Bonjour,

Pour ceux qui n’ont pu participer à ces 5J de CO, et qui seraient curieux de voir sur quelles cartes, et quels types de tracés a couru la délégation TOAC, un petit C/R. A noter de manière générale une bonne qualité de la cartographie, pour toutes les cartes de ces 5 Jours.

Les 2 1ères étapes se couraient vers le col de la Llose, côté Français.

Etape 1 (LD): elle se caractérisait par un très fort dénivelé, sans doute trop fort même, puisque pour pas mal de catégories, plusieurs tronçons ne pouvaient se faire qu’en marchant, ce qui est un peu dommage. Pour le circuit H55 (cf ma trace GPS jointe), voir sur le tronçon 2-3 les 100m de remontée très raide, puis idem 75m sur 6-7 !

A ceci près, le traçage était intéressant. Un choix pas évident sur le poste 1, où je fais un mauvais choix (environ 2mn perdues), attiré par le chemin du haut, mais avec une attaque finale du poste un peu délicate (les clairières sous le poste ne se voyaient pas de loin…), et donc plus lente. Le choix le meilleur, plus direct, était par le bas. L’approche du poste 3 la plus directe demandait de bien lire la végétation. L’inter-postes 4-5 a fait quelques dégâts, il fallait s’appuyer sur une croupe peu marquée, et quelques blocs rocheux. Je laisse un peu de temps par des hésitations, mais j’évite le pire. L’inter-postes 5-6 était un bon exercice de suivi de courbe de niveau + évaluation de distance. Sur 8-9, je perds 1mn30 environ, probablement en sortie de poste, où il fallait descendre plein Sud ?

Etape 2 : MD : Se courant sur une zone voisine à la veille, avec une 1ère partie en forêt, mais en bonne partie en terrain ouvert de prairies avec vestiges de murets, c’était l’étape la plus courante, et sans doute la moins difficile (avec l’étape 5) ; aussi, chaque erreur se payait cher en nombre de places !

Etape 3 : MD : Cette étape, comme la suivante, avait lieu sur le beau terrain du Pla de la Forques, côté Espagnol. Il s’agissait d’une étape assez technique, où il fallait bien lire la végétation. A noter quelques postes dans des flancs, au milieu de pas grand-chose, qu’on pourrait qualifier au choix de « fouaneux » ou quasi-aléatoires ; Loreline, puis Loïc lors de l’étape 4, en ont fait la cruelle expérience ☹

Etape 4 (LD) : Nouvelle belle étape de montagne, avec un terrain généralement plus courant et moins pentu que l’étape 1. Pour le circuit H55 (voir ma trace jointe), un choix d’itinéraire intéressant sur l’inter-postes 1-2, qui demandait de naviguer en grande partie hors sentier; je perds sans doute plus de 2mn par un itinéraire pas assez direct, et je cherche un peu le poste 2 (point d’attaque : la falaise plein Est du poste, près du sentier), qui était dans une zone à faible visibilité, et qui a fait des dégâts. Néanmoins, j’en profite pour repérer le poste 11, ce qui est toujours intéressant (meilleur temps sur 10-11). Sur 2-3, je ne descends pas assez et me retrouve trop haut (1mn30 perdue). RAS jusqu’au poste 7. Sur 7-8, je suis décontenancé par un sentier très marqué le long du ruisseau, mais non cartographié alors qu’il aurait dû l’être; plusieurs autres coureurs sont bloqués dans cette zone, pour la même raison. Je descends un peu pour m’assurer que c’est bien le ruisseau, et repars après m’être convaincu que je suis bien où je croyais être, mais c’est 1mn30 de perdue. A noter un dernier choix d’itinéraire sur 11-12 ; je préfère assurer en récupérant le sentier du haut, ce qui me permet une attaque plus sûre du poste, à partir des falaises au-dessus de lui.

Etape 5 (MD) : cette étape avait lieu à la station de La Molina, avec départ en haut, atteint par télé-siège, donc principalement en descente. Du fait de l’environnement station/pistes, on aurait pu craindre un tracé trop facile, à l’intérêt limité. Mais il faut reconnaître que le traceur a habilement exploité le terrain, avec quelques zones techniques, et une petite remontée aux 2/3 de course, ce qui a mise dans l’orange (voire le rouge) les coureurs pour pimenter la descente finale. Il fallait aussi bien doser la prise de risques, certaines portions de descente caillouteuses ayant occasionné quelques entorses !

A noter quand même que si les traçages ont été plutôt intéressants pour les adultes, ils ont été beaucoup moins satisfaisants pour les jeunes, parfois trop longs, souvent trop difficiles.

Mais au total une belle organisation, ou les participants auront emmagasiné une belle expérience, et le plaisir de courir dans un tel cadre de montagne, par une température idéale, et en prime avec quelques biches croisées en particulier lors de la 1ère étape.

Les résultats complets des TOACiens :

(sur le nbre total de concurrents ayant couru les 5 étapes)

D20 : Loreline F : 4ème/11 ;

D45 : Anne I.B. : 21ème/73 ; Hélène F.R. : 33ème/73 ;

H10 : Jérémie T : 24ème/38 ; Titouan B : pm, mais 9ème des étapes 3 & 5.

H14 : Bastien T : 10ème/48

H18 : Noël F : 24ème/37

H21 : Loïc C : 3ème/89.

H35 : André S : 7ème/39

H50 : Thierry F : 41ème/95

H55 : Patrick C : 3ème/57

Open 1 : Bertrand T : 19ème/36

Et les résultats d’étapes de ceux qui n’ont participé qu’à une partie, dont nos 3 bénévoles ayant aidé à l’organisation (Valérie, Pierre, et Renan) :

D10 : Clémence M : 24ème/18ème/25ème;

D35 : Perrine P : 45ème/43ème/41ème;

D40 : Perrine T : 25ème/36ème/27ème;

D55 : Valérie B.C. : 2ème/6ème/5ème;

H14 : Louison M : 25ème/16ème/26ème.

H40 : Sébastien M : 50ème/39ème/50ème; Pierre G : 64ème/59ème/59ème;

H55 : Renan L : 64ème/61ème/61ème;

Jalonné : Jocelyn M & Arnaud T

Les résultats complets ici :

<http://ocerdanya.clubcoc.cat/uploads/Resultats_TOTALS.html>

Patrick C

