



Départ à 4h40 de Grenoble ...

Avant le départ on s'entraîne au tir : Valérie met tout dans la cible, c'est bon signe ! Pour ma part c'est pas trop mal non plus...



Départ en masse sur la route en direction des pistes de ski : avec une petite montée sympathique pour l'échauffement, les skis plus ou moins bien fixés sur le sac à dos. Ca part un peu trop vite pour moi, Valérie est devant.

Pour la section ski de fond : Dom a décidé de laisser ses chaussures de course sous un sapin, ce qu'il fait effectivement ... car on n'en a à priori plus besoin, ce n'est pas la peine de s'alourdir ! Petite montée en ski de fond puis sur le plateau avec le soleil qui se pointe timidement, la neige est bonne et les skis glissent bien, on double Sybille et Dom ...

Biathlon (Valérie tire moins bien qu'à l'échauffement : 3 pénalités : je fais 3 tours en ski de fond autour du stade enneigé).



Départ pour la CO, on choisit les balises ensemble, elle me donne un gel bizarre à la fraise j'ai pas trop l'habitude de manger ces trucs ; on part à pied avec les chaussures de ski de fond car on va marcher dans la neige dans 300 m , on monte, 1 ère balise, on chausse les skis ... on hésite un instant et on voit Dominique, du coup on fait la CO ensemble d'un commun accord en s'expliquant nos choix, presque tout en ski, c'est ce qui semble le plus approprié (j'ai la carte en mains et je comprends tout !) on se crispe dans une descente pas damée sur une route forestière, avec des traces de partout et une neige assez dure (je goute 3 fois la neige, elle est toujours aussi bonne ! les jambes et les bras écartés prêts à tout changement de traces et d'état de la neige, on doit pas être beaux à voir... le truc c'est de sortir des traces pour ralentir, facile à dire !)

A la fin : une petite portion de ski de fond le vent dans le nez nous fait perdre quelques minutes sur Sybille et Dom ...



On arrive pour le dernier biathlon (j'en rate 2) on fait le dernier tour ensemble , le temps s'est sérieusement refroidi !

Quelques photos pour fixer le moment on rentre au chaud . un bon plat de pâtes - quelques étirements très sérieux (mais Valérie a la tête ailleurs) sur les conseils de Sybille et sous les regards des autres raideurs dans un coin du gymnase ...

La remise des prix à la minute où elle avait été annoncée le matin ! Sacrée organisation !

On repart avec une belle peluche d'écureuil et un bon d'achat de 50 euros utilisable de suite dans le magasin d'en face, sympa le Jura (mais ça je le savais déjà !)



Vivement le Jura 4 pattes, épreuve d'été organisée par le même comité Jurazimut.

Retour dans la soirée à Grenoble, des images de neige plein la tête, vivement lundi qu'on puisse se reposer !

Pascale