

PARIS-VERSAILLES PAR SILVAIN DUCROS

29 Septembre 2019

C'est une course que j'aime beaucoup malgré la foule et le fait de devoir attendre longtemps au départ. J'apprécie la variété de son parcours, urbain et forêt et surtout le fait de devoir gérer chaque partie du parcours : plat, montée, descentes, relances, final,...

Très différent d'un semi ou d'un marathon. C'est pour cela que cette course est connue comme une grande Classique . Un peu comme Marjevol-Mende ou Marseille-Cassis que je vais d'ailleurs aussi courir fin octobre

Aujourd'hui, le temps n'était a priori pas idéal, giboulées et vent d'ouest. Inhabituel pour cette course où il fait souvent beau.

C'était néanmoins ma 10ème participation !

Et j'étais décidé à tout donner malgré un niveau de forme légèrement inférieur à l'an dernier.

Arrivé très tôt pour être dans les toutes premières vagues donc près d'1h30 d'attente mais c'est le prix à payer pour avoir une route dégagée et ne pas être gêné par des coureurs avec des vitesses très variées.

A partir de là, la course s'est très bien passée, départ avec la 3ème vague, je suis néanmoins parti un peu moins vite que les 2 deux dernières années sur les 6km le long de la Seine. Ensuite c'est aller beaucoup plus vite, j'ai pu monter la côte des Gardes mieux que je pensais, relancer derrière, à bloc dans la descente et tout donner sur la fin . De très bonnes sensations. Le genre de course qui te motive.

Résultat : 1h09:34 . Record battu pour ma dixième participation !

(20 secondes de mieux que mon précédent record de 2015)

L'expérience a du bon et permet de se maintenir encore quelques temps malgré les années qui passent :-)