

REVUE DE PRESSE #55

INTRO : C'est le début du printemps du trail les amis ! Un bon gros week-end de cochon niveau tirage de bourre et filet de bave à l'arrivée ! De très beaux événements du calendrier français se sont mis en route ce week-end pour notre plus grand plaisir ! Le début d'une longue série comme celui-ci...

Bonne lecture !

NEWS RÉSULTATS

ACTU N°1 : Trail Drôme (Drôme - 26)

L'une des courses devenues une classique du calendrier français et course de rentrée pour beaucoup de coureurs après un hiver sur les skis, sur la route ou sur les cross ! Dans un magnifique territoire où il fait beau et chaud très vite dans l'année : les Baronnies Provençales. Cette année sur l'événement, deux formats de courses qualificatifs pour les France de trail fin mai : le format 20km - 1150D+ qui fait partie du Trail Tour National (TTN) et le 42km - 2400D+ , TTN régional donc aussi qualificatif. L'une des dernières chances pour les coureurs qui n'étaient pas encore qualifiés de le faire.

A ces deux formats s'ajoutaient un 10km - 500D+ et un 36km - 2100D+ ! Pour rigoler.

Côté résultat, sur le 20km où la densité était la plus importante, victoire de Quentin Meyleu en patron, en 1h26min devant son partenaire de club et ancien cycliste encore méconnu dans le trail : Boris Orhac, deuxième en 1h28min, seulement 8 secondes devant Clovis Chaverot. Fleury Roux est 4ème en 1h28min58s, 30 secondes derrière Clovis. Le top 10 se tient en seulement 5min ! On devrait retrouver tout ce beau petit monde aux France ! Nico Martin 8ème, en 1h30min15s, lui sera à Zegama.

Chez les femmes, victoire de Louise Serban-Penhoat du team Scott en 1h43min ! Florence Bairros est 2ème en 1h45min. Carol-Ann Eberle, allemande complète le podium en 1h51min.

Sur le 42km, très bon niveau aussi ! Retour à la compétition et victoire pour Martin Kern en 3h25min56s juste devant Paul Mathou, second en 3h26min33s et Alexandre Meyleu, troisième en 3h27min41s ! Mathieu Simon est 4ème en 3h29min, Alban Berson 7ème en 3h38min.

Chez les femmes, retour à la compétition aussi pour Anne-Lise Rousset après une grossesse et 2 ans sans dossard, un bonheur de revoir l'une des athlètes féminines françaises les plus performantes ! D'ailleurs, une grosse annonce arrive à son sujet... Vous en saurez plus la semaine prochaine... Elle remporte la course haut la main en 3h53min46s devant Jennifer Lemoine, deuxième en 4h05min et Emilie Munet, troisième en 4h11min.

Sur le 36km , victoire de Benoit Girondel !

Le site de la course : [ACCUEIL | Traildrome](#)

Tous les résultats : [les Résultats des Compétitions \(athle.fr\)](#)

ACTU N°2 : Trail du Lac de Paladru (Isère - 38)

Paladru et son lac, site champêtre à 40min de Grenoble ! Des formats dans tous les sens répartis sur 2 jours avec en point d'orgue le dimanche : le Grand Tour du Lac (57km - 2100D+), les Hauts du Lac (31km - 900D+) et le Trail Découverte (15km - 350D+).

Sur le grand parcours, victoire de Luc Gential en 4h46min chez les hommes et de Christine Denis Billet en 5h48min chez les femmes !

Sur le 31km, victoire de Fabrice Arène en 2h08min chez les hommes et de Fanny Coyne, sa compagne, déjà gagnante de l'Event Trail Royat devant Lucie Jamsin, en 2h30 chez les femmes !

Nombre de Patreotes étaient venus se mêler au peloton : Rémi Cayol sur la semi-nocturne, Olivier Garassus sur la rando, la semi-nocturne, la course enfant (si si) et le 57km, Josselin Bécherel et Mathieu Millot sur le 31km, Mika Brun, Simon Durost, Etienne Vallet, Lionel Badet et Hervé Augoyard sur le 57km. Philippe Rossi sur la semi-nocturne et le 31km, rôti.

Sans reconnaître les noms, 2-3 autres chaussettes Duc Army ont passé la ligne d'arrivée ;)

Aura t'on des CR et photo digne d'Hippolyte Pesci sur le forum ???

Le site de la course : [Accueil | Trail du Lac de Paladru](#)

Tous les résultats : [RÉSULTATS | Trail du Lac de Pala \(traildulacdepaladru.fr\)](#)

ACTU N°3 : Trail du Roc de la Lune (Gard - 30)

Nouveau village de départ pour cette nouvelle édition de cette très belle épreuve gardoise en grande majorité dans le Parc national des Cévennes avec notamment un 120km - 6500D+ redoutable et redouté ainsi qu'un 85km, un 35km et un 15km !

Sur le grand parcours, deux versions étaient proposées : une version classique et une version wildinism, c'est-à-dire sans assistance et sans ravitaillement solide avec un dossard à moindre coût : 80 euros contre 110 euros pour la version classique. A l'arrivée, deux classements différents.

Côté résultats, victoire main dans la main des deux copains Antoine Guillon et Cédric Chavet en 14h58min ! Victoire chez les femmes de Claire Bannwarth en 19h56min !

Mode wildinism activé aussi sur le 85 km !

POUR OU CONTRE CE GENRE D'INITIATIVES ? Go sur le forum !

L'organisation a été défailante sur plusieurs points de vue. Pour les adorateurs du clash, de l'insulte gratuite, des leçons de morales et autres joyeusetés à la française, un sujet est ouvert sur le groupe Facebook : "Bref je fais du Trail".

Avis du Duc : Organisation manquant de bénévoles et voulant organiser coûte que coûte ce qu'elle avait prévue. Les problèmes sont arrivés ...

Autre point sensible, le côté authentique et rustique parfois incompris du néophyte.

Le site de la course : [Accueil - Trail du Roc de la Lune - Du 15 au 17 Avril à Alzon petit village du Gard \(trailrocdelalune.fr\)](http://trailrocdelalune.fr)

Tous les résultats : [TRAIL DU ROC DE LA LUNE 2022, 16/04/2022-17/04/2022 : : my.race|result \(raceresult.com\)](http://my.race|result.com)

ACTU N°4 : TransAubrac (Aveyron - 09)

Événement de trail running à part entière, idéalement placé dans le calendrier pour bien débuter sa saison grâce à un large panel d'épreuves qui va de l'ultra trail à la course à pied nature en passant par une grande course en relais. Vous découvrirez la vallée de l'Aveyron, du Lot et traverserez les plateaux d'Aubrac au contact d'une nature sauvage encore préservée.

Une des courses offrant les ravitaillements les plus gargantuesques, avis aux gourmands, c'est à voir au moins une fois dans sa vie. nous ne spoilerons pas plus.

Côté résultats, victoire en solitaire de Vincent Viet sur l'ultra de 107km et 3500D+ relativement roulant, qui convient parfaitement à ses qualités en 10h27min soit 10,2km/h. Chez les femmes victoire de Diana Combelle en 13h31min. Cédric Golea, timide 7ème en 11h19min.

Le site de la course : [Trans Aubrac : Trail en Aveyron \(trans-aubrac.fr\)](http://trans-aubrac.fr)

Tous les résultats : [Trans Aubrac \(livetrial.run\)](http://livetrial.run)

ACTU N°5 : Trail de Millevaches (Corrèze - 19)

Au cœur du pays des Millevaches dans le massif des Monédières ! Entre sous-bois et rivières et des vues imprenables sur les monts du Cantal et du Cézallier.

Trois parcours : 52km, 25km et 13km !

Une course à label régional sur le 52km donc qualificatif pour les France de trail.

Le site de la course : [MMRT | Trail des Millevaches Monédières](http://mmrt.com)

Tous les résultats : [les Résultats des Compétitions \(athle.fr\)](https://athle.fr)

ACTU N°6 : Trail des Citadelles (Ariège - 07)

Le site de la course : [Trail des Citadelles \(trail-des-citadelles.blogspot.com\)](https://trail-des-citadelles.blogspot.com)

Tous les résultats : [Resultat Chrono-Start](#)

NEWS EVENT

ACTU N°7 : Preview MIUT

Le plateau est fou ! La course va être folle ! Préparez vos live trail ce week-end pour la première très grosse bataille de ce début d'année sur ultra ! Départ samedi à minuit ! L'an dernier, l'allemand Hannes Namberger avait éclaboussé la concurrence de son talent en bouclant le parcours en 14h tout pile, soit un index de performance UTMB de 922 !!

Cette année, les places seront chères et la densité impressionnante.

Pour ne citer qu'eux, on pourra compter **chez les hommes** sur la présence de : Jim Walmsley, Andreas Reiterer (*peu fiable, hormis sa CCC, sur ce genre de distances*), Thibaut Garrivier (*attention à son tendon d'achille capricieux*), Petter Engdahl, Sebastian Krogvig, Christian Manole (*DNS à la Transgrancanaria*), Mathieu Blanchard, Jean-Philippe Tschumi (3ème l'an dernier), Christopher Clemente, Jordi Gamito (*mal fini à la Transgrancanaria...*), Lambert Santelli, Arthur Joyeux-Bouillon, Mathieu Clément... Pas de Germain Grangier qui se remet difficilement du Covid, la chochette !

On regrettera seulement que le Britannique Tom Evans ne participe qu'au 85km où il sera en soliste comme sur le 65km de la Transgrancanaria... Sûrement encore un peu inquiet de ne pas être revenu à son meilleur niveau suite à une grosse opération du genou (tiens, tiens tiens...) l'an dernier... On le retrouvera néanmoins sur l'UTMB !

A noter la présence du triple champion du monde espagnol : Luis Alberto Hernando sur le 60km et du jeune corse et prometteur Noel Giordano, 24 ans, le Lambert Santelli à découvrir dans le précédent numéro de Trail Endurance Mag.

Chez les femmes, gros plateau annoncé aussi mais avec moins de densité : Courtney Dauwalter, Katie Schide, Audrey Tanguy, Marilyne Nakache, Kathrin Gotz, Claudia Tremps (*3ème de la Transgrancanaria*), Eva Sperger, Esther Fellhofer...

L'espagnole Sheila Aviles, vainqueur du format 42 l'an dernier sera cette année sur le 60km en compagnie de la norvégienne Yngvild Kaspersen, 2ème du 85km l'an dernier derrière Marion Delespierre et des sœurs Finas, Céline et Mélanie.

Les résultats de 2021 : [Timing System \(miutmadeira.com\)](https://miutmadeira.com)

La liste des inscrits : [Timing System \(uma.pt\)](#)

NEWS WEB

ACTU N°8 : Le grand canyon en aller-retour

Bien connu dans le milieu des traileurs vidéastes aux USA pour ses vidéos très réussies et notamment celles qu'il a réalisé sur les traileurs américains du team NIKE lors de la CCC en 2015, dont la vidéo (*à ne pas louper*) est à retrouver ici : [\(383\) MONT BLANC | CCC UTMB® 2015 - YouTube](#). Ce dernier vient de réaliser une nouvelle vidéo sous format de VLOG où il part à l'assaut de la traversée en aller-retour du grand canyon en Arizona pour un total de 77km et 2500D+.

La vidéo : [\(383\) The Double Crossing Of The Grand Canyon: Rim to Rim to Rim \(48 Miles\) - YouTube](#)

Autre documentaire qu'il a réalisé sur la vie de Zach Miller : [\(383\) ZACH | In Relentless Pursuit Of His Best: The Journey of Ultrarunner Zach Miller - YouTube](#)

ACTU N°9 : Eric la science

Nouvel article d'Eric Lacroix, coach et scientifique de renom installé à la Réunion qui nous parle cette fois-ci de l'entraînement en fractionné et qui remet pas mal d'idées reçues en question !

Le lien vers l'article en question :

<https://www.ericlacroix.com/post/le-jerk-en-c%C3%B4te-la-s%C3%A9ance-d-intensit%C3%A9-progressive>

Son site qui regorge de très bons contenus : [Éric LACROIX Entraînement Running Trail \(ericlacroix.com\)](#)

Le lien vers le podcast réalisé avec le Duc pour le Nolio Podcast :

<https://blog.nolio.io/post/noliocast-7-eric-lacroix>

ACTU N°10 : Marathon de Paris

Retour en vidéo et court documentaire sur les premières sur marathon du Suisse Julien Wanders et de Dorian Louvet (Koh-Lanta). Tous les deux ont connu des fortunes diverses, à découvrir dans ces très bonnes vidéos !

Le lien vers celle de Julien : [\(383\) Premier marathon de Julien Wanders | Paris 2022 - YouTube](#)

[Le lien vers celle de Dorian : \(383\) Marathon de Paris 2022 - Objectif 2h30 - YouTube](#)

HORS TRAIL

ACTU N°11 : 10 000m de Pacé

Chrono stratosphérique du champion de France de trail court Corentin Le Roy auteur d'un 28min25s ! Il manque la sélection en Equipe de France pour la coupe d'europe de 10 000m pour une place...

Tous les résultats : [les Résultats des Compétitions \(athle.fr\)](#)

CONCLUSION

Retrouver sur le Forum, la rubrique dédiée à l'actualité et aux revues de presse, moults sujets sont déjà sur la table => <https://lantreduduc.fr> .

On termine avec la traditionnelle citation : "On vit dans une démocratie de l'expression mais une dictature de la décision" François Begaudeau

Je vous laisse là-dessus, bonne semaine les Patreotes !