

COURSE À PIED ASCENSION DU CHRIST-ROI ET TRAIL DES PATROUILLEURS

Deux organisations au top



L'Ascension du Christ-Roi et sa descente presque finale. DR



Le Trail des patrouilleurs et sa superbe vue à 360 degrés. DR

HAUT-PLATEAU L'Ascension du Christ-Roi et le Trail des patrouilleurs se sont déroulés à une semaine d'intervalle. Ces deux courses sont très différentes en termes de distance: 6,2 km du côté de Lens et jusqu'à 55 km sur les hauts de Crans-Montana.

Mais pour le reste, elles possèdent de nombreux points communs: superbes paysages, convivialité et surtout une organisation sans faille, mise en avant par tous les participants. Conséquence: des inscriptions qui ne cessent de croître. Le Trail des patrouilleurs a réuni 1250 coureurs. La liste des inscrits a été fermée deux semai-

nes à l'avance, faute de place. Plus de 140 enfants et 220 adultes se sont déplacés pour prendre part à la 7e Ascension du Christ-Roi.

Un vainqueur prestigieux

Kevin Bagnoud, président du CO lensard se réjouit du fait que l'épreuve réunisse une très large palette de coureurs: «Nous avons aussi bien des familles que des athlètes de pointe. Notre distance permet, même à ceux qui ne sont pas super entraînés, d'avoir du plaisir.» Chez les cadors, c'est Mohammed Boulama qui a tiré parti du jeu. Troisième du dernier Morat-Fribourg, le Marocain possède

de sérieuses références. «Il a gagné pour la deuxième fois chez nous. Nous sommes restés en contact et nous l'avons appelé. Il est bien sûr venu gratuitement», souligne Kevin Bagnoud. Le fait d'avoir Tarcis Ançay comme parrain aide également l'Ascension du Christ-Roi à avoir des grands noms de la discipline.

Une question de logistique

Le Trail des patrouilleurs en est quant à lui à sa troisième édition. «Nous ne savions pas vraiment où nous allions lorsque nous avons lancé ce concept, explique l'une de ses responsables, Anouck Bey-

trison. Il a tout de suite bien fonctionné avec 500 participants.» Deux ans plus tard, ce nombre a pratiquement doublé. «Par rapport au parcours, nous sommes loin d'être à saturation. En revanche, en cas de mauvais temps, il faut pouvoir abriter tout ce monde à l'arrivée. Et là, ce n'est pas évident.» La diversité des distances contribue aussi au succès du trail du Haut-Plateau. Avec 15 km, 25 km, 40 km et 55 km, tout le monde y trouve son compte, et surtout continuera à trouver son compte. L'édition 2017 est d'ores et déjà lancée.

CLAUDE-ALAIN ZUFFEREY

SÉVERINE PONT-COMBE**«Les organisateurs font du super boulot»**

Séverine Pont-Combe aime prendre part à l'Ascension du Christ-Roi. «Parce que le parcours est exigeant et sympa. En courant à domicile, je croise également beaucoup d'amis et mes enfants peuvent participer l'après-midi. Quant à l'organisation, elle est parfaite. Les jeunes qui s'en occupent font tout juste en soignant le côté festif et en proposant une planche de prix composée de produits du terroir.» Polyvalente à souhait, l'athlète de Mollens a commencé sa carrière sur 800 mètres. Elle se met actuellement en évidence sur les trails et en ski-al-

pinisme. «J'ai également besoin de faire des distances plus courtes. Elles m'assurent de garder une bonne foulée.» Et lorsqu'en plus les résultats suivent... Séverine Pont-Combe s'est imposée devant sa coéquipière de ski-alpinisme Jennifer Fiechter. «Je ne suis pas partie trop vite. J'en ai gardé sous le pied pour la descente et le faux plat. Nous nous sommes tiré la bourre avec Tarcis Ançay, c'était vraiment cool», explique la Mollensarde, qui va participer au Grand Trail des templiers, une course mythique qui lui tient vraiment à cœur.

RYAN BAUMANN**«Les sentiers utilisés sont très techniques»**

En compagnie de Nicolas Combe, Ryan Baumann s'est classé troisième du Trail des patrouilleurs sur le parcours Trubelstock, en 8 h 10'. «J'avais à cœur de m'aligner sur cette nouvelle catégorie de 55 km. Je connais bien ces sentiers qui sont mon terrain d'entraînement depuis dix ans. Ils sont très techniques. Les organisateurs ont réalisé un gros travail de balisage, car nous partons de nuit.» Connaître les lieux est un avantage pour gérer l'effort. L'habitude de l'altitude, avec trois passages à 3000 mètres, peut également aider. «C'est très sympa de courir en

équipe. Comme en trail l'effet yo-yo est très important, cela permet de nous entraider lorsque l'un des deux va moins bien.» Ryan Baumann est arrivé au terme d'une très bonne saison. Le Sierrois participe chaque année à cinq trails, avec une épreuve de plus de 100 km. En 2016, il a terminé troisième de l'ultra-trail de Verbier, ainsi que deuxième à Nendaz et aux Diablerets. «Je suis vraiment satisfait d'avoir fini pour la huitième fois à Verbier en huit participations. Lorsque l'on sait que la moitié des coureurs abandonne...» conclut le Sierrois.