

Les Vosges, passionnément

LA COURSE NATURE REVÊT UN CÔTÉ PASSIONNEL QUI POUSSE BON NOMBRE D'ENTRE NOUS À ORGANISER UN TRAIL AFIN DE VALORISER DES PAYSAGES, SA RÉGION. JEAN-MARC DISCHER, VICE-CHAMPION DE FRANCE DE COURSE DE MONTAGNE 2006, N'ÉCHAPPE PAS À LA RÈGLE. LE 1^{ER} CHAMPIONNAT DE MOSELLE DE COURSE DE MONTAGNE A DONC EU LIEU À WALSCHEID, DANS LA VALLÉE DE LA BIÈVRE, SUR LA PARTIE NORD DU MASSIF VOSGIEN.

Texte et photos de Damien Vernimont

C'est une nouvelle fois l'occasion de parler des courses de montagne dans ces régions souvent négligées des adeptes et qui n'ont pourtant pas à rougir des grandes sœurs des Alpes. Sur un circuit de type montée-descente (18km et 800m+/-), le coureur de Sarreguemines nous a enchanté. Gilles PERRIN, éminent spécialiste de la Montagne Vosgienne, ne manquait d'ailleurs pas de faire remarquer qu'à la vue des temps espérés pour le premier, le parcours devrait être cossu. De fait, à peine lancés, il nous faut affronter une première montée (500m et 100m+), d'abord bitumineuse le temps d'étirer le peloton, puis technique, au cœur des pâturages qui entourent Walscheid. Un hors d'œuvre dont seule la course de montagne peut se targuer, et qui vous fait comprendre qu'ici, c'est dame nature qui tient les rennes...

Sur ses terres, Jean-Marc prend rapidement le large !

Jean-Marc survole l'épreuve, enfilant de magnifiques single-tracks sous l'œil vigilant de géants de grès. Un sentier technique à flanc de montagne, sur un sol souple, des racines et quelques roches émergentes qui vous tendent des pièges : un régal pour l'amateur de course nature, et ça va durer quelques kilomètres. On s'imagine aisément s'enflammer sur cette portion, mais malheureusement il faut en garder pour la suite. Une longue descente technique pour récupérer, puis les bénévoles nous orientent sur la gauche : pour une montée bien sûr ! Quelques kilomètres d'un grand chemin forestier, et nous voilà repartis sur des monotraces, qui camouflent un peu le dénivelé... mais il est bien là !

Deux derniers kilomètres de descente, en sous bois avant de filer sur l'arrivée, sur la partie haute du village. Jean-Marc Discher l'emporte sans surprise en 1h18, suivi par Fabrice Jacques et l'éternel Gilles Perrin. Côté féminin, l'expérience des courses nature a parlé avec Fabienne Saurier qui s'impose largement devant Béatrice Lucas et Valérie Crouvezier. Dans chaque bouche, aussitôt la ligne franchie, on complimente ce magnifique parcours. Exigeant bien sûr, mais où l'équilibre règne entre portions roulantes et techniques, entre montées et descentes. Nous n'attendons plus que la prochaine édition pour nous « griller » les jambes dans les sentiers monotraces de la vallée de la Bièvre.



LES VOSGES, ÇA MONTE AUSSI !

Les Crêtes Vosgiennes sont certainement l'épreuve de montagne la plus ancienne et la plus connue du Massif Vosgien. Pour autant, il ne faudrait pas oublier ses petites sœurs : entre autres, la Montée du Grand Ballon (course du Grand Prix WMRA), Le Molkenrain et le Sérichamp pour des formats classiques, Le Frenz ou le Boedelen pour des formats courts, et bien sûr le Trail du Petit Ballon sur un format plus long, dont la notoriété grimpe en flèche. Les Vosges s'adaptent à toutes les envies, à vous de choisir !

Où courir dans les Vosges :

- Le trophée des Vosges ; le challenge qui regroupe la majeure partie des courses de Montagnes Vosgiennes : www.trophee-des-vosges.com/
- L'Alsace en courant : un site amateur très complet avec des fiches techniques, photos et commentaires sur de nombreuses épreuves et des interviews uniques (Jonathan Wyatt, Julien Rancon) www.alsace-en-courant.com/

UN ORGANISATEUR-COUREUR À LA MOTIVATION SANS FAILLE !

Jacques Adam, président du Spiridon club d'Alsace est au cœur de l'organisation des Crêtes Vosgiennes.

Esprit Trail : Depuis quelle année le Trophée des Vosges existe-t-il ? Quelles étaient les motivations pour sa création ?

Jacques Adam : Le Trophée des Vosges a été créé en 1978 par Bob Towler et il regroupait les rares courses en montagne à une époque où la course hors stade était condamnée par la FFA. Un challenge « C.I.M.E. » existait en Suisse, il a servi de modèle.

ET : Quels champions t'ont le plus marqué dans le long passé du Trophée ?

JA : Chez les femmes Odile Lévêque et les sœurs Kuster, et chez les hommes Jean-Paul Klufts, Christian Zimmermann, puis Jean-Paul Limon, et plus récemment Jean-Marc Discher.

ET : De nouvelles courses, des sites Internet qui s'intéressent beaucoup au Trophée, le Trophée aurait un bel avenir devant lui ?

JA : Oui, grâce aux nouvelles technologies, l'audience s'élargit au delà de l'Alsace, mais le but reste le même : faire courir un maximum de compétiteurs et leur donner l'envie de courir. Le côté course nature contribue aussi à son succès.