



ABONNEZ-VOUS À  
VO2 MAG



COURSE À PIED

## Hivernatrail : Andy Symonds, les sentiers de la Garrigue après ceux des Templiers

, par Robert Goin



Photo organisation

L'Anglais Andy Symonds vainqueur le 23 octobre de la Grande Course des Templiers poursuit sa découverte des trails du Grand Sud. Installé à Châteaurenard dans les Bouches-du-Rhône, il sera dimanche 11 décembre à Saint-Côme-et-Maruéjols à 15 km au nord-ouest de Nîmes, au départ de l'Hivernatrail.

Près de 700 concurrents, nombre volontairement limité pour optimiser l'accueil, sont engagés sur ce trail de 35 kilomètres et 1300 mètres de dénivelé sur des sentiers mono-traces et chemins forestiers avec une succession ininterrompue de montées et de descentes dans la garrigue Gardoise.

Les trailers vont courir soit individuellement à l'exemple d'Andy Symonds, soit en équipes femmes, mixtes ou hommes de deux. Parmi les autres grosses pointures engagées en solo on peut citer Ludovic Pelle, Stéphane Avrillon, Françoise Barrière Laurent Beuzeboc, Nicolas Martin, Jean-Claude Canals, Alexandre et Aurélie Daum, Nathalie Henriques, Julien Jorro, Steeve Laurent, Sylvain Mallet, David Martin, Nicolas Mazetier, Alexandre Munoz, Laurent Petermann, Benjamin Roehrig, Geoffroy Sarran, Véra Soukhova...

**Andy Symonds, team Salomon, va s'aligner en individuel.** « *La date de l'Hivernatrail tombe très bien dans mon calendrier. L'opportunité, avant les vacances de Noël, d'une bonne sortie de deux heures et demie assez rapides. Je ne connais pas du tout le coin et ce sera une bonne façon d'aller le visiter. Même si je n'envisage pas de faire la course "à donf", elle va me servir de repère pour vérifier où j'en suis dans mon entraînement. Je vais tester mes jambes sur un parcours plutôt rapide, en espérant que depuis les Templiers je n'ai rien perdu et plutôt amélioré ma forme. J'ai pas mal bossé la vitesse en novembre. Cela devrait me servir. Mes points forts seront normalement les bosses et les parties plus techniques.* »

Le 4 décembre Andy Symonds a remporté dans le Vauduse le 12 km de la Ronde du Terroir. « *Une bonne séance de vitesse avec en prime le plaisir d'évoluer dans les Dentelles de Montmirail. C'est sympa d'avoir quelques courses intercalées dans ma préparation. Elles mettent un peu de piment entre des séries d'entraînements. Elles me permettent également de mieux connaître le monde du trail dans le Midi et en France et de partager avec d'autres trailers mon plaisir de courir.* »

> Pour infos : [www.nimes-trail-attitude.com](http://www.nimes-trail-attitude.com)