

## **Berglauf Brülisau (AI)**

Voici comment résumer cette course en terre appenzelloise :

- Appenzell Innerrhoden
- 8.3 km de pure montée
- 873 m de positif
- Pente moyenne 45%

Vous avez compris? Je n'en dis pas plus alors? Non, je plaisante! Comment ne pas s'étaler sur un tel évènement. D'abord il y a le canton, mythique, lointain pour nous, connu car nous y avons déjà passé des vacances à deux reprises même si nous logions sur la partie extérieure du demi-canton, ensuite il y a le décors. Les montagnes en Appenzell sont bien plus intéressantes pour courir que les Alpes, car moins caillouteuses, moins piégeuses, plus forestières, des pentes modérées et un climat bien plus agréable. Bon, ce jour-là nous bénéficions d'un brouillard haut qui retenait un soleil ne demandant qu'une éclaircie pour nous cuire la peau. Hormis un petit quart d'heure en contre-bas du sommet, nous avons été épargnés par la chaleur. Parfait! Ceci explique et justifie un chrono plus que satisfaisant ramené au sein du Team.

Le départ se fait au village sur une route d'alpage en pente, en ligne droite. Et ça part vite devant! Nous, nous avons repéré le bas du parcours et savions qu'il ne fallait pas soutenir l'allure dans les premiers kilomètres. Notre stratégie segmentait le tracé et nous devions attendre la partie la plus douce qui précède le passage sur St-Gallen avant de lâcher les chevaux. Et puis il y a quelques murs. Et ils nous ont fait souffrir. Le fait de ne pas subir le soleil nous poussait à soutenir un bon rythme, mais le corps a ses limites et pas question de se ruiner à mi-parcours. S'il y a bien une course qui se fait autant cérébralement que physiquement, la Berglauf-Brülisau en est un bon exemple. Bon, peut-être que physiquement la part est plus importante, tout de même! Mais celle ou celui qui n'avait rien étudié du tracé courait à l'abandon certain! Cela étant, il y a toujours les hors-chronos! Mais je rappelle qu'une course à pied c'est fait pour courir. C'est comme se revendiquer marathonien ou marathonnienne après 5h00 de marathon! Faut oser! Je vous laisse juge...

L'arrivée est spectaculaire. Sise au sommet du Hoher Kasten à 1795 m d'altitude, le panoramique sans brouillard est grandiose à 360 degrés. Le fromage local est un prix souvenirs génial. La descente en cabine étant comprise dans l'inscription ainsi que pour un accompagnant par dossard, ce qui fait le compte pour une famille de deux enfants, nous pouvions récupérer avant la douche. Très bien pensé. Le passage d'un canton à un autre et retour démontre bien la proximité des régions dans notre pays. Courir les 26 cantons n'est pas seulement une découverte géographique, c'est également comprendre les liens qui unissent les différentes cultures puisque les frontières intérieures deviennent des points communs pour les Suisses!

Nous avons adoré découvrir cette course et nous pourrions bien nous réinscrire à l'occasion... Et il ne faut pas oublier l'authenticité des Appenzellois qui accueillent leurs hôtes avec chaleur et convivialité. Les échanges se font facilement, l'humain a su rester humble dans ces régions que nous aimons beaucoup.

Technique : 8.3 km / 873m +, route d'alpage puis sentier de montagne, pure nature

