

# PULSA- TIONS



LE MAGAZINE DU CLUB DES SPORTS DE CHAMONIX

NUMÉRO 17  
JUN 2015  
GRATUIT



REPORTAGE

**HORS CIRCUITS**

DOSSIER

**SÉCURITÉ,  
LA FACE CACHÉE  
DU TRAIL**

LÉGENDE

**LAURENT GRAS,  
UN PARCOURS SPORTIF  
D'EXCEPTION**



# Le voyage ASCENSIONNEL

FACE AU MONT-BLANC

**OUVERT JUSQU'AU 25 OCTOBRE 2015**

Mont-Blanc  
4810 m.



**Au cœur de l'Espace Mont-Blanc, à égale distance de Chamonix (F) et de Martigny (CH), VerticAlp Emosson vous promet une expérience spectaculaire et inoubliable. Trois installations sur rails uniques en leur genre, vous emmènent jusqu'au site naturel remarquable d'Emosson à 1965 m d'altitude, face au panorama grandiose du mythique Mont-Blanc.**

**SPÉCIALE BIENVENUE**

**- 10% IMMÉDIAT SUR VOTRE BILLET !  
SUR PRÉSENTATION DE CE COUPON\***



## ESSAYEZ LA TROTTINETTE VERTICALP EMOTIONS !

**Depuis la place d'Emosson, louez une trottinette...**

Suivez le chemin balisé pour une descente pleine de sensations jusqu'aux Montuires. Après une pause bien méritée au VerticAlp Café, remontez en train panoramique et Minifunic à Emosson.

T. +41 27 769 11 11  
info@verticalp-emosson.ch  
**verticalp-emosson.ch**

Prénom \_\_\_\_\_ Nom \_\_\_\_\_ Email \_\_\_\_\_  
\*Bénéficiez de **10% de réduction** valable sur un billet, sur présentation du coupon dûment rempli aux caisses de VerticAlp-Emosson. Offre valable jusqu'au 25 octobre 2015.



# SOULEVONS LES PASSIONS

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.

  
Maçonnerie • TP • Démolition • Terrassement

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

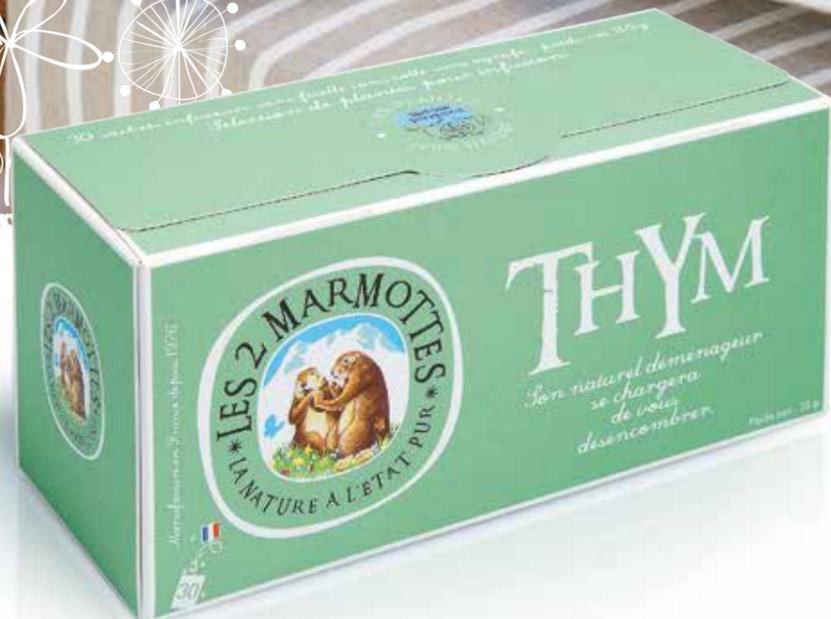
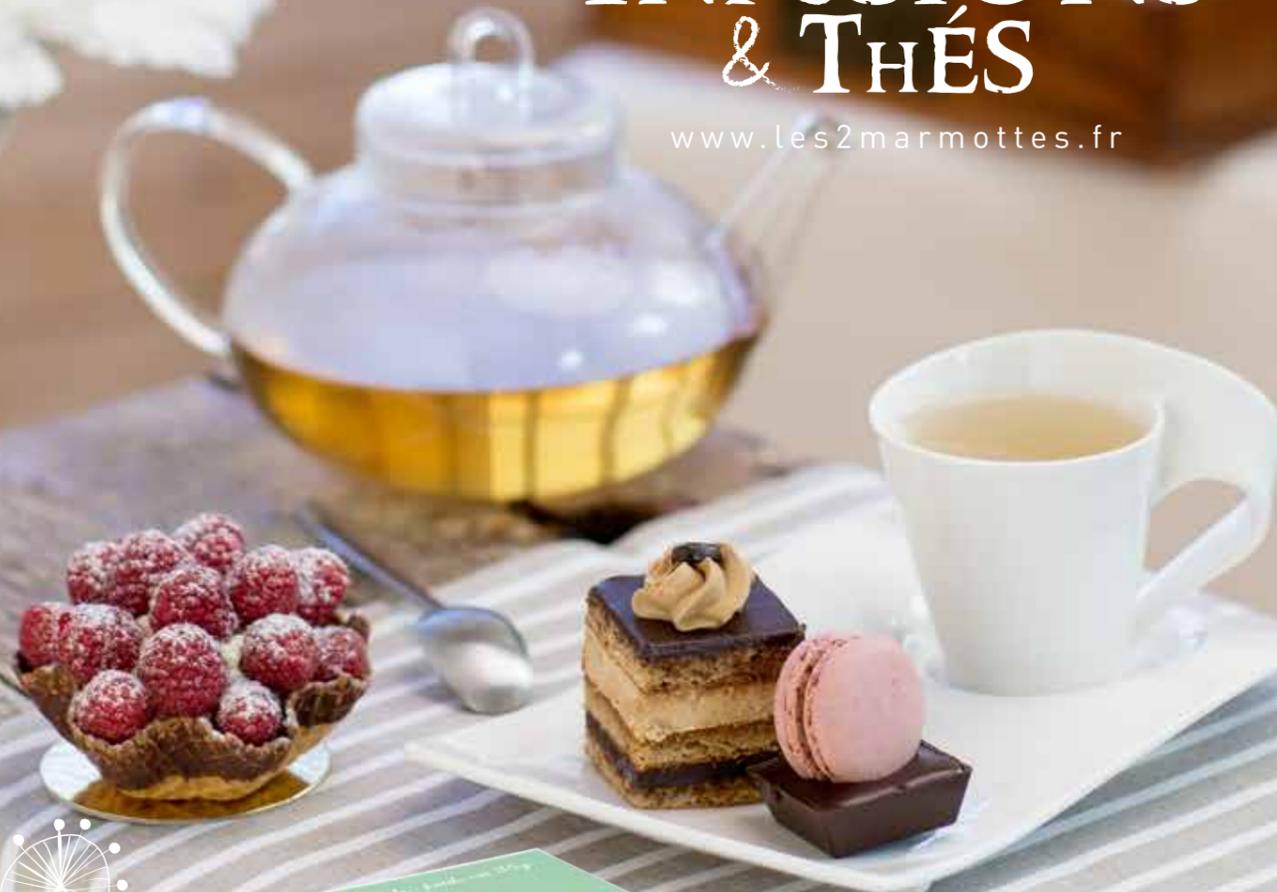
1200, route de Gravin • 74300 MAGLAND

contact@zanetto.fr  
[www.zanetto.fr](http://www.zanetto.fr)



# INFUSIONS & THÉS

www.les2marmottes.fr



*La nature nous offre le meilleur, alors pourquoi chercher ailleurs ?  
Laissez-vous surprendre par le vrai goût des plantes et par la subtilité de nos mélanges.*

Manufacturés en France  depuis 1976



Découvrez toute notre gamme sur [www.les2marmottes.fr](http://www.les2marmottes.fr)

# AFFUTEZ LES CUISSSES ÇA VA CHAUFFER !

## Eric FOURNIER

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

► Le trail dans la Vallée de Chamonix-Mont-Blanc, au-delà d'une activité sportive incontournable dans le paysage sportif est un laboratoire d'expérimentation et de validation des règles de sécurité inhérentes à ce sport exigeant.

La Commune de Chamonix-Mont-Blanc et la Communauté de Communes Vallée de Chamonix-Mont-Blanc ont chacune dans leur champ de compétences, un rôle crucial dans cette évolution des règles de sécurité imposées aux usagers du domaine public. Ces collectivités attachent une importance forte au bon déroulement de ces manifestations pour le confort de tous.

Ainsi, la responsabilité du Maire et du Maire adjoint à la sécurité est le maillon central d'un dispositif autour duquel l'ensemble des acteurs (gendarmerie, pompiers,

association de secours en montagne, socio professionnels,...) se coordonnent sous leur autorité de police. Pour mener à bien ce pouvoir de police, la collectivité pilote une commission de sécurité qui est l'organe régulateur en amont, pendant et à l'issue des épreuves. L'objectif de cet organe est de partager les problématiques de sécurité et d'apporter une réponse graduée à chaque situation.

La Communauté de Communes quant à elle a davantage un rôle de préparation de terrain au travers de sa mission sentiers, qui l'amène à s'assurer que les itinéraires soient praticables. D'autre part, la «veille sécurité» menée par cette équipe professionnelle est l'outil de remontée d'information et d'arbitrage de la faisabilité de passage sur les itinéraires projetés par les organisateurs.

Par ailleurs, la Communauté de Communes pilote également un dispositif d'analyse des moyens de sécurité de terrains économe en carbone et responsable en terme d'impacts écologiques, en relation directe avec les organisateurs de manifestations sportives sur notre territoire.

Ainsi les collectivités publiques de la Vallée sont-elles placées au cœur de la sécurité qui est mise en œuvre autour de vous dès lors que vous prenez le départ d'une des 3 grandes courses de trail dans la Vallée. La collectivité est à votre service dans un rôle peu visible mais attentif à l'ensemble des vecteurs concourants au niveau de sécurité optimal qui vous est dû.

Bienvenue dans la Vallée de Chamonix-Mont-Blanc. ■

## Luc VERRIER

Président du Club des Sports de Chamonix

► Un grand champion prend sa retraite.

Laurent Gras, joueur vedette du Chamonix Hockey Club prend sa retraite à l'aube de ses 40 ans.

Une remarquable longévité qui se traduit par un magnifique parcours sportif, avec en prime, à la fin de sa carrière un dernier passage avec l'équipe des Chamois pour partager et transmettre l'envie de mouiller le maillot avec les jeunes !

Mais un jour, malgré la passion, il faut arrêter, se consacrer à sa famille, profiter de la vie...

Merci Laurent !

Après une saison hivernale extraordinaire des champions Chamoniards dans toutes les disciplines des sports d'hiver, place aux sports d'été.

Nous souhaitons une grande saison à Romain Desgranges, et sans vouloir lui mettre la pression, il va falloir arriver à monter sur la boîte pendant la coupe du monde d'escalade de Chamonix !

Alors rendez-vous à tous pour le supporter, place du Mont-Blanc, les 11 et 12 juillet !

Mais avant cela, rendez-vous pour le Marathon du Mont-Blanc, qui sera encore cet été un des grands rendez-vous mondial du trail.

Avec le 80 km, nous aurons cette année une édition encore plus difficile, encore plus « montagne » !

A Chamonix, il nous plaît de penser que le trail est une activité montagne, et que la montagne s'apprend, se respecte, et qu'il faut l'aborder avec humilité.

Une épreuve avec encore plus de moyens dédiés à la sécurité pour que la grande fête se déroule pour le mieux...

Bon été à tous ! ■



Eric Fournier

Luc Verrier

TRAVAUX PUBLICS

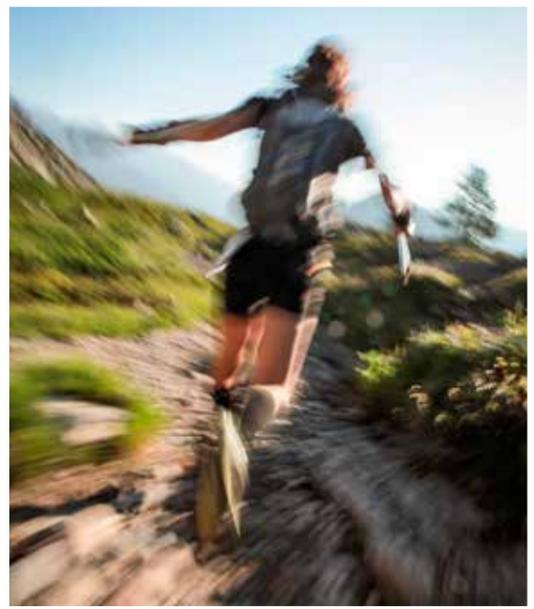


RÉALISATION DE PARCOURS DE GOLF



Villa Corbin  
620, avenue du Mont-Blanc - 74190 PASSY  
Tel : + 33 (0)4 50 93 63 70 - Fax : + 33 (0)4 50 93 63 99  
www.benedetti-guelpa.fr

PULSA-TIONS



- 7 EDITO
- 10 PULS'ACTUS
- 13 AGENDA
- 15 DECRYPTAGE - LE PIOLET, FER DE LANCE DES ÉTABLISSEMENTS SIMOND
- 16 REPORTAGE - HORS CIRCUITS  
▶ A L'ASSAUT DU NOUVEAU MONDE
- 27 ECONOMIE - SEAT BELT, LA BOUCLE EST BOUCLÉE
- 28 CHAMY - LES AVENTURES DE CHAMY AU 80KM DU MONT-BLANC
- 30 DOSSIER - SÉCURITÉ, LA FACE CACHÉE DU TRAIL  
▶ TROIS JOURS NON-STOP  
▶ LE PARCOURS : LA BASE DE LA SÉCURITÉ  
▶ BRUNO BASSET « UN BON DISPOSITIF DE SÉCURITÉ, C'EST LA CONNAISSANCE DU TERRAIN »
- 48 PULSATIONS LEGENDES  
LAURENT GRAS, UN PARCOURS SPORTIF D'EXCEPTION
- 56 PORTAIT - MAËLLE DYNAMITE LES BASSINS !
- 58 SHOPPING - PULSATIONS'STORE

Pulsations Magazine #17 – juin 2015  
Production : Club des Sports de Chamonix  
Réalisation : Club des Sports de Chamonix et Sport Premium  
Design et infographie : Cybergraph Chamonix  
Publicité : Sport Premium  
Rédaction : Nathalie Balmat, Willy Besson, Laurent Claudel, Fred Comte, Romain Desgranges, Quentin Lebas, Bruno Magnien, Magali Pernollet, Benoit Roux, Luc Verrier, Nicolas Vieville.  
Crédits Photos : Agence Zoom, Éric Bonnet, Pierre Cadot, Cneas, la Chamoniarde, Club des Sports de Chamonix, Droz Photo, Tom Guerrin, Gaétan Haugeard, Caroline Houal, Jaouad Jordan, Bruno Magnien, Jean-Charles Poirot, Pierre Raphoz  
Impression : Imprimerie Monterrain  
Tirage à 8000 exemplaires  
Tous droits réservés  
Reproduction interdite sans autorisation



Emelie Forsberg  
1<sup>ère</sup> du 80 Km du Mont-Blanc en 2014



SALLANCHES  
127 pl St Jacques  
Tél : 04 50 58 28 33  
fax : 04 50 58 14 56

Gilles ANDRÉ - Agent général  
gilles.andre@mma.fr  
N°ORIAS : 07 010 686

CHAMONIX  
334 rue Joseph Vallot  
Tél : 04 50 53 18 93  
fax : 04 50 53 37 26





## DES BALLONS PLEINS LES YEUX...

Grâce aux dossards solidaires du Marathon du Mont-Blanc, aux mamans (et papas) qui ont confectionné de nombreux gâteaux durant tout l'hiver ainsi qu'aux différents donateurs, nos petits Chamoniards de la section foot ont réalisé leur rêve... Au total, 30 jeunes de 9 à 13 ans sont partis à Barcelone pour effectuer un tournoi international. Outre le côté sportif, Barcelone épicerie de la culture football a accueilli nos érudits du ballon rond dans son stade mythique : le Camp Nou.

**30%** C'est la part d'étrangers qui prendra le départ de l'une des épreuves du Marathon du Mont-Blanc. Cette part représente 65 pays différents. C'est le Royaume-Uni qui sera le pays étranger le plus représenté avec pas moins de 450 « runners » engagés. On retrouve juste derrière la Belgique et l'Espagne (5% et 3%).



## UN PETIT PARFUM DE MAGIE !

Le Chalet Hôtel du Jeu de Paume et son restaurant le Rosebud, sont nichés dans le hameau du Lavancher, entre les imprenables aiguilles de Chamonix et la vallée d'Argentière. Son chef Eric De Ganck, depuis 10 ans dans la maison, a su donner un style et évoluer vers une cuisine gastronomique le plus souvent travaillée avec des herbes, des épices et beaucoup d'originalité. Cela lui a permis de devenir l'une des meilleures tables de la vallée de Chamonix. Plus d'infos sur [www.jeudepaumechamonix.com](http://www.jeudepaumechamonix.com) ou au 04 50 54 03 76

## EN TÊTE DE FILE...

Le projet sportif de la section VTT a été retenu auprès du GEIE Tunnel du Mont-Blanc et 14 jeunes vététistes Chamoniards ont traversé le tunnel du Mont-Blanc accompagné de Monsieur Gilles Rakoczy, le directeur, pour se rendre à Finale Ligure au mois d'avril dernier. Au programme 4 jours de stage : descente, enduro, cross-country et trial qui permettront de lancer dans les meilleures conditions la saison sous le soleil de Ligure.



## SUR LE GREEN !

C'est en Italie à Rapallo, en terre Ligure tout proche de la très « glamour » Portofino que nos 12 jeunes golfeurs sont allés faire un stage de préparation pour être opérationnels dès le début du championnat départemental. Un stage très concluant puisque Chamonix remporte 3 catégories sur 5. Luc Chalçon, Emie Coulon et Emily Mollard victorieux dans leurs catégories décrochent leurs tickets pour les Championnats de France... A suivre !

## LE CHOUCAS DEVIENT NEPA

La marque de textile coréenne revient sur Chamonix. Trois ans après la fermeture de son magasin, NEPA revient en force en ouvrant un tout nouveau magasin en lieu et place du mythique bar Le Choucas (Rue Docteur Paccard). NEPA devient également partenaire officiel de la Coupe du Monde d'Escalade de Chamonix (11-12 juillet).



## DE CRISTIANO RONALDO À VOUS !

Plus de 150 athlètes de renommée internationale dont l'attaquant du Real de Madrid, Cristiano Ronaldo, utilisent les produits nutritionnels Herbalife pour leurs performances physiques. Les principes d'une nutrition saine et équilibrée combinés à la pratique d'exercices physiques réguliers sont au cœur de la philosophie de la marque. Adaptés aux sportifs de très haut niveau, les produits Herbalife sont également conçus pour les pratiquants occasionnels et de toutes disciplines. Retrouvez Herbalife sur le Village Exposants du Marathon du Mont-Blanc, les 25-26-27 juin, sur la Place du Mont-Blanc à Chamonix. Retrouvez tous leurs produits et conseils sur le site internet : <http://www.herbalifefrance.fr/>



## GUS JUGÉ PAR SES PAIRS ?

Durant deux semaines, notre Guillermo Fayed a été passé au crible par les ambassadeurs de la profession (entendez les profs de l'ENSA). En effet, les sportifs de haut niveau (Geoffrey Lafarge, Blaise Giezendanner et Camille Verrier) passaient leur Diplôme d'Etat à Tignes. Une formalité pensez-vous ? Que nenni, il y a beaucoup de théorie pour devenir le roi de la godille! Bravo à Gus et Geoffrey qui ont terminé leur DE avec brio. Camille et Blaise termineront l'année prochaine.



## PARACLIMBING COME BACK !

Après un premier test lors des Championnats d'Europe 2013, le paraclimbing sera de nouveau à l'honneur le 11 juillet prochain place du Mont-Blanc. Trois catégories seront représentées : déficient visuel / jambe amputée / incapacité physique et neurologique. Venez encourager les leaders de l'équipe de France Mathieu Besnard et Nicolas Moineau ainsi qu'Oriane Moreno et Serge Laurencin qui finissent tous deux sur la 3ème marche du podium lors des championnats du monde en 2014 dans la catégorie déficient physique.



## PARTAGE ET SOLIDARITE

Depuis plus de dix ans, le Marathon du Mont-Blanc soutient de nombreuses associations caritatives, dont « Vaincre les Maladies Lysosomales » et « Vaincre la Mucoviscidose » qui aident directement des enfants de la vallée. Nouveauté en 2015, 20 dossards solidaires ont trouvé preneur pour soutenir des projets sportifs des sections du Club des Sports de Chamonix.

**LETALON D'ACHILLE**  
THE BREATH FACTORY

Votre spécialiste  
**Trail & Running** CHAUSSURES  
TEXTILES  
ACCESSOIRES



40 rue du commerce - 74700 SALLANCHES  
Tél : 04 50 58 50 17 - [contact@letalondachille.fr](mailto:contact@letalondachille.fr)



LES CAMPANULES

CHALET HÔTEL \*\*

Face à la chaîne du Mont Blanc, l'Hôtel Autrement !

HOTEL \*\*  
RESTAURANT  
HAMMAM  
SAUNA  
SALONS  
BILLARD



450, route de Coupeau  
74 310 Les Houches  
Tél. 04 50 54 40 71  
[hotel-campanules@wanadoo.fr](mailto:hotel-campanules@wanadoo.fr)  
[www.hotel-campanules.com](http://www.hotel-campanules.com)

Faites prendre de l'altitude à vos papilles !



CHAMONIX MONT-BLANC



04 50 55 34 88

[www.flegere-restaurant.com](http://www.flegere-restaurant.com)

À l'arrivée du téléphérique de la Flégère  
Altitude 1913m

Cuisine savoyarde  
face au Mont-Blanc



04 50 53 05 42

[www.bergerie-restaurant.com](http://www.bergerie-restaurant.com)

À l'arrivée du téléphérique de Plan-Praz  
Altitude 2000m

Cuisine au feu de bois  
dans un panorama grandiose



Plan Joran

04 50 54 05 77

[www.planjoran-restaurant.com](http://www.planjoran-restaurant.com)

Accès par la télécabine de Plan Joran  
Altitude 1923m

Cuisine raffinée  
dans les Mélezes



04 50 55 82 23

[www.aiguilledumidi-restaurant.com](http://www.aiguilledumidi-restaurant.com)

Au sommet de l'Aiguille du Midi  
Altitude 3842m

Restaurant de produits locaux  
l'un des plus hauts d'Europe



Tous nos restaurants ont le titre officiel de Maître Restaurateur

# CALEN- DRIER

AGEN-  
DA



## 20 JUIN : CHAMPIONNATS DÉPARTEMENTAUX EN GRAND BASSIN

La section natation organise les championnats départementaux en bassin de 50m. Avec une vue imprenable sur le massif du Mont-Blanc, attention les yeux. **GRATUIT**



## 25-28 JUIN : MARATHON DU MONT-BLANC

Sur des parcours quelques peu modifiés, petits et grands, amateurs et champions, se retrouveront sur les sentiers de Chamonix pour laisser leurs empreintes. **INSCRIPTION POUR LE MINI-CROSS POSSIBLE SUR PLACE ET GRATUIT**



## 27-28 JUIN : GALA DE STREET DANSE

L'école de musique et de danse intercommunale vous présente ses spectacles de fin d'année. Venez admirer les prouesses de jeunes danseurs et danseuses de la vallée. **PAYANT**



## 04 JUILLET : TROPHÉE NATIONAL POUSSINS/BENJAMINS

Compétition d'escalade au sein de la capitale mondiale de l'alpinisme pour les catégories poussins et benjamins. De quoi faire grimper l'émotion. **GRATUIT**



## 10-12 JUILLET : 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 derrière Romain ! Le programme:

Vendredi 10 : 13h-16h : Qualification Paraclimbing (gymnase ENSA)  
Samedi 11 : 9h-14h : Qualification Difficulté. 14h-17h Qualification Vitesse.  
19h30-21h : Finale Paraclimbing. 21h30-22h30 Finale Vitesse  
Dimanche 12 : 10h-12h30 : Demi-Finale Difficulté. 21h-23h Finale Difficulté

**GRATUIT**



## 13 JUILLET : FEU D'ARTIFICE

L'Amicale des Pompiers de Chamonix organise les festivités traditionnelles sur la Place du Mont-Blanc, concert, set DJ et spectacle pyrotechnique. **GRATUIT**



## A PARTIR DE MI-JUILLET : MATCHS AMICAUX DE HOCKEY SUR GLACE

Reprise des Chamois de Chamonix (équipe de Ligue Magnus) avec des matchs amicaux à la patinoire Richard Bozon. **PAYANT**



## 22 JUILLET : LES CHAVANTURES

Un mini-raïd en équipe à la découverte d'activités de plein air. VTT, rafting, biathlon, tout pour séduire les 8/12 ans. **GRATUIT**



## 25 JUILLET - 2 AOÛT : LE COSMOJAZZ FESTIVAL

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



## 15 AOÛT : FÊTE DES GUIDES

La Compagnie des Guides de Chamonix vous offre un spectacle son et lumière à vous couper le souffle en soirée. Animations gratuites en journée. **PAYANT**



## FIN AOÛT : PREMIER MATCH DE COUPE DE LA LIGUE

Reprise des matchs officiels pour les Chamois de Chamonix (Hockey sur Glace) avec le début de la phase de poule de la Coupe de la Ligue. **PAYANT**



## 24-30 AOÛT : ULTRA-TRAIL DU MONT-BLANC®

Plusieurs formats de compétitions sur les sentiers Français, Italien et Suisse qui bordent le toit de l'Europe, le Mont-Blanc. **GRATUIT**



## SEPTEMBRE : HOCKEY SUR GLACE

Premiers matchs de la saison 2015/2016 en Ligue Magnus pour les Chamois de Chamonix. **PAYANT**



## 5 SEPTEMBRE : 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 et vous permettre de les rejoindre.

RENSEIGNEMENTS : [WWW.CHAMONIXSPORT.COM](http://WWW.CHAMONIXSPORT.COM) / [WWW.CHAMONIX.COM](http://WWW.CHAMONIX.COM)



# LE PIOLET,

## FER DE LANCE DES ÉTABLISSEMENTS

# SIMOND



La lame, l'âme du piolet

**simond**  
CHAMONIX - Since 1860

► **Le goût de la tradition.**

C'est en 1860 sous l'impulsion de François que l'usine Simond voit le jour.

L'arrivée massive d'aventuriers dans la Vallée de Chamonix fait la part belle à cette petite usine installée au bord de l'Arve dans le village des Bossons alors lieu de villégiature des conquérants avides de grandes escapades alpines.

Les premiers piolets naissent à cette période et ressemblent à des pioches en fer allégé. Par la suite, son fils Claudius prend le relais et ne cesse d'améliorer l'élaboration du matériel de montagne.

Ludger, l'enfant du sérail reprend le flambeau et décide en 1988 de s'agrandir en allant s'installer aux Houches pour « dimensionner l'entreprise au succès toujours croissant de la marque ».

En 2004, c'est Wichard, leader mondial de l'accastillage qui rachète l'entreprise à Ludger alors parti à la retraite.

Enfin, depuis 2008, Simond a rejoint le groupe Décathlon. Cette fusion a apporté une vraie bouffée d'oxygène et l'entreprise a depuis doublé ses effectifs (conception/design/ingénierie) pour pouvoir coller à la demande croissante.

Très attaché à sa fabrication « made in France », ciment historique de la marque dont le logo porte l'annotation «Chamonix - since 1860», Simond est toujours à la pointe du modernisme en matière de développement et fabrication de matériel d'alpinisme.

Grâce aux quarante salariés de l'entreprise, chaque secteur s'adapte aux attentes des consommateurs avec comme règle d'or « le produit fait la marque ».

**Les différentes étapes du nouveau « Naja light ».**

Le piolet est tout d'abord élaboré puis dessiné dans le bureau d'étude par les ingénieurs de la boîte, en intégrant toutes les exigences du chef de produit garant du résultat final.

Avant d'envoyer le « Naja light » sur le marché, il faut l'analyser, le tester. L'équipe réalise alors un prototype décortiqué dans les moindres détails. Puis, enfin, quand tout est «ok», la production peut commencer.

Le cintrage des tubes d'aluminium donne naissance au manche du piolet, par la suite, les tubes cintrés sont traités puis sérigraphiés pour lui donner de l'allure. Vient le temps de l'assemblage (lame/pic/manche) et enfin du contrôle avant la mise du produit sur le marché.

Aujourd'hui, Simond ouvre son champ des possibles et se diversifie en fabriquant des crampons, des mousquetons (1948, premier mousqueton léger de l'histoire), du matériel d'assurage, des dégaines, des baudriers, des cordes et des vêtements techniques. Toutefois, le nom «piolets-Simond» reste indissociable dans la tête du commun des mortels. ■



Fabrication des mousquetons

**LE PRODUIT  
FAIT LA  
MARQUE**

# HORS CIR- CUITS

Nous avons l'habitude de vous faire vivre les aventures de nos sportifs Chamoniards lors de leurs compétitions internationales, mais que se passe-t-il lorsqu'ils sont en période « off »? Intersaison, repos, vacances, entraînement ?

Romain, toujours au top !

Des solutions adaptées à vos contraintes  
 CONFORTEMENT • SÉCURISATION • MONTAGNE • URBAIN



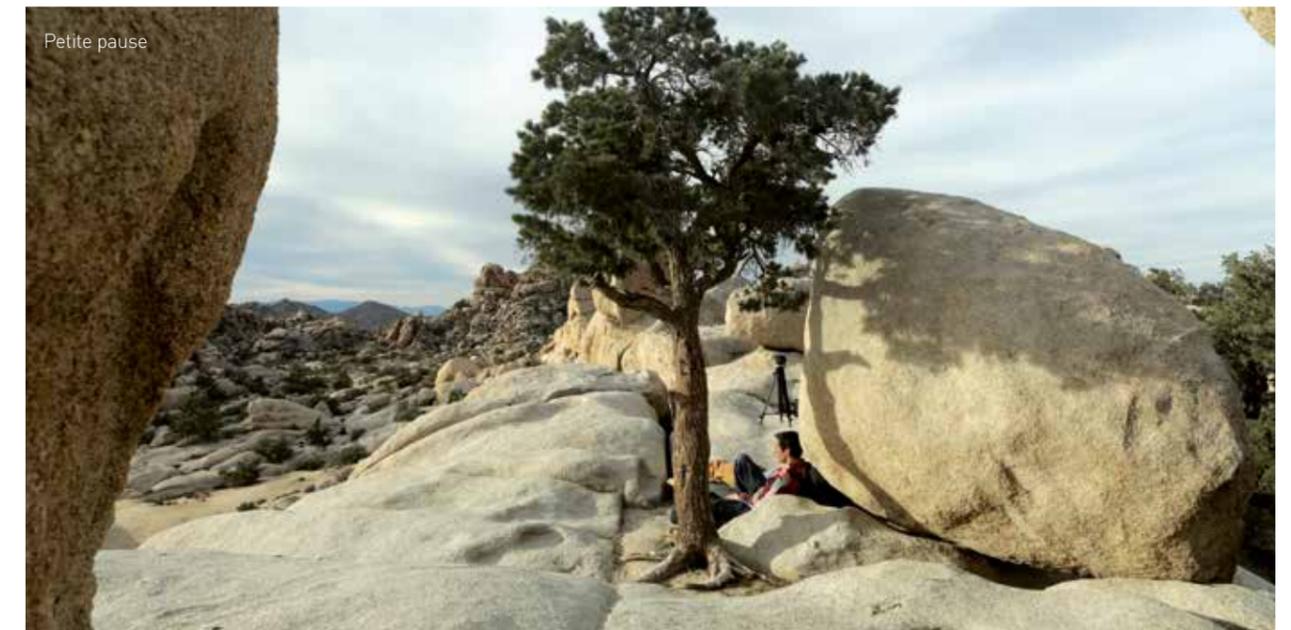
ACRO BTP • 1046 RUE DE LA CENTRALE • 74190 PASSY

+33.(0)4.50.58.56.02 +33.(0)4.50.58.57.04 CONTACT@ACRO-BTP.FR

WWW.ACRO-BTP.FR

# A L'ASSAUT DU NOUVEAU MONDE

**EN DÉCEMBRE DERNIER, ALORS QUE LA VALLÉE DE CHAMONIX REVÊTAIT DOUCEMENT SON MANTEAU NEIGEUX, NOTRE GRIMPEUR ROMAIN DESGRANGES, N'AVAIT PAS REMISÉ POUR AUTANT SES CHAUSSONS, BIEN AU CONTRAIRE !**



Petite pause

► **Le repos du guerrier.**

La saison régulière de compétition internationale en escalade se déroule du mois de juillet au mois de novembre. Ces cinq mois sont très intenses. Ils regroupent une dizaine de compétitions dans autant de pays différents. Si bien que, lorsque Romain arrive sur la dernière compétition il est réellement sur « les rotules ».

Toutefois, il continue de grimper tranquillement en décembre, avant de « breaker » complètement en janvier durant quinze jours voire trois semaines.

En février, il reprend doucement le chemin de l'entraînement pour préparer la saison de compétitions à venir.

Lors de cette période de break, Romain s'évade... Généralement, il s'expatrie dans des contrées où les températures sont plus clémentes et plus chaudes que chez nous à la même époque.

Romain est un athlète hyperactif et comme il ne tient pas en place, sa soif d'aventure le mène chaque année vers de nouveaux horizons...

► **Le désert en guise de décor.**

Cette année, l'appel du grand large lui a fait traverser l'océan Atlantique...

Son passeport en poche, Romain a pris la direction des Etats-Unis.

« J'ai troqué une fois de plus le granite du massif du Mont-Blanc contre celui de l'Oncle Sam, et les sapins contre les cactus ».

Le parc national de Joshua Tree est situé dans le Sud-Est de la Californie. C'est un réel paradis perdu entre la mégalopole de Los Angeles et les extravagances de Las Vegas. La ville la plus proche est Palm Springs.

Joshua Tree est sans conteste un endroit unique qui abrite deux écosystèmes de déserts distincts : le désert du Colorado, et le désert des Mojaves.

Ce dernier est l'habitat du Joshua Tree, arbre de Josué, une espèce endémique que l'on ne rencontre qu'au Sud-Ouest des États-Unis. ►►

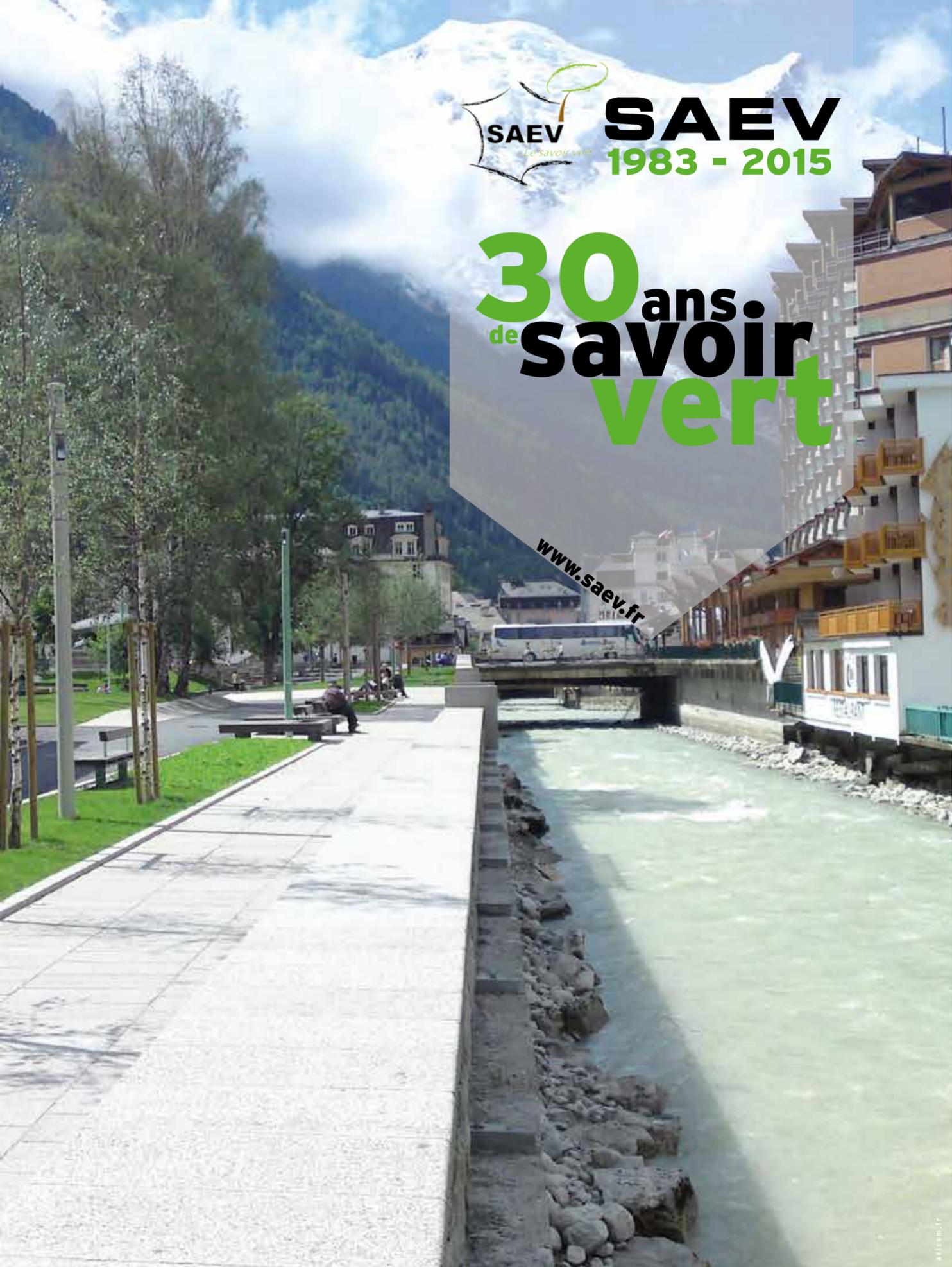
**SA SOIF D'AVENTURE LE MÈNE CHAQUE ANNÉE VERS DE NOUVEAUX HORIZONS**





# 30 ans de savoir vert

[www.saev.fr](http://www.saev.fr)



Victoire sur le premier bloc

Jamais la vue ne porte à plus de quelques mètres, jamais on ne sait d'avance si un chemin s'arrête ou disparaît.

Ce n'est pas la première fois que Romain se rend dans ce désert, mais si l'escalade a l'habitude de le trimbaler dans des lieux plus que magnifiques, Joshua Tree, sort inmanquablement du lot, le genre d'endroit hors catégorie, qui ne rentre pas dans les cases.

### Objectifs atteints.

Le but de ce voyage pour Romain n'est pas seulement de voir du pays, mais surtout de grimper.

Après une longue et éprouvante saison de compétition internationale avec son lot de

réussites et d'échecs, Romain a besoin de partir se ressourcer, de prendre l'air. Dans cette optique-là, le désert de Joshua Tree est l'endroit rêvé pour s'évader.

Une fois n'est pas coutume, la conquête de l'Ouest et la magie du rêve américain fait encore effet. ►►

►► D'ailleurs, au milieu du 19ème siècle, les Mormons, nourris de lectures bibliques, sont les premiers à découvrir ces Joshua Trees : ils nomment ainsi l'arbre qui semble les guider vers la Californie, la « nouvelle Terre promise ».

Pour rappel, Josué (Joshua), est le successeur de Moïse dans la conduite du peuple hébreu qui a erré pendant quarante ans dans le désert avant d'atteindre la Terre promise (Israël).

Plus tard, dans les années 1970, le parc est un lieu de retraite privilégié pour le milieu hippie de Los Angeles et surtout pour le cercle musical qui le consacre comme site d'inspiration.

## JUSTE LE BRUIT DES PAS SUR LE SABLE ET UN PEU DE VENT DANS LES OREILLES

Dans cette immensité de chaos granitique, il y a une ambiance et une atmosphère palpable. Chaque personne, un minimum sensible qui a déjà trainé ses pieds là-bas au moins une seule et unique fois dans sa vie peut vous en parler.

A Joshua, vous trouvez une étendue de formation rocheuse, un désert, et le silence... Juste le bruit des pas sur le sable et un peu de vent dans les oreilles, rien d'autre ne vient perturber et même polluer ce moment.

Ancienne Terre promise, rempart naturel, ou décor de film, ces lieux sont depuis bien longtemps un terrain de jeux inépuisable pour les grimpeurs.

Le granite offre une bonne adhérence et avec un peu d'agilité, vous pouvez faire une jolie balade dans ce monde étrange, un labyrinthe où rien n'est jamais pareil, semé de reliefs aux changements brutaux et de cavités inattendues.

Les arbres emblématiques de Joshua Tree





*Vos rêves, notre source d'inspiration...*

ET VOUS,  
VOTRE CHALET,  
VOUS L'IMAGINEZ  
COMMENT ?

*Grosset Janin*  
CONSTRUCTEUR CRÉATEUR

DOMANCY - LES GETS - MEGÈVE - CHAMONIX  
BOURG SAINT MAURICE - www.grossetjanin.com

MERCI mercilagence.com

Romain face au désert des Mojaves



►► Alors qu'il feuillète une énième fois ce topo Californien, il tombe sur la liste des 10 blocs les plus hauts et plus durs du parc (entre 7 et 12m de haut) ! Sans corde, sans autres protections que la confiance en ses doigts.

Le challenge est électrisant : « Forcer, aller chercher mes limites physiques je sais faire, c'est mon quotidien tout au long de l'année à l'entraînement ou lors des compétitions, par contre avec ces 10 blocs, ces 10 challenges, le défi est mental ! »

**Repousser ses limites.**

Romain veut aller voir jusqu'où il peut s'engager, jusqu'où il peut grimper sans que son cerveau ne déraile. A quel moment ses « imprécisions » ses « zips » et ses « vieux démons », qui lui coûtent habituellement si cher en compétition vont pointer le bout de leur nez ?



Jeux d'ombres et de lumières

Comment va-t-il se comporter quand réussir n'est pas une option mais la seule et unique solution ?

**SANS CORDE,  
SANS AUTRES  
PROTECTIONS  
QUE LA  
CONFIANCE EN  
SES DOIGTS.**

Cette fameuse liste a été ouverte par l'Américain John Bachar. Au-delà d'être le précurseur, voire l'inventeur de l'entraînement et des tractions sur les échelles de cordes (d'où le nom échelle Bachar), cette légende américaine est adepte du solo et des grandes premières dans le Yosemite. Sans corde évidemment et avec l'idée très prononcée de tromper la gravité !

Sûr de ses forces dans ses grandes heures, il a même offert 10 000\$ à qui ose le suivre pendant 24h... (Personne n'a jamais relevé le défi !)

Lorsque l'hiver arrive au Yosemite, le natif de Los Angeles migre dans le Sud et plus précisément à Joshua Tree pour trouver des températures plus clémentes et ainsi continuer à grimper. C'est dans ce cadre-là, qu'aux quatre coins du parc, il liste et ouvre ces 10 blocs, ces 10 légendaires High-Balls de Joshua Tree.

**L'utile à l'agréable.**

Pourquoi ne pas profiter de ce décor ? Des couleurs magiques, un cadre idéal, le scénario de l'histoire écrit avec ces 10 blocs à réaliser. Bref, il ne manque plus que quelques caméras, pour mettre en lumière cette banlieue d'Hollywood.

Romain nous embarque dans l'aventure d'un film d'escalade.

Ce secteur hors du commun mérite bien plus qu'une simple caméra posée sur un pied pour un enchaînement bien monté ►►



# Nouvelle Audi Q3. Une forte impression.



Blocs en stock

►► de blocs en cinq minutes. Joshua vaut plus que ça. Il s'est donc embarqué dans une histoire d'une plus grande ampleur, l'objectif d'un court métrage, un vrai, entre 30 et 40 minutes avec un scénario, une ambiance... Au final cela correspond à cinq mois de préparation, un mois de tournage et quatre mois de post-production. En tout et pour tout, presque un an de travail avec pour seul leitmotiv : réaliser un film à la hauteur des lieux, retranscrire un univers, une aventure et captiver l'attention du spectateur pour lui donner envie d'aller grimper, d'aller à Joshua Tree...

Quoi qu'il arrive, il est rentré entier, sans se blesser et c'est déjà pas mal quand on part se confronter à des blocs de cette hauteur !

Dans un premier temps l'avant-première du film aura lieu le vendredi 26 Juin au cinéma Vox de Chamonix. Par la suite, vous pourrez le découvrir lors de la coupe du monde d'escalade du 10 au 12 juillet puis, le film sera gardé de coté en « exclusivité » pour la tournée des festivals et TV, avant de débarquer sur le net en libre lecture à l'automne prochain.

### L'athlète averti.

Depuis le mois de février il a repris l'entraînement avec comme objectif principal : le 12 juillet et la première étape de la coupe du monde de difficulté, à Chamonix évidemment !

Ensuite la saison va s'enchaîner avec des coupes du monde aux quatre coins de la planète, à Briançon d'abord, en Autriche, Norvège, Belgique, Chine, Corée, Slovaquie... Une année qui va encore passer bien vite.

On croise les doigts pour toi ! ■



Décor de cinéma

Dès son arrivée, Romain retrouve Joshua Tree comme il l'avait laissé ! Une immensité paisible. Il a bénéficié d'un mois de décembre parfait pour grimper, pour filmer, pour se reposer.

Il est rentré pour les fêtes à Chamonix avec « quatre Tera de rush » et des souvenirs plein la tête.

Une question me taraude ! « As-tu réalisé ces 10 défis ? » « Ahahaha... il faut voir le film pour connaître le dénouement ».



La réussite

# SEATBELT

ATTACHEZ VOTRE CEINTURE !



Le Bimbo et le Gringo grands globe-trotteurs !

**TOUS LES AFFICIONADOS DES JET-LAGS CONNAISSENT CE MOT, C'EST LE PETIT SIGLE CLIGNOTANT AU-DESSUS DES SIÈGES DES AVIONS...**

► Envolons-nous à la découverte de cette marque unique et ambitieuse qui s'inscrit dans le parcours riche et atypique de son créateur, Dominique Simoncini. Dans le cadre de son travail dans une entreprise de multimodalité, il constate un vide sur le marché de la bagagerie dans le domaine des transports dit « doux ».

Entreprise née au pied du Mont-Blanc, le concept SeatBelt, est une marque de bagage urbain au style sport-chic, conçu pour l'hypermobilité dans toutes les situations et adaptée aux différents univers, sportifs comme professionnels. Conçu à la main dans une manufacture française, SeatBelt est une marque éco-responsable.

En revenant d'un salon, le déclic se fait en bouclant sa ceinture d'avion. En effet, il retrouve ce bruit familier et évocateur, souvent synonyme de départ en vacances et voilà que l'idée est née, sa bagagerie portera le nom de SeatBelt, et son originalité se fera à travers sa matière et sa boucle-aviation...

Matthieu Compois, directeur de l'agence Cybergraph, vient renforcer le travail déjà avancé de Dominique en mettant à disposition son savoir-faire en matière de style graphique et de conception de site internet.

**LE GROUPE ROSSIGNOL SÉDUIT PAR LE CONCEPT DU LIFESTYLE DE SEATBELT, A CRÉÉ UNE GAMME SPÉCIALE POUR L'HIVER 2016**

Le groupe Rossignol séduit par le concept du lifestyle de SeatBelt, a créé une gamme spéciale pour l'hiver 2016.

Grâce au site internet, principal lieu de vente et de choix pour les clients, vous pouvez en quelques clics choisir la couleur, la taille, la boucle ou encore le nombre de poches. La valeur ajoutée : certains sacs sont même en série ultra-limitée !

Ne vous contentez pas d'être à la mode, ayez du style, achetez SeatBelt !

Point de vente : [www.myseatbelt.fr](http://www.myseatbelt.fr) ■



# PORTIGLIATI

PROFESSIONNEL DU TRAITEMENT DES DECHETS INDUSTRIELS



Collecter • Trier  
Traiter • Recycler  
Valoriser • Protéger

605 rue Jumel - ZI La Maladière - 74300 CLUSES  
Tel : 04 50 98 32 59 - Fax : 04 50 96 24 64  
E-mail : [saportigliati@gmail.com](mailto:saportigliati@gmail.com) - [www.portigliati.fr](http://www.portigliati.fr)





# CHAMY

au 80km du Mont-Blanc



ENFIN LE JOUR-J ! JE SUIS PRÊT, J'AI TOUT MON MATÉRIEL ET JE SUIS EN FORME



LE SOMMET DU BRÉVENT AVEC LE LEVER DE SOLEIL, C'EST MAGIQUE



VOS PAPIERS S'IL VOUS PLAÎT ! QUELQUE CHOSE À DÉCLARER OU BIEN ?



SALUT LES COPAINS ! L'HERBE EST BONNE ICI, A EMOSSON ?



ALLEZ ! ENCORE 40 BORNES AVANT LA LIGNE !



BAH, ELLE EST OÙ LA MER DE GLACE ?

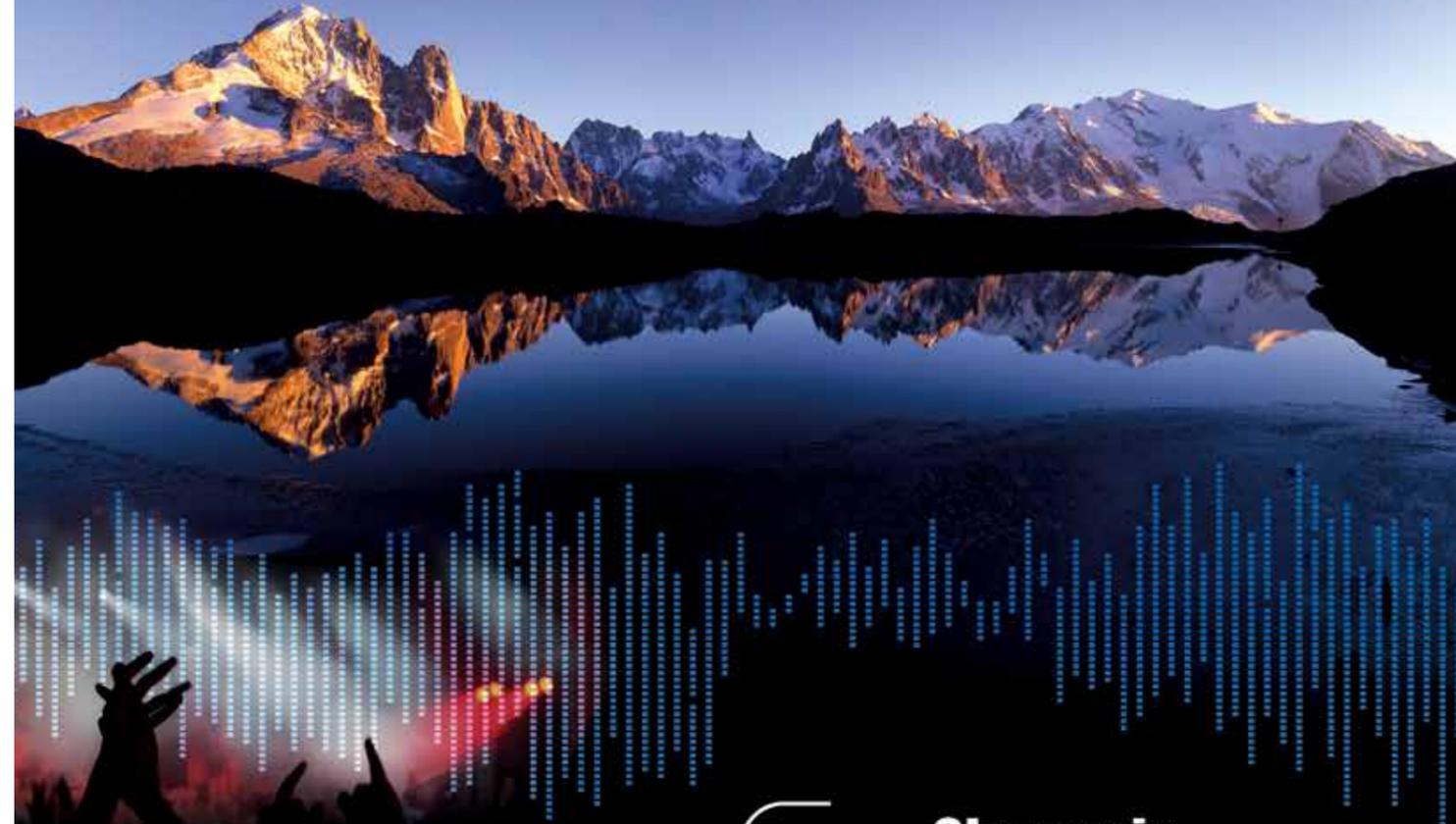
## ARRIVÉE



YOUPI ! JE RESTE LE ROI DE LA MONTAGNE !

# RADIO MONT-BLANC

## au sommet du sport



**RADIO OFFICIELLE**

- Vallée de **Chamonix** 97.4 FM
- Chamonix centre 96.5 FM
- Vallorcine 89.6 FM
- Sallanches - Megève 94.6 FM
- Albertville 89.2 FM
- Saint Gervais 101.7 FM
- Cluses 95.9 FM

[www.radiomontblanc.fr](http://www.radiomontblanc.fr)

# SÉCU- RITE

# LA FACE CACHEE DU TRAIL

Avec près de 7000 coureurs, expérimentés et débutants, répartis dans les 6 courses sur des sentiers entre 1000 et 2650m d'altitude, le Marathon du Mont-Blanc est un évènement de plein air majeur. Si certains aspects en sont un révélateur bien visible, il est un domaine plus discret, mais auquel tous les coureurs sont automatiquement confrontés de manière plus ou moins importante : la sécurité de course. Elle est un témoin incontournable de la dimension de l'évènement.

# 3 JOURS NON-STOP

DERRIÈRE CHACUN DE VOS DÉFIS, IL Y A **isostar**.

**XAVIER THEVENARD,**  
MEILLEUR TRAILEUR FRANÇAIS  
+ 80 KM EN 2013

MA SÉLECTION POUR RÉUSSIR MON PROCHAIN ULTRA-TRAIL

## ENERGY SHOT

Parce que les Energy Shots sont de véritables mix explosifs de glucides, ginseng, guarana et caféine, j'en prends 3 à 4 sur un Ultra pour gérer au mieux mes pics de fatigue et rester vigilant la nuit dans les portions techniques.

## ACTIFOOD EXOTIQUE

Grâce à leur formule très énergétique (97% de l'énergie apportée par les glucides), les Actifood sont les alliés indispensables de mes Ultras. Leur teneur en vitamine C m'aide à réduire la fatigue et les vitamines E et C m'aident à protéger mes cellules contre le stress oxydatif.

## WHEY PROTEIN

Les protéines contribuent au maintien de la masse musculaire. Whey Protein est riche en protéines de qualité (lactosérum) et en acides aminés. Je la consomme en phase d'entraînement, en deuxième partie d'efforts de longue durée, et pendant ma récupération dès la fin de mon trail.



11/AVAS 360 - RCS NANTERRE 780 401 707 - CREDIT PHOTO : JACQUES BENOIS - 2015



Derniers mètres du KMV

## ASSURER LA SÉCURITÉ DE 7000 COUREURS EN MONTAGNE NÉCESSITE DES MOYENS HUMAINS, TECHNIQUES ET LOGISTIQUES CONSIDÉRABLES. PRÉSENTATION D'UNE ORGANISATION DANS L'ORGANISATION.

► Vendredi 25 juin, 4h du matin. 1000 coureurs s'élancent place du Triangle de l'Amitié pour le 80km du Mont-Blanc : le début de 24h de course pour certains mais également de 3 jours de compétition quasi non-stop pour le PC course en charge du bon déroulement des épreuves. C'est ici que la sécurité des coureurs sera assurée grâce à la coordination de plusieurs dizaines de personnes (médecins, infirmiers, secouristes, bénévoles).

### Un bref retour en arrière

Au début des années 80, l'évènement qui s'appelle alors « Cross du Mont-Blanc » vit ses premières éditions. Une seule course est organisée. Environ 1000 coureurs y participent. Dominique André, directeur du Club des Sports de l'époque, témoigne : « Le dispositif était beaucoup plus petit qu'à l'heure actuelle. Nous avons un médecin et une infirmière au départ. Ils intervenaient ensuite sur le

reste du parcours. A l'arrivée, à Planpraz, il y avait un médecin, deux infirmières et deux kinés. Nous avons également cinq ou six postes tenus par les CRS qui assuraient notamment certaines traversées de route compliquées. Nous comptons aussi sur le soutien de la section course à pied du Club des Sports, le Chamonix Mont-Blanc Marathon (CMBM), et de son président Jean-Paul Yacono, qui préparait le tracé du parcours. L'EMHM, nous prêtait et installait du matériel (notamment les tentes à l'arrivée). Le réseau radio ne comptait à l'époque que six ou sept points relais sur le terrain ».

La sécurité des coureurs a toujours été assurée et aucune intervention grave n'est à signaler, même si Dominique André constate : « On prenait beaucoup plus de risque à l'époque, qu'on ne le fait maintenant, notamment avec la météo. Aujourd'hui, on annulerait certaines éditions que nous avons organisées ».

**AUJOURD'HUI,  
ON ANNULERAIT  
CERTAINES ÉDITIONS  
QUE NOUS AVONS  
ORGANISÉES.**

**isostar**

PARTENAIRE DE 50 COURSES DONT



# Votre Spécialiste Trail à Chamonix



François Dhaene, vice champion du Monde du 80km en 2014

► Au début des années 2000, l'évènement prend de l'ampleur avec la création de nouvelles courses : le Marathon (2003), le 10km et le Mini Cross (2004), le KM Vertical (2011) et le 80km (2012). De 1000 personnes dans les années 80, les sentiers de la Vallée de Chamonix seront les hôtes de près de 7000 coureurs en 2015. La discipline se démocratise, et la population de coureurs se diversifie : des débutants de la course à pied ou des personnes n'ayant que peu pratiqué la montagne s'inscrivent parfois sur des courses ne correspondant pas nécessairement à leur niveau réel. Certains découvrent la course sur des sentiers techniques et aériens, d'autres doivent apprendre à traverser des névés...

Les besoins en sécurité évoluent et le dispositif doit donc s'adapter aux nouvelles contraintes : celles des organisateurs qui doivent pouvoir assurer un suivi de plusieurs milliers de trailers sur un terrain de pratique encore plus grand. Celle des participants, qui doivent être pris en charge quel que soit l'endroit, et celle des accompagnants qui souhaitent suivre leurs coureurs. Tout cela est régi par des règlements imposés par la ou les commune(s) traversées, la préfecture, la réserve naturelle (contraintes environnementales) ou la Fédération Française d'Athlétisme dont la responsabilité peut être mise en cause en cas de problèmes.

## 1983 – 2015 : une évolution en chiffres.

1983

6 radios - 2 médecins - 3 infirmières - 2 kinés - 5 CRS

2015

80km : 35 secouristes - 5 médecins - 4 infirmiers

42km : 28 secouristes - 3 médecins - 3 infirmiers

23km : 20 secouristes - 2 médecins - 2 infirmiers

Et un dispositif de soins aux coureurs composé de 30 kinésithérapeutes, 20 ostéopathes, 8 podologues et 3 réflexologues.

Plus de 100 radios et 7000 téléphones portables ... et des balises GPS !

## Les années 2000 / 2010 : une organisation dans l'organisation !

Aujourd'hui, le Dispositif Prévisionnel de Secours (DPS) est composé de plus de 100 personnes issues, pour la plupart, de structures de Chamonix. Fred Comte, directeur du Club des Sports, et directeur de course du Marathon du Mont-Blanc explique : « Nous avons une véritable volonté de travailler en partenariat avec l'ensemble des professionnels du secours en montagne de la Vallée, et de mettre en valeur leur savoir-faire et compétences spécifiques. Nous avons la chance de

## LE SAVOIR-FAIRE ET LES COMPÉTENCES DES STRUCTURES LOCALES

pouvoir bénéficier de moyens techniques (hélicoptères, 4x4, équipement de secours, etc...) particulièrement adaptés aux besoins de notre évènement».

Sauvetage en montagne, sécurisation de points sensibles, aide au franchissement de passages plus techniques, circulation et traversée de route, gestion de ►►



Prise en charge d'un participant par les secouristes





RÉVÈLE  
TA PUISSANCE  
NATURELLE



NEW  
**SP 2.0**

TONIFIER SES MUSCLES  
SCULPTER SON CORPS  
SE RELAXER ET RÉCUPÉRER PLUS VITE

**SWISS TECHNOLOGY**

DÉCOUVREZ LA NOUVELLE GAMME D'ÉLECTROSTIMULATION SUR [COMPEX.INFO](http://COMPEX.INFO)

Lire la notice. Le Compex SP 2.0 est dédié à la stimulation des motoneurones de personnes en bonne santé afin d'améliorer / faciliter la performance musculaire, obtenir une relaxation des fibres musculaires et augmenter le débit sanguin. Il est destiné à la stimulation des nerfs sensoriels, afin d'obtenir des effets antalgiques. Ce dispositif médical est un produit de santé réglementé qui porte, au titre de cette réglementation, le marquage CE.

**Compex**<sup>®</sup>

Your intelligent training partner



Intervention de l'équipe de la Croix Blanche auprès du vainqueur du 80 km

► poste de commandement, les structures suivantes apportent leur expertise pendant l'évènement, mais également en amont :

- La Chamoniarde : Société de Prévention et de Secours en Montagne de Chamonix
- Le CNEAS : Centre National d'Entraînement à l'Alpinisme et au Ski / CRS
- La Croix-Blanche
- La Croix-Rouge
- L'EMHM : Ecole Militaire de Haute Montagne
- L'ENSA : Ecole Nationale du Ski et de l'Alpinisme
- La Maison de la Montagne
- Le PGHM : Peloton de Gendarmerie de Haute Montagne
- La Police Municipale
- Le service piste et sentier de la Communauté de Commune de la Vallée de Chamonix-Mont-Blanc
- La Société Dokever

Tout au long des parcours, les coureurs pourront bénéficier des soins et conseils des secouristes, médecins et infirmiers composant le dispositif. Au total, ce sont 17 postes sur le 80km, 8 postes sur le 42km, 6 sur le 23km, 5 postes sur le KMV et 3 postes sur le 10km. En plus de ces postes « terrains », un Poste Médical Avancé (PMA) est mis en place à Chamonix, dans le gymnase de l'ENSA. D'une grande superficie, il permet notamment la prise en charge de nombreux athlètes.

**Le PC course : le poste de commandement de l'évènement**

L'augmentation du nombre de participants, associée à la multiplication des courses, et donc des chemins abordés, impliquent la nécessité d'avoir en permanence une connaissance précise du déroulement de la course. Si, lors des premières éditions du Cross du

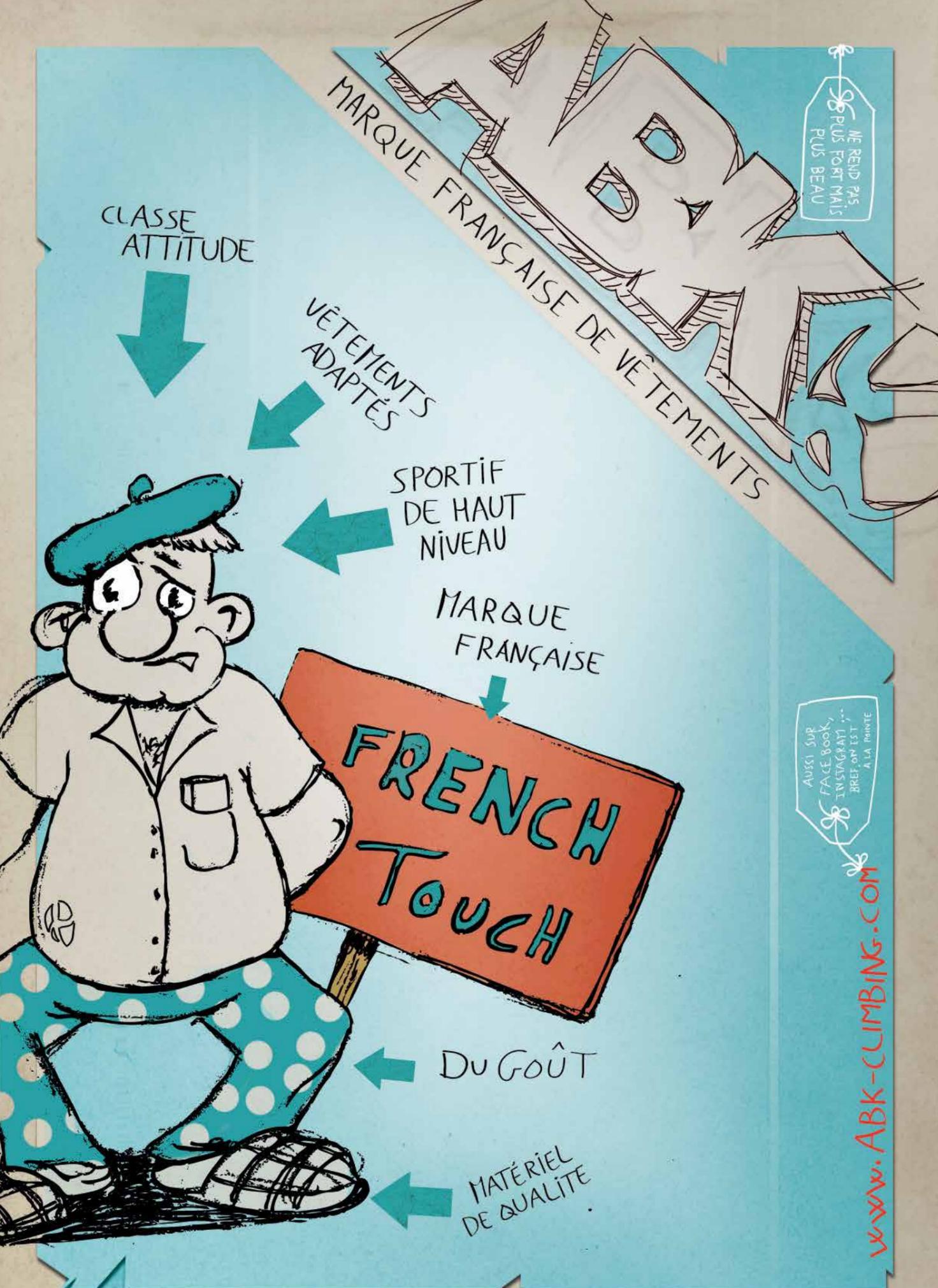
Mont-Blanc, le suivi se faisait par pointage manuel lors des passages aux ravitaillements, la dimension de l'évènement a vite nécessité une amélioration du suivi de course, rendue possible par les nouvelles technologies (puces de chronométrages, balises GPS, logiciels, etc...).

La gestion de ces quantités d'informations se fait au PC course, point névralgique de l'évènement, où sont regroupées et analysées toutes les informations pour suivre le déroulement des épreuves : passages des coureurs, conditions de course, transports, etc...

Pour assurer toutes ces missions, les membres de l'organisation disposent de plusieurs outils : un important réseau de communication et un système de suivi de course puissant permettant de pointer tous les ►►



Les kinés au chevet des traiteurs



Le sommet du Brévent aux aurores

► coureurs en plusieurs points. Les participants peuvent, eux, entrer directement en contact avec le PC course grâce à deux lignes téléphoniques. Nouveauté 2015, une application de géolocalisation sur smartphone sera mise en place avec Livetrail et Dokever. Une fois activée, celle-ci permettra au coureur en difficulté, de transmettre son positionnement exact à l'organisation.

rités. Bruno Basset, médecin coordinateur du dispositif de secours, s'occupe de rédiger le Plan d'Organisation Générale Sécurité Santé Secours. Pour cela, il prend contact avec l'ensemble des acteurs pour vérifier et mettre en place les moyens techniques et humains qui seront nécessaires.

**Une année de travail pour mettre en place le dispositif de sécurité**

La définition des moyens de secours commence dès la fin de l'édition précédente, avec les débriefings de l'ensemble des intervenants secouristes et bénévoles pour avoir un état des lieux exhaustif de ce qui a bien fonctionné et ce qui peut être amélioré.

**LA DÉFINITION DES MOYENS DE SECOURS COMMENCE DÈS LA FIN DE L'ÉDITION PRÉCÉDENTE**

Dès la fin de l'automne, une réunion de préparation pour l'édition prochaine est organisée. Elle permet de présenter les grandes orientations des courses à venir et d'informer les professionnels et la collectivité des changements sur les parcours. C'est également à cette époque qu'est actée la présence de chacun des acteurs. Les semaines suivantes sont plus administratives entre signature de conventions et demandes officielles envoyées aux auto-

A quelques semaines de l'évènement, une nouvelle réunion est organisée pour finaliser les derniers détails et valider le positionnement de chacun.

Avant chaque épreuve un comité de course est organisé. C'est à ce moment-là que sont prises les dernières décisions : maintien du parcours ou déplacement sur un itinéraire de repli, modification de l'heure de départ... Les changements éventuels sont alors communiqués aux coureurs en utilisant l'ensemble des moyens à disposition de l'organisation : site internet, sms, mail, relai aux différents points d'information. C'est l'heure des départs. Tout est en place... Les traillers peuvent profiter de leur course en sachant que des anges gardiens veillent sur eux. ►►



# Au Vieux Campeur



## Carte Cadeau

Soyez certain de faire plaisir en offrant ce choix avec notre carte « cadeau » utilisable en boutique ou sur notre site Internet.

## Sallanches

925, route du Fayet

Paris Quartier Latin | Lyon | Thonon-les-Bains | Thonon-les-Bains | Strasbourg  
Albertville | Marseille | Grenoble | Chambéry - la boutique 100% Coin des Affaires

[www.auvieuxcampeur.fr](http://www.auvieuxcampeur.fr)



Avec notre application pour tablettes, retrouvez l'intégralité des 5 Tomes de notre catalogue et consultez en permanence plus de 3000 pages de produits qui vous passionnent.



Les bouquetins comme seuls compagnons

### ► Quid de la semi-autonomie ?

Malgré l'importance du dispositif de secours et des moyens employés pour assurer la sécurité des coureurs, il est nécessaire de rappeler que les courses du Marathon du Mont-Blanc restent des trails en semi-autonomie. Celle-ci se définit comme étant la capacité à être autonome entre deux points de ravitaillements, aussi bien sur le plan alimentaire que sur celui de l'équipement vestimentaire et de sécurité, permettant notamment de s'adapter aux problèmes rencontrés ou prévisibles (mauvais temps, problèmes physiques, blessures...). Il appartient donc aux coureurs de se préparer et de s'équiper en fonction des conditions de course et de ne pas se contenter uniquement de l'équipement imposé par l'organisateur. Christophe Bolyan, directeur de la Chamoniarde précise : « Le coureur est le premier maillon du dispositif de sécurité. Par son attitude, son entraînement, la connaissance du milieu

## LE COUREUR EST LE PREMIER MAILLON DU DISPOSITIF DE SÉCURITÉ

dans lequel il évolue, il assure lui-même sa propre sécurité. En ce sens, le règlement de course n'est pas fait pour embêter les coureurs mais bien pour leur assurer une véritable sécurité. Il est important que les coureurs sachent que ce matériel obligatoire est un minimum. Il doit être adapté en fonction des conditions météo. Les coureurs doivent avoir bien conscience qu'un équipement adapté, même plus lourd, est favorable à une meilleure performance » précise Christophe Bolyan.

Michel Lanne (vice-champion du monde de skyrunning en 2014) le confirme dans ses propos : « L'organisateur n'est pas là pour pallier à tout, le coureur doit pouvoir se gérer seul en cas de problème. Même si tout est prévu, les secours peuvent tarder à rejoindre les participants, pouvant être soumis eux-mêmes à des conditions climatiques difficiles » !

En suivant ces quelques conseils, tout sera réuni pour que les coureurs prennent du plaisir en toute sécurité. ■



En chemin vers Planpraz

## 5 CONSEILS POUR RÉUSSIR SA COURSE EN TOUTE SÉCURITÉ !

1. Être convenablement entraîné sur des distances, dénivelés, altitudes et technicités de chemins comparables.
2. Adapter son équipement en fonction des conditions météo prévues.
3. S'alimenter et s'hydrater en permanence avant d'en ressentir le besoin.
4. Ne pas faire d'automédication.
5. Suivre les instructions transmises par l'organisation.



« DEPUIS LES CHESERYS »

268 route du Bouchet  
74400 Chamonix Mt-Blanc  
Tél. +33(0)4 50 53 4810  
info@cybergraph.fr  
www.cybergraph.fr

# LE PARCOURS : LA BASE DE LA SÉCURITÉ

**POINT CLÉ DE LA SÉCURITÉ DES COUREURS, LE PARCOURS FAIT L'OBJET DE NOMBREUSES RÉUNIONS ET ÉCHANGES DANS LES MOIS QUI PRÉCÈDENT L'ÉVÈNEMENT.**

► Plusieurs logiques, parfois contradictoires, sont prises en compte dans la définition d'un tracé : beauté du parcours, de l'environnement, technicité, sécurité des sentiers, accessibilités pour les secours, volonté politique...

Pour prendre en compte l'ensemble de ces considérations, une commission se réunit régulièrement. Composée de trailers connaissant parfaitement les chemins de la Vallée, elle permet d'apporter, chaque année, les modifications nécessaires pour rendre les courses encore plus agréables que ce soit sur les parcours initiaux ou itinéraires de repli (en cas de mauvais temps ou d'enneigement trop important).



Un parcours magique !

Ce balisage générique est complété par des panneaux «points repères» placés à des endroits stratégiques tout au long des parcours. Composés d'une couleur, d'une lettre et d'un chiffre, il est facilement compréhensible par tous. Lors d'un appel au PC course, les coordinateurs demandent au coureur le dernier panneau dépassé. Même en ayant retenu qu'un seul des trois éléments constitutifs, cela permettra de resserrer le champ de recherche et de gagner de précieuses minutes pour la prise en charge éventuelle des secouristes. ■

Au printemps, une équipe composée d'organisateur et professionnels de la montagne se rend sur les parcours, pour évaluer les dangers potentiels et les aménagements à effectuer quelques jours avant l'évènement : purge des sentiers, traçage de chemins dans les névés, installation de mains courantes, etc... L'organisation bénéficiera des compétences de l'École Militaire de Haute Montagne pour l'aménagement de certains secteurs.

## UNE ÉTROITE COLLABORATION AVEC LE CMBM ET L'ÉCOLE MILITAIRE DE HAUTE MONTAGNE

Des adaptations techniques sont régulièrement apportées sur le parcours pour augmenter la sécurité des coureurs. Par exemple, la traversée de route au niveau de Trélechamp sur le 42km et 23km était devenue trop dangereuse (passage de 18 coureurs à la minute). Pour faire face à cela, une passerelle enjambant la route est maintenant mise en place.

Le balisage est aussi un facteur qu'il ne faut pas oublier : réalisé la veille des courses pour éviter le « débalisage sauvage » il est coordonné par des coureurs aguerris, membre du CMBM, et appliquant quelques grandes règles : balisage visible et régulier pour donner un rythme aux coureurs, renforcement important dans les croisements et sur les portions parcourues de nuit, respects des contraintes en réserve naturelle, etc... Quelques minutes avant le passage des coureurs, une équipe de contrôle vérifie le balisage et le renforce si besoin.

## NOUVEAUTÉ 2014 : LA POLITIQUE DE SANTÉ

Membre de l'International Trail Running Association (ITRA), le Marathon du Mont-Blanc a décidé de mettre en place une véritable politique de santé à l'attention des coureurs. Ce dispositif, coordonné par les Docteurs Jean-Pierre Herry et Pierre Sallet, vise à la fois à améliorer la sécurité des coureurs (via la création d'un compte gratuit sur i-tra.org) et à aider l'organisation à travers un outil informatique: SHOL (Sport and Health OnLine). Il permet aux coureurs de renseigner de nombreuses informations médicales (groupe sanguin, allergies, etc...), ainsi que l'utilisation de médicaments considérés comme dopants, mais dont ils demandent une Autorisation d'Usages à des fins Thérapeutique (AUT) pour se soigner. Pour les organisateurs, elle sera une source non négligeable de renseignements pour une meilleure prise en charge du coureur en cas de blessure.

## ARVE INTERIM

GUIDE VOTRE TRAJECTOIRE  
CDD - CDI - INTERIM



SALLANCHES

4, place Charles Albert (74700)  
sallanches@arveinterim.fr

Tél : 04 50 91 20 30  
Fax : 04 50 58 26 74

## Le Rosebud

restaurant gastronomique



La vallée de Chamonix abrite des lieux un peu secrets avec un petit parfum de magie. C'est à coup sûr le cas du restaurant Le Rosebud, niché dans le hameau du Lavancher.

La cuisine du chef Eric De Ganck, subtile, créative, à base de produits de saisons met en avant une carte se déclinant en trois thèmes, les régionaux, les saveurs du monde et les classiques revisités.

carte légère le midi,  
menus de 35 € à 59 € midi et soir  
Ouvert de 12h15 à 14h et de 19h15 à 21h15.

/ 705, route du chapeau - Le Lavancher / www.jeudepaumechamonix.com / 04 50 54 03 76 /



# UN BON DISPOSITIF DE SÉCURITÉ, C'EST LA CONNAISSANCE DU TERRAIN

DOS-  
SIER

**COORDINATEUR MÉDICAL SUR LE MARATHON DU MONT-BLANC ET CONSEILLER TECHNIQUE FÉDÉRAL POUR LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME, BRUNO BASSET EXPLIQUE LE POSITIONNEMENT DE LA FFA ET LIVRE SON REGARD SUR LES MOYENS DE SECOURS MIS EN PLACES SUR LES TRAILS.**

► Comment la Fédération Française d'Athlétisme a saisi la question de la sécurité sur les trails ?

Cela fait suite à un drame qui s'est produit à l'occasion d'une épreuve dans le Mercantour en 2008. Nous étions, à cette époque, en plein dans l'explosion des trails. L'Etat Français a alors voulu limiter tous les trails à 500 coureurs. Pour éviter cette situation, la FFA a constitué des groupes de travail, dont je fais partie, pour réfléchir à cette question et créer un règlement. Aujourd'hui, nous allons

plus loin. Je travaille avec l'ITRA pour définir un nouveau cadre réglementaire international afin de guider et donner des repères aux organisateurs.

Il est également important de rappeler que la Fédération Française d'Athlétisme reçoit de la part du Ministère des Sports une délégation pour l'organisation, entre autre, des compétitions de trail. La question de la sécurité en est une composante importante.

**TOUT ORGANISATEUR DÉCLARANT SON TRAIL À LA FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ATHLÉTISME RENTRE A MINIMA DANS LE CADRE DU RÈGLEMENT DES COURSES HORS STADE**

**Quelles sont les obligations d'un organisateur de trail ?**

Tout organisateur déclarant son trail à la Fédération Française d'Athlétisme rentre à minima dans le cadre du règlement des courses hors stade qui doit absolument être respecté. Mais le pouvoir de police reste entre les mains des mairies ou préfectures. Certaines administrations sont plus exigeantes et réclament des garanties supplémentaires.

L'esprit général du règlement des courses hors stades prend en compte l'environnement dans lequel est placé le coureur (plaine, mer, montagne, etc...). Une adaptation du dispositif de secours doit se faire en fonction de ces conditions. Le maillage est élaboré sur trois niveaux :

- Les secouristes : prise en charge d'un blessé en 15-20 minutes maximum
- Les infirmiers : prise en charge en 25-30 minutes maximum
- Le médical (médecins) : prise en charge en 30 à 45 minutes maximums ▶▶



Bruno Basset coordinateur médical

# Fête 2015

DÉCOUVREZ NOS NOUVEAUTÉS

MACHINES À SOUS ROULETTE FRANÇAISE ET ANGLAISE  
BLACK JACK  
BAR/RESTAURANT  
"LE CAFÉ DES SPORTS"  
ÉCRAN GÉANT  
SALLES DE RECEPTION

**OUVERT TOUS LES JOURS DE 11H À 2H ET 3H LE WEEK-END**

12 PLACE H.B DE SAUSSURE  
CENTRE VILLE  
74400 CHAMONIX MONT-BLANC  
**+33 4 50 53 07 65**  
[WWW.CASINO-CHAMONIX.FR](http://WWW.CASINO-CHAMONIX.FR)

**B**  
CASINO  
**BARRIÈRE**  
CHAMONIX MONT-BLANC

L'ensemble des machines à sous est réservé aux personnes majeures, non inéligibles de jeux, présentation d'une pièce d'identité obligatoire. © Ateliers France 04 50 20 32 61



**HAMEAU ALBERT 1<sup>er</sup>**  
 L' HOTEL ▪ Chambres à l'Albert 1<sup>er</sup> ▪ Chambres à la Ferme et Spa  
 LES RESTAURANTS ▪ Gastronomique, l'Albert 1<sup>er</sup> ▪ De pays, La Maison Carrier  
 Le QUARTZBAR ▪ bar à vin - cocktails - lounge music - tea time

HÔTEL RESTAURANTS FAMILLE CARRIER-MAILLET "Un verre à deux pas de la patinoire ?..."  
 38 route du bouchet 74402 Chamonix Mont Blanc Tél 04 50 53 05 09 Fax 04 50 55 95 48 www.hameaualbert.fr albert@relaischateaux.fr



LA COORDINATION D'UN DISPOSITIF AUSSI DÉVELOPPÉ QUE CELUI DU MARATHON DU MONT-BLANC NÉCESSITE ÉGALEMENT UN IMPORTANT TRAVAIL DE PRÉPARATION.

Le 42km 2014 sous la pluie

Des coefficients de majoration, en fonction des conditions (nuit, nombre de coureurs, course en montagne), multiplient les quantités de secouristes imposés.

- Le respect de ce règlement a trois objectifs :
- Assurer la sécurité des coureurs
  - Préserver l'intérêt de l'organisateur
  - Eviter l'engorgement des structures hospitalières

**Comment se passe la prise en charge d'un coureur ?**  
 Dès l'alerte, la première chose à faire est de localiser la victime, évaluer la gravité des blessures pour ensuite qualifier les moyens de secours à mettre en œuvre. Une fois qu'elle a rejoint le coureur, l'équipe le prend en charge. Ce qui se traduit soit par un traitement sur place, soit par une évacuation. Enfin, il ne faut jamais oublier le suivi du coureur, notamment pour en informer la famille qui a souvent besoin d'être rassurée.

**Pour vous, qu'est-ce qu'un bon dispositif de sécurité ?**  
 C'est avant tout des ressources humaines qui connaissent le terrain et un chef d'orchestre qui donne le rythme. Sans remettre en cause leurs compétences médicales et paramédicales, ces derniers doivent maîtriser la pratique tout terrain pour pouvoir assurer de bons secours. Sinon ils peuvent se mettre en danger. La coordination d'un dispositif aussi développé que celui du Marathon du Mont-Blanc nécessite également un important travail de préparation. C'est le travail de toute une année pour définir et valider les moyens humains et techniques.

**Pour finir, une petite anecdote sur un secours insolite que vous avez vécu ?**  
 Une fois, sur un trail en montagne un coureur nous appelle pour nous dire qu'il avait déchiré sa chaussure et qu'il ne pouvait plus continuer la course. Aucune blessure, aucun traumatisme. Nous avons dû envoyer une équipe pour le récupérer et l'évacuer. Nous avons bien ri ce jour-là. Ceci-dit, cette expérience est révélatrice de l'importance de l'équipement dans le trail en montagne ! La sécurité d'un coureur passe aussi par la qualité de son matériel. ■

**nexity** VENDRE ACHETER LOUER GÉRER

NOUS VOUS OFFRONS LE DÉCOR...  
 ... À VOUS D'INVENTER VOS VACANCES !

**NEXITY CHAMONIX**  
 80, rue Helbronner  
 74 400 Chamonix-Mont-Blanc  
 Tél. : 04 50 55 33 00 - Fax : 04 50 55 33 09  
 Réservez en ligne sur [www.nexity.fr](http://www.nexity.fr)

[www.nexity.fr](http://www.nexity.fr)

NEXITY LAMY - SAS au capital de 219 388 000 euros - Siège social : 10-12 rue Marc Bloch 92110 CLICHY - Siren 487 530 099 RCS Nanterre - Carte professionnelle : Transaction, Gestion et Prestations Touristiques n° 10.92.N983 délivrée par la Préfecture des Hauts de Seine - Garanties Financières : Compagnie Européenne de Garanties et Cautions « SOCAMAB » : 128 rue La Boétie 75008 Paris. © Nexity - 11/2012

**UNE NUIT À VEILLER SUR UN COUREUR !**

Mateu Bourrat, secouriste de la Chamoniarde, revient sur un secours auquel il a participé en 2013, lors de la première édition du 80km du Mont-Blanc. A près de 2000m d'altitude, en pleine nuit, et avec un temps incertain, il en garde un souvenir fort.

« Nous recevons une alerte d'un participant arrivé à notre poste de secours : un autre coureur se serait cassé la jambe sur le sentier entre le Montenvers et Blaitière. Très vite nous dépêchons une équipe de deux secouristes. Les premiers examens sont rassurants : aucune fonction vitale n'est atteinte, la jambe n'est pas cassée, mais le coureur est en état d'extrême fatigue. Les secouristes le brancardent jusqu'à notre poste de Blaitière où le médecin et nous passons une bonne partie de la nuit à veiller sur lui, à faire des perfusions et injections de différents produits. Nous arrivons à le stabiliser mais il était encore très faible, pouvant à peine marcher sur quelques mètres. La météo se dégradait vite et l'inquiétude grandissait quant à son évacuation, l'hélicoptère ne pouvant décoller de nuit. Tout semble contre nous. L'attente est longue. Nous utilisons toute notre énergie pour prodiguer les meilleurs soins possibles. Aux premières lueurs du jour, et après plusieurs échanges avec le PC course, nous appelons le PGHM. L'hélicoptère est arrivé vers 7h du matin pour évacuer le coureur sur l'hôpital de Chamonix, juste avant l'arrivée de l'orage. Heureusement son état s'est très rapidement amélioré et lui comme nous garderons longtemps le souvenir de cette nuit à Blaitière !



# LAURENT GRAS, UN PARCOURS SPORTIF D'EXCEP- TION

C'est un de nos grands sportifs  
chamoniards qui a décidé de  
raccrocher les patins à l'issue  
d'une saison où il fut encore  
décisif à l'image de sa carrière  
exceptionnelle.



© Monica Dalmaso pour 

Le magasin Snell Sports vous propose une sélection des meilleures marques de matériel et de vêtements techniques, cette sélection est le reflet de notre engagement pour vous satisfaire depuis 80 ans.

80 ans de Passion,  
80 ans d'Innovation,  
80 ans d'Évolution !



104 rue du Dr Paccard - 74400 Chamonix Mont-Blanc  
04 50 53 02 17 - [www.cham3s.com](http://www.cham3s.com) - [snell@cham3s.com](mailto:snell@cham3s.com)

# LE BOSS DE LA CROSSE

## RACCROCHE !

LÉG-ENDES 



Lolo toujours très alerte sur ses patins

**LAURENT «LOLO» GRAS NE PORTERA PLUS LE MAILLOT JAUNE ET BLEU, QU'IL AVAIT À NOUVEAU ENDOSSÉ CES DERNIÈRES SAISONS ET SE CONSACRERA DÉSORMAIS À SON TRAVAIL MAIS SURTOUT À SA VIE DE FAMILLE.**

► Une carrière commencée tout jeune à l'âge de six ans bien que les responsables du hockey mineur de l'époque, aient jugé cette inscription un peu « tardive » !

Le point de départ de cette aventure sur la glace correspond tout simplement et finalement très symboliquement, à l'un de ces fameux derbys entre les deux grands clubs du moment, Saint-Gervais et Chamonix.

Le tout jeune Laurent assiste alors à l'une de ces parties forcément passionnantes, dans une patinoire comble et une ambiance de feu. Il sera hockeyeur, c'est en tout cas au terme de ce match qu'il exprimera l'envie de chausser les patins.

Formé à Chamonix, comme tant d'autres jeunes talentueux, il va gravir les échelons jusqu'à son entrée dans la ligue Magnus, aux côtés de ses aînés de l'époque, et pas des moindres, Pouget, Ville, Bozon, Barin...

Une entrée timide dans le vestiaire des grands, pour un jeune joueur déjà surclassé, et qui va très vite trouver sa place dans l'effectif grâce à sa qualité de patinage exceptionnelle, louée par nombre de ses coéquipiers, comme l'habile Francis Charland, qui se déclarera très impressionné par les qualités techniques de patineur de Laurent.

Rapide, précis, combatif, et doté d'une excellente vision du jeu, il fera les beaux jours de trois ►►



VENTES • LOCATIONS • SERVICES  
SALES • RENTALS • FACILITIES

Agence Chamonix Mont Blanc  
305 Rue Joseph Vallot  
contact@clip-immobilier.com  
+33 (0)4 50 53 95 13

WWW.CLIP-IMMOBILIER.COM

Photo © Marie Zhorova



Chamonix vs Rouen

► clubs, Chamonix, Amiens, et Morzine. Après cette vie de hockey, il fallut enfin penser à la reconversion, et faire des choix, comme celui du retour vers les Alpes. Aujourd'hui Laurent est serein, il assure que le hockey ne lui manque pas, du moins, pas encore... Il se consacre à son travail et à ses enfants, sans toutefois mettre de côté la possibilité d'un retour sur la glace comme entraîneur, mais cela, c'est déjà une autre histoire...

toutes les grosses écuries du championnat.

## IL FAIT TREMBLER TOUTES LES GROSSES ÉCURIES DU CHAMPIONNAT

Une carrière qui sera aussi internationale, avec des années en équipe de France et de nombreuses participations aux championnats du monde.

Mais cette carrière au plus haut niveau ne s'arrêtera pas là. Laurent sera aussi du voyage Olympique, par deux fois, à Nagano et à Salt Lake City.

### Le temps des souvenirs

De ses années de compétition, le hockeyeur chamoniard garde de grands souvenirs et parmi eux, plus particulièrement les mo-

### La carrière

Après son entrée dans le grand bain de la Magnus à Chamonix avec les Huskies, c'est le départ pour Amiens avec l'aide de Christophe Ville sans vraiment d'expérience à part un championnat du monde junior, mais déjà, son avenir est prometteur. Il effectue une saison avec les Gothiques avant de revenir à Chamonix pour deux saisons plus difficiles car le club ne joue plus les premiers rôles. Puis, Laurent retourne en Picardie pour 9 ans sous la direction de Richier puis Perez. Il fera les beaux jours d'une grande équipe, avec un ambitieux projet et des joueurs impliqués. En 2004, il sera champion de France avec son équipe qui comptait alors un seul étranger ! Après Amiens, retour dans les Alpes, Laurent pose ses valises à Morzine, où il retrouve Stéphane Gros, l'alchimie va prendre rapidement et lui permet de décrocher une première place en saison régulière ainsi qu'une finale contre Grenoble (perdue).

Puis, c'est le retour au bercail toujours avec Stéphane Gros et une équipe des Chamois, qui va avec l'aide de son désormais « vétéran » au fil des saisons, faire trembler



La meilleure défense est l'attaque !

ments passés sur la glace aux côtés d'Antoine Richier puis de Denis Perez chez les Gothiques d'Amiens auprès desquels, il avoue avoir beaucoup appris et progressé. ►►

Wi-Fi

EN SAISON, SERVICE CONTINU  
TERRASSE FACE AU MONT BLANC

DEPUIS 1980

BRASSERIE . RESTAURANT  
**BOCCALATTE**

EN FIN DE SEMAINE  
MOULES FRITES

MENUS  
PLATS DU JOUR  
FORMULES MIDI

CHOUCROUTES  
PIZZAS  
TARTIFLETTES  
FONDUES  
BRASERADES  
REBLOCHONADES

59 AVENUE DE L'AIGUILLE DU MIDI - CHAMONIX  
internet > www.boccalatte.fr

IMAGINATI 2011

59 AVENUE DE L'AIGUILLE DU MIDI - CHAMONIX  
téléphone  
+33(0)450-535214



Lolo renforce la défense

► Avant cela, bien sûr, il y eut, les années « Huskies » à Chamonix, avec sur la glace, les quatre étoiles du hockey Français, Christophe Ville, Philippe Bozon, Stéphane Barin, et les conseils de Christian Pouget «va au but, utilise ta vitesse de patinage, et lance !»...

Cette époque c'est aussi celle de Vladimir Zubkov « Un mec incroyable, une légende, qui avait une véritable science du hockey, et aux côtés duquel il nous semblait que rien ne pouvait nous arriver ».

Les JO bien sûr, à Nagano et à Salt Lake : «c'était exceptionnel, une expérience formidable, pas forcément pour les résultats sur la glace, mais surtout parce que cela m'a permis de côtoyer de très grands champions, dans toutes les disciplines».

Ses années d'équipe de France avec ses «potes», toute une génération, Jonathan Zwikel, et bien sûr Richard Aimonetto, parmi tant d'autres restent un très bon souvenir.

Et puis ses trois dernières saisons à Chamonix, avec des groupes différents, mais toujours très soudés.

Des moments qui se terminent par une belle saison longtemps passée en tête du championnat.

La fameuse finale de la coupe de la ligue contre Rouen me laisse un goût amer : «Nous avons fait un super-match, tout le monde était au diapason et à son meilleur niveau. Sur le plan du jeu, c'est évidemment un grand souvenir, en revanche, sur le plan du résultat, c'est une véritable déception.

Nous méritions cette finale, c'est nous qui avons proposé

le jeu, malheureusement le sort et les «erreurs» d'arbitrage en ont décidé autrement, en tout cas c'est ce que je préfère imaginer...».

**CELA M'A PERMIS DE COTOYER DE TRÈS GRANDS CHAMPIONS DANS TOUTES LES DISCIPLINES**

**Stéphane Gros, la complicité**

«J'ai joué à ses côtés et j'ai été son coach durant 7 ans.

Laurent est un joueur exceptionnel, un combattant, un de ceux qui ne renoncent jamais. Dans une équipe, il amène non seulement ses qualités techniques, mais aussi une éthique, il est le joueur sur lequel on peut compter, surtout dans les moments de doute.

Il aura été un fidèle lieutenant, toujours présent dans les moments importants, et nous avons eu une vraie complicité durant toutes ces années.

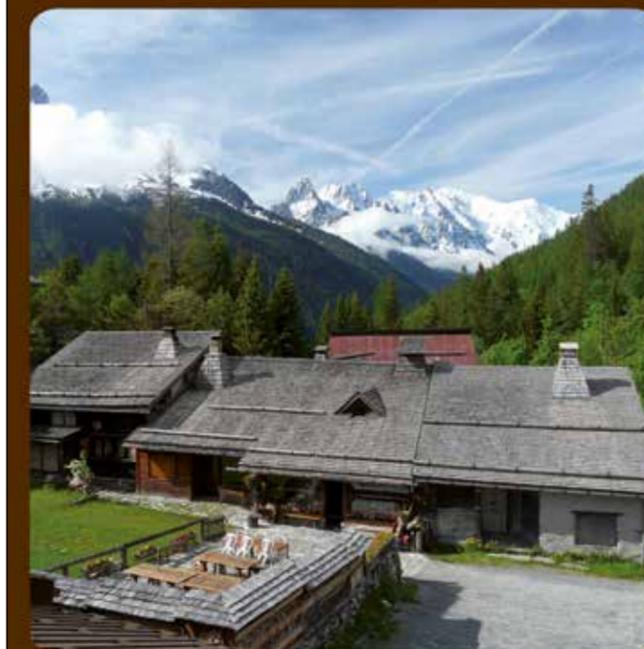
Laurent se fait plaisir sur la glace, c'est évident, mais il donne tout, toujours à 200 pour cent, et il est très impliqué pour son club, un exemple à suivre pour les jeunes joueurs».

Propos recueillis par Bruno Magnien

Une page se tourne



AUBERGE - REFUGE LA BOERNE Hébergement - Restauration sur le parcours du Marathon du Mont-Blanc



Trélechamps - Chamonix Mont Blanc 04 50 54 05 14 - www.la-boerne.fr

XAVIER SURMONT Agent Général

N° ORIAS : 07020138

Assureur du



GENERALI

Solutions d'assurances

520, chemin des cristalliers à Chamonix 04 50 53 41 44 - chamonix@agence.generalif.fr



présente

la jeunesse  
du Club des Sports

**CHAMONIX**

122, AVENUE MICHEL CROZ

OUVERT 7/7 DE 9H À 23H

Séance d'étirement après l'effort



# MAËLLE

## DYNAMITE LES BASSINS

POR-  
TRAIT



Comme un poisson dans l'eau

**DERRIÈRE CETTE JOLIE PETITE TÊTE BLONDE AUX GRANDS YEUX VERTS ET AU SOURIRE RAVAGEUR SE CACHE UNE REDOUTABLE NAGEUSE EXPERTE EN DOS CRAWLÉ FAISANT FRÉMIR LES BASSINS ! RENDEZ-VOUS AVEC MAËLLE FERNANDEZ.**

Maëlle se balade, depuis sa naissance, de ville en ville au grès des choix professionnels de son papa gendarme. Avec à son actif de nombreux déménagements, elle se plait à dire qu'elle est un peu la globetrotteuse du club de natation de Chamonix...

Elle débute la natation au club de Tarascon dans l'Ariège sous l'impulsion de sa maman qui souhaite que sa fille sache nager « convenablement ». Rapidement, elle montre des dispositions incroyables dans cette discipline sportive. Son expatriation avec sa famille à l'âge de 6 ans dans le territoire d'outre-mer sur l'île de la Réunion va exacerber ce côté aquatique et réveiller en elle des aptitudes surprenantes.

De retour en métropole, son père est muté au CNISAG à Chamonix, loin... très loin de la mer ! Mais Maëlle garde sa passion pour la natation et s'inscrit en 6ème sport-étude « option natation » au Collège Frison Roche de Chamonix. Organisée et studieuse, elle est aussi brillante dans l'eau qu'en cours et aujourd'hui âgée de 14 ans, elle intégrera le lycée à la rentrée prochaine, en classe à horaires aménagés, avec 3 demi-journées libérées par semaine pour pouvoir s'entraîner.

Elle aime particulièrement le club de Chamonix, c'est son cocon, elle est entourée d'un groupe très soudé où l'ambiance y est excellente.

Selon Guillaume son entraîneur, Maëlle est une stakhanoviste de l'entraînement : elle a un tempérament de battante, de gagnante et pour atteindre ses objectifs, elle nage en moyenne 7 fois par semaine.

En compétition, son goût pour l'effort très aiguisé lui a permis de décrocher sa qualification pour les championnats de France minimes qui se dérouleront en juillet à Agen en réalisant des performances remarquables à Saint-Etienne en mars dernier.

Très déterminée, elle prendra le départ sans aucun complexe.

Entre sa scolarité et la natation, Maëlle n'a que très peu de temps libre. Paradoxalement, les jours où elle ne nage pas, elle s'ennuie ! Finalement, la natation lui permet de se vider l'esprit, nager est un véritable exutoire.

C'est avec un intérêt particulier que nous suivrons les prochaines performances de Maëlle en compétition, nous lui souhaitons le meilleur. ■

**NAGER  
EST UN  
VÉRITABLE  
EXUTOIRE**



SHOP-  
PING

# PULSATIONS' STORE



## AMBIT3 RUN

De Suunto

250 €

Suunto continue d'innover dans le domaine des montres GPS connectées et complète sa gamme avec un modèle dédié au running. Nouveau design, autonomie de batterie optimisée, la Suunto Ambit3 Run offre une expérience en course à pied parfaite (mesures de performances, de récupération et navigation complète le long d'un itinéraire). L'utilisation de l'application Suunto Movescount App permet de planifier des entraînements, d'obtenir une assistance vocale durant la course à pied et de partager ses expériences en réseau.

Disponible sur le site internet [www.suunto.com](http://www.suunto.com)



## TRAIL GAITERS LOW

De Salomon

25 €

Guêtre basse pour courir dans n'importe quelles conditions, aussi bien de la neige que de la boue ou du sable...Elle empêche toute pénétration dans la chaussure, apporte une protection supplémentaire contre le froid et l'humidité, et protège vos chevilles des chocs.

Elle est dotée du système d'attache breveté.

Disponible sur le site internet [www.salomon.com](http://www.salomon.com)



## SPIDER KID

De Simond

35.95€

Harnais / baudrier complet, conçu pour le jeune grimpeur de 4 à 9 ans et de moins de 30kg.

Une fonction « Check and Go » est fixée dans le dos permettant aux enfants de valider le contrôle croisé de leur équipement dans le but de les sensibiliser aux bonnes pratiques de l'escalade en toute sécurité. Le mono pontet est bien visible pour faciliter l'encordement et l'accroche du mousqueton. Ce harnais est pensé et développé pour s'enfiler comme un vêtement. Pour le plaisir de grimper !



## TOP APPENZELL

D'ABK

39,95 €

Ce débardeur, c'est un petit produit très féminin que ces dames pourront porter en pleine action, curling d'été, varappe à mains nues, bobsleigh de printemps mais aussi en ville grâce à son tissu brut (slub yarn) et à son nœud de réglage aux bretelles pour une petite touche urbaine. 100% coton organique.

Disponible sur leur site internet [www.abk-climbing.eu](http://www.abk-climbing.eu)



\* solutions de téléphonie  
globales pour les entreprises

FIXE - MOBILE - INTERNET & COMMUNICATIONS UNIFIÉES



Sarah MAJDOUL  
Ingénieure commerciale

06 98 28 63 08  
[sarah.majdou@gedistelecom.com](mailto:sarah.majdou@gedistelecom.com)

OPTIMISATION ET PERFORMANCE,  
UNE ÉQUIPE AFFÛTÉE  
POUR VOUS  
ACCOMPAGNER !



L'agence GEDIS TELECOM de Haute-Savoie soutient

Votre agence locale : 85 route de Thonon - 74800 Amancy

Tél. 09 73 310 250 - [www.gedistelecom.com](http://www.gedistelecom.com)

# LE DÉPARTEMENT VOUS DONNE RENDEZ-VOUS SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

Découvrez  
les talents de  
Haute-Savoie,  
mais aussi  
les rendez-vous  
culturels et  
sportifs, les actus,  
les sorties,  
les bons plans ...

**Rejoignez-nous !**



Conseil Général

