Trail givré des Saisies

Par Anne Wiechers

J'ai décidé cette année de retourner passer Noël aux Saisies, la station savoyarde où j'ai fait mes premiers pas en ski alpin et par la même occasion me tester sur un premier trail « blanc ». http://www.lessaisies.com/trail-givre.html

Mon stress habituel d'avant course ? Le voyage de 640km sous la neige à rouler au pas sur l'autoroute derrière un chasse neige, ainsi qu'un col des Aravis soit disant ouvert qu'il a fallu traverser en prenant « un peu d' élan » suivant les conseils de la seule personne que nous ayons trouvé sur place et après qu'elle nous ait aplani le chemin avec son 4x4. Quelques têtes-à -queue plus loin nous attendait la station des Saisies et notre appartement.

Après une nuit assez agitée, Nick m'accompagne sur la ligne de départ. La tempête de neige a laissé place à un merveilleux soleil et un grand ciel d'un bleu profond comme on en trouve qu'en montagne. La température doit avoisiner les -15°c, tout le monde semble bien équipé. J'ai les pieds congelés, mais je ne me sens pas ridicule avec mes yaktrax sous mes

chaussures (http://www.yaktrax.com/pro) achetées la semaine précédente sur des conseils glanés sur le net. J'inaugure aussi les mini-guêtres « raidlight » qui me resserviront indéniablement. J'ai choisi par prudence le trail court de 10km. Celui de 30km est raccourci à 20km à la dernière minute suite aux trop nombreuses chutes de neige de la veille. Le départ est donné à 9h40. Les premiers 500m devraient être roulants puisqu'en descente, mais les choses ne sont pas si simples. Mes pieds s'enfoncent dans la neige fraiche et je vois vite partir un gros peloton d'habitués qui ont l'air de courir comme sur du bitume. On entame ensuite près de 3km de montée du bas de la station (1650m) à son point culminant (le Mont Bisanne à 1940m) dans la poudreuse qui m'arrive parfois juste au dessous du genou. Impossible pour moi de courir, je me mets à marcher d'un bon pas. J'essaie de m'accrocher à un ou deux coureurs pour profiter des traces qu'ils laissent dans la neige et économiser un peu d'énergie. Sur les parties moins pentues et damées j'essaie de me remettre à courir mais mon moral commence un peu à flancher.

Enfin arrive le Mont Bisanne et son ravitaillement. Aïe, il y a le choix entre glaçon de coca ou glaçon d'eau. L'organisation promet de faire mieux l'an prochain. Pas de chance non plus du côté de mon camelback, je me balade avec un glaçon dans le dos, et rien à boire. « Think positive » : la vue sur le Massif du Mont Blanc est grandiose, époustouflante. Je suis venue là pour me faire plaisir et le plus dur est passé. Le reste de la course est de profil descendant et presque exclusivement sur des pistes damées. Je repars sur une piste de ski alpin bleue que je connais bien. Les yaktracks se révèlent très efficaces sur ce genre de terrain mais je n'ose pas trop me lâcher car mon pied s'enfonce brusquement de temps en temps de manière imprévisible. Puis on serpente sur les pistes de ski de fond. Le rythme se fait plus régulier, je prends du plaisir à courir mais la fatigue se fait sentir. Je sais que la dernière partie de la course est une grosse côte d'1km et je n'arrive pas à me remotiver pour la monter. Je marche et laisse passer un coureur qui me suivait depuis quelques temps puis je recommence à courir dans le dernier virage quand je vois mes enfants qui viennent à ma rencontre.

84
97