

# Plougwastel noz trail. Une première bien fraîche

Ils étaient plus de 200 à s'élancer pour cette première édition du Plougwastel noz trail. Saisis par la fraîcheur de la nuit, réconfortés par les bénévoles – de Plougastel sports nature et du Redeg Plougastel – et satisfaits d'avoir participé à ce parcours technique.



Pour cette première édition, il ne faisait pas chaud sur la ligne de départ mais tous se sont motivés.

Vendredi soir, atteindre le site du Four à Chaux, vers 19 h, était compliqué. Des hommes en fluo renvoyaient la lumière des phares pour guider les voitures sur les parkings en bord de grève, au-dessus du Four, ou dans la côte, dont le dénivelé allait surprendre quelques coureurs. Il y avait du monde au rendez-vous de ce premier Plougwastel noz trail, organisé par l'association Plougastel sports nature. Deux cents coureurs étaient préinscrits, les retardataires pouvaient le faire sur place avant le départ et le

local du Four à Chaux était comble pour l'occasion. Il faut dire qu'il faisait plus que frais et que la nuit était noire, mais débutants et confirmés partaient en confiance. Le parcours : un circuit sécurisé de 13 km. Les organisateurs, tout en prenant compte des difficultés du circuit et particulièrement son dénivelé, ne voulaient pas qu'il soit dangereux. Cela n'a pas empêché un dernier coureur, en panne de batterie de portable et de lampe frontale, de devoir être récupéré, malgré les recommandations de l'organisation quant à l'équipe-

ment obligatoire.

## Une longue colonne lumineuse au bord de l'eau

Avec quelques minutes de retard sur l'heure prévue, ils se sont tous élancés, formant une longue colonne lumineuse au bord de l'eau. En route vers les 14 points de contrôle où bénévoles de l'association et du Redeg Plougastel allaient les soutenir et les ravitailler, pendant que ceux restés sur le site de départ et d'arrivée s'activaient pour déplacer l'arche d'arrivée, découper

les 50 galettes et chauffer les 35 litres de soupe qui devaient réchauffer les concurrents déjà ragaillardis sans doute par le vin chaud, servi lors d'un point de contrôle.

Une heure pile plus tard, Alexandre Jacopin a franchi la ligne et la porte du local, suivi de près par Mickaël Bourhis et Sébastien Brovarnik, le local de l'étape. Boueux et heureux, ils ont évoqué un « parcours technique ». Alexandre Jacopin a donné plus de détails : « Je me suis perdu au bout du troisième ou quatrième kilomètre, je

n'ai pas vu la flèche pour tourner à droite. C'est là que les autres sont remontés sur moi. Sinon, c'était bien balisé. Technique comme il faut avec trois belles bosses, dont une que j'ai dû passer en marchant. Un parcours bien roulant ».

Quinze minutes plus tard, c'était au tour de Virginie Nouri, première féminine, de franchir la ligne d'arrivée. Elle a confié avoir été très prudente mais a évoqué « un magnifique parcours avec le sélectif de la météo ». Heureuse, elle aussi.



Le trio de tête ! Mickaël Bondis (deuxième), Alexandre Jacopin (premier) et Sébastien Brovarnik (troisième) se sont suivis de près, tout au long du parcours.



De quoi reprendre quelques forces, avant de continuer d'arpenter à la lueur des torches les sentiers de la presqu'île...



Les bénévoles déguisés ont tout fait pour réchauffer le corps et l'esprit des concurrents de ce tout premier Plougwastel noz trail.



Virginie Nouri courait à domicile, pour son plus grand plaisir. Et ça lui a souri !



Dans une grotte, un coin « détente et massage » était proposé aux coureurs en fin de parcours par les bénévoles du Redeg, venus aider leurs camarades de Plougastel sports nature.