

Pour Sortir, votre agenda au quotidien

ROUFFACH - TRAIL DU PETIT BALLON

Eric et Carole, à l'unisson

Eric et Carole Millet, deux athlètes bien connus dans la région, membres du CCA Rouffach, préparent activement le Trail du Petit Ballon qui aura lieu le 20 mars prochain. Retour sur une carrière sportive exceptionnelle.



Le couple participe souvent aux mêmes compétitions, comme ici au Trail du Vieil-Armand, à Wuenheim. document remis

D NA : Quand avez-vous commencé à courir, et pourquoi ?

Carole Millet : Je courais au collège et Romain Siry [l'actuel président du CCAR Athlétisme] est venu me chercher. Je n'ai pas osé dire non ! Au début je faisais de la marche athlétique, ça ne me plaisait pas, ça fait mal aux hanches et aux mollets, on la pratique dans des stades... Après trois ans je me suis mise à la course sur route. Je suis partie cinq ans aux Pays-Bas dans le cadre de ma profession [elle a été horticultrice, puis ambulancière, aujourd'hui aide-soignante à Issenheim], et j'ai commencé à faire des longues distances. Mon premier marathon, c'était celui de New-York en 1995.

Ce qui me plaît dans ce sport c'est la liberté, personne ne vous dit quoi faire...

Eric Millet : Pour moi c'était plus tardif, je faisais du judo et je courais pour perdre du poids avant les compétitions. Je courais aussi beaucoup dans le cadre de mon service militaire... Bien plus tard, en 1997, j'ai pris ma licence à Rouffach.

De la course au trail grâce aux paysages

Car entre-temps, vous avez rencontré Carole...

Eric : Oui, c'était sur le Tour de « La France en courant ». Une compétition en relais que j'ai découverte en sillonnant le pays dans le cadre de mon travail [chez Orange]. Je l'ai faite dix fois... Avec Carole, nous avons répondu à la même annonce de recherche de coéquipiers. Ensuite on a fait ensemble le Marathon de Berlin, puis celui de Florence. Et en l'an 2000, on s'est installés à Osenbach.

Et là, vous êtes passés de la route au trail.

Carole : Grâce aux paysages ! De plus en plus de gens passent comme nous au trail et ne reviennent plus en arrière. Le trail est moins traumatisant pour le corps, on va moins vite, l'ambiance est meilleure entre les coureurs, plus familiale. On s'entraide beaucoup, par exemple quand un coureur tombe, on s'arrête pour le relever. Sur les marathons c'est différent, les gens ont le chrono en tête.

Et les magnifiques paysages permettent de se ressourcer. J'ai des souvenirs éblouis de l'Ultra-Trail du Mont-Blanc...

Eric : Moi c'était sur le Trail du Sancy, je me suis arrêté quelques minutes pour faire des photos.

Vous avez deux enfants de quinze et onze ans, un emploi chacun, comment trouvez-vous le temps de vous entraîner dans cette discipline exigeante ?

Carole : Quand les enfants étaient petits c'était effectivement compliqué, il fallait se relayer pour s'entraîner. Depuis quelques années, on peut de nouveau courir ensemble. Je travaille à mi-temps et en ce moment, je m'entraîne pour le 52 km du Trail du Petit-Ballon, cinq fois par semaine.

Eric : Pour moi c'est souvent stressant d'être à l'heure aux entraînements du club, j'y arrive tout juste ! Là je m'entraîne pour le Marathon de Paris, quatre fois par semaine.

Quels sont vos plus beaux résultats ?

Carole : Pour moi c'est deux fois 44h à l'Ultra-Trail du Mont-Blanc [170 km sur 10 000 mètres de dénivelé positif...] 3h05 au Marathon de Paris, finisher l'an dernier de la Diagonale des Fous, à la Réunion. Eric l'a faite deux fois, il l'a terminée en 2005.

Eric : Carole a gagné trois fois de suite le Trophée des Vosges. Quant à moi, j'ai fait le Marathon de Paris en 2h48 et j'ai de très bons souvenirs de mes dix Tours de France.

Eric, vous organisez le Trail du Petit Ballon, comment vous est venue l'idée de cette course dont la première a eu lieu en 2003 ?

Eric : C'est en voyant le Petit Ballon, on s'est dit qu'il méritait bien une course ! Au début, l'idée d'un trail n'allait pas de soi dans un club d'athlétisme traditionnel. Mais elle a fait son chemin, et aujourd'hui le Trail du Petit-Ballon est devenu une épreuve phare de l'Est de la France, du niveau de celui de Besançon. C'est une fierté de passer deux fois dans notre village d'Osenbach, placé au centre de la course, avec un ravitaillement à la ferme Gollentz. Cette année nous allons sans doute atteindre les 3700 inscrits, ce serait un nouveau record ! Mais on constate que les coureurs commencent à délaisser les longues distances, les inscriptions se tassent sur le 52 km et nous avons de plus en plus d'inscrits sur le 27 km (Circuit des Grands crus) et sur le 9 km (Mini-trail de l'Ane).

Un Ultra-trail Petit-Ballon, Grand Ballon et Ballon d'Alsace ?

Tout cela demande un important travail d'organisation ?

Eric : Oui, mais je suis bien aidé par la vingtaine de membres du comité qui se réunit tous les mois. L'organisation de la course commence le 1er juin de l'année précédente. Dans les dernières semaines il faut gérer les inscriptions, le balisage, la communication... Le jour-même, la remise des dossards et des prix. Beaucoup de bénévoles nous donnent un coup de main y compris nos enfants, même s'ils n'ont pas pour l'instant attrapé le virus de la course !

Des idées pour l'avenir ?

Eric : Notre rêve serait d'organiser un Ultra-trail Petit-Ballon, Grand Ballon, Ballon d'Alsace. Mais ce serait compliqué, et en mars il y a encore de la neige. Sinon, on va peut-être diversifier les courses afin de ne pas avoir de trop gros pelotons, pourquoi pas une course féminine, en couple, en relais, ou sur une nouvelle distance.

<http://trail.rouffach-athletisme.org/trail-petit-ballon>

Dernières inscriptions jusqu'au 13 mars sur www.le-sportif.com