

## ULTRA-TRAIL

# Valery Bertrand va retenter la SwissPeaks 700

Le 25 août, le Tripontain Valery Bertrand retentera sa chance sur l'ultra-trail de la SwissPeaks 700. S'il n'est toujours pas certain de réussir à boucler les 685,6 kilomètres de cet ultra-trail, il donnera tout de même tout ce qu'il a.

TOM GEURDE

Dans quelques jours, Valery Bertrand se lancera à nouveau à l'assaut de l'ultra-trail de la SwissPeaks 700 avec un objectif en tête : rejoindre le départ de la SwissPeaks 380. « J'y avais déjà participé l'année dernière. Mais, c'était un peu différent. J'avais arrêté à peu près 230-240 kilomètres. Si j'y retourne une fois de plus, c'est parce qu'une connaissance de course m'a relancé dans le projet. Comme je suis un amoureux de la discipline, je n'ai pas hésité longtemps avant d'accepter. Je vais retenter ma chance après une meilleure préparation. Je donnerai tout pour aller plus loin que l'an dernier. La SwissPeaks 700 est une course en boucle. On fait un aller-retour dans le Valais en Suisse. Mon but va être d'au moins faire les 300 premiers kilomètres en étape pour arriver à rejoindre le départ de la SwissPeaks 380. » Toutefois, le Tripontain sait



Valery Bertrand tentera de boucler la SwissPeaks 700. © Fb Valery Bertrand

que cela ne va pas être facile. « La probabilité d'aller au bout est très faible. La SwissPeaks 700 est la course la plus dure d'Europe. Il y a environ 50.000 mètres de déni-

velé. C'est un bon morceau et un vrai challenge sportif pour moi. C'est aussi et surtout une aventure. Ça me permettra de crapahuter dans les montagnes du Va-

lais que j'apprécie plus que tout. J'ai l'espoir de finir cet ultra-trail, même si avec un peu d'humilité, je sais que les chances que j'y arrive sont très faibles. J'y vais pour donner le meilleur de moi-même et me dépasser. »

## LE CRITÈRE MENTAL

Pour tenter de réaliser un tel défi, il faut évidemment s'entraîner. « Ça fait 12 ou 13 ans que je fais de l'ultra-trail. Il y a tout ça derrière moi comme expérience. Et là, ça fait 10 mois que je me prépare avec la SwissPeaks 700 comme seul objectif. Pendant tout ce temps, j'ai augmenté la distance et la difficulté de mes entraînements. J'ai fait beaucoup de renforcement. Mais, un autre critère très important est la préparation mentale, car c'est très éprouvant comme ultra-trail. Il faut vraiment s'accrocher pendant celui-ci. »

Avec une telle préparation, Valery Bertrand a mis toutes les chances de son côté pour faire mieux que l'an passé.

« J'avais eu moins de chance en m'occasionnant quelques petites blessures pendant mes entraînements. Cela avait tout ralenti. Cette année, j'ai été plus ou moins épargné par tout cela. J'ai juste une petite contracture actuellement. Ce n'est pas bien grave et je la soigne. J'ai aussi plus préparé mon mental. »

À 45 ans, il s'élancera donc le 25 août à 20 heures dans ce nouveau challenge. « Je vais quitter ma maison dimanche. Je dois admettre que démarrer cette aventure de nuit complique tout selon moi. On attend le départ sans avoir grand-chose à faire le lundi. De surcroît, c'est compliqué physiquement et mentalement de passer la nuit dehors. Il y a la fatigue qui s'accumule et il faut être très concentré. Néanmoins, c'est aussi quelque chose de magique de partir si tard parce que tout est découpé. Les émotions sont mille fois plus fortes », conclut-il. ■

## COUSE À PIED – CHALLENGE LA MEUSE

# Alex Servais et Noémie Dohet s'imposent à Cherasse

Ce samedi, le Challenge La Meuse se poursuivait avec le Jogging des Hauteurs à Cherasse. Cette manche a été remportée par Alex Servais et Noémie Dohet.

L e Challenge La Meuse a connu deux manches la semaine dernière. La première était le Jogging de Baelen le jeudi. Longue de 7,8 kilomètres, celle-ci avait rassemblé plus de 550 coureurs. Au bout de la distance, Francis Rauw l'avait emporté en 25 minutes et 51 secondes. Kevin Nyssen et Hugo Bonhomme complétaient le top 3. Chez les dames, Maureen Kramer était arrivée la première, en 29 minutes et 48 secondes. Ses deux plus proches poursuivantes étaient Aline Pesser et Céline Fey.

Le Jogging des Hauteurs à Cherasse, la deuxième manche de la semaine, s'est, lui, disputé le samedi. Cette addition au calendrier du Challenge La Meuse a ac-



Noémie Dohet a fini deuxième à Baelen et à Cherasse. © Gédéon Photos

cueilli près de 130 coureurs. Le parcours faisait 9,3 kilomètres et passait par des chemins, des routes, des sentiers et le bois de la Julienne. Alex Servais s'est imposé en

lui. Kenny Brisy montait sur la dernière marche du podium en finissant les 9,3 kilomètres en 32 minutes et 59 secondes.

## DES POURSUIVANTES BIEN CONNUES

Chez les dames, c'est Noémie Dohet qui l'a emporté en 39 minutes et 16 secondes. Aline Pesser s'est, à nouveau, classée deuxième. Elle a terminé le parcours en 39 minutes et 58 secondes. Céline Fey finissait, une fois de plus, troisième avec un temps de 41 minutes et 1 seconde. Cette semaine, le Challenge La Meuse se poursuivra avec le 38e Jogging de la fête de Lambermont, le vendredi, et avec le Jogging des Chapelles à Froidthier, le dimanche. ■

bouclant la distance en 32 minutes et 31 secondes. Il était suivi de très près par Clément Webber, étant donné que celui-ci n'a terminé qu'à une petite seconde de

