

La victoire au challenge des Yvelines 2019-2020

Par Benoît Rupprecht



Le trophée du Challenge des Yvelines 2019-2020 m'a été remis ce matin. Le classement cumule les huit meilleurs résultats obtenus dans les compétitions du département. J'ai bien conscience que je n'aurais pas remporté le challenge dans des conditions normales. Ma saison fut une très belle saison ponctuée par des victoires, des podiums et des records personnels. J'ai terminé ainsi dans les 10% les meilleurs dans chacune de mes courses et j'ai régulièrement marqué des points de bonus. C'est l'aboutissement d'un projet sportif. Merci à Philippe Moinard, notre entraîneur trail, car sans ses entraînements je n'aurais jamais pu obtenir les résultats de ces dernières années.

A l'automne 2019, je décidais de chercher les podiums dans ma catégorie d'âge sur les challenges route et trail et de participer également au Trail Tour National. J'étais donc dans une optique de régularité plus que dans la recherche de records.

J'ai remporté dans ma catégorie d'âge M2 la Halloween Trail de la belle forêt domaniale de Bois d'Arcy ainsi que la Corrida de Rambouillet dans le splendide parc du château éponyme. Dans ces deux courses, je suis allé chercher la victoire dans les derniers kilomètres. J'ai géré les côtes et les montées et j'ai foncé dans les portions de plat. J'ai également fait un podium aux berges de Conflans avec un record personnel en moins d'une heure pour ce quinze kilomètres et un podium au très hivernal semi-marathon des lions de Bullion. Ces deux compétitions sont vallonnées avec notamment la terrible sente des laveuses dans les derniers kilomètres de Conflans.

Cette année fut marquée également par un record personnel sur 10 km à la Corrida de Houilles avec un temps en 37min57s. Une course bien gérée avec une augmentation de la cadence à chacun des trois tours. Je m'étais bien positionné au départ pour éviter la cohue.

J'ai également réalisé de belles performances au Cross de la Butte Verte, une compétition relevée mais que j'aime beaucoup car on est toujours à fond, et au terrible semi-marathon des 20 bornes d'Andresy avec sa côte de Verdun à 16% à grimper deux fois ; une épreuve !

Ma seule déception fut le semi-marathon de Rambouillet, une course où je n'ai jamais été à l'aise avec ses nombreuses relances. J'avais dans les jambes un potentiel record personnel mais à quelques kilomètres de l'arrivée j'ai subi une forte baisse de régime, perdant une cinquantaine de places pour terminer à la centième position. J'ai en effet ressenti la fatigue du trail des Grands Crus d'Alsace, une course labellisée Trail National Tour, épreuve à laquelle j'avais participé une semaine auparavant.

J'étais bien parti pour faire un top 100 au Trail Tour National avec des performances satisfaisantes au Trail Givré de Montanay dans la banlieue lyonnaise et au Trail des Grands Crus d'Alsace dans les Vosges. Dans ces deux courses, j'ai remonté des places avec notamment une folle descente dans la compétition vosgienne. Je profite de ce texte pour vous dire que Colmar est une ville magnifique.

Victoire au Challenge, par Benoît

Écrit par Jérôme

Pour les prochaines années, je me consacrerai surtout à des trails nationaux ou à de grands marathons, histoire de visiter mon pays et de faire du tourisme en France et à l'étranger.

Mes 8 épreuves du Challenge : 834 points

Victoire au Challenge, par Benoît

Écrit par Jérôme

100

[01:25:20](#)

14.84

16

100

09 Févr 2020

LIONS CLUB

29

[01:26:48](#)

14.59

3

105

Victoire au Challenge, par Benoît

Écrit par Jérôme

29 Déc 2019

CORRIDA PEDESTRE INTERNATIONALE DE HOUILLES - POP

144

[00:37:51](#)

15.85

17

100

14 Déc 2019

CORRIDA DE RAMBOUILLET

19

[00:39:43](#)

Victoire au Challenge, par Benoît

Écrit par Jérôme

15.11

1

105

07 Déc 2019

LES BERGES DE CONFLANS - 15 KM

29

[0:59:41](#)

15.08

3

100

25 Nov 2019

Victoire au Challenge, par Benoît

Écrit par Jérôme

20 BORNES D'ANDRESY - 21,1 KM

25

[1:25:31](#)

14.8

6

104

17 Nov 2019

CROSS DE LA BUTTE VERTE

9

[0:49:52](#)

15.64

Victoire au Challenge, par Benoît

Écrit par Jérôme

4

108

01 Nov 2019

TRAIL ' OWEEN - 19 KM

7

[1:36:31](#)

11.81

1

112