

Franck

Retour sur le trail de la côte sauvage.

Le RDV est pris pour l'an prochain...

Quoi de mieux que de courir dans une forêt de pins maritimes et de chênes, Nous étions 3 du TNT, David, Brice et moi. David parti devant nous avec une allure de lièvre, mon Briçounet couru les 10 premiers km avec moi et lâcha les watts, sans pouvoir le rattraper, de toute façon je pouvais 😊😁 pas.



Le parcours était très bien comme le terrain d'ailleurs ni trop mou ni trop dur mais avec du sable, avec 3 bonnes patates sur un terrain à faire enliser un tracteur. Quel plaisir de courir avec l'odeur des pins et les embruns de l'océan. Ce n'est que 28km certes, mais 28 quand même, avec un finish de 3km sur la plage avec vue sur l'île d'Oléron qui m'a achevé et cramé. 😊😁

.../...



David - 2h06, le lièvre

Brice - 2h42, le garenne

Moi - 2h58, la tortue, 10 km/h de moyenne, on va dire que c'est pas mal.