Les Foulées Cernaysiennes : un air de montagne.

Par Benoit Rupprecht

Ce matin, nous étions quatre représentants du Club aux Foulées Cernaysiennes ; Guylaine, Olivier et moi avons participé au trail de 20 kilomètres et Sophie à celui de 10. Le trail de 20 kilomètres est exigeant avec 600 mètres de dénivelé et n'est pas a priori un parcours pour moi qui préfère le plat.

Le départ est en descente et je pars très fort. La première partie de la course longe le ru des vaux. Les fortes pluies de la semaine ont rendu le sentier particulièrement boueux. Je suis en septième position et je gère bien ma course.

J'entame la seconde partie de la course et me voilà aux montagnes russes, cela monte et cela descend. Je marche rapidement dans les côtes escarpées, je relance sur le plat et je fonce dans les descentes. Une sortie de route dans les fougères n'altère pas ma volonté. Je commence à avoir du mal et je me fais rattraper par un athlète. La course emprunte pendant une centaine de mètres une piste cyclable; je relâche mon attention et loupe un petit single. Je dois faire demi-tour et je perds une quarantaine de secondes et surtout quatre places. Je ne me décourage pas.

J'accélère dans la descente vers le ru des vaux et je rattrape trois des athlètes qui m'avaient doublé précédemment. Je m'arrache dans la montée finale pour les distancer et je rattrape à la

fin de la côte un athlète. Il reste environ 300 mètres de plat pour franchir la ligne d'arriver ; je place une accélération violente, je regarde au-dessus de mon épaule et je vois que j'ai fait le trou. Je maintiens cependant mon rythme et je termine en 1h42, 8 ème au scratch et 2ème Master 1.

Guylaine remporte de son côté la course en M2F, Olivier fait une belle course après sa blessure et Sophie gagne le 10 km au scratch féminin.