Après mon marathon de Chicago qui a fini pas trop mal en 3h25 malgré quelques ennuis physiques, j'ai enchainé sur la prépa de la Saintelyon. En effet je n'ai pas pu résister à la force de persuasion de Pascale et Muriel et ai fini par m'inscrire au 75km de la Saintelyon, sans vraiment savoir dans quoi je m'embarquais!!!!

Malheureusement j'ai une blessure à la hanche qui ne guérit pas et qui s'est même aggravée avec l'entrainement vallonné du trail....résultat, ne pouvant pas prendre le départ du 75km, j'ai décidé de me rabattre sur le 45km, histoire de ne pas regretter....

Hier soir donc, moi la spécialiste du bitume prenait pour la première fois le départ d'un trail, de NUIT!!!

Mais où donc tous ces traiteurs sortent cette idée que le trail est plus facile que le marathon???!!!  Moi j'ai trouvé cela très physique, certes pas dans les montées (quoi que...) mais surtout dans les descentes, très techniques.....la glace, les feuilles cachées par les cailloux, la boue, les marres d'eau à éviter suite a la fonte de la neige, les racines....j'en passe et des meilleures et tout cela à l’éclairage de la frontale....très éprouvant je l'avoue!!!!

Pourtant j'ai pris beaucoup de plaisir, dans la nuit j’étais dans mon cocon, le silence de la nuit

fut très magique, les passages en forêt en suivant la guirlande des lampes frontales magiques, les vues sur les lumières de la ville de Lyon fantastiques, le ciel étoilé et son croissant de lune féerique.....franchement ce fut super.....jusqu'au passage des "200" marches à descendre vers l'arrivée...de mon point de cote 1km avant le passage de l'arche et de ma méga crampe au mollet....

Mais à part tous ces petits soucis techniques, et de nombreuses courbatures (similaires à celles du marathon, sauf pour les mollets), j'ai pris beaucoup de plaisir à faire ce trail.....

Ceci-dit cela ne veut pas forcément dire que je renouvellerais l'expérience, j'aime quand même bien le roulant du bitume et la clarté de la lumière du jour!!!!