La Balise de l'Info

La lettre d'information du CRCO

« Bonne rentrée à tous »

Sommaire :

- Semaine fédérale et championnats de France en Bourgogne : 18 au 25 août
- Qualifications de Maëlle aux EYOC
- Régionale LD du Cranou ; 8 sept
- Régionale Sprint et MD Quimper ; 15 sept

1. Semaine fédérale et championnat de France : Bourgogne (18 au 25 août) *(R Le Cam)*

☞ 9 Cartes en lien ci-dessous

Cette semaine en Bourgogne fut vraiment une belle semaine de CO. Tout d'abord la quantité était là : 9 courses en 8 jours ! La qualité aussi, avec 2 beaux sprints (Vézelay et Avallon), 5 moyennes distances, 1 longue distance et 1 relais. Le tout sur des terrains variés et sous un soleil radieux. Pour récupérer des courses et de la baignade dans le lac de Grosbois, le soir, il y avait la « ronde de Chamerey » : un gite perdu au bout d'un chemin caillouteux plus qu'incertain (le camping car des Beauvir s'en souvient encore !), à la lisière de la forêt. Et, à la nuit tombée, petite veillée autour d'un feu de bois et dégustation de Chamallows grillés et de bananes au chocolat. Ambiance colonies de vacances garantie ! Malgré cela n'ont n'étions pas très nombreux du club à nous être déplacé (une petite quinzaine). Il est vrai qu'il faisait beau en Bretagne…
Pour les résultats, ce fut comme pour le relief : des hauts et des bas pour tout le monde. On peut retenir quand même :

MD Avallon : Tom 3è, Yannick 2è …et le difficile trajet pour aller du centre de course (prairie près de l'arrivée) jusqu'au départ (tout en haut de la « patate »)

Sprint Vézelay : Tom 2è, Yannick 1er …et un magnifique village fortifié tout en haut d'une colline parsemé de balises plutôt faciles (on a tous cherché le piège à la 14, 15 ou 16 mais il n'y en avait pas !!!)

Sprint Avallon : Maëlle 3è, Muriel 3è, Yannick 1er, Raphaël 1er …et le piège de la balise 9 !

MD St Jean de Bœuf : Muriel 3è, Tom 2è … un parcours tout en devers, parsemé de « vraies » charbonnières et ponctué par une « grosse patate » (balise 14 à 15…)

MD St Victor sur Ouche : Miti 3è (si,si !) …et le labyrinthe de mur en pierre

CFMD Qualif Chamboeuf : Maëlle 4è, Yannick 8è … la difficulté de la B1 (il y avait des balises partout !) et l'erreur de la B12 (falaise mal cartographiée) ou Julien Le Borgne et moi avons mangé notre carte !

CFMD Chamboeuf : où tout le monde s'est planté …sans doute surpris par la taille de la carte (postale !) et par le choix difficile pour aller à la B10

CFLD Concoeur et Corboin : Maëlle 6è, Tom 4è, Muriel 10è, Yannick 7è, Raphaël 10è …un partiel interminable pour aller de B2 à B3 (28cm…), des milliers de buissons « vert » pleins de vilaines aiguilles (j'en ai encore une d'1cm plantée dans le genou !) et un vilain labyrinthe sur le final, avec des gens qui courent partout et malgré cela, un petit moment de solitude !!!

Relais Couchey : des équipes hétéroclites mais très motivées. « Attention au orange » c'était le conseil de Yannick lorsqu'il m'a transmis la carte. C'est ce que je me suis appliqué à faire. Il fallait également choisir le bon itinéraire pour la B5 et rester concentré sur les arbres particuliers menant à la B15. J'ai à peu près réussit à passer toutes ces difficultés mais j'ai oublié de pointer la B3 !!! Dommage…

Le repos du guerrier…

Qualifications de Maëlle aux EYOC

L'objectif de l'année pour Maëlle : une sélection aux Eyoc, championnat d'Europe des jeunes. Des heures d'entraînement pour décrocher une des 4 places ! C'est ce qui l'attendait durant la semaine fédérale en Août en bourgogne : 4 courses vont compter : le sprint à Avallon, les qualifications et la finale des France moyenne distance, et les France Longue Distance.

Dès la première course (le sprint), il ne faut pas se rater. La preuve en est, les 4 premiers ce jour-là, seront les 4 que l'on retrouvera à la fin. Maëlle finit donc à la 2ème place. Sur les qualifs moyenne distance, elle fait une course assez propre et passe en finale A (l'inverse aurait été rédhibitoire), en Finale, elle finit 5ème toutes catégories, et donc 2ème chez les D16.

Reste la LD, où elle sait que si elle fait une course relativement propre, elle devrait avoir sa sélection.
Et c'est sous une météo exécrable qu'elle se lance (brouillard et pluie). Moins de 40 min plus tard, elle est leader provisoire au classement ! Mais ce sera sans compter sur les caprices de la météo. Sur un terrain où il faut courir pas mal à vue (petits bosquets et zones de jaunes), la météo se dégage. Cela va faire l'affaire des concurrentes suivantes puisqu'elle finira 6ème au général. Petite déception, mais la qualification est assurée, car les outsiders devant elle ce jour-là, ont fait des mauvaises courses, les journées précédentes.
Elle finit donc 3ème sur les 4 qualifiées, ce qui est synonyme également de faire partie des 3 qui composeront le relais !
C'est fait !! Elle s'envolera donc pour le Portugal le 22 Octobre. Les courses auront lieu le 25 pour le sprint, le 26 pour la Longue et le 27 pour le relais !

2. Régionale LD du Cranou ; 8 sept *(M Le Cam)*

☞ Carte « Cranou » en PJ

Nous n'étions pas nombreux sur cette course de début d'année. Et pourtant cela valait le coup : des postes moyennement techniques mais surtout un terrain physique qui demandait donc une vraie réflexion lors des choix d'itinéraire. Miti a perdu à ce jeu là puisqu'au lieu de contourner une belle « patate » elle a foncée dedans et sa fatigue accumulée lui a fait perdre 15 minutes sur cette balise. Il fallait également gérer son potentiel puisque c'était une longue distance. Raphaël et Tom s'en sortent bien car ils terminent 1er de leur circuit respectif, et Jacques 3ème. Bravo à tous les 3.

3. Régionale Sprint et MD Quimper ; 15 sept *(V Payssan)*

☞ Carte « Quimper» en PJ

Sprint de Quimper centre :

« Nous partîmes cinq cents, mais par un prompt renfort nous nous vîmes trois mille en arrivant au port ». Euuuuh pas tout à fait ! « Nous partîmes à cinq de Laillé… dont la famille Le cam. Et tout ça pour découvrir Quimper et son âme. Bientôt rejoins par dix joyeux petits lurons. Et qu'il faudra bien sûr que nous encouragions. »
Bref le sprint a commencé dans le centre de Quimper avec ses lots de pièges notamment sur le poste à poste 8-9 (circuit A) où l'on retrouvait les adeptes du passage au sud et les nordistes qui étaient un poil plus rapide. De même en sortie du poste 12 où les plus expérimentés (par respect pour ceux qui ont la vue qui baissent !) ne verront peut être pas la petite porte qui se trouvait dans les jardins et qui pouvait faire gagner du temps (pour le coup je l'ai utilisée). Malheureusement je fais une grosse erreur en début de circuit en apercevant Yannick qui marchait en boitant, je me déconcentre et loupe mon virage seule réelle bourde de la course. Je dirais que ce sprint était plutôt roulant avec ses montées et descentes un poil physique quand même mais bien sympa. Le CRCO ne fait pas pâle figure car voici les résultats :

Circuit A :
MOTTET, Martin 3ème en 18:33
PAYSSAN, Valentin 4ème en 19: 44
LE CAM, Raphaël 5ème en 19 :56
MASSON, Philippe 14ème en 24:20
DAHIN, pascal 24ème en 30:39
TANGUY, Gael 25ème en 30:51
LEROUX, Jacques 29ème en 38:17
Et Yannick qui nous fait un pm à cause de son genou ☹
Circuit B :
ENDRESS, Pauline 2ème en 22:03
LE CAM Muriel 3ème en 22:09
SUCHKOVA Marina 6ème en 25:55
BEAUVIR Laurence 10ème en 30:24
Circuit C :
TANGUY Léo 1er en 17:42
LE CAM Tom 4ème en 19:21

Circuit D :
LE CAM Miti 1ère en 20:49

Nous ne manquerons pas de féliciter Julien LEBORGNE du Quimper Orientation pour sa belle première place sur le circuit A.

MD de Stangala
☞ Carte « Stangala» en PJ
Parlons-en de ce gaillard qui nous a concocté une belle carte de derrière les fagots, mais un truc de bien hein … genre il n'y a même pas le dénivelé sur le circuit A (les autres je ne sais pas mais le A c'est sûr) pour ne pas trop nous effrayer parce que … qu'est ce qu'on a mangé. Héhé une course beaucoup moins roulante, technique et physique (je compte plusieurs pente à 50% ^^) et il ne fallait pas trop se laisser distraire comme moi qui ai eu du mal à rentrer dans la carte (vol dès le premier poste yahou ça commence bien). Enfin bon des choix d'itinéraires plutôt sympa, peut être aurait il fallut lire un peu plus la carte cela aurait évité à certain de descendre pour remonter tout un ruisseau (interposte 7-8) alors qu'on pouvait rester sur la même courbe de niveau sur un chemin, cela aurait peut être aussi évité à Martin de sortir de la carte au même endroit ^^ (j'espère que c'est vrai ; je me fis à ce que j'ai entendu à l'arrivée sinon je m'excuse). Néanmoins Martin peut se targuer d'avoir fini premier sur cette MD, le 2ème étant 3 minutes derrière, du haut de ses échasses Martin vole comme un oiseau ^^ pas de problème pour le dénivelé.
Voici les résultats :

Circuit A :
MOTTET, Martin 1er en 44:16
LE CAM, Raphaël 4ème en 55:13
TANGUY, Gael 7ème en 58:30
PAYSSAN, Valentin 10ème en 1:01:34
DAHIN, pascal 21ème en 1:32:35
Circuit B :
LE CAM, Muriel 2ème en 34:22
ENDRESS, pauline 3ème en 36:44
SUCHKOVA, marina 5ème en 46:41
Circuit C :
MASSON, Philippe 3ème en 25:06
LE ROUX, Jacques 4ème en 32:08
TANGUY, Leo 5ème en 34:28
Circuit D :
LE CAM, Miti 1ère en 23:47
Circuit F :
LE CAM, Tom 1er en 10:42
Circuit FG:
DAHIN, Leonie 7ème en 35:52