



Depuis 1981, le cross ouest France est un des plus grands événements de l'ouest de la France dans le domaine de la course à pied.

Il se déroule dans le magnifique cadre du Bois de l'Epau et de l'Arche de la nature.

52 courses sont au programme de ce week end sportif : des courses scolaires , un cani-cross, des marches nordiques et des randonnées, un trail de 20km (1600 inscrits), un 10km (4200 inscrits), de nombreuses courses licenciées et une boucle des familles de 2,3km qui rassemble environ 2000 petits et grands chaque année. Sans oublier la course des As (Hommes et Femmes) qui rassemble l'élite des athlètes français et étrangers.

Bref, une grosse organisation, et une mécanique bien huilée et sans faille.

Cette année, les courses «maîtresses», c'est à dire le 10 et le 20 KM, se déroulent sur 2 jours différents. Dommage pour la sortie groupée, mais ça m'arrange vu que je bosse le samedi.

Le samedi, sur le 20 KM, se sont présentés Adrien, Nicolas Moisson, Guillaume, Camille, Sophie, Sandrine et Jonathan.

Encore une fois nos coureurs prés Sées ont su se distinguer et les chronos et classements de chacun sont ahurissants, y compris pour ceux qui, comme Camille, testaient cette distance pour la première fois et ont fait la course en largement moins de deux heures.

Quand à moi, je me présente le dimanche midi pour la course des 10 KM.

Nouveauté cette année, le parcours fait une boucle, avec départ et arrivée sur le site, alors que jusqu'à l'année dernière un bus nous emmenait sur le départ 10 KM plus loin... Du coup je peut prendre mon temps pour m'équiper et m'échauffer.

Surprise, alors que je me croyais seul représentant de notre formation, je vois arriver Stéphanie.

C'est quand même cool de retrouver une collègue du club parmi une foule de plus de 3000 runners ! Le brouillard à couper au couteau qui nous envahissait depuis le matin est dissipé et le temps, même un peu couvert, semble parfait pour courir.

L'heure du départ approche, et nous nous faufile dans la foule pour pouvoir partir dans le bon sens. Je repère le drapeau du meneur d'allure «45mn», mon objectif pour cette année se situant entre 45 et 47 mn, et on se positionne. La sono joue du rock... La chanson «Ah s'qu'on est serrés...» serait plus appropriée !

Départ moins 3 MN... Un immense clapping résonne dans les rangs des runners impatients... C'est parti... Nous nous élançons sous les refrains de Johnny qui souhaite allumer un incendie pour nous encourager !

Ah non on est déjà arrêté... eh oui, une procession de 3000 coureurs c'est long à démarrer ! Nous mettons plus d'une minute à passer la ligne de départ, et nous piétons un bon kilomètre avant de pouvoir courir à notre rythme. Du coup on a perdu le meneur d'allure... tant pis on fera sans.

Le terrain est assez gras mais pas trop glissant. Pas véritablement de côtes, mais plutôt des faux plats. Au bout de 3 KM, Stéphanie, qui se sent «en jambes» accélère et part devant. Je la suis pendant encore un KM mais je finit par lâcher l'affaire. La course emprunte des chemins dans les bois, des sentiers autour des étangs, bref que du «nature» et zéro bitume ! Un grand bonheur ! C'est presque dommage de faire une course... J'aurais bien couru en allure footing pour en profiter pleinement.

L'habitude de défaillance du sixième kilomètre me fait lever un peu le pied, mais globalement ça se passe plutôt bien et je commence à entendre la sono du site de course, signe que l'arrivée est proche.

Je débouche dans le champ... Je pense que c'est la fin... Je jette un œil à ma montre : 42 MN! super mais...c'est pas fini : il reste encore quasiment un kilomètre. On va parcourir ce foutu champ en long et en large !

Qu'est ce qu'elle est longue cette arrivée... On passe sous une arche, mais c'est pas l'arrivée ! encore 400 M... Une autre... non encore 200 M... Enfin, une dernière arche et c'est fini ! 46mn et 50 sec. pile poil dans les temps !

Stéphanie, elle, est arrivée depuis deux bonnes minutes et, comme moi, elle a adoré le parcours. Cerise sur le gâteau, le temps s'est levé et c'est sous un magnifique soleil que nous terminons ces 10 KM.

Direction maintenant la salle des fêtes de la Chapelle près Sées ou nous attend un ravito de saison : la galette des rois !

Encore un super moment convivial avec tous les copains du club

CROSS
Ouest-France
PAYS DE LA LOIRE
Organisé par Ouest Sports et Loisirs

14 et 15
janvier
2017

Le Mans - Arche de la nature
Bois de l'Épau

Course des Aï
10 km
Marche nordique
Randonnée
Trail 20 km

Inscriptions gratuites
www.crossdumans.ouest-france.fr
Tél. 02 43 75 36 22

ouest france PAYS DE LA LOIRE Sarthe Auchan