

Gapen'cimes : 720 coureurs sur la ligne de départ du trail rose



La foule en bleu et rose se motive. Photo Le DL/Christine STERBIK

Le trail rose de 6 km, l'un des parcours du Gapen'cimes, a réuni 720 participants ce samedi 9 octobre. Une course qui permet de s'amuser et de rappeler l'importance du dépistage des cancers.

Toujours présent dans les éditions de la Gapen'cimes, le trail rose est un trail de découverte, sans classement, et solidaire avec le CRCDC Sud Paca (centre régional de coordination du

dépistage des cancers). Un parcours ludique de 6 km dans la colline de St-Mens, accessible à tous.

« Vous êtes 720 ! », annonçait le speaker avec enthousiasme aux sportifs déchaînés devant le podium. Des tenues dignes des années 80, le rose étant à l'honneur, et une majorité de dames de tous les âges. Quelques représentants masculins, déguisés et pas toujours discrets, se glissaient dans la foule devenue

dense aux premiers échos de musique brésilienne. Lydie Depierre était sur scène et lançait la séance d'échauffement Zumba. Dix minutes de folie à se trémousser en rythme avant de s'élancer sur le parcours.

Montrer sa solidarité en courant

Tout devant, les jeunes athlètes partis pour faire un chrono démarraient en trombe tandis que derrière on était solidaires et



Passage ombragé dans le parc. Photo Le DL/Christine STERBIK

on attendait les copines, les cousines, les collègues de travail.

Le trail rose, c'est surtout une course pour s'amuser, montrer sa solidarité et rappeler que le dépistage des cancers est loin d'être inutile. Les stands à l'intérieur de la Blâche permettent aux associations de faire découvrir leurs activités et surtout leur importance pour la santé publique.

Dans la course, les groupes de travail courent ensemble, tels l'équipe de l'OPHLM, les associations également comme par exemple le Tennis club de Gap avec ses 20 participants sur tout

le week-end. Trail2Vie était là aussi, solidaire comme jamais.

Un petit tour dans le parc de la Pépinière pour se faire encourager par le public, nombreux également, et direction la colline par les chemins monotraces, les sous-bois bucoliques et une belle montée vers les 929 mètres de St Mens. En descente, encore du sous-bois, peu technique mais bien roulant jusqu'à l'arrivée dans le parc. Pas de chrono, donc pas de classement mais une belle récompense, le partage d'un moment sportif réussi qui fait du bien au physique et au moral !

Du costaud au menu sur les trois parcours



Le trail de l'Edelweiss, le marathon des trois cols et le trail des Crêtes offrent de superbes points de vue. La 21.

La journée phare de la 13^e édition du Gaper'cimes aura lieu ce dimanche au départ du domaine de Charance. Au menu : le trail de l'Edelweiss (62 km), le marathon des trois cols (45 km) et le trail des Crêtes (27 km).

Le pic de Gléize, juge de paix de l'Edelweiss ?

Sur le plus long parcours de 62 kilomètres, les organisateurs se sont mis à ruser avec une succession de difficultés tout au long de la journée. Ce trail de

l'Edelweiss proposera tout de même 3 300 mètres de dénivelé entre Charance et la capitale docoise.

Dès les premiers kilomètres de course, la longue montée au Colchon, situé à 1900 mètres d'altitude, servira d'échauffement au lever du jour. Comme sur les trois parcours, elle permettra aux passionnés d'apprécier la magnifique vue sur le bassin gapeçais. La descente sur Rabou et le premier ravinilleront donneront l'occasion aux plus costauds de prendre le rythme à leur compte.

En supplément la crotte du

petit Bléich, le passage sur le sentier des Baux entrera en jeu pour privilégier de rejoindre la dernière partie du parcours. Il se profilera à l'horizon la montée vers le col de Perles et l'arrivée dans les grands espaces et les alpages. L'enchaînement des bosses de la Tête de Guzière et la redescente vers le col de Gléize laisseront certainement des traces !

Pour le kilomètre 58, il faudra alors se hisser au point culminant de la course : le pic de Gléize ! Près de 900 mètres rajoutés au total, la des-

cente technique en direction de la forêt de Laje et la boucle champagnaise d'environ 15 km sacreront certainement le vainqueur de cette édition. Un nouveau passage au col de Gléize et la longue descente vers Gap par le plateau de Falclibre amèneront les concurrents au parc de la Polignone.

Sur le marathon, un enchaînement décisif

Le marathon des trois cols affichera de la nouveauté avec un départ comme avec son grand frère. La boucle de 45 km avec

REPÈRES

LE PROGRAMME DU JOUR

- 06h30 : trail de l'Edelweiss (62 km) et marathon des trois cols (45 km).
 - 08h30 : trail des Crêtes (27 km).
- Départs du domaine de Charance, arrivées à La Bléiche.

2 200 mètres de dénivelé s'adressera aussi aux traileurs confirmés. Comme pour le 62 km, il enchaînera avec le Colchon, Rabou, le col de Perles, Guzière et le col de Gléize. À ce moment-là de la course, le peloton ne sera pas dirigé vers le pic de Gléize et la forêt de Laje. La redescendera directement à Gap.

Sur le 27 km, le vainqueur connu à la Bléiche ?

Sur le parcours des crêtes, la principale difficulté se situera au tout début du tracé. Après une partie réaliste pour rejoindre le canal de Gap, le peloton devra alors rejoindre le Colchon par une longue et raide montée. Les passages au pic de Charance, puis la fameuse Bléiche, seront déterminants pour jouer les premiers rôles sur ce parcours ardu.

Il sera alors capital de pouvoir relancer l'allure sur les deux bos au moment les concurrents au col de Gléize par Côte Plaine et Guzière. Il restera alors dix kilomètres de descente pour rejoindre la ligne d'arrivée.

TRAIL DE SAINT-MENS Calamita a eu le dernier mot

Julien Ricard peut souffler. Son temps de référence de 53'55 pour boucler le trail de Saint-Mens n'a pas été battu samedi, lors de la victoire de Dévoiland Tristan Calamita en 57'05.

Première des six épreuves de Gaper'cimes, le trail de Saint-Mens a vu samedi la victoire de Tristan Calamita au terme des 14 km du parcours. En 57'05, il a devancé Jules Delabelle (2^e) et Pascal Valentin (3^e), après une belle bagarre sur les chemins. « Je me suis fait plaisir, confiait Calamita à l'arrivée, ça faisait longtemps que je n'avais pas eu un succès comme ça. La course a toujours été ardue, ça relançait derrière et à trois kilomètres de l'arrivée on était encore tous les trois ensemble. »

Ricard : « Delabelle, l'étoile montante du département »

Un trio finalement réglé par le Dévoiland. « Ces changements de rythme dans la course, c'était vraiment sympa. Depuis les "France" de course en montagne, je ne savais plus trop quelle était ma spécialité, j'étais dans le dur tout le temps, j'avais du mal à trouver de bonnes sensations à l'entraînement. »

Deux secondes derrière lui,

l'éternel junior Jules Delabelle (jeune Snowshoos) passait la ligne en 57'17. Après une petite déception sur les "France" de course en montagne où il avait perdu le podium au sprint, le Briançonnais avait remporté une des épreuves du Grand Trail de Serre-Ponçon, celui des Contreforts du Morgon.

Sa deuxième place a prouvé que la forme difficilement distillée de son entraîneur Stéphane Ricard : « Je suis vraiment content pour Jules, car il est dans les mêmes temps que Tristan, je le vois comme l'étoile montante du département sur les courses courses comme celle-ci. Pour Ricard, Jules, qui est étudiant à Chambéry, va se reposer. « Je vais arrêter un peu car je sens que je fatigue », reconnaissait-il.

À la troisième position, on retrouvait un autre favori, Valentin Pascal (57'57), suivi par le premier maître Damien Augy (jeune Snowshoos). Le Catalange Yann Durand pointait à la 5^e place alors qu'il était parti en tête du peloton à la sortie de la Polignone. Benoît est 6^e, le concurrent aux multiples victoires n'était peut-être pas dans son meilleur jour.

Entraîneur du Ski club Gap



Tristan Calamita (au 1^{er} plan) a eu le dernier mot en finissant devant Jules Delabelle et Valentin Pascal.

Le 16 février 2013

Rayard, Benjamin Favre, arrivait lui en 59'40. Souvent aux avant-postes, il traita un peu la langue à l'arrivée. « C'était fatigant, soufflait-il, je les avais en point de mire, mais impossible pour moi de les rattraper. Ils étaient trop costauds ! »

Christine STUBIK

REPÈRES

DARDANELLI EN PURBONNE

La course fut aussi rapide chez les dames. La tri-athlète gapeçaise Laëtia Dardanelli, inscrite au dernier moment, d'import en 1h17'17 suivie de peu par Julie Bongio. Cette dernière ne s'était pas faite d'objection mais semblait souler : « J'ai beaucoup aimé le parcours. Ça coulait bien et en plus sous le soleil c'était parfait. »



Le patron, c'est Rancon

Grand favori du marathon des trois cols (45 km) disputé ce dimanche sur les hauteurs de Gap, le Grenobleis Julien Rancon s'est imposé avec brio, reléguant son dauphin haut-alpin Sébastien Fine à près de vingt minutes.

Il lui aura fallu à peine plus de quatre heures pour boucler la boucle de 45 km. Ce dimanche, Julien Rancon, l'un des meilleurs spécialistes mondiaux du trail, a ajouté à son palmarès une victoire de plus. Habitué de Gapen'cimes, où il avait déjà gagné auparavant, l'Isérois a relégué Sébastien Fine, son dauphin, à près d'un quart d'heure. Le Briançonnais a tenu la distance jusqu'à Rabou, avant de laisser filer le 3^e des championnats de France de trail disputés il y a quelques jours.

Idéal, deux semaines avant d'aller défilé les 80 kilomètres des Templiers. « C'était un peu un test, car je n'avais pas fait trop de longs et je voulais voir ce que ça donnait, concède Rancon. Je n'ai pas eu de coup de mou, j'étais vraiment bien.

J'ai fait la course avec Sébastien Fine au début, puis j'ai accéléré. Mais c'était difficile de se jauger, car on ne sait pas où sont les autres. Je voulais faire ma course, c'est ce que j'ai fait. »

Rancon : « C'est plutôt une bonne saison »

Et comme souvent lorsqu'il vient dans les Hautes-Alpes, Rancon a gagné, lui qui entretient un lien particulier avec le département. « Ma belle-famille est ici, mon frère (Maxime) habite un peu plus haut dans la vallée, j'ai toujours bien réussi dans les Hautes-Alpes, que ce soit sur les "France" de montagne ou de trail (il a été champion de France en 2013 à Gap). J'aime bien le coin. »

Désormais tourné vers les Templiers, l'une des dernières épreuves de la saison où il espère « faire une course pleine », Rancon peut déjà se retourner sur les semaines écoulées. « C'est plutôt une bonne saison, même si elle n'a démarré qu'en juin, glisse l'Isérois. J'ai fait un gros chrono à Sierre Zinoi, 4^e au Nid d'Aigle, je me suis qualifié pour les Mon-

dioux, j'ai aussi fait pas mal de choses différentes, comme du 3 000 mètres en salle durant l'hiver, des courses des quatre heures, d'autres de sept. J'aime bien changer. »

Fine : « J'ai géré au mieux »

Il le fait avec succès, et ce n'est pas son dauphin Sébastien Fi-

ne qui dira le contraire, lui qui a fait le début de course avec Rancon. Mais le début seulement. « À Rabou, Julien a dû serrer un peu la vis, et de mon côté, ayant un peu mal au niveau des quadriceps, j'ai préféré lever un peu le pied et limiter les crampes. Au final, je pense que j'ai géré au mieux pour pouvoir terminer et conserver ma deuxième place. Je n'ai pas

cherché à voir ce qui se passait derrière. »

Bien lui en a pris, puisque le Briançonnais s'est offert une belle marge de manœuvre sur son premier poursuivant, le Dévolvanais Tristan Calarita, finalement 3^e. Le vainqueur du 14 km disputé la veille sera lui aussi au voyage aux Templiers, présent au départ des 35 km.

Sylvain PARET

L'Edelweiss pour Noebes-Tourres

Le duel qui s'était engagé entre Valentin Noebes-Tourres et Stéphane Ricard sur le 62 km, aura finalement tourné court, et très vite à l'avantage du premier nommé.

En effet, Stéphane Ricard, alors en chasse 45 secondes derrière le leader, s'est fait piéger par le brouillard et a perdu le fil du parcours à un endroit où Julien Rancon, de son propre aveu, a également failli se tromper. Ricard éliminé, Noebes-Tourres n'a eu plus qu'à gérer jusqu'à l'arrivée. « Avec Stéphane, on s'est tiré la bourre au début, on a joué au chat et à la souris,



Valentin Noebes-Tourres s'est offert le 62 km. Le DU/OLIVIER

explique le vainqueur. Du coup, il y avait pas mal d'écart avec ceux de derrière. Puis Stéphane s'est perdu, et on n'a dit que j'avais de l'avance. J'ai donc pu gérer mon effort comme je le souhaitais. Après mes deuxième places à Roussel et sur l'Ultra Champsaur, c'est ma première victoire de la saison. J'ai fait quelques grosses courses, mais sans résultat au bout. L'idée était de terminer la saison sans pression, de faire une grosse balade, de profiter et de m'amuser. »

Mission accomplie.

S.P.

TRAIL DES CRÊTES Castiglioni a déroulé

Seul après le passage de la Brèche, le Briançonnais Renaud Castiglioni a remporté le trail des Crêtes en 2h29'02, dimanche.

Comme son nom l'indique, le trail des Crêtes proposait de parcourir l'ensemble des crêtes de Charance sur 27 km, avec 1 350 m de dénivellés positifs, le tout sans jamais quitter de vue Gap et ses alentours.

Dès le départ le rythme était donné le long du canal de Charance. Trois coureurs prenaient les devants : Renaud Castiglioni, Louis Paluan et Benoît Brochier. Ils parcouraient les premiers kilomètres à des vitesses dignes d'un marathon. La

montée au Cuchon (1 903 m) se faisait tambour battant, transformant le trio en duo. Renaud Castiglioni prenait finalement seul la tête de la course après le passage à la Brèche (1 643 m), sans jamais baisser de pied. Le Briançonnais faisait même grimper son avance à deux minutes sur la ligne d'arrivée, en s'imposant en 2h29'02.

« Ça vient dans la continuité d'une bonne saison »

« J'ai toujours voulu gagner une course de la Gapen'cimes, confiait le coureur du team High Trail après sa victoire. C'est une course qui

me tient à cœur, avec un parcours magique, mais j'ai toujours échoué sur la troisième marche du podium. »

Sa victoire s'est construite progressivement : « C'est parti fort d'entrée de jeu, sur le plat, on était à 18 km/h ! Dans la première montée on était plus que deux, puis j'ai attaqué fort après la Brèche et je me suis rendu compte que j'avais pris de l'avance. J'ai donc continué d'accélérer sur les crêtes, car je savais que la descente était longue et cassante. »

Renaud Castiglioni a ainsi poursuivi une très belle saison : « Je suis satisfait de ma course, car franchement, si on m'avait dit que je gagne-



Renaud Castiglioni a remporté le trail des Crêtes en 2h29'02. Le DU/OLIVIER

rais aujourd'hui (dimanche, ndr) je n'y aurais pas cru. Ça vient dans la continuité d'une bonne saison avec une victoire au Roussel, une 3^e place sur les Écrins, une 2^e au trail de la Meije, une 4^e au

Serreche Trail et une victoire au trail du Soufre d'Auron, pour qui j'ai une pensée suite au décès d'Aurora Baroni qui était atteinte de la maladie de Charcot. »

V.L.