

Arosa Trail Run (GR)

Qui dit Arosa dit Grischun (en romanche).

Trail ? Oui pourquoi pas? La compétition affiche cinq catégories dont quatre de réelles courses. Leurs dénominations en disent long sur les distances respectives de ces tracés forts différents, et pour cause: AT15, AT22, AT33 et AT54 (AT pour Arosa Trail).

Si les parcours de 22, 33 et à plus forte raison 54 méritent bien l'appellation trail, il n'est pas de même pour la 15 pour laquelle nous avons modestement opté. Aucun membre du Team n'avait encore couru un trail; des courses de montagnes oui, mais point de trail en tant que tel. Ce parcours de 15 kilomètres se résume facilement par une montée très abrupte puis une descente du même acabit. Le départ se réalise dans une atmosphère bon enfant malgré les masques que l'on porte ou pas dans la zone, cela faisait partie du folklore pandémique! Dès le coup de feu, le peloton des coureurs généralement équipés de bâtons (merci à ce sympathique participant qui nous les a recommandés!) quitte la place bétonnée pour contourner assez rapidement (trop) l'Obersee pour emprunter ce qui sera notre trace jusqu'au retour, un sentier pédestre qui après une tentative de séduction avec sa pente modérée nous force à grimper de plus en plus rudement vers le sommet du Weisshorn qui représente la pointe et l'unique ravitaillement de ce parcours.

Si Marie connut une course plus régulière que Ed, ce dernier engagea ses forces dans la bataille et s'offrit grâce à sa stratégie le plaisir de remonter progressivement celles et ceux qui avaient démarré trop puissamment leur course. Bien en jambe, Ed se découvrit des qualités de grimpeurs malgré sa réticence à ce genre d'exercice. C'était sans compter sur la sécheresse due à un soleil traître et implacable qui faussa l'exercice sans en annoncer la couleur. C'est quand les jambes ne peuvent plus trouver le jus qui leurs donnent l'énergie que le corps s'arrête épuisé, musculairement fatigué! Le simple mouvement consistant à se mettre de côté pour laisser passer celles et ceux qui avaient été laissés sur place sur l'alpage du bas, rien que cet effort était déjà de trop. Comment gérer ce coup de barre qui s'abat sur le coureur sans prévenir, à quelques centaines de mètres du sommet? La frustration de perdre l'avantage que la première partie de la montée lui avait conféré s'ajoutait à cette sensation d'effondrement physique qui allait le priver d'une descente comme il savait et comme il pouvait le réaliser. Double frustration.

Finalement, cette épreuve verticale fut ressentie à l'identique par Marie qui n'était déjà pas une descendeuse et qui de ce fait ne prit aucun plaisir au retour. C'est un Team déçu de ses performances qui franchit la ligne d'arrivée, néanmoins soulagé de l'avoir fait, d'avoir fini et de marquer un point dans cette région du Défi des Cantons.

Mais comme toute chose a son contraire, à défaut de ramener un succès sportif, Saillon Team II récupéra des sensations de bien-être dans cette station difficilement accessible au point de projeter un futur camp d'entraînement dans cette région à l'air pur et qui se prête si bien à l'activité sportive. Les autochtones, sont des gens très sympathiques et très accueillants. Les infrastructures d'Arosa sont intéressantes et présentent des possibilités de préparation physique idéales.

Technique : 15 km, montée-descente en forme de dessin de montagne, sentiers pédestres, montagne