Ultra record | Plus de 160 km/h à vélo !
Atypique | Le Grand Trail du Nord
Off du mois | La traversée du Jura
En solo | 6 000 km au Canada
Test shoes | Des Anglaises à l'honneur

LE TOR DES GÉANTS
LE GIGANTISME VERSION ULTRA-TRAIL

n°84 - NOVEMBRE 2011
www.ultrafondus.net
DOM : 6,80 € - BEL : 6,70 € - CAN : 9,95 $CA
N CAL : 950 CFP - POL : 950 CFP

ENTRAÎNEMENT | GAINAGE DES GENOUX
SUR LES
Pour la troisième fois, les trailers se sont donnés rendez-vous à MÜHLBACH-SUR-MUNSTER, au fond d’une vallée alsacienne du Haut-Rhin, où le Colmar Marathon Club (CMC) propose depuis 2009 le trail des Marcaires, une escapade de 46 km pour 2 300 m de dénivelé positif sur des chaumes et les sentiers du parc régional des Ballons des Vosges. Cette édition s’est déroulée sous une météo exceptionnelle qui a permis aux trailers de découvrir un panorama automnal de toute beauté depuis les pâturages des sommets vosgiens : là-même où les Marcaires, ces fermiers et fromagers de montagne dont la tradition date du Moyen Âge, montaient avec leurs troupeaux de vaches dont le lait allait fournir la matière du célèbre fromage Munster. Au travers de chemins forestiers, sentiers, passages parfois techniques, ce trail emmène les coureurs au cœur du massif avec dans la dernière partie le passage de trois petits lac à altitude formé dans des cirques glaciaires datant d’un autre temps. C’est d’ailleurs en fin de course, dans les passages délicats et notamment les pierriers, que le vainqueur, un jeune trailer de 26 ans, Léon Bechel, a fait la différence après un départ prudent et une course d’attente ; comme quoi la sagesse n’est pas l’apanage des vétérans !