

Raid du Curnic (29) – 5 juin 2017

Petit raid à Guisseny le lundi de pentecote. L'objectif étant juste de voir comment fonctionnent les jambes car je n'ai pas encore couru de raid et si peu de CO cette année.

Un raid fléché, ça faisait longtemps !

10 km de trail sur la grève, la plage et quelques bosses du sentier côtier. 43 min, assez content du chrono pourtant il y a du monde devant ...

Puis 25 km de VTT en 3 boucles, 2 belles montées, quelques passages techniques mais le reste est très roulant.

C'est donc en 1h55 que je boucle ce raid en mode « cerveau débranché et boussole à la maison » à la 5^e place (30 s derrière le 4^e).



Un raid sympa dans ce joli petit coin du Finistère.

