

Dossier de Presse



Desert Oman Raid 2010
3^o Edition



Reportage | Desert Oman Raid

par Emmanuel Lacombe
Photo Organisation

Ultrafondus Décembre 2010

UN SUBTIL DOSAGE

PLAGES, MONTAGNES, CANYONS ET DUNES GÉANTES : LE SULTANAT D'OMAN OFFRE UNE DIVERSITÉ INCROYABLE DE TERRAINS À SE METTRE SOUS LES SEMELLES. EN 5 ÉTAPES ET 162 KM, LE 3^e DESERT OMAN RAID A RÉUSSI À MÉLANGER CES COMPOSANTS POUR OBTENIR UN RAID UNIQUE EN SON GENRE.



1 ANDRÉAS MEYERHOFFER, COORDONNATEUR DU RAID, ENQUÊTE SUR LE WILLAGAT AVEC DATMAN.

2 MON CEST ÉTOUFFANT, MONTENNET PAS UNE TONNE, EDNA, JÉRÉMIE, DESMÉT ET LES SABLES ÉTOUFFENT LES DUNES ÉTOUFFÉES.

3 LE WILLAGAT, DÉFINI PAR SES CANYONS ET SES MONTAGNES, EST UN TERRAIN D'ÉPREUVE.

4 LE PREMIER COUreur EST EN POSITION ET LE DÉPART EST DÉJÀ EN MARCHÉ. LES COURSEURS SONT DÉJÀ EN ROUTE.



Rien de tel pour bien commencer une course sur plusieurs jours qu'une première étape bien raide pour chauffer les jambes.

LE SULTANAT D'OMAN, à l'extrême sud-est de la Péninsule Arabique, est un territoire grand comme une demi-France environ, à la topologie presque aussi variée : bordé par la mer du nord au sud en passant par l'est, couvert par une large plaine désertique en son centre, et parcouru de hautes chaînes de montagnes au nord et au sud-est, Oman peut surprendre par sa diversité. Diversité également au niveau climatique, puisque l'air est par-

ticulièrement chaud et sec à l'intérieur des terres, humides en bord de mer, et plus tempéré, voire frais, dans les montagnes (qui culminent à 3 000 m). Le Desert Oman Raid propose justement de découvrir toutes ces facettes d'un même pays en cinq étapes.

Le mur. Rien de tel pour bien commencer une course sur plusieurs jours qu'une première étape bien raide pour chauffer les jambes. Celle du jour, après un pro-

logue de 4 km au bord de l'Océan Indien histoire de ne pas être cueilli à froid, est justement de celles-ci : 1 000 m de dénivelé positif sur 7 km, puis 26 km d'oscillations. Devant, ça cavale à toute allure pour pointer en tête - l'Italien Ivan Zuffertli et Christophe Le Saux ne lâchent rien -, derrière, ça rame un peu, avec déjà trois abandons. Le temps passe à l'orage, la nuit tombe, la température descend à 10°C. Eh oui, le bivouac se situe à 1 700 m d'altitude...

Canyons et gorges. Après les 33 km de la ville, c'est parti pour une seconde étape de 43 km, en pleine montagne, sur des chemins caillouteux, au beau milieu de canyons et de gorges grandioses. Devant, même rythme que la veille pour les deux meneurs, et derrière quelques coureurs se laissent aspirer par cette folle chevauchée. Toutefois tout le monde parvient au bivouac aujourd'hui, bivouac perché à 1 606 m d'altitude et duquel on aperçoit l'Océan Indien.

Dal mare al deserto: Katia regina dell'Oman

● Figini fa il bis: prima donna al traguardo e quinta assoluta. Per 'women to be'

Trail running

Tortona

... Katia Figini concede il bis. Un mese dopo il trionfo nella Sahara Race, la trail runner milanese, ma ormai tortonese di adozione, è ancora sul gradino più alto del podio, prima donna al traguardo del Desert Oman Race, quinta nella classifica assoluta, più veloce di molti colleghi maschi ai quali infligge distacchi importanti. Ordine di arrivo in fotocopia, come nella Sahara Race Katia è prima donna e quinta assoluta, con un tempo totale di 20 ore e 15 minuti per completare le cinque tappe, in tutto 170 chilometri, da una baia sul mare fino agli altipiani montuosi di Halout nelle prime frazioni e, nelle ultime due, attraverso il deserto sabbioso di Wahiba. All'arrivo un distacco enorme sulla seconda donna, oltre un'ora, e, anche la soddisfazione grande,

«perché ho completato, bene, la seconda delle cinque gare estreme del progetto 'Run for Women' - racconta Katia Figini, appena rientrata in Italia - cinque deserti in cinque continenti, una corsa per ogni lettera della parola 'women', perché la mia è anche una sfida per ac-

cedere i riflettori e spostare l'attenzione sulle donne e la loro condizione difficile in molti paesi del mondo». Katia ha ancora negli occhi, e nelle gambe, i 170 chilometri in uno scenario straordinario. «Ho corso bene - racconta l'atleta che ha iniziato a correre per caso, nel 2002,

grazie ad un amico appassionato di trail running - e sono felice di averlo fatto in Oman, dove avevo esordito nel 2008, già allora prima donna sotto lo striscione». Anche questa volta, dopo il suo arrivo a braccia alzate e con un meraviglioso sorriso, Katia ha srotolato e mostrato al mondo lo striscione dedicato al progetto che la runner e Run for Women vogliono realizzare. «Il progetto è 'Women to be', sostenuto dalla Fondazione Fondiaria Sai, per promuovere l'emancipazione femminile e dare maggiore visibilità a tutte le iniziative di crescita sociale, economica e culturale della donna». Katia Figini è intenzionata a srotolare ancora molte volte lo striscione, all'arrivo delle altre tre tappe di '5 deserti in 5 continenti', in America del Nord, America del Sud e Australia, entro settembre 2011. Se la trail runner tortonese riuscirà in questa impresa, stabilirà un record mondiale: prima e unica donna ad aver attraversato cinque deserti in un anno, in condizioni estreme.

Mimma Calligaris



Si sale anche nel deserto dell'Oman (FOTO CYRIL BUSSAT)



Al traguardo Katia srotola lo striscione di 'Women to be'

DESERT OMAN RAID

Purer Laufgenuss im Wüsten-Sultanat

PREGARTEN. Ein Abenteuer im Orient, eine 162 Kilometer lange Laufstrecke und zugleich der komfortabelste Lauf bisher war für den Ultra-Läufer Ambros Mühlbacher die „Desert Oman Raid“ im Sultanat Oman auf der Arabischen Halbinsel.

Beim sechsten Wüsten-Lauf von insgesamt 17 oder 18 Ultra-Läufen, die Ambros Mühlbacher bis-

her absolviert hat, ging es in fünf Etappen über 5000 Höhenmeter durch die Dünen und Berge des Wüsten-Sultanats Oman. Bei 44 Grad brütender Hitze begann der Lauf am Meer. Zwei Tage lang führte die Laufstrecke durch Dünenlandschaft, drei Tage lang ging es in die Berge, wo es empfindlich kälter war. „Der Lauf war mit 35 Teilnehmern von Brasilien bis Frankreich, von Spanien bis Kanada sehr familiär“, schildert der



Seine Österreich-Flagge hat Ambros Mühlbacher auch in den Orient begleitet.



Unendliche Wüste im Sultanat Oman: ein läuferischer Genuss für den Pregartner

Postbedienstete. „Und so einen Komfort habe ich bisher noch nie erlebt, wir haben weder die Zelte auf- noch abbauen müssen, und die ganze Verpflegung ist uns zur Verfügung gestellt worden“, schwärmt Mühlbacher. Von seinen bisherigen Ultra-Läufen, etwa in Südafrika, ist er es ja gewöhnt, mit sich selbst um jedes Gramm Gepäck und Verpflegung zu feilschen, um auf der Strecke nicht zu schwer tragen zu müssen. Den Lauf durch Berge, Oasen, Wadis und Dünen und an den Indischen Ozean konnte der bestens durchtrainierte Pregartner daher richtig

genießen, zumal es nicht um die Laufzeit, sondern ums Durchkommen ging. „Kurz vor dem Ziel habe ich mit meinem österreichischer Kollegen, mit dem ich schon den Marathon des Sables gelaufen bin, noch auf zwei Teilnehmer gewartet, wir sind gemeinsam über die Ziellinie gelaufen.“ Ein sportlich-faires Verhalten, das von den Veranstaltern höchstes Lob erhielt. Den nächsten großen Lauf hat Ambros Mühlbacher natürlich schon gebucht: Im März 2011 geht es zum ersten „Patagonia Antarctic Race“ in die Welt des ewigen Eises nach Südamerika. ■

Xavier Chau : treizième et gavé de désert

■ Xavier Chau est rentré chez lui. Le boucher de La Source, à Orléans, a couru au sultanat d'Oman l'un des raids aventure les plus durs au monde : 162 kilomètres de course à pied à travers la montagne et les dunes. Ses impressions.

De son périple au Sultanat d'Oman, Xavier Chau a gardé son dossard numéro 12. « Je le mettrai avec les autres ». Il a aussi ramené plusieurs centaines de photos, des égratignures et « un kilo de sable ». Et pour les proches ? « Ah, je n'ai rien rapporté pour eux. Mais bon, je n'étais pas parti en vacances... » En effet. C'est un sacré périple qui attendait Xavier Chau là-bas, en plein cœur de la péninsule arabe. 162 kilomètres de course à pied, 6.000 mètres de dénivelé positif cumulé... Le boucher qui habite Saint-Cyr-en-Val aura mis 25 heures et 26 minutes pour tout boucler. Treizième au classement général, à neuf heures du vainqueur. Peu importe. « Moi, je voulais finir, et j'ai fini. C'est le principal. Le niveau était très élevé. »

Durant cette course en 5 étapes, le bonhomme aura arpenté la montagne, franchi des canyons, traversé des villages troglodytiques, sillonné des vestiges vieux de

4.000 ans... « Il n'y a pas de mot pour décrire les paysages que j'ai vus ! C'était simplement magnifique. » Xavier Chau retiendra aussi le désert de Wahiba, qui occupe les deux tiers du pays. Il raconte : « Je voyais du sable à perte de vue et des dunes géantes. » Le tout sous une chaleur étouffante. « Oh, il faisait entre 45 et 50 degrés ! » C'était ça la vraie difficulté du raid, « je ne suis pas habitué à ce genre de température. C'était à la limite du supportable... » Il retiendra aussi l'ambiance « très conviviale entre les concurrents » le soir au campement. Mais il regrette de ne pas avoir parlé davantage avec les populations sur place : « Il y a la barrière de la langue. »

Courbatures au travail

Mais une fois le sac déballé et les anecdotes racontées, il y a le retour à la réalité. « J'ai repris le travail à la boucherie. » Il a fallu aussi répondre aux questions des clients qui voulaient prendre de ses nouvelles. « Ils sont très attentifs à mes performances. Beaucoup d'entre eux ont suivi l'épreuve sur Internet. Ils étaient pressés de connaître mes impressions. Tout ça c'est très encourageant, vous savez ! »

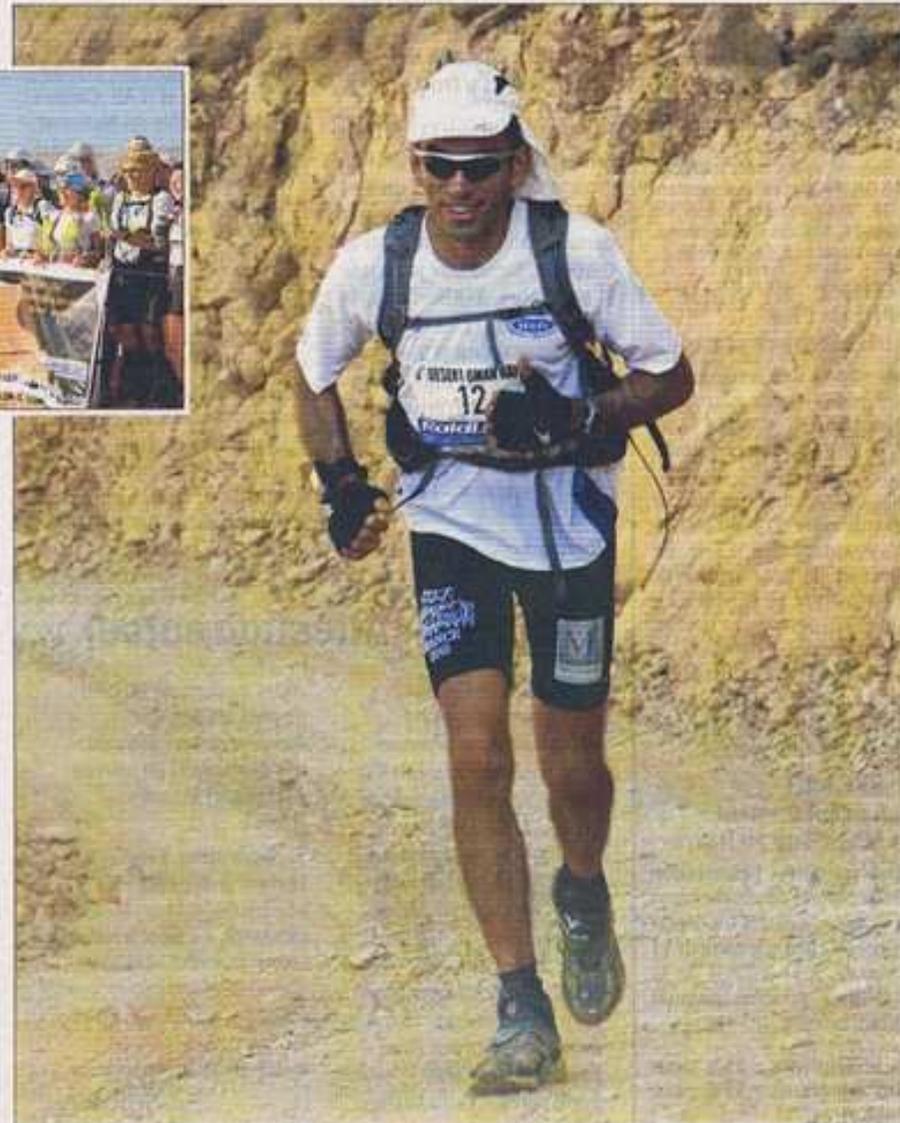
À 48 ans, le corps de Xavier Chau répond moins bien qu'avant forcément. En ce moment, c'est donc « repos



total pendant deux semaines ». Ensuite, il reprendra « doucement ». Il durcira le morceau après les fêtes de fin d'année. Il faut dire que le quadragénaire a déjà mis quelques croix sur son calendrier 2011. Fin février, ce sera le Lybian Challenge (215 km en autosuffisance). Début juillet, la Montagn'hard (120 km et 10.000 mètres de dénivelé positif cumulé). Et le gros morceau, c'est pour octobre, avec la Diagonale des Fous et ses 163 kilomètres qui traversent du sud au nord l'île de La Réunion... « Ce sera ma quatrième fois... » Ça va encore faire causer dans la boucherie...

Raphaël Godet.

Xavier Chau a repris le chemin de la boucherie, à La Source. Au contact d'une clientèle qui a suivi de près son nouvel exploit athlétique. (Photo : RSO-Cyril Fondeville)



Désert Oman Trail

Que renaissent les rêves !

DESTINATION LE SULTANAT D'OMAN AVEC SES MONTAGNES DE PLUS DE 2 000M SURPLOMBANT L'Océan Indien, SES WADIS, SES CANYONS, ET SURTOUT SON SUPERBE DÉSERT DU WAHIBA ET SES DUNES GÉANTES... SEPT NATIONALITÉS SONT REPRÉSENTÉES DANS LE PELOTON, DONT LE GRAND FAVORI EST LE FRANÇAIS CHRISTOPHE LE SAUX.

Texte de Cyril Fondeville - Photos RSO Cyril Bussat



Premier bivouac sur les bords de l'Océan Indien...

... pour 24h de contrôles médicaux et matériel, d'acclimatation, et de préparation psychologique où chacun se prépare à affronter « le Mur » de 1 000m de dénivelé sur 7km. Dès le petit matin du lendemain, c'est parti pour 32km de montagne ! Dès les premiers lacs, l'Italien Ivan Zufferi tente de distancer Christophe Le Saux, et arrive en trombe avec 4 minutes d'avance au CP 1 où le toutib contrôle tous les participants. Il ne lâche rien tout au long de l'étape et passe la ligne d'arrivée avec 19mn d'avance sur Christophe. Déjà trois abandons sur cette première étape qui arrive à 1 700m d'altitude.

Après une soirée conviviale, le soleil se lève sur le bivouac

Le temps de faire un point sur sa santé physique et mentale et le départ est lancé à 8h. Rapidement, Christophe Le Saux et Ivan Zufferi prennent de l'avance, en direction des magnifiques canyons et gorges qui composent cette seconde étape de 43km. Au km 18, 50% se séparent, et derrière, 18 coureurs se suivent en 20mn. Il est midi quand Christophe et Ivan achèvent la dernière portion en duo alors que le reste des coureurs attaque le col à 2 000m. Tous les participants au départ de cette étape, passent la ligne, sous les applaudissements chaleureux des coureurs ayant déjà rejoint le bivouac, perché à 1 606m et depuis lequel on aperçoit l'Océan Indien.

20km de dénivelé !

L'arrivée de l'étape 3 se fera les pieds dans l'Océan. Etape piégeuse car il faut appréhender le retour soudain de la chaleur et de l'humidité dans les derniers kilomètres. Une vue impressionnante s'offre aux participants tout au long de l'étape. Mais pas le temps de prendre

des photos pour Christophe Le Saux, le plus rapide dans cet exercice. Il boucle l'étape en seulement 1h18 et revient à 14m d'Ivan Zufferi au général. L'après-midi est consacré au transfert vers les dunes du Wahiba, avec un otop and go dans les pinces naturelles de l'oasis de Wadih Bani Khalid, avant de rejoindre le bivouac au cœur des dunes !

L'annonce du départ du troisième...

C'est parti pour l'étape 4 et ses majestueuses dunes à une hauteur parfois supérieure à 95 mètres. Après 24km, Christophe Le Saux dévale le premier la descente menant vers le Sama Camp. Il prend la tête au général avec 5mn d'avance sur l'Italien Ivan Zufferi. L'Espagnol, le Catalan, en très grande forme, vient s'emparer de la 2^e place à 12m du vainqueur. Derrière, c'est un peu la panique : 2 coureurs ont décidé de monter dans les dunes prendre de la hauteur et une douzaine se perdent en les suivant... Pour la 5^e et dernière étape, les coureurs sont transférés au petit matin vers le Safari Camp.

L'annonce de la plus difficile

42km avec une alternance de dunes géantes et de dunettes caillouteuses sous une chaleur accablante ! Christophe Le Saux, qui n'avait que 5mn d'avance au général le matin, croise l'écart tout au long de la journée. Il passe la ligne après 5h17 d'effort et peut savourer sa victoire : il est le 5^e vainqueur du Désert Oman Raid. Une arrivée finale pleine d'émotion après plus de 35h d'efforts déployés par certains durant cette semaine, qui restera sans doute gravée dans toutes les mémoires.

Comme toutes les aventures RSO, celle-ci (la 19^e !) se finit par un banquet où sont célébrés les vainqueurs du premier au dernier, tous plus riches d'une merveilleuse aventure humaine...



LA COURSE DE VALÉRIE

POUR LES 36 PARTICIPANTS AU 3^e DÉSERT OMAN TRAIL ORGANISÉ PAR R.S.O., LE SULTANAT D'OMAN EST MAINTENANT SYNONYME D'UNE AVENTURE HUMAINE ET SPORTIVE EXTRAORDINAIRE ET... D'AMPOULES AUX PIEDS !



« Nous étions donc 36 à nous élancer sur ce raid : des pros, des novices, hommes et femmes de tous pays, des bons, des incertains et des diabétiques, mais nous avons tous succombé à la beauté des paysages arides de montagnes, des canyons majestueux, d'un océan turquoise, d'un ciel lumineux et d'un désert grandiose. Chacun des 5 étapes étaient différentes.

La 1^{re} : redoutable !

On a grimpé sous une chaleur accablante pendant des heures : 1034m de dénivelé sur 5km (d'ailleurs 3 abandons dans les premiers kilomètres) mais ensuite un parcours un peu plus clément et de magnifiques paysages pour arriver à plus de 2 000m d'altitude où pulis, polaires, duvet et soupe chaude étaient les bienvenus.

La 2^e : longue mais somptueuse !

45km dans ce décor parfois laid au fil des villages, canyons, vallées encaissées avec quelques insulations, des coups de fatigue et le début de petite bobos, mais toujours un super bivouac le soir pour nous accueillir et nous retaper autour d'un dîner convivial, même perché à 2 500m d'altitude !

La 3^e : une horreur !

20km tout en descente (2 000m-) pour rejoindre le niveau de la mer, quitter les sommets et surtout retrouver une chaleur étouffante avant de plonger dans l'océan. Tout le monde a dévalé la piste ! Résultats : beaucoup de blessures plus ou moins gênantes, contractures, courbatures, grosses ampoules et autres entorses. Ce soir là, même après une halte dans l'oasis paradisiaque de Wadi Bani Khalid, tout le monde a une démarche nettement moins élancée... Le 5^e bivouac fut très différent : notre premier au milieu de nulle part, en plein désert après un transfert rocambolesque en 4x4 en pleine nuit. On attendit avec impatience le lever du soleil à 6h pour découvrir notre nouvel environnement...

La 4^e : un nouveau terrain de course dans le désert du Wahiba Belle descente et douceur du matin, avant d'affronter un soleil de plomb pour 24km de découverte du désert Omanais. Des ballées, des check points, quelques chamaeux qui nous regardaient l'air perplexe, des 4x4 qui klaxonnaient, jalousement cette étape qui se transforma en jeu de piste et nous prépara au Marathon du lendemain ; mais avant cela, notre première nuit, à combien méritée, dans un vrai lit au Sama Camp !

La 5^e : l'apothéose !

42km dans un autre désert, cette fois, très très désertique ! Nous n'avons croisé personne, pas même un chameau errant, et pourtant aucun coureur ne s'est perdu. Debout à 4h, départ 7h, les 10 meilleurs s'élançèrent 15mn plus tard... C'était parti pour... 5h15 pour le plus rapide et 11h pour le plus courageux ! Au final, des souvenirs plein la tête, une révélation pour certains, un exploit pour d'autres, une victoire sur la douleur, les doutes, des efforts récompensés.

Et la cerise sur le gâteau ? Une équipe de bénévoles aux petits soins qui nous a chouchoutés, soulevés de nous rendre les épreuves plus agréables, de nous faire rire, de nous ravitailler (comme nous étions contents de les voir avec leur coca chaud et leurs tartines de fromage !).



RÉSULTATS	
Hommes	
1 Christophe Le Saux	16h52mn
2 Ivan Zufferi	17h28mn
3 Lluís Vilas Bonet	18h55mn
Femmes	
1 Katia Fajó	20h15mn
2 Marina O'Boise	21h23mn
3 Emanuela Deden	22h55mn



ATHLÉTISME / RAID

L'autre vie du boucher de Saint-Cyr-en-Val

■ Le mois prochain, Xavier Chau s'envole pour Oman. Il s'attaque à l'un des raids aventure les plus durs au monde : 162 kilomètres de course à pied, de la montagne, des dunes de sable et 6.000 mètres de dénivelé positif cumulé...

Dans le bourg de Saint-Cyr-en-Val, tout le monde sait qui est Xavier Chau. C'est le boucher. Mais peu de Saint-Cyriens connaissent l'autre « vie » du bonhomme. Celle d'un mordu de course à pied. « Cela donne un côté sympathique dans ma relation avec mes clients. Il y en a qui viennent me voir juste pour connaître mon résultat de la veille... »

A 48 ans, Xavier Chau a traversé le monde à l'usure de ses godasses. Il a couru une trentaine de marathons. En Europe : Paris, Berlin, Londres, Budapest, Copenhague, Prague, Vienne, Venise. En Amérique du Nord : New York, Chicago. En Asie : Pékin. C'est d'ailleurs là-bas dans la capitale chinoise qu'il a fait son meilleur chrono, 3 heures et 14 minutes.

En bon boucher, Xavier s'est aussi attaqué à des morceaux plus coriaces. Comme « la Diagonale des Fous » qu'il a courue trois fois. C'est l'un des raids les plus durs au monde : long de 163 kilomètres, il traverse l'île de la Réunion, du sud au

Xavier Chau va bientôt s'attaquer à un programme terrible : 162 kilomètres en plein cœur de la péninsule ibérique.



nord... D'ailleurs, l'arrivée à Saint-Denis après 37 heures de course restera « sans aucun doute mon plus beau souvenir sportif ».

6.000 m de dénivelé

C'est ça la vie de Xavier Chau. À 48 ans, ce père de deux enfants rythme ses journées entre la boucherie et l'entraînement. En moyenne, il sort quatre heures

par semaine. Il trottine autour du stade, cavale sur les bords de Loire, crapahute en forêt de Sologne, monte et descend les escaliers « sans compter ». Un peu de muscu aussi ? « Disons que je porte des colis de viande à longueur de journée, c'est aussi efficace que les haltères... »

Début novembre, Xavier Chau va donc laisser les clés de sa boucherie à ses cinq salariés. Il

s'envolera pour Oman. Situé en plein cœur de la péninsule arabe, le sultanat d'Oman est entouré de montagnes et d'eau. Et au beau milieu, des milliers de kilomètres de sable : le désert de Wahiba occupe les deux tiers du pays !

Et c'est dans l'immensité de ces dunes blondes que Xavier Chau prendra le départ du Désert Oman Raid début novembre.

Au programme : 162 kilomètres de course à pied. « C'est un raid qui a une très bonne réputation, se rassure l'artisan-boucher. Je me sens prêt, je suis en forme. » Dans son sac, comme à chaque fois, il glissera une seringue et de l'éosine. « C'est pour les ampoules, ça me rassure d'en avoir avec moi. C'est un peu mon gri-gri », se marre Xavier Chau. Mais il rigole beaucoup moins

En bref

Organisateur. Raid Sahara Organisation (RSO).

Edition. Troisième.

Nombre d'étapes. 5 (3 de montagne, deux de sable).

Lieu. Sultanat d'Oman, désert de Wahiba.

Distance. 162 kilomètres

Dénivelé positif cumulé. 6000 mètres.

Nombre de coureurs. 45. Nombre de nationalités. 6 (Autriche, Belgique, Canada, France, Italie, Palestinien).

Suivre la course en direct. www.raidsahara.com

Renseignements. organisation@raidsahara.com.

quand on lui rappelle que 6.000 mètres de dénivelé positif cumulé l'attendent, là-bas, en Oman. « 6.000 mètres, ce n'est pas rien quand même ! » Au pays des contes des Mille et une Nuits, les escaliers de Saint-Cyr-en-Val pourraient bien hanter l'esprit de Xavier.

Raphaël Godet.