

Ultra Marin Vannes 56km

Samedi 28 juin 2014

A la suite de mes douleurs « tendon-fesse », j'avais complètement coupé depuis le 08 mai dernier. Mais comme j'étais inscrit à l'ultra marin de Vannes avec Stéphane (mon copain Nantais), j'ai remplié le 28 juin.

Bon, bilan des courses :

- J'ai perdu la condition physique (c'était prévisible !), mais c'est toujours dur à constater
- J'ai toujours mal (c'était également prévisible). Le tendon s'est enflammé dès le début et la fesse a commencé à se raidir au 10è. La raideur est descendue progressivement sur l'arrière de la cuisse au fil des kilomètres.

Sinon, nous sommes passés au travers des gouttes et la baie de Vannes est très jolie.

J'ai néanmoins trouvé le parcours trop plat et du coup un poil monotone, malgré la vue sur la mer...

Mais bon, la vraie conclusion, c'est qu'on prend toujours moins de plaisir quand on n'est pas en forme !

Heureusement, nous avons couru tous les 2, nous soutenants mutuellement et ça, ça n'a pas de prix...

N°21722708 [Détails](#)

N°21722709 [Détails](#)

N°21767668 [Détails](#)

N°21769917 [Détails](#)

N°21778006 [Détails](#)

N°21787846 [Détails](#)

[Page de résultat](#)

tél: 02...

Pour les chiffres : 339ème sur 1316 arrivants en 06h30, cela aurait pu être bien pire.