

17e édition du Millet Tour du Rutor Extrême à Valgrisenche (IT)  
28-29-30 Mars 2014

Seulement 4 jours après la mythique Pierra Menta, nous avons enchainé sur le Tour du Rutor. Même concept : des équipes de 2, et même état d'esprit : enchaîner des gros dénivelés, plusieurs jours de suite ; à la seule différence que le Rutor se déroule sur 3jours au lieu de 4. Ce qui nous fait un total de 17000m de dénivelé positif en 7 jours de course.

Le challenge de gagner toutes les étapes de la Pierra menta puis du Tour du Rutor n'était ainsi pas gagné d'avance, d'autant plus que dans les 4 premières équipes féminines du Tour du Rutor, nous étions la seule, dont les 2 coéquipières avaient fait la Pierra Menta.

Après notre réussite dans le beaufortain, Maude Mathys et moi-même avons appris à nous connaître. La stratégie de course semblant bien fonctionner, nous avons continué dans la même dynamique. 1<sup>er</sup> objectif : trouver un rythme de course qui nous conviennent à chacune sans se préoccuper des autres équipes féminines et en restant concentrées sur la gestion de notre effort. Au fil des étapes, les liens se resserrent, on ajuste notre organisation. Nous avons convenu de faire un départ rapide afin de se placer au mieux par rapport aux équipes masculines dès le début de course. Sur ce genre de course où nous sommes 600 coureurs au départ, c'est un paramètre à ne pas négliger. La gestion de la course au milieu des hommes n'est pas facile. Selon le nombre et la qualité des traces, la largeur du passage, la pente, la qualité de la neige, il peut être vraiment difficile de dépasser des équipes masculines qui partent souvent plus vite que les filles mais que nous dépassons par la suite.

Notre toute jeune équipe franco-suisse a encore très bien fonctionné sur le Rutor. Nous avons trouvé la bonne combinaison concernant la place idéale entre nous deux, après avoir compris nos points forts et faibles, les rythmes à adopter selon le terrain et en fonction des autres équipes, etc. Maude s'est finalement mise derrière moi. J'ai pris beaucoup de plaisir à « mener » l'équipe. Être en tête implique de choisir la meilleure trace ou trajectoire possible, à la descente et à la montée, savoir ralentir à certains moments, accélérer à d'autres plus propices au dépassement; être à l'écoute de sa coéquipière pour adopter un rythme qui lui convient, savoir garder la lucidité et assez de recul pour gérer également les autres équipes qui

évoluent avec nous, notamment à la descente, afin d'éviter les possibles collisions.

Le lien, la cohésion, et la l'envie de courir avec sa co-équipière fait la force de l'équipe. L'aventure que nous avons vécu ces dernières 2 semaines le prouve puisque nous avons réussi à remporter toutes les étapes sereinement et avec beaucoup de plaisir, malgré la difficulté et l'exigence des étapes.

Le Tour du Rutor constituait la 2<sup>ème</sup> étape du circuit de la Grande Course 2014. Je suis actuellement en tête du classement chez les féminines. Chez les hommes, c'est plus compliqué car ils sont actuellement 4 ex-aequo en tête du circuit : Mathéo Jacquemoud, William Bon Mardion, Mattéo Eydallin et Damiano Lenzi.

La prochaine étape pour mon équipe se fera aux côtés de Séverine Pont Combe lors la Patrouille des Glaciers en Suisse, le 3 mai. Mais avant cela la finale de la coupe du monde nous attend à Tromso, en Norvège, les 12 et 13 avril, avec respectivement la course individuelle et pour finir, le sprint. Ce dernier se fera sur le tremplin de saut à ski de Tromso. Un beau spectacle nous attend.

Bonne journée à tous  
Laetitia

