

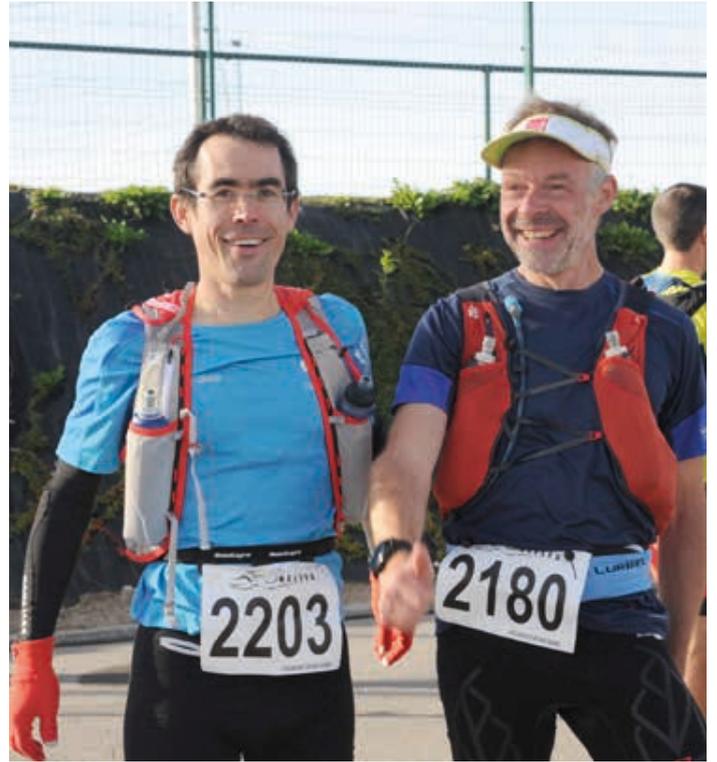


Trail des Hautes-Fagnes

SUR LES SENTIERS, EN NAGE...

Textes et photos : Stephan GRAWEZ

Qu'est-ce qui fait courir les *trails runners* ? La détente et l'exercice physique, ou la recherche de performances ? Chaque week-end, ils sont des centaines à s'élancer sur les sentiers et sous les bocages. La grand-messe des mollets a le vent en poupe. Et il y en a pour tous les goûts : du débutant, qui « court pour sa forme », à l'athlète aguerri. Le dernier week-end de septembre, le Trail des Hautes-Fagnes a rassemblé mille quatre cent quarante-deux participants.



REPÉRAGES.

8h30. Les premiers inscrits au Trail des Hautes-Fagnes (THF) se préparent. De six degrés à l'aube, le thermomètre en affichera plus de vingt l'après-midi. Aujourd'hui, trois parcours au choix : treize, vingt-quatre ou quarante kilomètres. Il y a quatorze ans, à son démarrage, le THF réunissait seulement cent soixante coureurs.

CLÉMENT ET MICHEL.

Inscrits aux quarante kilomètres, les deux comparses sont des habitués des trails. Clément s'entraîne toutes les semaines avec le GAG - Groupe athlétique de Gembloux. Michel habite à Chastre et vient de participer cet été à l'UTMB - Ultra Trail du Mont-Blanc. À 10 h, le départ du THF est donné.



RAVITAILLEMENT.

Vers 11h, douze kilomètres plus loin, une première halte est prévue pour reprendre des forces. Fruits, biscuits secs, eau ou boissons énergisantes. Le THF est encadré par cent trente bénévoles. Un des plus beaux trails de Belgique, au vu du parcours exceptionnel dans les Fagnes, autour de Xhoffraix.



PAS QUE LA PERFORMANCE.

11h15. Clément passe au premier ravitaillement. « *Je fais sept à huit trails par an. Le parcours est le critère numéro un. Ici, l'intérêt est la région superbe et le dénivelé. Le trail est moins régulier en efforts que sur la route. Le classement est intéressant pour moi, mais pas que...* »



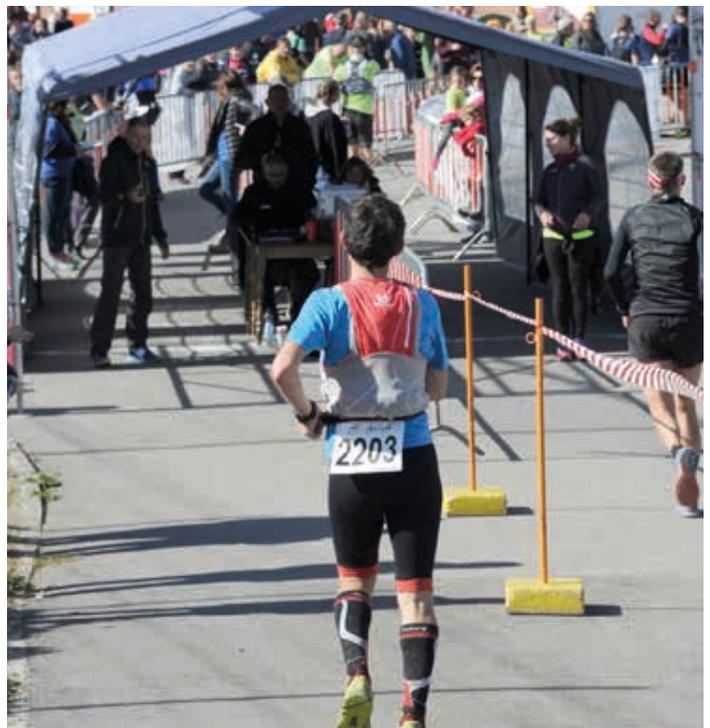
À CHACUN SES REMONTANTS.

L'ambiance au premier ravitaillement est assurée par le Brass Band de Xhoffsraix. Les notes de musiques résonnent dans la vallée de la Warche, de quoi donner de l'élan pour gravir les contreforts du château de Reinhardstein. Sur le parcours des quarante kilomètres, deux autres ravitaillements seront disposés.



NATURE ET CONVIVIALITÉ.

Le THF offre une diversité de paysages et un cadre naturel exceptionnels. Entre vallées boisées, rivières et hauts plateaux, chacun peut aussi trouver une certaine convivialité. Tout le monde n'est pas un pro, hyper musclé. Le trajet plus court est plus « familial ».



ULTIMES EFFORTS.

Clément franchit l'arrivée après 3h57 de course. Classé quarante-quatrième sur trois cent vingt inscrits à son parcours. Content de son résultat, malgré une petite chute. Michel, de son côté, est arrivé neuvième, en 3h28. « *J'ai amélioré mon score depuis la fois dernière* », se réjouit-il.