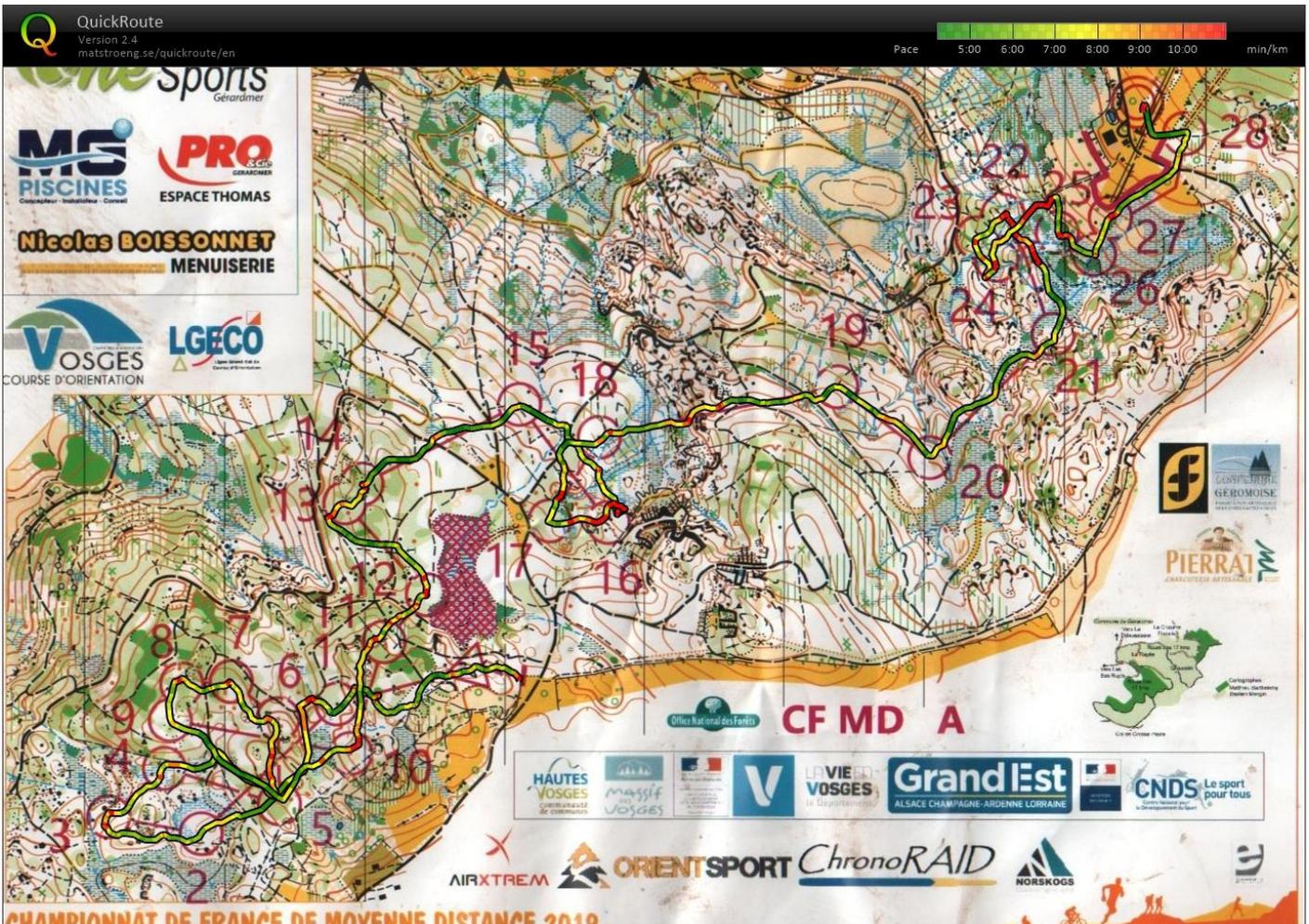


# Moyenne distance du championnat de France à Gérardmer

La carte : circuit de 5.1 km / 190 m D+



Ma trace : 6.38 km, 8.02 km/h de moyenne



**Avant-course** : le Championnat de France est le moment, pour moi, de confirmer mes bonnes performances sur le format MD depuis un mois. Avec tous les meilleurs français, je sais d'emblée que je serai loin du top 10, mais il va s'agir de marquer un maximum de points au CN, et, pourquoi pas, de battre quelques concurrents de marque. Les conditions dantesques (tempête de neige, froid intense) rendent la course féérique.

Poste 1 : je l'assure en longeant le jaune et le muret, puis j'emprunte le petit sentier. En arrivant sur zone, beaucoup de végétation non cartographiée masque le poste, que je trouve après avoir un peu hésité.

Poste 2 : je remonte sur le chemin pour passer par le nord, mais je me ravise en voyant la trace qui part dans la forêt... Je perds sans doute quelques secondes, mais je trouve le poste sans encombres.

Poste 3 : le sommet est pratique pour se repérer. Même si le poste est un peu caché et que je tombe un peu au sud, tout se passe bien.

Poste 4 : je fais un azimut, je ne comprends pas grand-chose mais je tombe bien.

Poste 5 : poste facile, les chemins donnent la balise.

Postes 6/7/8/9 : enchaînement rapide de petits postes à l'azimut, pas très compliqués si on se repère grâce aux mouvements.

Poste 10 : je décide de simplifier au maximum et d'assurer le poste. Je repasse donc par la 5, puis je fonce sur le marais à l'est du poste. Alors que je suis un peu incertain, je vois la balise en face de moi.

Poste 11 : pas facile à première vue, je me cale sur le gros rocher au sud-ouest du poste pour attaquer.

Poste 12 : azimut, facile.

Poste 13 : je l'assure en ne faisant pratiquement que du chemin, ce qui me permet de souffler un peu, car la charge mentale de ce début de course est très importante.

Poste 14 : je suis un peu imprécis sur ce poste très proche, la végétation est dense et j'arrive sur la balise à l'arrache par derrière.

Poste 15 : poste de traversée, l'azimut est mon seul outil après avoir emprunté le petit chemin qui part de la 14.

Poste 16 : alors que j'arrive au trou juste avant le poste, j'attaque des falaises à vue et je me perds. Plusieurs concurrents cherchent aussi, et ce n'est qu'une minute plus tard que l'un d'eux trouve le poste, beaucoup plus haut que ce que je pensais. *A posteriori*, je me suis rendu compte que mon erreur était liée à une faute du traceur, qui n'a pas découpé le rond au nord-est, masquant ainsi une falaise dans laquelle de nombreux compétiteurs sont allés chercher...

Poste 17 : après cette faute, je dois me remotiver. Le poste 17 se déroule sans encombres.

Poste 18 : je ne suis pas très précis (je tombe, un peu surpris, sur le chemin après m'être décalé par inadvertance).

Poste 19 : je ne prends pas l'option du contour par les chemins, sans trop savoir pourquoi. Le tout droit passe bien, et l'attaque de la petite carrière est facile.

Poste 20 : poste facile, au bord du ruisseau.

Poste 21 : après un moment d'incertitude dans la traversée, je me retrouve plus loin que ce que je pensais dans les marais, mais le poste n'est pas bien compliqué.

Poste 22 : sûrement le poste le plus dur du circuit. Je le négocie bien, en m'accrochant fermement à mon azimut, et en me repérant au gros rocher à mi-parcours. Alors que je ne sais plus trop où je me situe, je vois mon poste sur ma gauche.

Poste 23 : un gars devant moi se charge pour moi de le trouver, je le suis.

Poste 24 : je monte sur le mauvais mouvement en suivant le même concurrent qui se plante, je fais rapidement demi-tour mais le temps a filé : 1 minute perdue.

Poste 25 : la remontée est très rude dans les marais enneigés et les branchages, j'arrive complètement à l'arrache au sud du poste et je perds encore plus de 30 secondes.

Postes 26/27 : postes sans intérêt à l'arrivée, mais très physiques sous la neige et dans la boue.

Place	Nom	Licence	Catégorie	Club	Temps	min/km	CN à J-60	Points	Différence	Nouveau CN
1	BLANC-TRANCHANT Olivier	14672	H21	3913BF	0:35:09	6'52	9788	<b>10447</b>	+659	9783
2	RIO Nicolas	18660	H21	4203AR	0:35:58	7'02	9841	<b>10209</b>	+368	9888
3	RAUTURIER Maxime	4182	H21	7807IF	0:36:05	7'03	9278	<b>10176</b>	+898	9783
4	MARTY Loïc	15712	H21	4601OC	0:36:39	7'10	9369	<b>10019</b>	+650	9616
5	CAPBERN Loïc	11069	H21	3105OC	0:36:45	7'11	9744	<b>9992</b>	+248	9863
6	RAUTURIER Quentin	4879	H21	7807IF	0:36:51	7'12	9838	<b>9965</b>	+127	9807
7	ADAMSKI Philippe	11665	H21	5907HF	0:37:17	7'17	9887	<b>9849</b>	-38	9542
8	PERRIN Mathieu	8976	H21	4201AR	0:37:55	7'25	9353	<b>9684</b>	+331	9718
9	COUPAT Vincent	84	H21	2517BF	0:38:19	7'29	9826	<b>9583</b>	-243	9823
10	BASSET Lucas	8695	H21	6911AR	0:38:58	7'37	10103	<b>9423</b>	-680	10299
11	RADONDY Théo	22370	H21	5907HF	0:40:12	7'52	9204	<b>9134</b>	-70	9244
12	ROUX Corentin	22330	H21	4201AR	0:42:11	8'15	9241	<b>8705</b>	-536	9608
13	LEPOUTRE Benjamin	12967	H21	5907HF	0:42:13	8'15	8800	<b>8698</b>	-102	8736
14	PERRIN Arnaud	8975	H21	4201AR	0:42:16	8'16	9224	<b>8688</b>	-536	9221
15	HALTZ Louis	24070	H21	5907HF	0:42:33	8'19	8603	<b>8630</b>	+27	8659
16	BASSET Marian	11355	H21	6911AR	0:43:16	8'28	7574	<b>8487</b>	+913	8240
17	BLAISE Mathias	37469	H21	2105BF	0:43:59	8'36	7362	<b>8349</b>	+987	7813
18	WOLZ Aymeric	20973	H21	2508BF	0:45:41	8'56	8184	<b>8038</b>	-146	8134
19	DELENNE Adrien	10384	H21	1307PZ	0:46:14	9'02	9510	<b>7942</b>	-1568	9624
20	CHATELAIN Grégoire	24332	H21	2517BF	0:47:04	9'12		<b>7802</b>		7767
21	BATTISTA Clement	17545	H21	3308NA	0:47:22	9'16	7800	<b>7752</b>	-48	7963
22	LINDMAN Per	38092	H21	3318NA	0:48:00	9'23		<b>7650</b>		7344
23	MATHIS Martin	20315	H21	2517BF	0:49:03	9'35	8558	<b>7486</b>	-1072	8500
24	MARTINEZ Pierre	14394	H21	4012NA	0:49:39	9'42	8756	<b>7396</b>	-1360	8802
25	RAIMBAULT Juste	8237	H21	7716IF	0:50:05	9'48	8235	<b>7332</b>	-903	8126
26	KERN-GILLARD Mathieu	12401	H21	6911AR	0:51:17	10'02	8223	<b>7160</b>	-1063	8230
27	COURTOIS Yoann	19017	H21	8807GE	0:53:59	10'33	6826	<b>6802</b>	-24	7018
28	CHANDEZON Jean-Luc	4013	H21	8404PZ	0:55:32	10'52	7757	<b>6612</b>	-1145	7720
29	GUINOT Rémi	15016	H21	2108BF	0:56:00	10'57	6039	<b>6557</b>	+518	6501
30	BACHEL Thomas	32319	H21	5703GE	0:56:41	11'05	7250	<b>6478</b>	-772	7627

**Bilan** : un championnat de France honnête, sans plus, un classement correct et quelques très bons coureurs qui sont derrière moi, je suis globalement satisfait même si je me suis désuni complètement sur la toute fin de course, ce qui vient un peu gâcher le tableau. Je marque aussi très peu de points au CN. En enlevant mes erreurs finales, je pouvais espérer faire 45'30, ce qui aurait été vraiment bon. Je n'ai pas du tout forcé physiquement, privilégiant la lecture et voulant essayer de faire un sans-faute, ce qui est presque le cas. Je n'ai jamais été en difficulté sur un terrain qui m'a paru intéressant et très lisible malgré la neige.