne pour les meilleurs (top 5 mondial en ski alpi)

Les organisateurs l'ont clairement annoncé "Ce n'est pas un trail", c'est une course de montagne, engagée, technique, sans concession, dans le plus pur esprit de la version hiver ...

Et nous n'avons pas été déçus, c'était tout cela en plus d'être magnifique, unique, inoubliable,



Une course :

- qui se veut ouvertement élitiste, et qui dès l'an prochain mettra en place des sélections je pense.
- Par des montagnards, pour des montagnards

180 équipes au départ, mais pratiquement 40 de moins après la première journée....malgré une distance de 26km « seulement ».

La deuxième journée, mythique, se fera avec le baudrier du début à la fin (8 sections sont sécurisées).

Le mot des vainqueurs :

"La Pierra Menta, c'est une marque mondiale, c'est la course la plus montagnarde au monde" déclare l'Espagnol Jordi Bès dans l'interview des vainqueurs, juste après l'arrivée de la 3e étape de la Pierra Menta EDF Été Arêches-Beaufort.

"C'est l'esprit originel. Je suis heureux qu'il existe des courses de prestige comme celles-ci pour transmettre les valeurs que j'aime, en tant que compétition et pour tout ce qu'il y a autour."



Le mot de pascal :

Il est souvent difficile d'expliquer pourquoi on passe autant de temps à s'entraîner, à courir dans nos montagnes. Il y a eu aussi beaucoup de doutes avant et pendant cette pierre menta pour juste aller au bout. Mais quelle récompense ces trois jours avec Nicolas.

Le résultat :

79ème au général, ce n'est pas la performance du siècle mais lisez la suite vous comprendrez (oui je sais, je crée un suspens insoutenable qui pousse irrémédiablement à lire la suite ;-))

Et pour ceux qui ont le temps, la course en détail :

Jour 1 (26km, 2500 de d+)

Nous avons reconnu le parcours en juin et décidons donc de partir vraiment tranquille.

Les difficultés techniques commencent après 1000 de d+

Les 12 premiers kilomètres sont dantesques.

Après la première montée, très pentue mais sans aucune difficulté technique, puis roche plane (300 de d+ en 800m), arrive le couloir du Mirantin, montée verticale de 400 de d+ dans les cailloux, qui se termine par une belle cheminée.

Les pierres partent et volent d'un peu partout, du fait des équipes présentes au-dessus.

Pascal en profite pour en prendre une dans la main et une autre dans le mollet, sans gravité (la jolie manœuvre d'évitement, type petit rat de l'opéra dansant le lac des cygnes, n'a fonctionné que partiellement).

Une luxembourgeoise aura moins de chance et en prendra une dans le front, quelques points de suture et fin du périple pour ce couple.



Crédit photo ci-contre « Organisateur Pierre Menta »

Puis ça grimpe encore et encore...

Et arrive l'arête du Mirantin, un bénévole nous annonce "Attention maintenant c'est technique". Ah bon, avant cela ne l'était donc pas ?

Et effectivement ce sera le passage où j'aurai le plus de sueurs froides des 3 jours (malgré les plus de 25°C à 2000m d'altitude).

Car pour cette arête aucune sécurité. C'est faisable bien sûr mais le vide est impressionnant, notamment sur certains passages avec peu de place pour poser les pieds.



On observera lors de notre redescente le ballet de l'hélicoptère du PGHM qui fera quelques rotations afin de récupérer des coureurs en perte sur cette arête. Bon ça y est, vous me croyez quand je vous dis « C'est engagé comme truc » ;-)

Suivra la crête nommée « de la grande journée ». Du plaisir à l'état pur (pour ceux qui n'ont pas le vertige !), cela court (parfois), c'est beau et technique à la fois, presque 2 km d'arête quand même...



Puis une longue descente avec des changements de terrain : de la pente dans les cailloux et quelques névés, puis des gros blocs en traversée, puis un joli single bien pentu.

Et là je vois le graal, une jolie montée en single, à flanc, type « muletiers », des bonnes jambes et hop ça court, quel plaisir, nous sommes partis depuis plus de 3 heures et n'avons pas vraiment eu l'occasion de courir plus de 200 mètres d'un bloc !

La fin sera une longue galère pour Pascal qui a pris un gros coup de chaud. Beaucoup de temps perdu mais on retiendra qu'il a réussi à terminer (puis à repartir frais et dispo le lendemain), l'essentiel étant bien là.

6h47 de course pour cette première journée.

Day 2 (24km, 2500 de d+)

Tout va bien, pascal a très bien récupéré et nous voici partis pour une première montée de 1650 de d+ pour se mettre en jambe.

On monte puis on monte encore et encore, les jambes sont bien moyennes pour moi aujourd'hui...

Puis on s'encorde, et on monte et on monte encore, Arête du grand Rognoux (*photo ci-dessous – crédit organisation*), antécime du grand mont puis descente des névés sur les fesses, yahouuuuuuuuu (*photo ci-dessous – crédit organisation*). Aïe, il y avait un caillou sous la neige là !



Bas de la descente, un lac magnifique, un ravito, heu non je m'excuse un ruisseau, je suis désolé, je confonds car pour l'organisateur (et donc pour nous) c'est pareil en fait ...

Donc je reprends, on refait le plein de la poche à eau dans le ruisseau et on repart...

On monte et on monte encore (enfin bon vous avez compris le principe là je crois non ?)

Et nous arrivons à l'arête du grand Mont, (c'est sans hésiter le grand moment de ces 3 jours), une arête énorme, effilée, majestueuse, et du bas où nous sommes nous voyons les équipes se dessiner sur fond de ciel bleu tout là-haut, très loin, au sommet, cela parait presque inaccessible.



Crédit photo « Organisation »

Après cette vision je décide de ne plus regarder en haut, trop loin, trop haut, trop difficile. Je me concentre sur chaque instant, sur la pose de chaque foulée, ne pas glisser, optimiser chaque mouvement, choisir la meilleure trajectoire, et accessoirement ne pas tomber dans le vide aussi.

Les parties non sécurisées sont impressionnantes, puis arrivent les cordes, l'arête se rétrécit, le vide se fait plus présent, mais comme dirait Pascal "ça pinouille pas" tout le monde sait ce qu'il a à faire et le fait vite et bien. Les guides locaux sont là, ils observent, conseillent, c'est leur jardin ici.

Malgré les sécurités il ne faut pas tomber car ce n'est pas une via ferrata mais des cordes assez lâches. Une erreur signifierait quelques mètres de chute, et accessoirement emmener quelques collègues un peu plus bas...

Dans la descente (2500 de d-) ma cheville n'est pas stable (entorse 8 jours avant le départ) donc je reste très prudent... et lent. Pascal m'attend aujourd'hui.

Nous arrivons de cette étape satisfait de notre journée, avec des images plein la tête.

5h40 de course



Crédit photo « Organisation »

Day 3 (20km, 1800 de d+)

Cette journée moins longue et moins difficile commence par 1000m de d+, ben oui c'est quand même difficile ;-)

Au bout de 6km, nous passons au sommet de la crête en 1h05 environ soit 900 de d+ à l'heure, pour un troisième jour de course on est plutôt satisfait.

En fait on doit être vers la 60ème place, ce qui permet de relativiser et surtout de se dire que le niveau est quand même assez élevé !

Descente puis remontée par un superbe couloir nommé « Roche Pastire » ouvert spécialement pour l'occasion. ET hop encore 400 de d+ dans la musette, l'étape la plus facile je vous disais !!!

Crédit photo ci-contre « Organisateur Pierra Menta »

Vue incroyable sur la Pierra Menta, le massif du Mont-Blanc et le Cormet de Roselend. Le plus beau point de vue des 3 jours sans conteste.

S'ensuit une très longue descente (avec un petit 300 de d+ au milieu quand même, le col du pré pour les connaisseurs). Impossible pour moi de courir vite dans les descentes techniques car la cheville est vraiment trop laxo et douloureuse.

Quelques grands chemins aujourd'hui, on court entre 13 et 14km/h, waouh supersonique. On double de nombreuses équipes, qui nous posent des mines en montée en bons montagnards qu'ils sont, mais qui ne sont pas de très bons coureurs...

La cheville a tenu, nous terminons vers la 60ème place aujourd'hui.

3h20 de course



Et pour finir :

On est très satisfaits et fiers d'avoir terminé cette course qui sera, à n'en pas douter, une référence de la course de montagne « skyrunning » au même titre que sa grande soeur la pierr' ment' d'hiver.

C'est « pierra menta » en vrai le nom, mais si vous prononcez les « a » vous aurez vraiment l'air d'un parisien là-bas ;-))

En tous les cas, espérons seulement que l'aseptisation actuelle du trail ne polluera pas cette course. Oui il y a du danger, oui ce n'est pas habituel, et alors ?

Que chacun prenne ses responsabilités en toute connaissance de cause.

De plus comme le dit Tomtom tout est question de référentiel :

Pour les locaux ce parcours est leur randonnée du dimanche (j'exagère à peine)

pour le trailer que je suis c'est un parcours engagé et difficile

pour une grande majorité des trailers actuels, c'est complètement inaccessible (comme ont pu l'observer certaines équipes inscrites pour cette édition)

En tous les cas nous souhaitons longue vie à cette course, bon courage aux organisateurs, et surtout ne changez rien, c'est trop beau...



PS :

Comme toute première édition, tout n'a pas été parfait bien entendu. Certaines équipes, éliminées lors de la première étape auraient dû pouvoir repartir le lendemain. Cela ne s'est pas passé comme cela, d'où déception et rancœur tout à fait compréhensibles.

Ces petites erreurs seront corrigées sans aucun doute pour la v2 à venir en 2016.

Les vidéos à voir :

Les visages à l'arrivée:

https://video.xx.fbcdn.net/hvideo-xap1/v/t42.1790-2/11735512_1656829987871534_910266469_n.mp4?efg=eyJybhliOjQxOSwicmxhlijo1MzJ9&rl=419&vabr=233&oh=b4979dab761694a6a254b49635761e0c&oe=55A50678

Le résumé :

https://video.xx.fbcdn.net/hvideo-xpf1/v/t42.1790-2/11716264_1656062921281574_714153462_n.mp4?efg=eyJybhliOjgxNywicmxhlijoyODczfQ%3D%3D&rl=817&vabr=454&oh=9c356d6ae2f0c3e083059676e64c8a99&oe=55A4F9DD

Interview des vainqueurs :

https://video.xx.fbcdn.net/hvideo-xpf1/v/t42.1790-2/11692086_1657451007809432_1462658809_n.mp4?efg=eyJybhliOjQwNiwicmxhlijoyMzkxfQ%3D%3D&rl=406&vabr=226&oh=657531e16ae98750e6161511219e350d&oe=55A50898