

PULSA- TIONS



LE MAGAZINE
DU CLUB
DES SPORTS DE CHAMONIX

NUMÉRO 27 • ÉTÉ 2019

GRATUIT



DECRYPTAGE

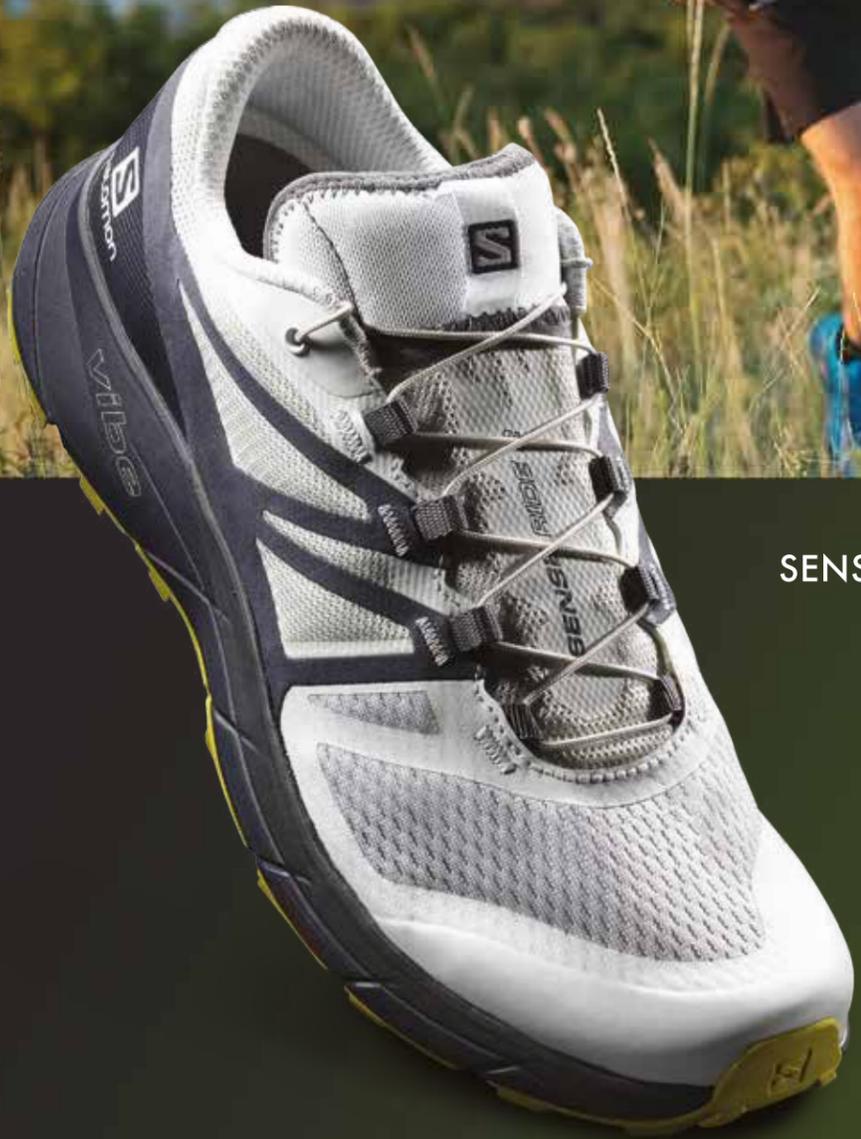
**LA COUPE DU MONDE
D'ESCALADE DANS LES
YEUX DE LA SECTION**

DOSSIER

**LA PASSION
DERRIERE L'OBJECTIF**

LÉGENDE

**LE FRISSON
DE L'EXTREME**



SENSE RIDE 2



FIT. RUN.
PLAY.



#PLAYFORMORE 
Participez à nos workshops Trail Running sur [HOWTOTRAILRUN.SALOMON.COM/FR](https://www.howtotrailrun.com/fr)

WORLDWIDE CHAMONIX

Alain RICHIER

Président du Club des Sports de Chamonix

► Bonjour à tous,

Alors que l'été tarde un peu à s'installer, un très grand athlète tire sa révérence. Après 13 années à sillonner les coupes du monde de combiné nordique, François Braud a décidé d'arrêter sa carrière dont vous trouverez le résumé dans ce magazine.

Je tenais à remercier en premier lieu, l'homme, dont la gentillesse, la disponibilité et le respect pour toutes les institutions sportives et administratives sont unanimement reconnus. Merci pour tout « Fouez », je te souhaite toute la réussite que tu mérites dans l'accomplissement de tes nouveaux défis.

Le mois de juin est synonyme d'effervescence autour du Marathon du Mont-Blanc. L'équipe du club et les 500 bénévoles sont à pied d'œuvre pour offrir aux 10 500 traileurs un cocktail d'effort et d'émotion à travers les 8 courses proposées. Quoi de mieux que l'œil du photographe pour magnifier les coureurs et l'environnement exceptionnel de notre vallée.

15 jours plus tard, c'est au tour de la coupe du monde d'escalade d'enflammer la place du Mont-Blanc. Considérée comme la plus belle étape du circuit, Chamonix rêve aujourd'hui d'accueillir l'épreuve Olympique d'escalade de Paris 2024 au pied du Mont-Blanc pour fêter de la plus belle des manières le centenaire des 1^{er} Jeux Olympiques d'hiver de 1924. Vous découvrirez dans ce numéro les coulisses de l'organisation à travers l'implication de la section escalade.

Avec plus de 3000 licenciés, notre club fédère la majeure partie des sportifs de la vallée. Nous avons le plaisir de vous présenter le portrait d'une jeune sportive talentueuse, Camille Salaris qui a la particularité de briller dans deux de nos 24 sections.

Enfin, (re)découvrez le parcours d'Aurélien Ducroz, des lignes de pentes à la ligne d'horizon, un parcours sportif exceptionnel de polyvalence !

Bon été à tous et vive le sport. ■

Eric FOURNIER

Président de la Communauté de Communes de la Vallée de Chamonix Mont-Blanc

Vice-Président de la Région Auvergne-Rhône/Alpes en charge de l'environnement et du développement durable

► Vive Chamonix la sportive !

Disons-le sans modestie et soyons-en fiers, Chamonix compte sur la « planète sport » : des équipements de grande qualité qui accueillent habitants permanents de la vallée et touristes du monde entier, des pratiquants de tous âges s'investissant dans de nombreuses disciplines, des dirigeants de sections et des bénévoles motivés, des champions qui participent au rayonnement de notre ville, des événements de réputation internationale dans les domaines de l'escalade, du trail ou du ski.

Autant d'éléments qu'il m'a été très agréable de rappeler, en compagnie de Marie-Noëlle Fleury, lors du 23^e congrès de l'Andes, l'Association Nationale Des Élus en charge du Sport, les 16 et 17 mai derniers, le premier à se tenir en territoire de montagne.

Occasion également de rappeler à Thierry Rey et à Bernard Lapasset, qui avaient fait le déplacement, qu'un double centenaire devra être célébré en 2024. 100^e anniversaire des Jeux de la VIII^e olympiade qui eurent lieu dans la capitale française mais aussi... le 100^e anniversaire des 1^{ers} Jeux olympiques d'hiver qui se tinrent à Chamonix-Mont-Blanc en 1924. Occasion d'affirmer qu'il faudrait penser à nous, d'une manière ou d'une autre, pour fêter ce bel anniversaire.

En attendant, concentrons nos regards sur les grands événements à venir, ceux qui nous donnent de la visibilité et renforcent notre attractivité, qui fédèrent le milieu sportif et l'ensemble de la population de la vallée ainsi que nos visiteurs : par ordre d'apparition Marathon du Mont Blanc, Coupe du monde d'escalade, UTMB, Trail des Aiguilles Rouges... Et suivons aussi de près les travaux d'aménagement de la piste Verte aux Houches. Des travaux lancés officiellement en avril et qui mobilisent Etat, Région, Département et Communauté de communes pour un budget de 10 millions d'euros. La condition pour organiser à nouveau une coupe du monde de ski/Kandahar l'hiver prochain et d'autres compétitions internationales de même envergure ensuite.

Excellente saison sportive à tous ! ■



ATMB, partenaire de votre été

Cet été, Autoroutes et Tunnel du Mont Blanc vous emmène vers les trésors naturels de la Haute-Savoie. Evadez-vous vers cinq grands massifs alpins (le Mont-Blanc, les Aravis, le Giffre, le Chablais et le Beaufortain) et 30 stations de montagne, parmi lesquelles Morzine, Avoriaz, Megève, La Clusaz, Saint-Gervais ou Chamonix. Trail, VTT, golf, festivals, les équipes d'ATMB sont partenaires de votre été et vous souhaitent des moments inoubliables en Haute-Savoie.



Eric FOURNIER

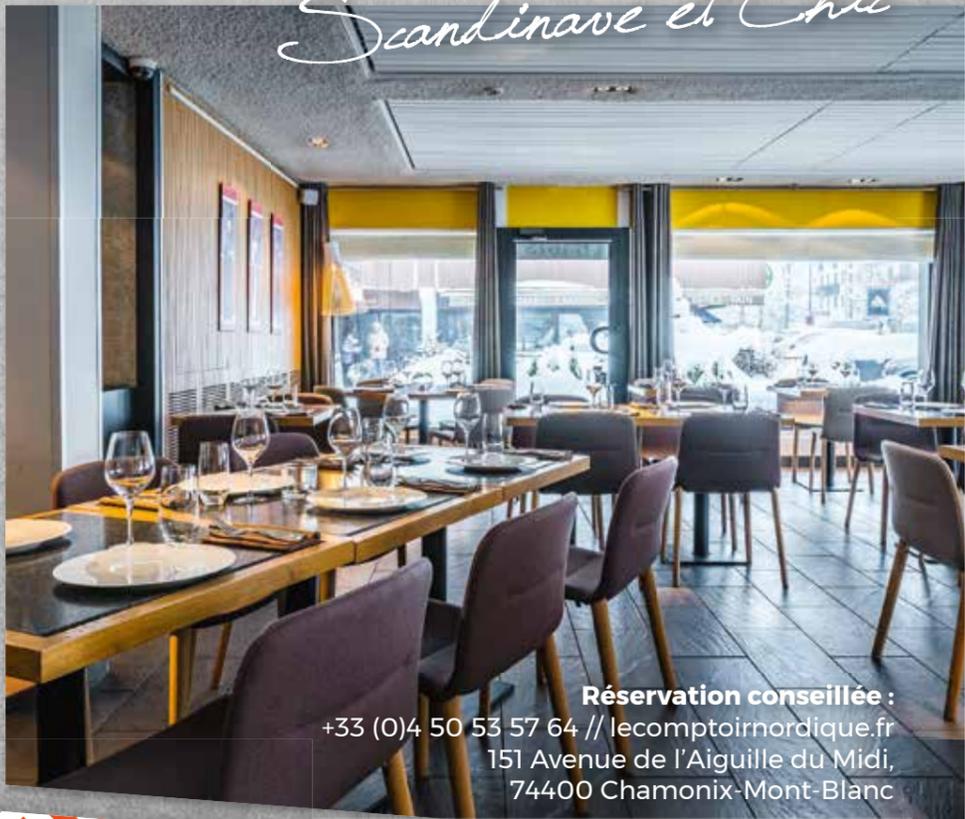


Alain RICHIER

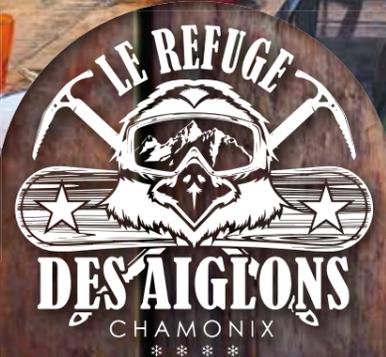


le comptoir nordique

Scandinave et Chic



Réservation conseillée :
+33 (0)4 50 53 57 64 // lecomptoirnordique.fr
151 Avenue de l'Aiguille du Midi,
74400 Chamonix-Mont-Blanc



**SHARING FOOD
BAR À GIN & ESCAPE GAME**

Réservation conseillée : +33 (0)4 50 55 90 // aiglons.com
270 Avenue de Courmayeur, 74400 Chamonix-Mont-Blanc



PULSA-TIONS



Descente sur les neiges du Brévent

Pulsations Magazine 27 - Été 2019

Production : Club des Sports de Chamonix - Rédacteur en Chef : Nathalie Balmat

Réalisation : Club des Sports de Chamonix

Design et infographie : Cybergraph Chamonix

Publicité : Mont-Blanc Média

Rédaction : Nathalie Balmat, Cynthia Banou, Willy Besson, Charlie Buffet, Magali Chevalier, Arthur Chevallier, Bruno Magnien, Jean-Marc Milhomme, Corentin Pillet-Fabre, Alain Richier, Théa Schmitt

Adresse : Club des Sports de Chamonix - 99 avenue de la plage - 74400 Chamonix
Tel : 04 50 53 11 57 - club@chamonixsport.com - www.chamonixsport.com

Crédits Photos : Agence Zoom, Bruno Magnien, Pierre Raphoz, Gaétan Haugeard, Clément Levet, David Machet, Stefan Schlumpf, David Gonthier, Zian Perrot-Couttet, Flash-Sport, J-Bernard, Dan Ferrer, Mélanie Delorme, Olivier Philippe, Eddie Fowke IFSC, Michael Jones, TAR, Cie des Guides, UTMB, Festivallée, Arc'teryx, Yoga Festival, Cosmo Jazz

Impression : Uberti-Jourdan, Bonneville

Tirage à 6000 exemplaires

Tous droits réservés

Reproduction interdite sans autorisation

- 5 EDITO
- 8 PULS'ACTUS
- 14 AGENDA
- 20 CLIN D'ŒIL - FRANÇOIS BRAUD SUSPEND SON VOL
- 26 DECRYPTAGE - LA COUPE DU MONDE D'ESCALADE DANS LES YEUX DE LA SECTION
- 32 DOSSIER - LA PASSION DERRIÈRE L'OBJECTIF
- 42 RECIT - MA FOLLE HISTOIRE DU 90KM
- 49 PUBLIREDAC - RADIO MONT BLANC, LA RADIO AU SOMMET
- 50 PORTRAIT - PASSION GLISSE
- 53 ANECDOTE - HOCKEY
- 54 PULSATIONS LEGENDE - LE FRISSON DE L'EXTRÊME
- 62 SHOPPING - PULSATIONS'STORE



Recette de la Victoire pour Mimmi Kotka : Effort, performance, ténacité et accomplissement.
Photo : David Gonthier

RESTAURANT *Les Chéserys*

285, rue Charlet Straton 74400 Argentière | +33 (0)4 50 18 23 48 | www.cheserys.com | info@cheserys.com

TOUS SUR LA FAN ZONE DE VALLORCINE !

Rendez-vous dimanche 30 juin dès 8h00 à Vallorcine pour la mythique course du Marathon du Mont-Blanc !

La célèbre côte du Plan de l'Envers après le ravitaillement de Vallorcine sera « The Place To Be » cadeaux, animations, navettes gratuites pour se rendre sur le site... Venez nombreux créer l'ambiance et encourager les meilleurs traileurs du monde.



COMMENT SE DÉPLACER POUR ENCOURAGER LES COUREURS DU MARATHON DU MONT-BLANC ?

Dans une optique de développement durable et pour accompagner et aider l'organisation sur les questions d'éco-mobilité, ATBM (Autoroutes et Tunnel du Mont Blanc) est partenaire du Marathon du Mont-Blanc. Ce partenariat se concrétise par la mise en place de navettes accompagnants gratuites pour se rendre sur les points phares des courses. Retrouvez toutes les infos précises sur le site du Marathon du Mont-Blanc.



LA COUPE DU MONDE D'ESCALADE, UN ÉVÉNEMENT ECO-RESPONSABLE.

Au travers de la FFME signataire de la charte des événements éco-responsables, l'organisation de la coupe du monde d'escalade 2019 mettra tout en œuvre afin d'atteindre les 15 objectifs fixés par la charte, on citera notamment la mise en place d'une alimentation éco-responsable, l'utilisation du covoiturage et les transports collectifs, la réduction et le recyclage des déchets...

Rendez-vous en vélo, amis Chamoniards, du 11 au 13 juillet pour la coupe du monde d'escalade « éco-responsable ! »



ASSISTEZ À L'ARRIVÉE DU KM VERTICAL.

Grâce à notre partenariat avec la Compagnie du Mont-Blanc, les accompagnants des coureurs inscrits au KM Vertical pourront prendre gratuitement la télécabine de Planpraz pour assister à l'arrivée de la course.

Cet accès gratuit à la télécabine se fera entre 16h30 et 19h30, sur présentation d'une contremarque KVM à retirer lors du retrait des dossards.



MICHAEL JONES EN OUVERTURE DE LA COUPE DU MONDE D'ESCALADE

Le 11 juillet au soir la Place du Mont-Blanc va vibrer au rythme de Michael Jones !

Après les qualifications de l'épreuve de vitesse, la soirée sera ponctuée par la présentation officielle des grimpeurs suivie d'un concert de Michael Jones.

Ce concert sera l'occasion de vous emmener «Au Tour De» son dernier album et de saluer cette belle carrière allant des derniers titres solo de Michael aux airs de J.J. Goldman et de Fredericks-Goldman-Jones relevés d'une touche rock'n roll signée Jones.

Riches d'expériences très variées ils vous feront chanter, danser, rire et peut-être même pleurer... de joie !



CLAP DE FIN POUR SARAH ET BRICE !

Un grand merci à Sarah Devouassoux, jeune snowboardeuse et Brice Ottonello, membres des équipes de combiné nordique. Ils se retirent de leurs circuits respectifs après de longues années de bons et loyaux services !

Bravo pour votre investissement et vos résultats durant toute votre carrière, merci d'avoir porté haut et fort les couleurs de Chamoni. Plein de bonnes choses pour la suite...

LES JOJ EN LIGNE DE MIRE

Notre nouvelle recrue Margot Ravinel a réalisé une remarquable saison en ski alpinisme.

Elle termine championne de France par équipe et vice-championne de France de Vertical Race.

Lors des championnats du monde de 2019, elle remporte deux médailles de bronze en sprint et en individuel.

« Compte tenu de mes résultats lors des championnats du monde, j'ai des chances d'être qualifiée aux Jeux Olympiques de la Jeunesse de 2020, mais pour l'instant rien n'est certain. Je vais m'entraîner rigoureusement et sérieusement pour peut-être participer aux JOJ et donner le meilleur de moi-même ! »



LA BABY SECTION !

Remarquable succès pour la section BabyHand cette année !

L'objectif était de répondre à une demande croissante pour « les tous petits ».

Tous les samedis, les 3/5 ans sont encadrés pour développer la motricité, le maniement du ballon et l'esprit d'équipe, tout en respectant les règles et les valeurs du sport.

L'année prochaine, un collectif Mini-Hand (6-8 ans) viendra renforcer le BabyHand (3-5ans). Infos au Forum des Sports.



RECORD BATTU !

Flash sur nos coureurs en herbe âgés de 7 ans à 15 ans qui fouleront les sentiers du Mini Cross le samedi 29 juin dès 9h30 sur l'aire des Parapentes.

Plus de 550 inscrits, 21 nationalités, 22% d'étrangers, moyenne d'âge de 10 ans, 45% filles/55% garçons.



« GO EXPLORE »

Quand un Aurélien Ducroz rencontre François Gabart cela crée un duo de choc !

En effet c'est un binôme spécial qui s'est créé l'hiver dernier. François Gabart, skipper pro multi recordman dans le monde de la course au large, collabore avec l'un des plus beaux palmarès dans le monde du freeride, Aurélien Ducroz. Ces deux athlètes de très haut niveau des milieux hostiles ont mis les voiles sur la Norvège durant l'hiver pour aller chercher des lignes engagées dans les fjords et le massif montagneux d'Alesund.

Cette histoire est une belle aventure d'amitié entre les deux hommes passionnés de sport de glisse.

Leurs épisodes sont à retrouver sur le site de l'équipe, sur leurs réseaux sociaux respectifs et sur youtube dans la web-série d'Aurélien Ducroz.



ARC'TERYX ALPINE ACADEMY

Du jeudi 4 au dimanche 7 juillet 2019

La 8^{ème} édition de l'Arc'teryx Alpine Academy réunira tous les passionnés de montagne autour des meilleurs guides et sportifs professionnels à Chamonix.

Plus de 450 amoureux de la montagne venant de plus de 30 pays se retrouveront pour parfaire leurs connaissances grâce à des ateliers de haut niveau et pour partager leurs expériences dans un environnement unique au monde.

Pour plus de détails, rendez-vous sur le site <http://chamonix.arcteryxacademy.com>



CHAMONIX YOGA FESTIVAL

Du 5 au 7 Juillet 2019

Pour la sixième année, Chamonix Yoga Festival sera le point de rencontre pour les yogis de toute l'Europe et des autres continents.

Cette année, nous aurons la chance d'accueillir de nombreuses célébrités du Yoga ainsi que d'incroyables musiciens et danseurs.

Vous êtes débutant ou pratiquant confirmé, venez vivre cette expérience unique.

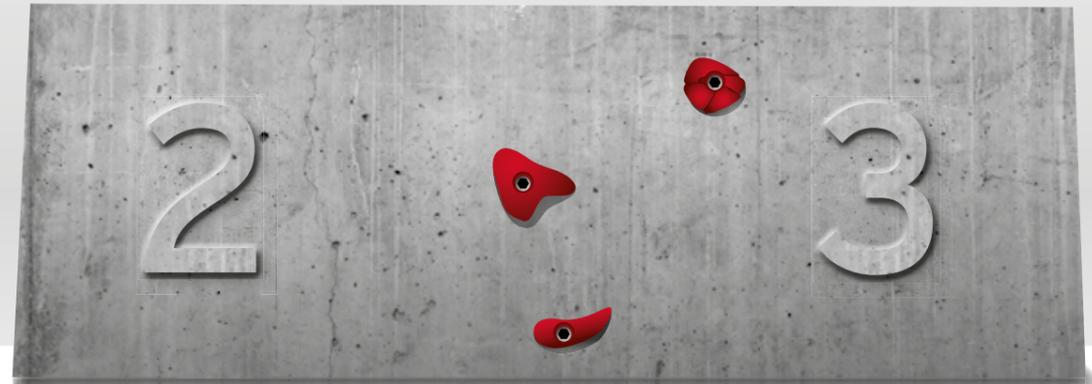
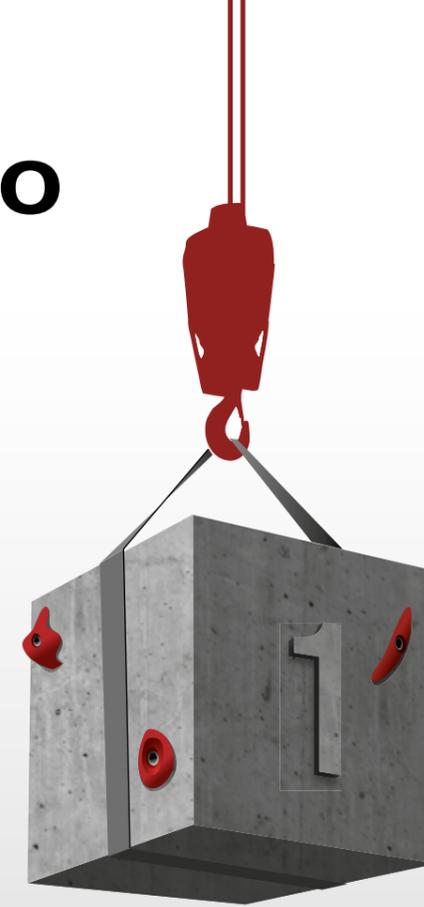
Un espace « Kids Garden » est prévu pour vos enfants.

Pour participer, procurez-vous des places et découvrez le programme sur le site

www.chamonixyogafestival.com



**Maçonnerie
Travaux publics
Démolition
Terrassement**



PARTENAIRE DE TOUS LES DÉFIS

Etre partenaire de la Coupe du Monde d'Escalade de Chamonix, c'est apporter notre soutien à un événement extraordinaire, symbole d'engagement, de maîtrise et de performance.



C'est montrer notre attachement à des valeurs qui nous ressemblent. C'est soutenir l'énergie d'hommes passionnés et le dynamisme d'une région qui nous est chère.

Entreprise certifiée QSE
ISO 9001 Qualité
OHSAS 18001 Sécurité
ISO 14001 Environnement

MAGLAND
1200 route de Gravin
74300 MAGLAND

ANNEMASSE
9 rue Germain Sommeiller
74100 ANNEMASSE

Tél : 04 50 34 70 97
www.zanetto.fr

“LE SPORT VA CHERCHER LA PEUR
POUR LA DOMINER,
LA FATIGUE POUR EN TRIOMPHER,
LA DIFFICULTÉ POUR LA VAINCRE.”

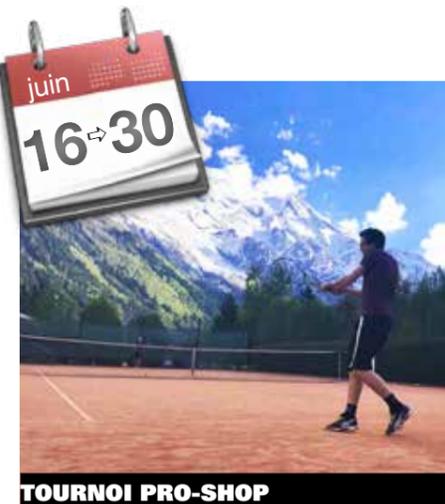
PIERRE DE COUBERTIN

CYBERGRAPH EST FIER
DE SOUTENIR LOUISON BURTIN



CRÉATION GRAPHIQUE
IMPRESSION
CONCEPTION DE SITE INTERNET

268 route du Bouchet • 74400 Chamonix
☎ 04.50.53.4810 • info@cybergraph.fr • www.cybergraph.fr



TOURNOI PRO-SHOP

Tous les soirs, les mordus de tennis taperont dans la balle en simple dames et messieurs et en double mixte.



TOURNOI DE LA VALLÉE

Le traditionnel tournoi de football est de retour dans la vallée. Matches tous les soirs au stade des glaciers.



MARATHON DU MONT-BLANC

Les trailers du monde entier auront encore le plaisir de laisser leurs empreintes sur les sentiers de la vallée.



ARC'TERYX ALPINE ACADEMY

Plus de 450 passionnés de montagne provenant d'une trentaine de pays se rencontreront pour progresser et partager leurs connaissances.



CHAMONIX YOGA FESTIVAL

Le point de rencontre pour les Yogis de toute l'Europe et ceux des autres continents !



CONCERT MICHAEL JONES

Le 11 juillet au soir, après la coupe du monde d'escalade, la place du Mont-Blanc va vibrer au rythme de Michael Jones ! Ne ratez pas ce concert inédit. Entrée libre.



COUPE DU MONDE D'ESCALADE

La traditionnelle coupe du monde d'escalade sera une fois encore l'animation du mois de juillet à Chamonix. Toujours plus fort dernière Romain !



FESTIVALLÉE

Les communes de la vallée organiseront leurs feux d'artifices à la tombée de la nuit.



COSMO JAZZ FESTIVAL

Un festival de Jazz au cœur de Chamonix mais pas seulement... Des concerts auront également lieu sur certains sites d'altitude pour en prendre plein la vue !



TOURNOI OPEN

Le tournoi de tennis hors catégories sur les terres battues de Chamonix.



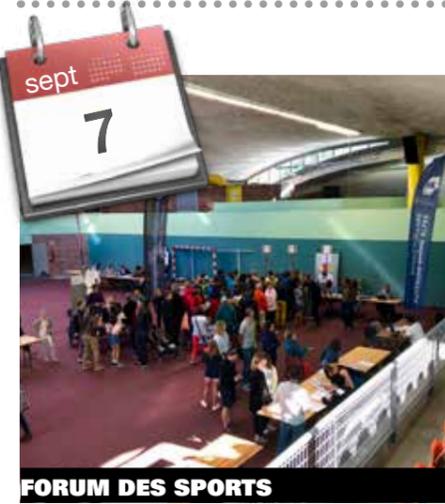
FÊTES DES GUIDES

La compagnie des guides de Chamonix vous offre de nombreuses animations dans une ambiance hautement conviviale.



UTMB

Les trailers vous invitent à une belle aventure : faire le tour du Mont-Blanc en individuel en une seule étape en traversant 3 pays !



FORUM DES SPORTS

C'est le moment de venir vous inscrire aux diverses sections du Club des Sports qui seront sur place pour vous présenter leurs activités.



TROPHÉE DÉPARTEMENTAL DU JEUNE VÉTÉTISTE

Venez supporter les jeunes vététistes sur les chemins du Désert Blanc. Trial et Cross country sont au programme.



TRAIL DES AIGUILLES ROUGES

Environ 50 km et 4 000 m de dénivelés positifs à parcourir dans ce massif. Pour les cadets une nouvelle course fait son apparition : le Mini TAR - Tom's Trophy (10km et 500m de D+).



TOURNOI INTERNATIONAL DE CURLING

3 jours de compétition entre « curleurs » accompagnés de leurs pierres et leurs balais.



Arrivée de Kilian Jornet au Marathon du Mont-Blanc 2018

CLAP DE FIN !

Tatol raccroche les skis...

Tombé dans la marmite du nordique depuis plus de 20 ans, Damien Tarantola décide de mettre un terme à sa carrière après avoir brillé cet hiver sur les longues distances en remportant le classement général de la FIS Worldloppet Cup. Après ses 22 départs en coupe du monde de ski nordique, sa belle 2^{ème} place en 2014 lors des championnats du monde U23 en skiathlon, il met la flèche vers de nouveaux horizons.

Bravo et merci pour cette carrière qui a fait rayonner nos couleurs sur les circuits internationaux.



« À BOUT DE DOIGTS » !



Romain Desgranges est immortalisé en plein cœur de la Mer de glace. Pour les alpinistes, le regard se porte sur les sommets plutôt que sur ce bout de caillou tombé depuis de nombreuses années et qui avance inexorablement au grès du temps. Le côté éphémère de cette histoire est assez palpitant, le glacier est vivant, les blocs bougent avec, la voie que j'ai grimpé ce jour-là n'existe plus... Le bloc a tourné, bougé, roulé, il faudra recommencer !

FRANÇOIS BRAUD SUSPEND SON VOL



Dans cette carrière, j'ai traversé beaucoup de bonheur, mais aussi des moments difficiles bien sûr et avant tout, avant même les médailles, de grands moments de partage.



POUR TOUTES VOS
ENVIES DE PLEIN-AIR!

www.auvieuxcampeur.fr



Carte Club

L'assurance de profiter
du meilleur du "Vieux"

Paris Quartier Latin | Lyon | Thonon-les-Bains | Sallanches
Toulouse-Labège | Strasbourg | Albertville | Marseille | Grenoble
Chambéry, LA boutique 100% Coin des Affaires

f auvieuxcampeur Societe
auvieuxcampeur
@auvieuxcampeur
@Au_VieuxCampeur

LONGÉVITÉ & RÉGULARITÉ

A 32 ans, et après 13 saisons sur la coupe du monde, jeune retraité du sport depuis peu, François Braud pose un regard simple et plein d'émotion sur une carrière exceptionnelle qui s'achève. Une carrière dont deux mots lui viennent à l'esprit, longévité et régularité.



Seefeld, dernière course pour François

► Désormais, comme il l'avoue sans détour, place aux vraies vacances, aux copains, aux plaisirs des sorties en ski de rando, et aux voyages en Italie, pour y retrouver son amoureuse...

C'est dans les étendues froides et glacées autour de Mouthe, dans le Jura, que François fera ses premiers pas dans la neige, mais c'est au pied du mont-blanc, que prendra le départ d'une des plus belles carrières du sport Chamoniard, car ses parents décident de déménager, pour se rapprocher de ces montagnes dont ils ont toujours été amoureux.

À six ans, François, qui a toujours eu «envie de voler», accompli son rêve, pour la première fois, il s'envole. C'est son père, qui l'accompagne au premier tremplin, celui des Houches, ce sera une révélation. À partir de ce moment, c'est James Yerly, qui le prend sous son aile, et devient son coach, jusqu'à ses 15 ans. François, comme tous les sauteurs apprend très vite à maîtriser et aimer, ce mélange de peur et d'excitation qui précède le saut, la peur nécessaire, mais en même temps la confiance, celle qui est un gage de sécurité, tout le paradoxe de ce sport incroyable, puis l'accélération, la vitesse, et enfin le décollage, l'appui sur l'air, et cette

impression de voler.

Le jeune compétiteur à de l'énergie à revendre, un besoin irrésistible de se dépenser, le saut ne suffit plus, alors, en bon Jura-sien, il chausse les skis de fond, à l'âge de 13 ans et doit alors choisir entre le saut spécial et le combiné nordique. Sans hésiter François prend la voie du combiné nordique, avec toute la fougue de sa jeunesse les premiers résultats sont très convaincants, notamment lors des championnats du monde juniors en 2002 où il remporte une médaille. Pour combiner sa passion sportive avec les études, François retourne dans son Jura natal et les grandes forêts autour de la station des Rousses, dans une section sport études. Au programme, beaucoup d'entraînement, et un engagement maximum. Cette fois tout est en place pour une carrière qui s'annonce déjà pleine de promesse, mais où le doute est encore bien présent. François passe le bac puis se retrouve à l'IUT d'Annecy, en techniques de commercialisation. Finalement, il arrête ses études pour se consacrer entièrement à son sport. En 2005, il intègre le circuit coupe du monde, et après une première expérience Olympique à Turin, il empoche des points rapidement et se rapproche inexorablement des podiums. ►►

**TOUT EST EN
PLACE POUR UNE
CARRIERE QUI
S'ANNONCE PLEINE
DE PROMESSES**



Haute Montagne Randonnée Trail Running

Médaille d'or par équipe aux championnats du monde de Val di Fiemme en 2013 avec Maxime Laheurte, Jason Lamy-Chappuis, Sébastien Lacroix.



►► En 2013, c'est l'un de ces plus beaux souvenirs qui va prendre place dans sa mémoire sportive. Il obtient une médaille d'or par équipe en relais, au pied des grandes parois Dolomitiques, dans le Val-di-Fiemme en Italie. *«Un moment de partage intense, des souvenirs incroyables avec les copains, Sébastien Lacroix, Maxime Laheurte et un dernier relais sensationnel de Jason Lamy Chapuis...».*

Les bons résultats s'enchaînent, et François devient vice-champion du monde en individuel à Falun en Suède en 2015, et comme il le dit lui-même *«j'ai réussi enfin tout seul»*... Mais dans le même temps, il ne se contente pas de ce résultat, et empoche également une médaille d'or en team sprint qu'il partage avec Jason Lamy-Chapuis et une médaille de bronze en relais.

En 2017, il rempile pour une nouvelle saison, et c'est encore une belle 3^{ème} place aux championnats du monde qui vient confirmer cette incroyable longévité au plus haut niveau.

L'ami Jason Lamy Chappuis est de retour en 2018 avec les copains, et l'équipe semble très forte, mais rien ne va se passer comme prévu, et pour la première fois, l'idée d'arrêter va faire son chemin, mais pas question de quitter sur une saison moyenne alors François décide de s'engager pour une année supplémentaire, ce sera la dernière.

En effet, le changement de staff et une ambiance qui ne prend pas, poussent, de manière irrémédiable cette fois, François à jeter les gants... *« Je me suis dit, ça suffit, je n'avais plus les crocs, l'envie de tout déchirer, et puis les autres ne t'attendent pas, les jeunes sont là, et moi, j'avais envie de passer à autre chose, ma décision était prise...».*

C'est maintenant, l'esprit tranquille, le corps reposé, que François regarde vers l'avenir, une autre carrière qui commence, et même si ce n'est pas facile au début: *«l'esprit se relâche, et on sort de notre égoïsme de compétiteur, pour voir les choses sous un jour nouveau».*

Ses jours seront bien remplis au sein de l'EMHM à Chamonix, où il amènera son expérience dans la relation avec les marques sportives et les fabricants, puis la volonté de partager son expérience avec les plus jeunes, au sein de la section saut du Club des Sports de Chamonix, et de continuer à représenter sa vallée d'adoption. Un avenir déjà bien garni, et des projets qui se mettent en place, François n'aura certainement pas le temps de s'ennuyer dans sa nouvelle vie de jeune retraité.

Médaille de bronze en individuel aux championnats du monde de Lahti en 2017



L'or en team sprint en 2015

L'argent en individuel en 2015

En cette matinée de mai, les nuages se déchirent pour laisser apparaître les cimes encore enneigées des Aravis à travers les vitres du salon de son appartement de Passy, et c'est un large sourire qui illumine son visage à la vue de ces montagnes pleines de promesses qui l'attendent déjà. Avec cette modestie désarmante qui le caractérise, il résume en ces quelques mots tellement simples une incroyable carrière sportive : *«finalement c'était pas mal, et maintenant on verra bien...»* ■

Palmarès :

J.O.

- 2006 : Turin, 5^{ème} par équipe
- 2010 : Vancouver, 4^{ème} par équipe
- 2014 : Sochi, 4^{ème} par équipe
- 2018 : Pyeongchang, 5^{ème} par équipe

Championnats du Monde

- 2007 à Sapporo : 6^{ème} par équipe
- 2009 à Liberec : 4^{ème} par équipe
- 2011 à Oslo : 4^{ème} par équipe
- 2013 à Val di Fiemme : Médaille d'or par équipe
- 2015 à Falun : Médaille d'or en team sprint, médaille d'argent en individuel, médaille de bronze en relais.
- 2017 à Lahti : Médaille de bronze en individuel
- 2019 à Seefeld : 6^{ème} par équipe

Coupe du Monde

- 2 podiums en individuel
- 10 podiums par équipes

Championnat du Monde junior

- 2002 à Schonach, médaille d'argent par équipe
- 2003 à Solleftea, médaille de bronze par équipe
- 2005 à Rovaniemi, médaille d'argent par équipe
- 2006 à Kranj, médaille d'or en individuel

LA COUPE DU MONDE D'ESCALADE DANS LES YEUX DE LA SECTION

Rencontre avec Fabrice Judenne et Yann Coëlle qui nous expliquent les enjeux sportifs et financiers de l'organisation d'un tel événement pour la section escalade.

DANS LES COULISSSES

Depuis 10 ans, l'escalade connaît un fort développement au sein de l'hexagone mais également dans le monde entier : apparition de nombreuses salles ou encore augmentation du nombre de compétitions.

Finale de difficulté un soir de juillet, sur la place du Mont-Blanc



► L'enthousiasme pour cette discipline ainsi que la professionnalisation de la pratique a permis à l'escalade de s'inscrire au programme des Jeux Olympiques en 2020 à Tokyo pour la première fois.

Si l'escalade a acquis cette reconnaissance universelle aujourd'hui, c'est grâce au travail de la Fédération Internationale (IFSC) et à la qualité des athlètes comme notre chamoniar Romain Desgranges. Tous ont à cœur de partager leur passion pour ce sport peu commun et à fortes sensations !

Le Club des Sports de Chamonix est également pionnier dans cette recherche de reconnaissance de l'escalade. L'étape de la coupe du monde est, en effet, un modèle d'organisation pour l'IFSC depuis plusieurs années notamment grâce au cadre de l'événement ainsi qu'au nombre de personnes présentes dans le public.

Cette année, la Chaîne l'Equipe va diffuser l'étape de Chamonix. Ce sera un véritable coup de projecteur pour ce futur sport olympique. Fabrice Judenne, entraîneur de la section escalade du Club des Sports de Chamonix. « Depuis plus de

5 ans, on se disait qu'il fallait passer à la télévision. Il fallait donc que l'événement soit le plus clean possible afin d'être diffusé : malgré le public nombreux, les grimpeurs, les juges, les photographes, on veut que le téléspectateur puisse se concentrer sur la performance de l'athlète.

En d'autres termes, on souhaite que les athlètes soient mis en valeur et que toute l'organisation soit invisible. »

C'est une reconnaissance de plus pour l'ensemble de l'organisation de la coupe du monde d'Escalade de Chamonix.

En ce qui concerne l'événement, la section se positionne depuis plusieurs éditions sur la performance des athlètes. Pour cela, l'organisation a dû abandonner quelque peu le projet de Festival d'Escalade pour se concentrer uniquement sur deux épreuves : la difficulté et la vitesse.

L'entraîneur de la section nous explique ce choix : « Il y a 10 ans, je sensibilisais le Club pour multiplier les compétitions pour faire le plus gros événement possible. C'est à dire organiser dans un laps de temps réduit une compétition jeune, une handi-escalade, une de bloc, une de vitesse... Mais on s'aperçoit qu'en multipliant le nombre d'épreuves, on perd en performance et en qualité. On a donc pris le parti de se ►►

LA CHAÎNE L'ÉQUIPE VA DIFFUSER L'ÉTAPE DE CHAMONIX

Planards
DOMAINE DES
CHAMONIX MONT-BLANC
Place to Play

www.planards.fr

À 5 minutes à pied du centre-ville !
ENTRÉE LIBRE !
5 minutes walk from the city center!
FREE ENTRANCE !

LOCATION - VENTE
MATÉRIEL BTP & INDUSTRIE
12 agences de location en Savoie, Haute-Savoie et Isère

ISERMAT & SECAMAT

isermat-secamat.com





►► concentrer sur deux épreuves afin d'atteindre le meilleur niveau possible. »

Ainsi, du 11 au 13 juillet, les amateurs d'escalade mais aussi les curieux pourront assister à l'une des meilleures étapes du circuit avec les épreuves de difficulté et de vitesse.

La section escalade du Club des Sports se mobilise en grand nombre sur cet événement. Une cinquantaine de bénévoles assure le bon déroulement de la compétition. La section se charge en grande partie de l'aspect technique de l'événement. « Ça commence par l'échauffement et l'isolement au gymnase de l'ENSA. Pour les épreuves de difficulté, la discipline reine, les grimpeurs montent « à vue ». Il faut donc s'assurer qu'ils ne communiquent avec aucune personne extérieure ou d'autres grimpeurs. Une fois leur tour de grimper, ils ont entre 6 à 8 minutes pour découvrir la voie et monter le plus haut possible ! »

La section a également un rôle crucial : l'assurage. Il faut non-seulement garantir la sécurité du grimpeur en bloquant la corde mais aussi dynamiser le parcours : « lorsque le grimpeur tombe, il doit tomber comme dans un coussin. C'est une partie extrêmement importante à la fois pour l'athlète mais aussi pour le public. C'est pourquoi, toute l'année j'observe l'assurage des adultes mais aussi des jeunes et dès que j'en vois un avec des capacités d'assurer, je lui propose ce poste sur la coupe du monde d'escalade » nous explique Fabrice Judenne.

Son rôle ne s'arrête pas uniquement à l'aspect technique, car la section gère également la partie logistique : depuis 20 ans, la coupe du monde d'escalade n'a jamais été annulée à Chamonix. Lorsqu'il pleut, c'est le véritable remue-ménage ! La section doit s'assurer de la bonne imperméabilité du mur et les bénévoles se chargent de l'éponger en cas de fuites ! « On a deux ou trois mètres cubes de serviettes éponges en stock, dès qu'on sent la première goutte, on va boucher les trous. On a trois bénévoles devenus experts qui sont derrière le mur sur des cordes et qui repèrent les endroits où ça pourrait éventuellement fuir. Leur rôle est d'intervenir le plus rapidement possible en bricolant des goulottes, en épongeant... Tout ça pour ne pas que ce soit annulé ! » nous explique fièrement Yann Coëlle, Président de la section escalade.

La motivation de la section pour faire de cette coupe du monde d'escalade le plus bel événement possible se base à la fois sur l'aspect sportif, chacun souhaite proposer les meilleures conditions de pratique et de spectacle possibles, mais aussi sur l'aspect financier.

En effet, pour la section, la réussite de l'événement est vitale. C'est avec leur buvette, reconnue pour sa convivialité et ses produits de qualité que la section peut subvenir à ses besoins chaque année. Toutes les recettes de la buvette permettant en effet de financer leur saison. Sans elles, la section escalade n'arriverait pas à boucler son budget.

Pour rappel, c'est la plus grande section du Club des Sports de Chamonix. Elle totalise 400 adhérents et compte des athlètes de haut niveau comme Romain Desgranges ou de futurs champions comme Louison Burtin, grimpeur en Équipe de France espoir de bloc. Le Président, Yann Coëlle, nous explique que « les bénévoles nous permettent d'aller faire des compétitions dans la France entière et de proposer à nos adhérents les meilleures conditions d'entraînement possibles. »

Chaque année, grâce à leur très appréciée buvette, leurs bénévoles et leur engagement, la section escalade aide à faire de la coupe du monde une réussite !

Pour finir, les deux passionnés nous ont livré leur pronostic pour cette 19^{ème} édition de la coupe du monde d'Escalade de Chamonix : « Moi ce que je veux, c'est que Romain gagne ! » nous confie l'entraîneur. Pour le Président, il faudra compter sur les Japonais, très forts en bloc et qui commencent à performer en difficulté depuis la saison passée.

La question qui subsiste est la suivante : Est-ce que Romain Desgranges va venir s'imposer à domicile et devant son public ? Ou, est-ce que les japonais auront su évoluer en difficulté et vont écraser la concurrence comme en bloc ?

Pour le découvrir, rendez-vous dès le jeudi 11 Juillet à Chamonix pour un spectacle qui promet d'être grandiose ! ■

Le programme :

Jeudi 11 juillet

Epreuve de vitesse (Place du Mont-Blanc)
13h - 16h : Qualifications femmes et hommes
20h15 : Cérémonie d'ouverture
21h : Concert de Michael Jones gratuit !

Vendredi 12 juillet

Epreuve de difficulté (Place du Mont-Blanc)
9h30 - 18h00 : Qualifications hommes et femmes
Epreuve de vitesse (Place du Mont-Blanc)
21h : finales femmes et hommes
21h30 : remise des prix

Samedi 13 juillet

Epreuve de difficulté (Place du Mont-Blanc)
10h00 - 12h30 : Demi-finales femmes et hommes
20h30 : Finales femmes et hommes
22h35 : Remise des prix
22h45 : Feu d'artifice

**UNE CINQUANTAINES DE
BÉNÉVOLES ASSURE LE
BON DÉROULEMENT DE LA
COMPÉTITION**



Un staff de choc



La «Japan Attack»



Le mur sous surveillance

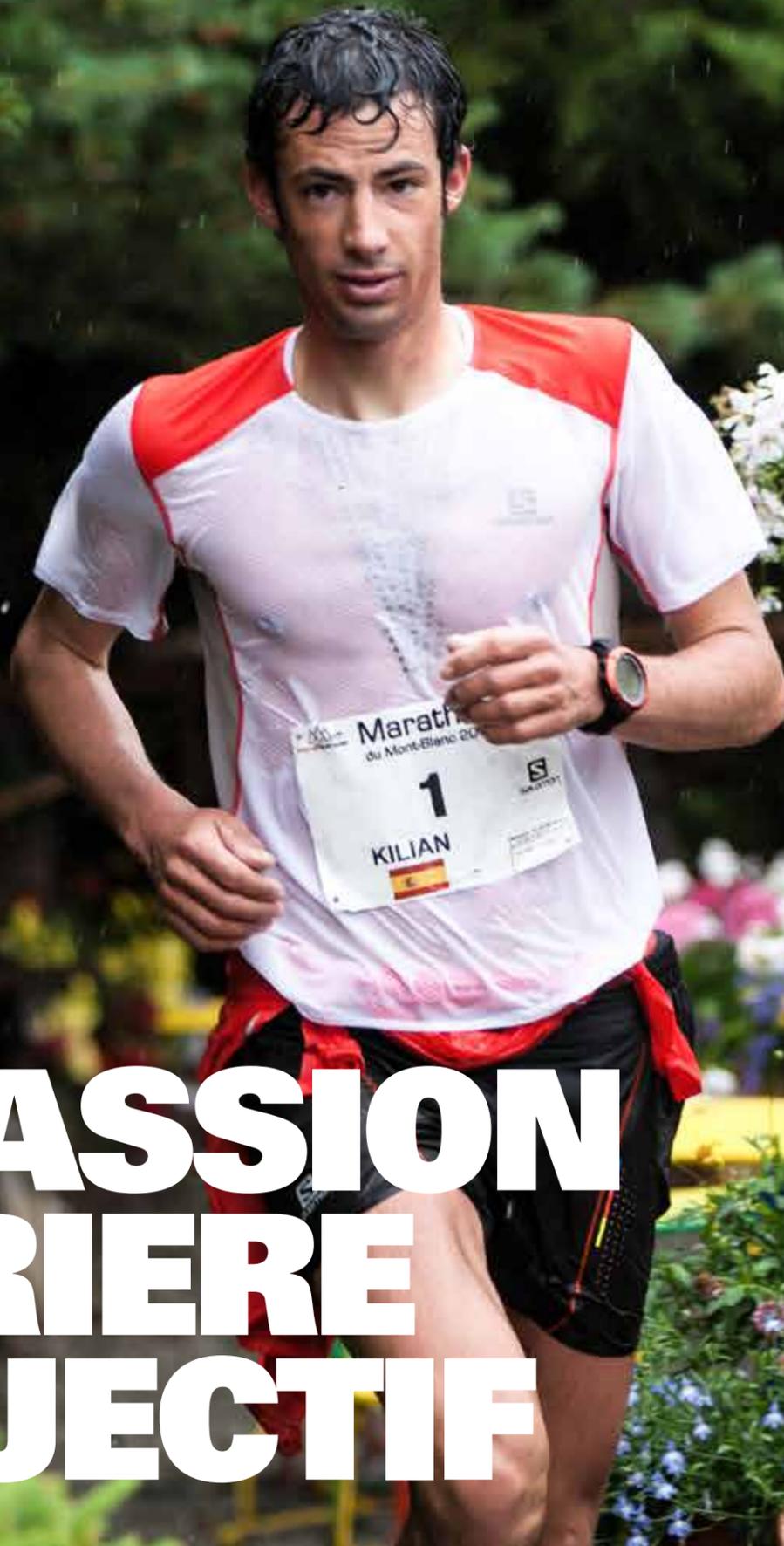


Ils assurent !

1

Originaire de Rennes en Bretagne, Gaétan Haugeard est aujourd'hui basé à Chamonix, où il est photographe en freelance depuis 2003. Polyvalent avec des thématiques très larges allant du reportage photo à l'événementiel en passant par les photos d'intérieur. Gaétan revient sur sa carrière et sur le Marathon du Mont-Blanc qu'il photographie depuis plus de 7 ans.

LA PASSION DERRIERE L'OBJECTIF



isostar

SPORTS NUTRITION

NOURRIT VOS PERFORMANCES DEPUIS 1977

REDÉCOUVREZ LE GOUT DE L'EFFORT !

NOUVELLE FORMULE
SANS COLORANT
ARÔMES NATURELS



HYDRATE & PERFORM

Goûts : Orange / Citron / Pamplemousse / Cranberry

« Pour votre santé, pratiquez une activité physique régulière »



Gaétan HAUGEARD

CAPTURE DE L'AUTHENTICITÉ



► A travers ses années d'expériences, Gaétan Haugeard dévoile ses plus belles images du Marathon du Mont-Blanc. Plongé au milieu d'un des événements phare du Trail-running il décrit ses coups de cœur à travers ses clichés.

Quel a été votre parcours pour devenir photographe ? Comment en êtes-vous venu à la montagne et à l'image ?

Lorsque j'étais enfant j'ai eu très tôt cette passion pour la photographie c'est pourquoi, dès l'école primaire je me suis inscrit dans un club. Par la suite j'ai fait un BTS commerce mais la photographie me manquait terriblement. En 1998, dès mon arrivée à Chamonix je me suis mis à faire de la vidéo car la vallée s'y prêtait bien. En 2003, après un grave accident de snowboard et un an de convalescence et de rééducation, j'ai profité de mon temps libre pour revenir vers mon rêve d'enfant : la photographie. À cette époque le monde de l'argentique s'éteignait mais de nouvelles perspectives s'ouvraient et il fal-

lait alimenter les vitrines virtuelles. C'était le début du numérique qui était révolutionnaire et très intéressant pour moi. J'ai tout de suite accroché. J'ai appris mon travail de façon autodidacte à travers les livres et les magazines spécialisés, le tout en pratiquant au maximum. Cette période a permis de faire émerger une nouvelle génération de photographes. Avec l'engouement autour du numérique et la place importante d'internet à l'époque, je me suis mis très rapidement à mon compte pour illustrer les sites web. En parallèle j'avais commencé à faire des photos en eaux vives afin de les vendre aux clients sur place. Au fur et à mesure, je me suis professionnalisé en augmentant mon carnet d'adresse. J'ai toujours évolué seul dans mon travail avec des commandes locales. J'ai une clientèle très diverse avec des reportages, de l'évènementiel, des photos d'intérieur, des séminaires, des mariages et de la reproduction. ►►



3



►► **La montagne oblige-t-elle à travailler ces shootings de manière différente ? Selon vous, quels sont les ingrédients clés pour faire de belles photos ?**

Pour de bonnes photos de montagnes, il faut être patient, repérer en avance, attendre les bons créneaux. Lors des événements, c'est différent, on fait avec ce que l'on a et il faut en tirer le meilleur parti. Ce n'est pas du tout la même approche.

Quelles sont vos sources d'inspiration, parmi des photographes ou des artistes ?

Je suis inspiré par beaucoup de monde, je suis fan d'images mais pas forcément celles de montagne. Mes influences sont hétéroclites telles que Chris Burkard pour ses paysages, Fred Mortagne pour l'esthétisme des lignes et Sébastien Zanella pour son univers décalé qui travaille les flous et les couleurs. Plus localement, vu le terrain de jeu, de nombreux photographes talentueux œuvrent dans la vallée.

Concernant les sportifs, je trouve que Kilian Jornet fait de très belles images, il suffit de voir son compte Instagram pour constater que cet homme a de nombreuses qualités !

Quel regard portez-vous sur le Marathon du Mont-Blanc et le Trail running ?

J'étais venu faire des photos pour le Kandahar 2011 et on m'a proposé de devenir photographe au Marathon du Mont-Blanc la même année. A cette époque, le trail commençait à prendre de l'ampleur.

En vivant la course de l'intérieur, je ne peux qu'être ému par ces profils de coureurs si différents ; il n'y en a pas un qui court pour les mêmes raisons ! Que ce soit le dépassement de soi, le partage de l'effort avec un pote ou son conjoint ou encore les causes associatives, chacun a une raison particulière pour finir sa course ! Celles du Marathon du Mont-Blanc ont de quoi satisfaire tous les objectifs autour de paysages grandioses.

Comme beaucoup de gens, je suis aussi inquiet de la présence d'autant de monde en montagne sur cette courte période. Heureusement, le Marathon du Mont-Blanc limite aujourd'hui le nombre d'inscriptions pour ses courses et tente de sensibiliser et de réduire son impact environnemental avec par exemple les transports en commun ou les gobelets réutilisables. Malgré un engouement de plus en plus important pour ce sport, il est fondamental que

4



ces courses restent bien encadrées et limitées sur l'année. Toutefois, c'est plutôt réjouissant de voir des milliers de personnes qui souhaitent s'offrir une aventure en combinant le goût de l'effort et la nature.

Et niveau matériel photo et équipement, qu'est-ce vous utilisez lors du Marathon ?

J'utilise un Canon 5d Mark3 et deux objectifs (16_35 + un 70_200MN qui ouvrent à 2.8) et un trépied que je mets dans un gros sac à dos avec ma nourriture et de l'eau. J'emporte également de quoi me changer, des vêtements techniques légers car le matin il fait très froid et je reste une grande partie de la journée en montagne.

La météo en montagne nous joue parfois des tours ! Avez-vous une technique particulière pour photographier sous la pluie ?

La pluie c'est le pire ! En général, mes shootings photo sont annulés mais les coureurs eux, ne s'arrêtent pas ! On emploie le système D ; poncho et plastique de protection scotché sur l'appareil et sur les objectifs c'est la meilleure technique et la plus hermétique possible que j'ai trou-

vé. Le matos, même le plus costaud, fini par souffrir. On croise les doigts pour le lendemain que tout soit sec et surtout que tout fonctionne !

Est-ce compliqué de suivre et de photographier les trailers durant le Marathon ?

Je vous rassure je ne cours pas derrière les coureurs avec mon sacs à dos ! L'idée s'est d'être toujours un peu en avance. Je suis constamment en mouvement car j'ai des postes attribués tout au long de la course pour suivre les élites. La logistique au Marathon est bien organisée, par exemple je dois être à 5 heures du matin à « Tête aux vents » je dois partir de nuit pour shooter les 3 premiers hommes et femmes. Une fois les photos prises je pars aux postes suivants. En général ce n'est pas si stressant que ça, sauf le premier poste car on peut avoir des surprises en fonction de certains coureurs en avance sur les temps de passage. Il ne faut pas négliger non plus ceux qui arrivent derrière car sur des longues distances le classement peut changer durant la course. D'un point de vue photographique il faut s'adapter et se mettre à la place du coureur et du terrain. Dans une montée, le ►►

5



►► coureur aura tendance à baisser la tête, tandis que sur du plat ou en descente il va avoir un regard lointain, pour anticiper les obstacles et les changements de direction. De plus il faut être très concentré en prenant des photos à 10 images par seconde.

Avez-vous des échanges avec les participants des épreuves du Marathon du Mont-Blanc ?

Après les quinze premiers athlètes on peut faire des photos plus « fun » avec des gens de dos ou encore des flous. Les participants sont très gentils et jouent le jeu de se faire photographier en faisant le show. Parfois même ils sont prêts à repasser devant l'objectif pour faire des photos drôles ou insolites. Je passe de bons moments avec eux.

Quels sont vos plus beaux souvenirs sur le Marathon du Mont-Blanc ?

Sans conteste, la solitude du lever de soleil avant que les premiers coureurs arrivent. Je me souviens aussi de certaines arrivées assez émouvantes, difficile d'être insensible avec la fatigue qui s'accumule! J'adore aussi la fierté des enfants qui parcourent les derniers mètres avec

leurs papas ou leurs mamans. On est parfois ému de certaines scènes à travers notre objectif.

Vous êtes photographe sur l'événement depuis de nombreuses années. Que pensez-vous de l'évolution du Marathon (avec les retransmissions en direct sur les réseaux sociaux) et plus généralement de la médiatisation du Trail ces dernières années ?

Je pense que c'est une bonne chose de retransmettre un sport comme le trail en live, qui se médiatise de plus en plus avec des têtes d'affiches importantes. Au regard de leurs investissements dans les courses il est légitime de leur apporter de la visibilité. Cela attire plus de monde et donc plus de sponsors.

Quels sont vos endroits favoris dans la vallée pour prendre des photos ?

Mes endroits favoris sont le lac d'Emosson, le lac des Chéserys et les chalets de Charousse aux Houches mais il y a pleins d'autres endroits que j'aime aussi, cela varie en fonction des saisons, j'en redécouvre certains chaque année.

6



Sur Instagram, on peut vous voir pratiquer du snowboard, du surf et VTT. Pratiquez-vous le trail ?

Non je ne fais pas de trail. Cependant l'esthétisme du sport m'intéresse, je trouve que c'est photogénique. Je prends du plaisir à le photographier. De plus, je commence à connaître les rouages du sport. Je peux remarquer une belle foulée ou un passage technique.

À l'avenir, auriez-vous envie de passer de l'autre côté de l'objectif lors du Marathon ?

C'est la réflexion que je me fais à chaque Marathon : Pourquoi pas un jour faire une course ! Une petite (facile) pour voir de l'intérieur ça me dirait bien.

Vous semblez beaucoup voyager à travers vos projets. Vous considérez-vous comme un aventurier ?

Tout est relatif, je suis un aventurier aux yeux de celui qui ne bouge pas de son canapé ! Mais ici, dans la vallée, il y a de « vrais aventuriers » qui prennent des risques ! Moi je prends les chemins déjà tracés.

Avant de finir, j'aimerais avoir votre avis sur Instagram, les réseaux sociaux, est-ce un moyen de vous faire connaître ? Quel est votre regard ?

Les réseaux sociaux sont une formidable vitrine et un bon moyen de partager sa passion! Les photographes ont de la chance car le célèbre "Instagram" nous est presque entièrement dédié ! Mon but étant de passer plus de temps à photographier que d'être sur les réseaux !

Hormis le Marathon du Mont-Blanc quels sont vos projets en 2019 ? Vos envies ?

Pour l'année à venir, j'ai envie de prendre du temps pour faire des photos dans un univers plus personnel, peut-être à travers des séries, pour cela il faudra faire une pause ! ►►



7

Anecdotes :

Je me souviens une fois devoir me rendre à Tête aux vents, il fallait être en poste très tôt avant que les premiers n'arrivent vers 5H. Je me gare au col des Montets et attaque la randonnée de nuit. La lumière de la frontale me berce encore quand tout à coup, je tombe nez à nez avec un énorme bouquetin ! Une fois la surprise passée, je commence à apprécier cette rencontre nocturne sympathique. Mais le temps presse et je n'ai pas le loisir de m'attarder, alors j'avance, mais le bouquetin en décide autrement ! Après deux ou trois charges plutôt flippantes, je rebrousse chemin et je prends droit dans la pente. Je suis quand même arrivé à l'heure aux premières lueurs du jour !

Parfois sur des épreuves comme le 42km les coureurs se suivent en file indienne et dans la descente des Posettes je me suis retrouvé à devoir courir plusieurs kilomètres avec tout mon équipement pour essayer de ne gêner personne car le single track est très étroit et n'offre pas la possibilité de se mettre sur le côté.

Quels sont vos clichés coup de cœur ?

1 Une année sur le 42 km, j'avais passé pas mal de temps sous la pluie, la course avait été modifiée pour des raisons météorologiques. Sans trop d'indications sur la tête de course, je m'étais posté à cet endroit plutôt sympa. Je suis resté trempé 20 minutes rivé sur l'ocillet de mon appareil photo à attendre le premier concurrent mais le poids de l'appareil et du téléobjectif m'obligeaient à faire des poses... Si le premier passe pendant la "pose" c'est foutu ! Coup de chance j'étais dans le bon timing pour shooter l'icône du trail.

2 C'est une photo de nuit au Plan de l'Aiguille avant la descente vers Chamonix. Habituellement, les photos de nuit sont souvent floues en raison des poses plutôt lentes. J'étais caché dans un buisson, mon appareil photo était sur un trépied et je flashais à chaque passage de coureur pour figer le mouvement. Évidemment les participants étaient surpris et intrigués. Ils se demandaient ce qu'il se passait (rire) !



8

3 J'aime bien celle-là, je trouve que le noir et blanc est plus graphique, authentique, moins dans le cliquant. La photo montre la haute montagne très imposante avec l'Aiguille du Midi en fond et au premier plan le coureur, le kern et le sapin. Ce contraste me fascine avec la petitesse des coureurs et la grandeur de la haute montagne. Cela montre la particularité des courses du Marathon du Mont-Blanc, le décor !

4 Cette photo est l'une de mes favorites, prise à Tête aux Vents, elle représente l'exemple même d'une belle foulée. Parfois certains coureurs sont difficiles à photographier car concentrés dans leurs efforts, ils n'ont pas forcément une belle attitude. Cette jeune femme a du style et je la retrouve tous les ans dans ma sélection.

5 Pour le côté insolite sur le barrage d'Emosson, avec deux attitudes opposées d'un côté le Saint-Bernard profitant de l'asphalte chaud amusé de voir les coureurs passer sous un soleil écrasant. Et de l'autre la dynamique et la volonté d'un traileur à la mi-course du 90 km.

6 Elle montre aussi la solidarité de cette course. Entre deux hommes qui se poussent mutuellement pour dépasser leurs limites. Dans une montée exigeante jusqu'au Plan de l'Aiguille l'un tente de soulager son partenaire l'autre visiblement en souffrance durant cette difficulté tente de masquer ses défaillances.

7 Sur des longues distances comme le 90 km du Mont-Blanc, les coureurs se retrouvent souvent seuls sur le premier tiers de la course. Parfois avec personne devant et personne derrière sur des kilomètres je trouve ça assez esthétique. Je pense aussi à eux en me disant que cela doit être sympa de se retrouver face à soi-même dans ce genre de course.

8 Cette photo symbolise l'engagement d'un coureur à l'arrivée de l'épreuve. Ce n'est pas un sport dangereux mais même les premiers peuvent chuter par manque de lucidité. ■

MA FOLLE HISTOIRE DU 90 KM

Mon premier ultra se résumait à un problème simple, trop simple : comment faire entrer 91 kilomètres et 6220 mètres de dénivelée dans une journée ? Impossible, même à une semaine du solstice d'été, quand les journées sont les plus longues de l'année. Alors, à quoi devais-je m'attendre ?





PROGRAMME J-30

Créé spécialement pour votre prochain défi.



1

PRÉPAREZ
vos articulations

2

GAGNEZ
en énergie et endurance

3

RÉDUISEZ
votre acide lactique

TARACKING®

Nutrition sportive 100% naturelle,
fabriquée en France.



**COMMANDEZ MAINTENANT
VOTRE PROGRAMME SUR**

www.TARACKING.fr

ARVE INTERIM

Guide votre trajectoire
CDD - CDI - INTERIM



SALLANCHES
4 place Charles Albert

ARVE INTERIM
GROUPE ATOLL

sallanches@arveinterim.fr
TEL : 04 50 91 20 30
FAX : 04 50 58 26 74

UN EFFORT AU LONG COURT

Au sommet du Brévent



J'avais déjà goûté l'effort au long court : il m'était arrivé de perdre le compte des heures lors de courses d'envergure en montagne, mais je n'avais jamais couru aussi longtemps, jamais accumulé autant de dénivelée.

► Je n'avais jamais fait ça et bien sûr, j'avais beaucoup de mal à m'y projeter. Comme tous ceux qui, avant moi, ont plongé à pieds joints dans le trail, je me retrouvais dans le short des pionniers. Puisque je m'étais rentré cette idée fixe et absurde dans la tête, il fallait bien partir en exploration aux limites de mon corps.

J'avais un problème d'imagination. Avant de sauter le pas, j'ai raconté l'an dernier dans Pulsations comment je me suis appuyé sur les récits de ceux qui l'avaient fait et raconté avant moi. Comment avaient fait les pionniers ? Que mangeaient-ils ? Comment posaient-ils leur pied ? Et qu'est-ce que les Tarahumaras du Mexique venaient faire dans tout ça ? Tout était dans ma bibliothèque rouge Guérin, et en particulier dans notre dernier livre, La Folle histoire du trail, de Jean-Philippe Lefief.

Un an plus tard, au moment de raconter cette longue journée particulière, les souvenirs se bousculent, tout se mélange.

J-7, une image. Un bouquetin posé en travers du sentier me regarde, étonné. Je suis seul, juste au-dessus du refuge de Bel-

lachat dans les premières lueurs de l'aube. C'est la première montée du Marathon du Mont-Blanc, version 90 kilomètres. Une semaine avant, je suis venu repérer le début de l'itinéraire au même horaire. Poussé par la curiosité et le plaisir, j'ai traversé Chamonix désert à quatre heures du matin et attaqué les lacets sous les épicéas. Bellachat hibernait encore. Bonheur de me trouver seul au lever du soleil sur ce balcon aérien face à la calotte du Mont-Blanc. Un peu plus haut, des névés, des perdrix, des chamois. Silence, solitude des nuits dans les Aiguilles rouges, à un jet de pierres du Brévent. Depuis que je cours en montagne, j'adore goûter ces moments. Monter sur une montagne pour qu'elle me monte à la tête. Qu'on aille vite ou lentement, c'est toujours aussi enivrant.

Le soleil levant m'a pris dans sa main et porté jusqu'à la Flégère. Je suis redescendu rassuré : la première barrière horaire n'allait pas me retomber sur les talons. Cela aurait dû me suffire, mais plus la course approchait, plus je suis devenu fébrile, presque boulimique. Je voulais connaître tout le parcours. Me rassurer en avalant du dénivelée et du kilomètre alors que j'aurais dû me reposer. Idiot ! ►►

**PARTIR EN
EXPLORATION
AUX LIMITES
DE MON CORPS**



L'Aiguille Verte et les Drus veillent sur les coureurs



►► **J-4**, une ambition. Pierre Carrier m'accompagne dans la montée au Montanvers. Le chef bâtisseur du Hameau Albert Ier me raconte ses courses avec un plaisir gourmand. Il a gagné la TDS et le 80 km (qui n'était pas encore devenu 90) dans sa catégorie. Pierre raconte ses courses comme il les a vécues, pleine de suspens : bagarres épiques contre les crampes et les concurrents qui remontent au finish, places gagnées en sautant les ravitaillements, minutes arrachées aux coups de sommeil. Faire la course ? On peut se prendre au jeu ? En arrivant au Montanvers, je commence à me poser la question. En trotinant sur le sentier en balcon jusqu'au Plan de l'Aiguille, je gamberge. Pierre le généreux a dû sentir qu'il titillait mon ambition. Il me propose une assistance le jour de la course. Rendez-vous au ravitaillement du Tour. Plus tard, sous la douche, je comprends que je suis un peu pris. Pour savoir à quelle heure m'attendre au ravitaillement, Pierre m'a conseillé de faire un road book. Je me cale à mi-chemin entre le temps des meilleurs et la barrière horaire. J'espère ainsi arriver avant la tombée de la nuit. Ne pas avoir à rallumer la frontale, c'est mon nouvel objectif. C'est ambitieux, mais je sais que je peux tenir ces temps pendant quelques heures de course. Au-delà, c'est l'inconnu, l'exploration.

J-3, une sensation.

Je n'ai pas pu m'empêcher d'aller repérer le dernier tronçon du parcours que je ne connaissais pas, la longue montée du Châtelard à la tête de Balme. C'était ma troisième grosse sortie en une semaine. Sans surprise, mon aponévrose a discrètement protesté. Le petit crabe farceur me pince la plante du pied droit. J'ai peur qu'avec la longueur de la course, il se transforme en monstre des profondeurs et me terrasse. Aponévrose plantaire, ma hantise.

J-1, coup de froid.

La veille du départ en allant chercher mon dossard, je passe

devant un camion noir : « Cryothérapie ».

- Ca marche pour une aponévrosite plantaire ?

- Bien sûr !

Je décide de tenter l'expérience, rien à perdre. Je me retrouve debout en caleçon dans un grand cylindre métallique, le nez au-dessus des vapeurs d'azote liquide. La température plonge peu à peu. L'opérateur me demande de sortir mon pied quelques secondes du chausson fourré. En bas, il fait - 150°C, début d'onglée instantanée. Tout est anesthésié, le petit crabe farceur fait moins le malin. Bon, 40€, ça fait un peu cher pour cinq secondes de froid intersidéral, mais qui n'explore rien n'a rien.

Avec la chaleur de juin, le petit crabe ne tarde pas à se réveiller et recommence à me chatouiller. Sauve-qui-peut, pages jaunes, trouver un kiné d'urgence. Stéphane Balmat est le premier à

répondre. Le cabinet s'appelle Malalapa-papatte, je pense à un écrivain italien mais non, c'est un jeu de mot sur mesure pour moi. J'ai droit à un traitement grand luxe, petit massage et conseils précieux. Stéphane me rassure pour demain, l'adrénaline fait des miracles. Il m'explique le principe de la cryothérapie :

« Le froid est le meilleur anti-inflammatoire. Chez nous, c'est gratuit. Quand tu vois un ruisseau, n'hésite pas à t'asseoir dedans. »

Au moment de serrer la main à Stéphane, on réalise qu'on s'est croisés au lancement du livre de Sam Beaugey, et que c'est sa femme, Nathalie Balmat, qui a accueilli mon article dans les colonnes de Pulsations. Il n'y a pas de hasard à Chamonix.

Le jour J, tout s'est rassemblé. J'ai pris un départ « compe », m'accrochant à la longue foulée de Jean-Philippe Lefief comme si c'était la meilleure façon de rentrer dans sa « folle histoire ». Au-dessus de Bellachat, le Mont-Blanc a pris le premier soleil. Fini le silence et la solitude de la semaine dernière.

Ca bavarde beaucoup dans la file. Les premiers, loin devant, ont dû déranger le bouquetin. A la place, il y a une file colorée, frontales pas encore éteintes.

Je suis monté un peu trop vite. Rien ne pesait face à l'excitation de la course. Ni la conscience du très long chemin à venir, ni mes inquiétudes d'aponévrotique. L'adrénaline mettait tout le monde d'accord. Un léger voile de tulle grise s'est tendu sur le ciel. Pour moi, cette couleur éteinte allait bien, j'avais la tête dans la course, tendu à l'écoute de mon corps pour rester dans le mouvement. Si l'adrénaline a une couleur, elle restera pour moi celle de cette aube un peu grise.

ON A EU NOTRE MINUTE DE GLOIRE ET ON FINI ENSEMBLE, MAIN DANS LA MAIN

Le voile de brume s'est dissout, la chaleur est venue plus tôt que prévu, les douleurs aussi. A Loriaz, avant la première grosse descente, j'ai laissé pour la première fois mes jambes sous le filet d'eau glacée. C'était tellement bon que j'ai failli en oublier mes bâtons. C'est devenu mon rituel. Jet d'eau, fontaines, ruisseaux, tout ce qui pouvait apporter un peu de froid à mes muscles était bon. Luxe suprême, j'avais même un peu de neige à mettre sur mes genoux avant de me lancer dans les descentes. Dans les semaines précédant la course, l'ami Serge m'avait fait profiter des conseils de son coach. Je n'ai pas eu le temps de lui transmettre les cryo-conseils du kiné. C'est peut-être pour ça que son genou l'a lâché à mi-course.

Pierre Carrier m'attendait comme promis au ravitaillement du Tour. Pause rafraîchissement dans le bachal. Pierre était aux petits soins. C'est incroyable le réconfort qu'apporte ce moment de chaleur humaine. Se sentir suivi, accueilli, soutenu. Pas de loin, d'un coup d'œil à l'appli sur le téléphone, mais là, au bon moment, en chair et en os. Après l'eau glacée, je plongeais dans un puits d'expérience chaleureux, et c'était encore mieux.

J'ai changé de chaussettes, me suis fait crémier les pieds. Pierre m'a accompagné encore quelques centaines de mètres,

jusqu'au lacet où le sentier s'enfuit vers la nature. C'était reparti pour une longue liaison en pente douce jusqu'au pied du Montanvers.

Plan de l'Aiguille. Dernière descente. Le son monte plus vite que je ne descends. J'entends la sono de la ligne d'arrivée, la voix du speaker. Je peste contre mes jambes douloureuses, rate un virage, soleil. On me dépasse beaucoup, je m'en veux d'être aussi lent, incapable de courir en descente. Je grince, grogne, râle contre mes chaussures super légères, des Innov-8 dont tout l'amorti tient aux crampons. Elles ont été parfaites au début, mais un mois a passé, les crampons ne sont plus qu'un souvenir, ce qu'il en reste ne semble là que pour s'imprimer dans la plante de mes pieds. Fakir.

D'un coup, Jean-Philippe s'est posé devant moi comme une sauterelle. On a pris le départ ensemble ce matin, j'ai fait la fusée en montée mais il a géré sa course comme je ne saurais jamais le faire. Je lui dis de filer à son rythme, mais non, il préfère m'attendre. En regardant l'ami Lefief voler de pierre en pierre, je repense à la façon dont il raconte cette descente dans son livre que j'ai édité, La folle histoire du trail. Il s'était mis à dépasser comme un fou, saisi par un esprit de compétition venu de très loin - et dans un des raccourcis brillants dont il a le secret, il embraye dans son livre sur l'olympisme et le capitalisme.

Dans cette dernière descente, ce soir, Juanfé fait tout le contraire. Il m'attend. Se laisse dépasser. Met son esprit de compétition dans son mouchoir.

On a donc eu la chance d'arriver à l'heure du dîner, applaudis par toutes les terrasses de Chamonix. On a eu notre minute de gloire et fini ensemble, main dans la main. Juste avant la nuit. ■



A mi-course à Emosson

RADIO MONT BLANC **LA RADIO** AU SOMMET!

Média emblématique de la Vallée de Chamonix, Radio Mont Blanc rayonne depuis plus de 35 ans auprès de ses fidèles auditeurs quotidiens. Depuis 2017, Radio Mont Blanc a rejoint le groupe MontBlanc Médias avec l'objectif d'étendre sa zone de diffusion dans les années à venir. Le point sur ce média de proximité incontournable en pays du Mont-Blanc et vallée de l'Arve...

► PARTENAIRE DES PLUS BEAUX ÉVÉNEMENTS

Radio de terrain et de proximité, Radio Mont Blanc délocalise régulièrement son studio sur les événements de la région. Du Festival Mont-Blanc d'Humour à Saint Gervais à la MB Race à Megève-Combloux, en passant par l'UTMB® ou la coupe du monde d'escalade à Chamonix, Radio Mont Blanc va régulièrement à la rencontre de ses auditeurs que ce soit à l'antenne ou via son équipe de rédaction. C'est ce qui fait la réussite de cette radio depuis sa création. Pour aller plus loin dans son approche avec le public, Radio Mont Blanc a lancé depuis 2018 un challenge trail sur 4 courses de la région : 14km Trail du Gypaète, 10 km Marathon du Mont Blanc, 15km Trail des Fiz et le 15km Trail des Aiguilles Rouges. Le concept : 6 trailers sélectionnés (3 femmes + 3 hommes) participent aux 4 courses sous les couleurs de la radio. Un classement final désignera les meilleurs femmes et hommes à l'issue de ces 4 trails.

CASTING RÉGIONAL THE VOICE DANS LES STUDIOS RADIO MONT BLANC



Historiquement implanté au pied du Mont Blanc, Radio Mont Blanc a profité du déménagement à Thyez pour agrandir ses studios permettant l'accueil de showcases et, notamment pour la première fois, le casting régional The Voice / The Voice Kids, le samedi 7 septembre 2019. Cet événement inédit pour la radio, est une occasion unique de découvrir les talents de demain dans la région. Parmi les talents révélés par l'émission, c'est Aurélien Pinget du groupe Bear's Towers et originaire de Thyez, qui avait fait sensation dans la septième saison de The Voice. Peut-être aurons-nous la chance de révéler le prochain talent de The Voice dans les studios Radio Mont Blanc ?

Si vous aussi, vous avez envie de participer au casting, inscrivez-vous sur : montblanclive.com/radio.

RADIO MONT BLANC BIENTÔT EN DAB+, LE FUTUR DE LA RADIO

C'est un pas important dans l'histoire du média, Radio Mont Blanc a été sélectionné par le CSA (Conseil Supérieur de l'Audiovisuel) pour être bientôt diffusé en DAB+ sur Annemasse, Annecy et Chambéry et progressivement sur toute la zone à partir de 2020. Cette nouvelle zone de diffusion ouvre un nouveau chapitre dans l'histoire de Radio Mont Blanc avec de belles opportunités de développement pour les années à venir.

Le DAB+ c'est quoi ?

Le Dab+ (Digital Audio Broadcasting) est une nouvelle technologie pour la transmission des ondes radios. C'est le même principe que la TNT pour la télévision. Ainsi, la réception des radios sera de meilleure qualité, pas de brouilllements ni d'interférences. Dans les prochains mois, tous les récepteurs radio (voitures...) seront équipés de la technologie DAB+.



MB LIVE TV, LA CHAÎNE TÉLÉ POUR PRENDRE DE LA HAUTEUR

Appartenant également au Groupe MontBlanc Médias, MB Live TV est l'unique chaîne TV thématique découverte de la montagne en France. Disponible gratuitement via les opérateurs Free, Orange, Canal et Bouygues, et en direct ou en replay sur montblanclive.com, MB Live TV transporte les téléspectateurs dans l'univers fascinant de la montagne que ce soit pour la contempler à travers des documentaires, la comprendre avec des magazines et formats courts ou encore vibrer grâce à des tests d'activités et événements sportifs en direct.

Comment regarder MB Live TV ?

Canal 96 | Orange 114 | Free 220 | Bouygues 134 | FranSat 83 | Direct & Replay ➔ montblanclive.com/MBLiveTV



MB LIVE TV
**La chaîne télé
de la montagne**

DÉCOUVERTES
ART DE VIVRE | TERRITOIRES
VOYAGES | ALPINISME | OUTDOOR
...

Chaîne gratuite accessible sur

CANAL

96

fransat

83

free

220

orange

114

bouygues

134

DIRECT | REPLAY



montblanclive.com



PASSION GLISSE

Du haut de ses 15 ans, Camille Salaris nous dévoile sa vie sportive dont le cœur balance entre le VTT et le ski alpin.

TDJV de Chamonix



► Toute petite déjà, Camille est une boule d'énergie qui pratique une multitude de sports : gymnastique, judo, course à pied, etc. Mais elle se découvre très rapidement une passion pour le ski alpin et le VTT.

Habitant à Servoz, elle a chaussé les skis dès l'âge de 2 ans : « J'ai de la chance d'avoir une mère monitrice qui voulait me mettre rapidement sur les skis ».

Quant au VTT, c'est son père qui lui a fait découvrir : « Mon frère en faisait déjà, mon père m'a inscrite à une course et j'ai tout de suite aimé cette discipline ! Et puis, je voulais tout faire comme mon grand frère ! ».

Ces deux passions, elle les pratique aujourd'hui au sein du club de Chamonix.

Actuellement en classe de 3^{ème} support pôle au collègue Frison-Roche, Camille vient tout juste de décrocher sa place au Comité Régional de Ski du Mont-Blanc grâce à ses excellents résultats cette saison :

- 9^{ème} du classement général français de son année d'âge (toutes disciplines confondues).
- 13^{ème} des qualifications de la Scara en géant U16.
- 4^{ème} des championnats de France (Ecoureils d'or) en super G (U16 première année).

**CHEZ LES
FILLES C'EST
70% DE MENTAL,
30% DANS LES
JAMBES**

Malgré ses bons résultats, elle nous laisse entendre qu'elle a encore des progrès à faire, surtout sur l'aspect mental. Comme le dit si bien l'une de ses coaches, Clothilde, « Chez les filles c'est 70% de mental, 30% dans les jambes » ! Et pour passer ce cap, Camille a donc fait appel à un préparateur mental pour travailler notamment sur sa nervosité.

Chaque année, au mois de mai, elle troque les skis pour dévaler les pistes de VTT jusqu'en octobre. Comme en ski alpin, elle s'entraîne dans toutes les disciplines : trial, cross country et descente. Et ici encore, elle nous démontre un gros potentiel : En 2017, elle gagne les Trophées de France ! En 2018, elle se classe 4^{ème} due à quelques chutes. Mais elle compte bien tout donner cette année pour décrocher une nouvelle fois le titre.

Nous pouvons nous demander comment cette jeune athlète arrive à performer dans ces deux sports... La contrainte d'être partagée se transforme en atout nous raconte-elle : « La lecture des trajectoires devient plus facile en VTT, grâce à mon expérience en ski, tandis que les longues manches de ski alpin ne sont pas une difficulté grâce cette fois-ci au travail d'endurance réalisé en VTT ».

Le ski vient de plus en plus grignoter sa période estivale à cause des stages mais elle est férue de glisse : « A chaque fois que je pense au ski alors que je suis dans ma saison de VTT, je pense aux bonnes sensations que cela procure, à une belle séance au col de Voza ». Elle n'est donc pas prête de s'arrêter !

Le VTT est également dans son ADN mais elle commence à sentir la concurrence. En effet, la période de rodage est parfois longue, et les jeunes filles pratiquant le VTT ont un avantage certain sur les premières courses de la saison. Cela ne la dé-

motive pas pour autant et elle se donnera les moyens pour atteindre ses objectifs.

Les années passent, et Camille est consciente qu'un jour - sans doute bientôt - elle devra faire un choix cornélien... Le VTT ou le ski alpin ? ■

**ELLE TROQUE LES SKIS POUR
DÉVALER LES PISTES DE VTT**



Dans les starting-blocks



Course de la «Scara» à Val d'Isère



Épreuve de trial

Et sinon ?

Ses disciplines préférées : le super G, le géant et la descente en VTT.

Points forts :

En Ski : son équilibre, son schuss et sa vitesse de pied.

En VTT : Bonne lecture de trajectoire.

Points faibles :

En ski : sa nervosité, son départ.

Moments forts :

En ski : « Ma première victoire sur une course de ski. C'était une mini-coupe à Vallorcine ! »

En VTT : « Quand j'ai gagné la descente des Trophées de France. Au départ j'y allais sans objectif de résultats; c'était la première fois... Ma victoire était donc inattendue ! »

Des rêves :

En ski : Participer à une coupe du monde ou/et à des Jeux Olympiques.

En VTT : Participer au Red Bull Rampage : « ça a l'air dangereux mais ça me donne envie de le faire ».

Son idole : Mickaela Shiffrin. « Elle a tellement un beau ski que d'apparence ça a l'air facile ! ».



Vainqueur de la coupe d'Argent de Bellevaux



«Leader» du Comité Mont-Blanc

La dream team

UNE INTERRO ? DE HOCKEY...

L'éclosion inédite du plus grand gardien de but de hockey sur glace chamoniard.

► Depuis la toute première ascension du Mont-Blanc, le 8 août 1786, par le médecin Michel-Gabriel Paccard et son guide Jacques Balmat, la Vallée de Chamonix Mont-Blanc est imprégnée par une culture sportive totalement singulière. Chaque année, chaque décennie, chaque siècle est marqué par des ascensions, des expéditions, des exploits, des records, des événements, des confrontations, des sportifs, des personnalités qui ont façonnés la renommée et l'ADN de ce territoire.

A chaque numéro, Pulsations Magazine met en lumière une anecdote étonnante de l'incroyable histoire sportive de la Vallée de Chamonix Mont-Blanc. Bienvenue dans L'Anecdote Inédite !

**« COMME JE N'AVAIS
JAMAIS PATINÉ,
ON M'A MIS
DEVANT LA CAGE ! »**

« J'avais appris que mon camarade de classe Jean Payot avait été dispensé d'une interrogation d'histoire parce qu'il devait jouer un match de pupilles avec le club de hockey sur glace. Comme je n'avais pas trop révisé ma leçon, j'ai prétexté moi aussi la raison sportive et j'ai demandé à mon ami de m'emmener avec lui. On accepta de me prendre finalement dans l'équipe, mais comme je n'avais jamais patiné, on m'a mis devant la cage ! »... C'est ainsi qu'à 15 ans la carrière de Bruno Ranzoni débuta. Près de 30 ans plus tard, il aura conquis 12 titres de Champion de France avec Chamonix, reçu l'Oscar de la Glace en 1961 (la plus belle des récompenses pour un joueur de hockey à l'époque) et fait les beaux jours de l'Équipe de France pendant 15 ans (de 1949 à 1964). Bruno Ranzoni restera à jamais comme une légende du sport chamoniard. ■



Bruno Ranzoni décédé le 22 janvier 2019 à l'âge de 91 ans... «salut l'artiste»

PORTIGLIATI

PROFESSIONNEL DU TRAITEMENT DES DECHETS INDUSTRIELS

360, Z.I. La Maladière - 74300 CLUSES - Tél. 04.50.98.32.59
Fax 04 50 96 24 64 - saporti@aol.com - www.portigliati.fr



#leprestatairetechniquedelamontagne



www.aplusevents.fr 04 50 03 34 11

#son #lumiere #video #structure



LE FRISSON DE L'EXTRÊME

L'enfant du pays à la fois skieur et skipper livre ses mots, comme une vague qui déferle, il revient sur son passé de skieur, puis celui de sauteur, de freerider et enfin de skipper !
Son histoire est absorbante, captivante et renversante ! A travers son récit, il nous laisse un petit goût salé, le même que laissent les embruns du large sur nos visages...



AU PLUS PRÈS DES ELEMENTS

20 octobre 1982, Aurélien, fruit de l'union de deux professionnels de la montagne voit le jour... Il grandit au cœur d'une fratrie de 3 garçons dont il est le cadet dans un petit hameau paradisiaque s'il en est, celui de la Joux, situé entre chamonix et Argentière.



Aurélien remporte l'Xtrem de Verbier

► Il pratique très rapidement le ski, puis intègre le ski club d'Argentière où il va faire ses gammes. Dès l'âge de 10 ans, avec ses amis Baptiste Rousset et Max Belleville il découvre le saut à ski. Ils deviennent Max et lui, les 2 premiers adhérents de la section saut du Club d'Argentière. Très vite, il va surprendre dans cette discipline, « il a le gabarit parfait » ! Il est « tout petit » et très léger pour son âge. A 14 ans, il participe aux championnats de France minimes/cadets et se retrouve sur le podium... Le voici promu en équipe de France dès l'âge de 15ans ½. Il y restera 5 années durant lesquelles il évolue d'une part dans le circuit Français, ainsi que dans le circuit International et celui des grands prix d'été.

ILS DEVIENNENT MAX ET LUI, LES 2 PREMIERS ADHÉRENTS DE LA SECTION SAUT DU CLUB D'ARGENTIÈRE.

A l'âge de 18 ans, en 2000, Aurélien prend vingt centimètres en une année, il va perdre tous ses repères, « la nourriture était

devenue un vrai problème, fini les tartines de beurre/confiture, fini les raclettes et les fondues ! » A l'automne 2001, il se blesse au genou et il est contraint de se faire opérer à quelques mois des J.O de Salt Lake City... C'est le début de la descente aux enfers ! Durant sa convalescence, il comprend rapidement qu'il ne pourra pas participer aux J.O. Cet événement mondial qu'il prépare depuis toutes ces années est en train de lui filer entre les doigts. Il est seul, face à lui-même, pas un coach, ni un coéquipier ne prend de ses nouvelles. Psychologiquement très affaibli, il vit les J.O par procuration devant son poste de télévision. C'est alors que Didier Lafond (cinéaste) lui propose de doubler l'un des acteurs du film qu'il tourne, « Snowboarder ». Aurélien ayant grandi dans un « univers alpin », relève le défi, et s'engage dans des pentes raides du massif, en snowboard pour doubler les acteurs du film qui sortira en 2003. ►►

LAFARGE OPTIQUE
OPTICIEN SPÉCIALISTE DU SPORT À CHAMONIX

RXTREM
L'ULTRA-PERFORMANCE SOLAIRE PERSONNALISÉE À VOTRE VUE!

100 % adaptées à votre vision, profitez de solaires correctrices conçues pour le trail avec leurs verres Zebra Light photochromiques et antibuée.

Julbo.com

Julbo
The world needs your vision

CARTES DE VISITE
BROCHURES FAIRE-PART **DÉPLIANTS** CALENDRIERS
CARTES DE VŒUX **DOS CARRÉ COLLÉ**

U **Uberti Jourdan**
imprimerie

144, avenue du Mont-Blanc
74130 BONNEVILLE
04 50 97 24 79

adrien@ubertijourdan.fr

PANNEAUX ENVELOPPES
CARTES DE CORRESPONDANCE **CRÉATION** BANDEROLES
ÉTIQUETTES **GARNETS** **AFFICHES**
AGENDAS TÊTES DE LETTRE



Toujours à la recherche de la meilleure courbe

►► Alors que le Freeride commence à lui trotter dans la tête, durant l'été 2002, il reprend le chemin de l'équipe de France de saut et sa vie d'athlète de haut niveau. Mais, un beau jour de décembre 2002, lors d'une Vallée Blanche avec son père, au refuge du Requin, la croûte au fromage aura raison de son choix ! Stop ! Il est temps d'en finir avec le saut. Il ne supporte plus cette vie d'ascète où tout est compté, le moindre aliment, la moindre séance d'entraînement, le moindre pas, afin d'optimiser le rapport poids/taille.

A l'aube de l'année 2003, le Freeride devient son objectif principal. Il aspire désormais à passer sa vie en montagne, et il souhaite obtenir son diplôme de guide. Mais d'abord, il faut prendre du poids et surtout de la masse musculaire.

C'est avec Fred Ancey, son préparateur physique qu'il pousse de la fonte et enchaîne les squats pour se forger un corps prêt à encaisser de nouvelles contraintes. Grâce à la rigueur acquise lors de ces cinq années passées à la fédé, il ne ressentira jamais la nécessité d'avoir un coach pour la partie ski dans sa carrière de freerider.

En janvier 2003, il s'inscrit à sa première compétition de freeride sur les pentes de l'Hôtel, son terrain de jeu chamoniard ! Il remporte cette compétition amateur et gagne son ticket pour participer à la finale qui se déroule aux Arcs. En

terminant 15^{ème}, il obtient une invitation pour les championnats du monde et le circuit international l'hiver d'après. Il passe son été à bosser comme cabinier à l'Aiguille du Midi pour faire des globules et pour se payer son billet pour le Canada qui sera son 1^{er} rendez-vous !

2004, première compétition au Canada, il prend la 3^{ème} place. Sa saison internationale se termine d'une belle manière puisqu'il monte sur la troisième marche du podium du circuit coupe du monde.

EN 2009, IL EST SACRÉ CHAMPION DU MONDE

Les années s'enchainent, il prend la 2^{ème} place de la coupe du monde en 2005 juste derrière son compatriote Manu Gaidet et sort victorieux de l'Xtrême de Verbier et de l'Engadinsnow en 2006... Il entre dans la cour des grands !

En 2009, il est sacré champion du monde ! Il avait rêvé de ce titre dès son enfance en alpin, puis en saut et c'est finalement en Freeride qu'il l'obtient !

Entre temps, il rencontre sa femme. Ils auront un premier enfant en 2008, prénommé Marius, puis une petite Victoire.

La paternité renforce et libère car en 2011, il remporte une nouvelle fois les championnats du monde...

Après les victoires des deux plus grandes courses internationales en 2006, le hasard des rencontres lui fait découvrir



A coup de manivelle, au large de Lorient

un certain Adrien Hardy, marin « géotrouvetout » qui lui demande d'être le parrain de son bateau pour la Mini transat de 2007 (traversée de l'Atlantique en solitaire). Voici donc notre Freerider aux Sables d'Olonne, cassant la fameuse bouteille de champagne sur l'étrave du bateau pour attirer envers son mousse les bonnes grâces des divinités marines ! Grâce au prize money qu'il gagne en remportant le titre de Champion du monde en 2009, il investit dans son premier bateau trouvé par son ami Adrien. Il le met à l'eau au printemps 2010 et délocalise sa famille en Bretagne pendant 8 mois pour apprivoiser ce nouveau compagnon de cordée. Il souhaitait être prêt pour la traversée de l'atlantique en solitaire en 2011.

Après avoir démâté à plusieurs reprises, cassé des safrans, s'être échoué maintes fois, il prend le départ de sa première Transat 6.50 en septembre 2011. Une fabuleuse course en solitaire sans assistance et sans communication qui relie La Rochelle à Salvador de Bahia, au Brésil, et marque une étape à Madère. Plus les jours passent, meilleur il se sent, il arrive à se caler sur la météo et trouve la bonne ligne. Son bateau va vite et au bon endroit... Au bout de 9 jours, il se retrouve à Madère à la 13^{ème} place (sur 80 bateaux). Il est agréablement surpris, lui le montagnard novice... Il met ça sur le compte de son expérience de la montagne et du Freeride « avec un point de départ et un point d'arrivée, entre les deux, il faut trouver le meilleur chemin ! » Malheureusement, aux

alentours du Cap Vert, il endommage ses deux safrans. A force de bidouillage, il remonte en direction du Cap Vert pour « sauver » son bateau. Malgré cet échec, il a vécu une expérience gigantesque et souhaite continuer ce chapitre maritime. Pour cela, il lui faut des partenaires. En 2012, il participe à la Transat Quebec/St Malo en équipage avec Eric Peyron et Thomas Lebreton. La même année, il devient papa d'une petite Victoire couplée d'une autre victoire, celle des championnats du monde de Freeride !

En 2013, il renforce le binôme François Gabart/ Michel Desjoyeux dans la Fastnet-Race (course anglaise). A leur contact, il emmagasine 10 ans de voile en 10 jours. Une véritable formation accélérée grâce aux soutiens de ses amis marins et à sa force de caractère qui lui donne le courage de recommencer une carrière dans un

milieu qui lui est totalement inconnu !

Mais sa vraie belle perf, est sa 4^{ème} place à la Transat Jacques-Vabre qu'il partage avec Yannick Bestaven en 2013.

En 2015, il termine 9^{ème} du nouveau Tour de France à la voile en Diam 24 !

Au milieu de ses deux carrières rythmées par les compétitions, Aurélien trouve le temps de filmer. Il produit depuis cinq ans Cham'lines, une web série faisant découvrir les lignes Freeride dans la vallée de Chamonix. ►►

A LEUR CONTACT, IL EMMAGASINE 10 ANS DE VOILE EN 10 JOURS



EXTREME TRIATHLON

14 & 15 SEPTEMBRE 2019



THE MOST EPIC TRIATHLON JOURNEY ON EARTH



Evergreen 28 distance S

615m de dénivelé | 615m of elevation gain.

Un parcours initiatique 100% Vallée de Chamonix sur chemins, rapide et fun, au pied du Mont-Blanc. An introductory course 100% in the Chamonix Valley, taking place on unpaved paths, at the foot of Mont-Blanc.



Evergreen 58 distance M

1811m de dénivelé | 1811m of elevation gain.

Un parcours initiatique 100% dans la Vallée de Chamonix vous menant jusqu'au dessus de la Mer de Glace, pour découvrir les plaisirs d'un triathlon «Extrême» An introductory course 100% in the Chamonix Valley, off-road, taking you just above the Mer de Glace, to discover the joys of an "Extreme" Triathlon.



Evergreen 118 distance L (1/2 Iron)

Un Col Hors Catégorie, 3670m de dénivelé | An "Hors Catégorie" mountain pass, 3670m of elevation gain.

La porte d'entrée des « X'trem » triathlons avec pour cadre l'Aiguille du Midi et la Mer de Glace. The gateway to "extreme" triathlons, with the Aiguille du Midi and the Mer de Glace as a backdrop.



Evergreen 228 distance XL (Iron)

Un parcours mythique, 7830m de dénivelé à vaincre | A mythical course, 7830m of elevation gain to conquer.

Cols Hors Catégorie faisant la légende du Tour de France et un Marathon au pied du Mont-Blanc. Venez Défier l'EVEREST des Triathlons.

Legendary "Hors Catégorie" cols from the Tour de France and a Marathon at the base of Mont Blanc. Come test yourself on the EVEREST of Triathlons.



DEVIENS BÉNÉVOLE
VOLUNTEER

WWW.EVERGREEN-ENDURANCE.COM

WWW.KORA.NET

INSCRIPTION
ENTER NOW



►► Il parcourt aussi la terre et filme les endroits extraordinaires de la planète en mêlant ses deux passions ! A son actif les îles Lofoten, le Groenland, les Spitzberg, la Norvège...

Avec le projet Go Explore, il trouve des spots improbables tels que la Roumanie, l'Iran et la Norvège...

A l'automne, il prendra à nouveau le départ de la Transat Jacques-Vabre avec un bateau performant et Louis Duc, comme équipier de taille.

Il a comme projet de participer à la Route du Rhum en 2022 et graal suprême, au Vendée Globe en 2024 !

Pour cela il est « sur le pont » pour trouver des sponsors ! ■



PULSATIONS' STORE

BAOUW ORGANICS NUTRITION BARRE ENERGÉTIQUES 100% BIO

Prix 9.99€ la boîte de 4

La marque Baouw a décidé de créer un univers autour du sport et de la nature qui propose des produits pour les sports d'endurance.

Ce sont des barres énergétiques de haute qualité avec une exigence nutritionnelle ultra pointue scientifiquement.

Chaque ingrédient est issu de la nature, une matière première naturelle brute travaillée et affinée de façon à préserver toutes les qualités nutritionnelles.

Que vous soyez simple amateur ou pratiquant régulier, Baouw vous accompagne dans vos sorties en montagne, VTT, trail, Paddle dans le plus grand respect de votre santé.

Disponible sur le site internet www.baouw-organic-nutrition.com



SALOMON S/LAB SENSE ULTRA 2

Prix 180€

Chaussure de trail destinée aux coureurs expérimentés, recherchant confort et dynamisme entre entraînements et compétition de type ultra trail.

Développée en collaboration avec François D'haene, la S/LAB SENSE ULTRA 2 incarne sa préparation physique et mentale pour les courses d'ultra distance. Elle associe confort longue distance, fit précis et adhérence, tandis que ses graphismes rappellent les différentes étapes d'une course de ce type. L'ULTRA 2 vous aidera à atteindre vos objectifs ultra-distances.

Vous pouvez retrouver cette chaussure au magasin Ravanel & Co à Chamonix.



MICRO TRAIL PRO - LEKI

159.90€

Le Micro Trail Pro est un bâton de trail-running et de marche nordique pliable de chez Leki.

Avec ses 4 brins construits entièrement en carbone, le Micro Trail Pro propose un dynamisme hors-norme grâce à une bonne rigidité, sans l'inconvénient du poids puisqu'il ne pèse que 195 g l'unité.

Grâce à son système de pliage à bouton poussoir, le Micro Trail Pro se compacte sur seulement 37 centimètres en 3 secondes, afin de pouvoir être attaché ou rangé dans votre sac.

Le Micro Trail Pro de Leki est toujours LE bâton de trail-running par excellence. Fort d'un ratio poids / rigidité / confort exceptionnel, il sera un fidèle allié sur vos trails tout au long de l'année.

Existent en cinq tailles : 110, 115, 120, 125, 130 cm

disponible chez Snell Sports



A VOS CÔTÉS
JUSQU'AU SOMMET



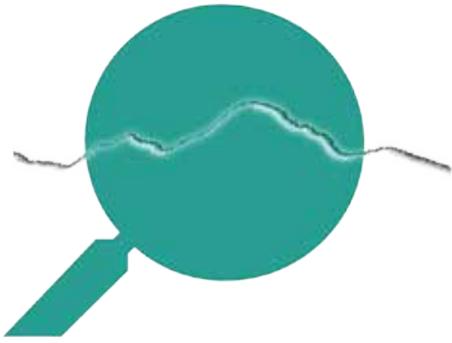
EXPERTISE COMPTABLE,
AUDIT & CONSEIL
MADE IN ALPES

RENCONTRONS-NOUS

Nouvelle adresse

115 rue du Général Muffat de Saint-Amour
74120 Megève

f in T. 04 79 71 79 79



Ducroz Real Estate

**Chasseur d'appartements et de chalets
sur la Vallée de Chamonix-Mont-Blanc**

AGENCE TOTALEMENT DÉDIÉE À L'ACHETEUR

**"Nous recherchons la propriété de vos rêves sur 100% du marché :
particuliers, agences immobilières, notaires, off market..."**



DUCROZ REAL ESTATE Chasseur Immobilier

74400 Chamonix-Mont-Blanc
contact@ducrozrealestate.com
+33 (0)6 21 04 29 57
www.ducrozrealestate.com