

Raid des 2 rivières – 1^{er} juillet 2018 – 5^e mixte – CR de Maël

Un petit raid pour enchaîner un peu les disciplines en vue de la finale dans les Pyrénées, c'est à Quemper Guezennec que nous nous rendons avec Emilie (une collègue d'EPS). C'est son 1^{er} raid, elle est plutôt habituée aux terrains de basket et à la course à pieds. Ici nous ne pourrons pas tirer notre épingle du jeu car c'est un raid fléché (pas d'orientation), donc GO GO GO !

On débute par un trail de 5 km pour retrouver les kayaks et une balade de 5 km sur le Trieux. On rejoint nos VTT au départ avec un retour de 5km en trail. A ce moment du raid, nous sommes au coude à coude avec la 3^e équipe mixte, Emilie a une belle cadence, en forme après son semi marathon (1h40) 2 semaines plus tôt. Mais le rythme est très rapide devant.

En VTT, je pense renouveler le système de tractage avec la laisse sous la selle (1^{er} essai mémorable surtout pour Julie au raid polytech quelques mois plutôt). Emilie, pas convaincue pour un sou, n'est pas non plus très à l'aise sur le VTT prêté par Pierre-Yves. Bref, on a essayé, on a bien rigolé, mais on n'a pas gagné ... Le parcours ne permettait pas d'accrocher nos VTT sur de longues portions. Après 28 km nous rejoignons l'arrivée en 3h53 de course, à la 5^e place mixte.

Un entrainement bien sympathique pour moi, une première expérience j'espère concluante pour Emilie et surtout un bon moment partagé entre rigolades, cohésion et goût de l'effort. Merci à mon équipière pour sa bonne humeur et sa persévérance malgré les quelques chutes. Une organisation simple mais efficace, un raid fléché à recommander.

