

Testé pour vous Le Grand Mulhouse Trail Urbain par le menu

Le 12 octobre, le premier Grand Mulhouse Trail Urbain permettra aux coureurs à pied de découvrir la ville autrement. La première reconnaissance a eu lieu mi-juillet, et on y était.

On appelle ça un baptême arrosé. Objectivement, en plein mois de juillet, on ne pouvait guère faire pire en matière de météo. Du vent, de la pluie, un thermomètre au bord de la dépression nerveuse... et une trentaine de coureurs de l'Entente Grand Mulhouse Athlé (EGMA) réunis sur le parvis des Bains municipaux, rue Pierre-et-Marie-Curie, pour tester un parcours de 12,6 km avec un peu moins de 200 mètres de dénivelé.

Sur son VTT, Gérard Mergy l'organisateur affiche un grand sourire. Une telle mobilisation autour de cette nouvelle épreuve le conforte dans son choix d'avoir remplacé le 10 km de Mulhouse par un urban trail. « *Même au*



Les coureurs de l'Entente Grand Mulhouse Athlé (EGMA) prêts pour la reconnaissance. Ils se retrouveront à nouveau le dimanche 14 septembre, un mois avant la course. Photos Vincent Voegtlin

niveau des inscriptions, ça a débuté dès qu'il a été possible de s'inscrire via internet. Ce sont des signes qui ne trompent pas !

Les organisateurs espèrent convaincre 500 coureurs de participer à cette première, le 12 octobre, et ont lancé une première opération « Séduction » auprès des coureurs de fond de l'EGMA. Les convaincre que l'on peut prendre autant de plaisir à courir dans les rues de Mulhouse que sur les crêtes vosgiennes, les inciter à s'inscrire, forcément, et à inviter leurs amis coureurs à être

sur la ligne de départ, le dimanche 12 octobre à 10 h 30.

Comment se présente la course ? Pour les détails, lire ci-dessous l'encadré et le plan du parcours. Pour les impressions, c'est ici...

Trois zones distinctes

En gros, le parcours est à diviser en trois parties distinctes. Dans la première partie, on trouve les 4,5 premiers kilomètres. C'est quasiment plat, ce qui signifie que l'on arrive bien échauffé dans les premières marches de la rue de la Brasserie. C'est un atout et un

piège. Celui qui va effectuer ces premiers kilomètres « au-dessus de ces pompes » risque de le payer cher après. Du 4^e au 8^e km, les montées et les descentes s'enchaînent et il n'y a quasiment aucun endroit pour se « refaire la cerise ». Donc il est impératif d'arriver dans les premières difficultés encore frais, même si le dénivelé peut, sur le papier, sembler assez faible pour un urban trail.

Ensuite, c'est la troisième partie : on emprunte les sous-bois du Waldeck et la course est quasi-

ment terminée... en matière de classement. Les écarts seront faits et il faudra gérer les quatre derniers kilomètres et profiter du paysage. Attention tout de même à la dernière difficulté, un faux plat montant le long du zoo qui fait mal aux jambes.

Ensuite, comme l'a rappelé Gérard Mergy aux coureurs présents lors de la reconnaissance, « *c'est un véritable toboggan jusqu'à la passerelle de la gare* ». Si la météo est humide, il faudra se montrer prudent à cause de la mousse dans les passages étroits... Si c'est

sec, y'a moyen d'envoyer des watts et de se faire plaisir dans cette descente technique. Pour les derniers mètres de course, après la passerelle SNCF, profitez un maximum de votre effort accompli, soyez sport avec vos compagnons de course – l'esprit trail, c'est de laisser sa voisine finir devant si elle s'accroche depuis plusieurs kilomètres, pas de sprinter comme un imbécile pour améliorer un classement anecdotique...

Ah, si, gardez encore un chouïa d'énergie pour un dernier effort place de la Réunion. Préparez-vous à courir sur les traces des mariés du week-end !

Laurent Gentilhomme

S'inscrire

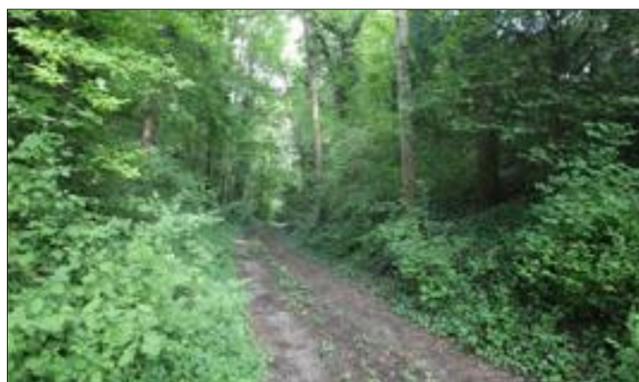
- On peut d'ores et déjà s'inscrire au Grand Mulhouse Trail Urbain :
- Via le site internet www.le-sportif.com (12 € plus 1,80 € de frais de dossier).
- Par courrier à adresser à l'office du tourisme, 1 avenue Robert-Schuman à Mulhouse.
- Une préinscription par courrier n'est validée que si le paiement et justificatifs demandés (copie licence ou certificat médical) sont joints.
- Inscription majorée le jour de la course (20 €).
- Informations auprès de l'Office de tourisme et des congrès de Mulhouse et sa Région au 03.89.35.48.48 ou à info@tourisme-mulhouse.com.
- Tous les renseignements et bulletins à télécharger sur le site www.grandmulhousetrailurbain.fr.

S'hydrater

Attention, il n'y a pas de ravitaillement sur cette course, donc en cas de forte chaleur, il faudra penser à emporter un peu d'eau avec soi (ceinture avec gourde ou sac à dos).



CANAL.- Après 1,5 km dans les rues de Mulhouse, les coureurs longent le canal jusqu'à Brunstatt.



WALDECK.- Urbain mais quand même vert, l'Urban Trail emprunte des sentiers sur les hauteurs de Brunstatt et au Waldeck.



ZOO.- Le zoo passé, la course redescend sur la place de la Réunion par des ruelles pentues et glissantes, s'il pleut.

Le parrain

Le Grand Mulhouse Trail Urbain a comme parrain Sébastien Spehler, champion de France de trail long en titre.

Le tracé

Le tracé de 12,6 km du Grand Mulhouse Trail Urbain rendra hommage à son prédécesseur en partant de la piscine, rue Curie, comme le 10 km il y a quinze ans. Il empruntera la rue du Sauvage, traversera le bâtiment annulaire en direction de la gare, puis s'engagera sur la piste cyclable le long du canal, jusqu'à Brunstatt.

Là, les coureurs passeront sous le nouveau pont puis devant l'église Sainte-Odile, avant d'arriver au pied de la première difficulté majeure de l'épreuve : les 150 marches rue de la Brasserie avec une pente à 15 % ! Place alors aux champs et aux prés sur les hauteurs de Brunstatt, avant un retour dans les lotissements, direction le Reberg où se dressera la 2^e difficulté, à savoir la pente à 10 % de la rue Ambroise-Paré. Les concurrents iront ensuite faire un tour du côté du Belvédère puis de la Tour de télédiffusion et la forêt du Tannenwald. Le retour en ville se fera par l'entrée supérieure du zoo, en descendant vers la passerelle de la gare via des sentiers piétonniers inconnus de bien des Mulhousiens. Enfin, l'arrivée sera jugée devant la mairie, place de la Réunion, avec une dernière difficulté surprise à 50 m de la ligne. Au final, 1/3 du parcours est tracé sur le ban communal de Brunstatt.

