

Un public conquis

Un demi-millier de joggeurs présents pour la première édition du trail de Namur

Les amateurs de trail ont été conquis ce lundi grâce au premier trail de Namur capitale, organisé par trois amis pratiquant la discipline depuis quelques années. Mathieu Piron, Michaël Sechehaye et Etienne Maniquet ont pu se réjouir après cette journée réussie, où plus de 500 traileurs ont sillonné les sentiers autour de Namur, de sa Citadelle et des environs, sur deux parcours façonnés habilement par des connaisseurs de la région.

Olivier Decroix habite Dave et pratique le trail depuis plusieurs années. Il a pris le départ lundi du long parcours de 40 km, empruntant des sentiers sur lesquels il s'entraîne habituellement. « En tant que Namurois, je n'ai pas hésité une seconde à prendre part à cette nouvelle épreuve. Je m'entraîne souvent dans cette région qui offre de très bons dénivelés sur des sentiers que peu connaissent. Mais aujourd'hui j'ai encore découvert des chemins perdus dont je n'avais pas connaissance. Nous avons dû gravir un chemin grimpeur tellement fort que j'ai dû me faire des bâtons avec des branches de bois, pour me faciliter l'ascension ! Nous avons également fait une incursion dans le golf de Rouge-

mont, à Profondeville, j'ai trouvé cela original. Des chemins privés nous avaient également été ouverts pour l'occasion, ça reste toujours spécial de pouvoir les emprunter », explique Olivier.

CHACUN SA TECHNIQUE

Ce Namurois est habitué aux longues distances et à ce type de terrain accidenté qu'offre le trail. « Le rythme de lundi était assez rapide dès le départ, ce qui est assez étonnant pour une telle distance. Les premiers kilomètres étaient en descente, au lieu-dit « la Gueule du Loup » sur un terrain assez boueux. Cela ne m'a pas freiné, je suis en général rapide dans les descentes techniques, je préfère de loin cela aux portions plus plates et plus roulantes. Je revenais sur certains traileurs dans ces passages plus techniques et eux me rattrapaient sur les portions plus roulantes. Chacun a sa manière mais la mienne me convenait parfaitement. Les liaisons entre zones boisées présentaient un peu trop d'asphalte pour moi mais dans les environs de Namur, je sais qu'il aurait été difficile aux organisateurs de faire autrement », conclut Olivier, qui a terminé le 40 km en 4h16. ■

FLORENCE GOFFINET



Ca monte, ça descend, le trail de Namur est une véritable épreuve de force pour les participants à cette première édition en ce lundi de Pentecôte. Retrouvez toutes les photos des participants à cette course sur notre site internet www.sudinfo.be ■ VL



BENJAMIN GOURGUE



Du vélo à la course à pied

Benjamin Gourgue a quant à lui pris le départ du trail court de 15 km. Il n'avait jusqu'ici jamais couru une telle distance, ni en entraînement, ni en compétition. Sa nouvelle passion pour la course à pied lui a donné le déclic pour commencer la pratique de ce sport en janvier. « Je pratiquais auparavant le vélo de route. Mon agenda était façonné pour laisser place intégrale au vélo, mais j'ai commencé à travailler en janvier et vu mon nouvel emploi du temps, il m'a été plus facile de me tourner vers un autre sport qui demandait moins d'heures d'investissement. Ce parcours trail m'a vraiment plu, c'était nouveau pour moi de courir sur ce type de terrain et avec

un tel dénivelé. Le rythme de départ a été rapide et j'ai voulu rester sur les traces d'Olivier Mleccko qui se plaçait un peu devant moi sur les dernières courses. Je manquais de technique en descente vu mon manque d'expérience et Olivier m'a conseillé dans les côtes, pour ne pas les attaquer trop rapidement et pouvoir relancer au sommet », explique Benjamin. Les premiers traileurs du petit parcours ont malheureusement été victimes de débâlisage. « Notre rythme a malheureusement été cassé aux environs du sixième kilomètre, car le fléchage avait intentionnellement été retiré. Nous sommes descendus trop bas et avons donc du faire demi-tour et remonter sur nos pas. C'est dommage mais finalement, les places n'ont pas trop été modifiées », conclut Benjamin, qui va privilégier cette année les courses sur asphalte de 10 km avant de rallonger les distances et se tourner vers des épreuves plus périlleuses. Il a terminé quatrième du trail court en 1h04'08". ■

ORGANISATION

« Des traileurs un peu dérotés »

« Nous sommes très satisfaits de cette première organisation, qui a permis de rassembler 500 traileurs à la Citadelle de Namur. Le seul bémol fut des trouble-fête ayant intentionnellement arraché quelques rubalises, ce qui a déroté les cent premiers traileurs du petit parcours. Mais le succès de cette journée fut inespéré pour un premier essai et nous espérons nous améliorer encore l'année prochaine, avec les distances qui seront peut-être revues, nous allons y réfléchir. Je me suis rendu compte qu'organiser un jogging est finalement bien plus difficile que d'y participer ! », conclut Mathieu Piron. ■

TOUS LES RÉSULTATS SUR NOTRE SITE INTERNET

40km en 3h11 pour Pasque

Succès plein pour ce premier trail Namur Capitale ce lundi. Plus de 500 traileurs étaient présents pour arpenter les cotteaux de la Citadelle de Namur et ses environs. Le parcours trail par excellence était long de 40 km et a emmené la centaine de traileurs confirmés sur un tracé sinueux et technique, à la découverte des plus beaux panoramas de Namur, en passant par Malonne, Bois-de-Villers, Profondeville et Wépion, avant un retour sur la Citadelle explosif. Un second parcours de 15 km, plus accessible, a permis aux 409 arrivants de parcourir les sentiers du bois de la Vecquée, avant de rejoindre le tracé des 40 km et de remonter par la célèbre Tienne des Biches.

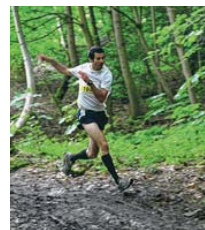
Sur le long parcours, Fabrice Pasque a été le plus vélocé et avec une excellente gestion de course, il a pu boucler l'épreuve en 3h11, avec six minutes d'avance sur José Istasse. Le trio de tête a été complété par Cédric Pétry. Francine Le-

grand a terminé première dame, avec une bonne expérience du trail long acquise depuis plusieurs mois maintenant. « Le parcours de ce trail était magnifique, avec une grande partie de chemins forestiers. Le fléchage sur notre parcours était très visible, bien meilleur que sur certains autres trails auxquels j'ai eu l'occasion de participer. C'est important sur une telle distance car à certains endroits, nous nous retrouvons seuls », explique Francine.

Sur le trail court, Johan Goubau a terminé l'épreuve en 1h03'05", juste devant son poursuivant Olivier Mleccko (1h03'31") et son frère, Thomas Goubau. ■

> **Trail long :**
Hommes : 1er Fabrice Pasque (3h11'34"), 2ème José Istasse (3h17'01"), 3ème Cédric Pétry (3h24'07").

Dames : 1ère Francine Legrand (3h52'01" et 15ème au général), 2ème Geneviève Deschuyteneer (4h17'52" et 40ème au général), 3ème Brigitte Demoulin (4h28'34"



Johan Goubau. ■ VL

et 46ème au général).

> Trail court :

Hommes : 1er Johan Goubau (1h03'05"), 2ème Olivier Mleccko (1h03'31"), 3ème Thomas Goubau (1h04'08").

Dames : 1ère Christelle Charlot (1h16'11" et 28ème au général), 2ème Anne Favier (1h22 et 56ème au général), 3ème Florence Goffinet (1h23'43" et 74ème au général).

Club avantages
ABONNÉS

NOUVEAU SPECTACLE

10x2 PLACES

VIRGINIE HOC

Pas d'inquiétude...

SPÉCIAL "SPECTACLE"

OÙ : CIRQUE ROYAL
 Rue de l'Enseignement, 81
 1000 Bruxelles

QUAND : Jeudi 30 mai 2013
 à 20 heures

INSCRIVEZ-VOUS VITE

Par téléphone : 070/21.10.10 (tapez 1)
 du lundi au vendredi de 8 à 17h
 le samedi de 9 à 12h

Par mail : abonnements@sudpresse.be
 avec en objet «Virginie»

Les abonnés privilégiés seront avertis par mail. Leur nom sera repris sur une guest list. Clôture des inscriptions le 24 mai 2013 à 16h.

Vous ne faites pas partie de nos abonnés ? Rendez-vous vite sur www.jemabonne.be

LaNeuse LaGazette LaProvince NordEclair LaCapitale

19923110