



Trail des Châteaux de l'Isle-Adam

Par Sandrine Trouinard

Suite au trail de Cernay de 14 petits km qui m'avait bien plu avec Stéphane au mois de Mai , (Stéphane qui depuis est ma mascotte, car je suis sur le podium à chaque fois que l'on covoiture) il m'a proposé ce trail à l'Isle Adam que j'ai accepté sans réfléchir....



Je réalise vraiment la veille qu'il y a 30 km et 2h30 de course environ, mais j'y allais pour faire un footing et me marrer avec lui. Comme nous voulions faire des photos, je me suis chargée avec un sac à dos pour l'appareil, une petite gourde et des biscuits. Ça ballotait dedans et la sangle me serrait l'estomac et me gênait pour bien respirer (erreur à ne plus faire, mais la voiture était trop loin pour tout laisser). Chose faite, nous étions les deux seuls en touriste avec notre appareil photo, à se prendre simultanément et à délirer dans l'air de jeux pour enfants... en fait on se réchauffait, Stéphane est un frileux et il y avait 7°

La course est lancée, nous prenons des photos qui se révèlent troubles et une montée au 2ème km qui me réveille une douleur derrière les cuisses. Je réalise que les 30km vont être trop long pour moi et demande à Stéphane (qui est au top en ce moment) de ne pas m'attendre, je vais trop le retarder... je ne sais pas de quel signe il est, mais il est tétu.. c'est un breton en plus. "on a dit qu'on le faisait ensemble..." je passe la suite.

Le parcours était sympa, au 7ème km nous quittons ceux qui s'orientent sur le 10km et j'apprends que je suis la 1ère femme, ça donne un espoir d'avoir mon bouquet de fleurs que j'avais repéré au départ...

La deuxième me dépasse en un clin d'oeil, elle a une belle allure et nous distance rapidement. Mon lièvre Stéphane ne se fait pas de soucis et nous convenons de la rattraper plus tard, nous faisons même un arrêt pipi aux 10ème km Oui j'aime bien les détails!!!

Difficilement je suis le train de Stéphane, qui vraiment m'aide beaucoup, mais je culpabilise de le retarder, nous sommes seuls, le troupeau s'est effiloché...

La forêt est magnifique avec ses couleurs d'automne, nous apercevons des champignons sur le côté, mais la ceuillette sera pour une autre fois, il faut courir malgré mes cuisses qui me titillent... Nous avons abandonné l'idée des photos, le pauvre appareil n'a fait que sauter dans le sac sans voir le paysage, dommage pour lui!!!

Chaque côte Stéphane me sème, je suis obligée de marcher et il m'attend après, il est pas cool notre Stéphane???

Nous apercevons notre rivale féminine et nous arrivons à revenir sur elle au 20km et là un peu de causette pour savoir qu'elle prépare un marathon, qu'elle est fatiguée aussi, bref sympathique et je lui dis ,(car je comptais rester à ses coté et sachant que j'ai un bon finish), que de toute façon je la laisserai gagner, car pour moi 1ère ou 2ème, ça m'était égal....

Nous restons ensemble tous les 3 jusqu'à la fin avec notre super héros comme lièvre qui nous laissait sur place dans les cotes, je marchais elle me distançait mais , elle marchait sur les fins de cotes, ouf!! on a joué jusqu'à la fin au yoyo. et sur la longue ligne droite d'arrivée, j'ai accéléré en l'encourageant à me suivre.

Stéphane qui avait pris un peu d'avance ne m'attendait plus pour notre finish ensemble, normal les photographes n'étaient pas au rdv et en se retournant, il a préféré me laisser finir avec Aurelie. Je l'ai attendue juste devant la ligne et fait passer devant,j'estimais qu'elle méritait.

La pluie avait commencé à tomber depuis quelques km et le ravitaillement de fin s'est fait sous la pluie et dans le froid!

