

**Cédric : 5 X 12
Cécile et Sabrina : 2 X 15...**

Bonjour à toutes et à tous,

Nous voici de retour de la deuxième manche de coupe du monde qui se déroulait ce week-end à Offenbourg en Allemagne.

Une semaine après la Manche d'Houffalize ou j'avais terminé en 5^{ème} position et Cécile à la 36^{ème} suite à des problèmes de dos. Nous continuons ce périple de coupe du monde sans le moindre répit...

Ce petit village Allemand situé de l'autre côté du Rhin à seulement 30 kilomètres de Strasbourg nous avait bien réussi l'année dernière. Il s'était soldé par une belle 12^{ème} place pour Cécile et un podium pour moi en terminant 2^{ème} de cette course diluvienne.

Les années ne se ressemblent pas et les conditions clémentes du week-end ont rendu le parcours beaucoup plus roulant que l'année passée.

Technique mais roulant malgré les quelques points chauds parsemés sur ce circuit de 5,1 kilomètres. Un véritable plaisir pour les quelques 20 000 passionnés de VTT et de saucisses bières venus nous encourager.

Même si les organismes ont souffert le week-end dernier en Belgique, le plaisir de rouler en coupe du monde reste intact...Explications!

Dimanche 10 h 30 Départ des Elites Femmes 6tours (Par Cécile):

Rétrogradée en quatrième ligne suite à ma contre-performance du week-end dernier, le départ est donné avec deux start loops sur piste large qui me permettent de me placer aux avants postes.

Le parcours est relativement technique et nerveux mais ça roule vite en petits groupes.

Je fais les quatre premiers tours aux alentours de la 18^{ème} place en compagnie de Kiara Bisaro et Maroussia Rusca, nous pointons pendant deux tours à 30 secondes du top 10, mais l'écart est difficile à combler en début de course quand tout le monde est frais. Au lieu de gagner du temps nous en perdons dans ce quatrième tour...

Cinquième tour, je n'aime pas rouler en groupe, même si Maroussia et Kiara sont les filles du circuit International avec qui je m'entends le mieux.

Je tente l'aventure en solitaire pour les deux derniers tours, j'en profite au passage pour doubler la suisse Petra Henzi et l'américaine Mary MC Conneloug pour finir 15^{ème}.

Place qui me permet de remonter dans la hiérarchie mondiale où je pourrai afficher le N° 22 pour la prochaine manche de coupe du monde à Madrid.

1. KALENTIEVA Irina RUS TOPEAK ERGON RACING TEAM 2:00:19
2. PREMONT Marie-Helene CAN ROCKY MOUNTAIN 2:00:52 + 33
3. REN Chengyuan* CHN 2:01:40 +1:20
4. FULLANA Margarita ESP MASSI 2:01:58 +1:38
5. LIU Ying CHN 2:02:18 +1:58
6. SPITZ Sabine GER CENTRAL GHOST PRO TEAM 2:02:47 +2:27
7. BYBERG Lene NOR SPECIALIZED FACTORY RACIN 2:02:52 +2:32
8. PENDREL Catherine CAN LUNA WOMENS MTB TEAM 2:04:08 +3:49
9. OSL Elisabeth AUT TEAM GHOST INTERNATIONAL 2:04:35 +4:16
10. SCHNEITZER Nathalie* SUI COLNAGO CAP ARREGHINI 2:04:56 +4:37

11. HURIKOVA Tereza* CZE CESKA SPORITELNA MTB 2:05:17 +4:58
12. WLOSCZCZOWSKA Maja POL HALLS PROFESSIONAL MTB TE 2:05:25 +5:06
13. GOULD Georgia USA LUNA WOMENS MTB TEAM 2:05:44 +5:24
14. KLEMENCIC Blaza SLO GIANT ITALIA TEAM 2:06:06 +5:47
- 15. RODE RAVANEL Cécile FRA TEAM LAPIERRE INTERNATION 2:06:26 +6:06**
16. MC CONNELOUG Mary USA 2:06:45 +6:26
17. HENZI Petra SUI FISCHER-BMC 2:06:58 +6:39
18. BISARO Kiara CAN 2:07:17 +6:58
19. RUSCA Maroussia SUI 2:07:35 +7:16
20. WANG Jingjing CHN 2:07:57 +7:38

Dimanche 14 h 00 Départ des Elites Hommes (par Cédric) :

En première ligne comme le week-end dernier, le départ est donné par un coup de canon !

Je mets un peu de temps à clipser ma pédale et perd quelques places. Nous avons deux start loops pour étirer la meute de plus de 200 unités et je me remets rapidement dans l'allure pour passer 7^{ème} après ces deux petits tours de piste.

Le rythme de course est donné et il faut s'accrocher pour ne pas perdre de places dans le premier tour au risque de se voir bouchonner dans les descentes par les quelques kamikazes prêt à tout pour rouler quelques minutes aux avants postes d'une coupe du monde.

À la fin du premier grand tour je passe 15^{ème} à quelques secondes du groupe de tête qui s'est formé et je ne parviens pas à le recoller... Ils ne sont qu'à quelques mètres devant moi mais mes jambes ne peuvent pas aller plus vite. J'ai l'impression d'être bridé comme si j'avais laissé quelques plumes dans la dernière course à Houffalize.

Le deuxième, troisième, quatrième et cinquième tour est un vrai calvaire et je vois les coureurs me doubler un à un pour reculer à la 21^{ème} place à deux tours de l'arrivée.

Comme un diesel je ne peux pas changer d'allure mais après plus d'une heure quarante de course les concurrents commencent à perdre leur avance de début de course. Sans le vouloir je suis un métronome et réalise à quelques secondes prêt le même temps à chaque tour ce qui me vaut de rattraper du monde sur le final.

Le top dix n'est qu'à quinze secondes mais la course est terminée et la belle remontée n'aura duré qu'un temps...

Je finis 12^{ème} de cette deuxième manche et me retrouve 7^{ème} du classement provisoire de la coupe du monde.

Le périple n'est pas terminé puisque nous repartons Vendredi direction Madrid pour la troisième manche.

À lundi prochain...

Cédric

1. ABSALON Julien FRA ORBEA 1:58:42
2. SAUSER Christoph SUI SPECIALIZED FACTORY RACIN 1:59:33 + 50
3. VOGEL Florian SUI SWISSPOWER MTB TEAM 1:59:36 + 54
4. SCHURTER Nino* SUI SWISSPOWER MTB TEAM 1:59:48 +1:05
5. PERAUD Jean-Christophe FRA ORBEA 2:00:35 +1:52
6. KESSIAKOFF Fredrik SWE FULL-DYNAMIX-IT 2:00:42 +2:00
7. STANDER Burry* RSA GT MONGOOSE 2:00:52 +2:10
8. CRAIG Adam USA GIANT MOUNTAIN BIKE TEAM 2:01:04 +2:21
9. MCGRATH Seamus CAN 2:01:14 +2:31
10. FONTANA Marco Aurelio ITA 2:01:22 +2:39
11. FUGLSANG Jakob DEN CANNONDALE-VREDESTEIN 2:01:32 +2:50
- 12. RAVANEL Cédric FRA TEAM LAPIERRE INTERNATION 2:01:37 +2:54**
13. ALVAREZ GUTIERREZ Ivan ESP GIANT ITALIA TEAM 2:01:41 +2:58
14. LEUCHS Kashi NZL CANNONDALE-VREDESTEIN 2:01:42 +3:00

15. LEJARRETA ERRASTI Inaki ESP ORBEA 2:01:47 +3:04
16. GUJAN Martin SUI ATHLETICUM-MTB-TEAM 2:02:04 +3:21
17. FRISCHKNECHT Thomas SUI SWISSPOWER MTB TEAM 2:02:08 +3:26
18. GRAF Jürg SUI SWISSPOWER MTB TEAM 2:02:12 +3:29
19. KABUSH Geoff CAN TEAM MAXXIS 2:02:17 +3:35
20. VAN HOUTS Rudi NED DOLPHIN-TREK MOUNTAINBIKE 2:02:18 +3:35

Sabrina Enaux comme si vous y étiez.

Jamais deux sans trois...Après le compte rendu de Cécile et Cédric, celui de Sabrina qui a subi un petit coup de moins bien ce week-end, ce qui ne l'a pas empêché de pianoter gaillardement...Qu'elle en soit remerciée. Lisons donc Sabrina:

"Voici un petit compte rendu de ce week-end à Offenbourg qui ne s'est pas passé pour le mieux pour ma part. Une 51^{ème} place à 16' de la tête, ce qui me fait 2H16 de course après les 2h20 d'Houffalize ça commence à faire beaucoup. D'ailleurs Offenbourg m'a paru 3 fois plus long !!! C'est comme ça quand on ne se sent pas bien, ce qui était mon cas ce dimanche 27 avril.

Un manque de jus sûrement mais aussi une fatigue passagère (je pense) car après Houffalize j'ai vécu trois mauvaises nuits plus celle après course (normal), c'est à dire quatre à cinq heures de sommeil maxi, et peut-être une récupération incomplète (surtout pour 2h20 de course).

Je décide même de reconnaître le parcours d'Offenbourg Jeudi matin et de rentrer chez moi (1H30 de trajet) pour revenir samedi matin afin d'optimiser mon sommeil.

La course : 2 start loops de 1,1km et 6 tours de 5,1km environ. Je me place sur le côté gauche pour éviter le rétrécissement au bout de 150m et éviter de mettre pied à terre comme l'an passé (j'étais repartie 65^{ème}). Je passe 30 et 37^{ème} aux start loops mais je suis obligée de récupérer, je serais pendant toute la course en recherche de souffle, mais aussi en besoin de récupérer sans cesse. Je passe 50^{ème} au premier tour et je ne remonterai pas, comme je sais le faire habituellement.

L'après Offenbourg, est aussi très dur je suis courbaturée, très fatiguée, hier lundi seule la position assise ou couchée m'allait bien. En plus, j'ai subi un début de gastro ou peut-être une petite intoxication alimentaire due aux aliments de l'hôtel (Virgile n'était pas bien non plus) m'a "achevée". Aujourd'hui c'est mieux mais ce n'est pas encore ça !!!

Maintenant, je pense au soleil espagnol que je vais retrouver dès ce jeudi.

Je voudrais réitérer tous mes encouragements et remerciements pour tout le staff qui doit gérer ce jour de course bien rempli et intensif où la gestion de 2 courses Elites avec 7 coureurs n'est pas facile (zone techniques éloignée, mécanique, bidon, topettes, roues, etc.) et surtout qui reprend la route juste après et arrive tard dans la nuit. Puis à l'arrivée : c'est pas fini comme disait Yvon dans son dernier mail car il faut décharger le camion puis il lui reste le nettoyage et rangement pour le voyage suivant. Merci à vous.

À bientôt
Sabrina."

Après deux manches de coupe du monde, on a donc déjà deux places de "15" à l'actif des filles, une pour Sabrina et une pour Cécile, une superbe place de "5" pour Cédric à Houffalize et une jolie place de "12" pour le même Cédric à Offenbourg...On continue de faire les comptes après Madrid!

Bon courage à toutes et à tous!