



Dimanche 04 juillet 2010

Parcours 31 km - 1050 D+

Départ commun sur la Place d'Armes au centre de Caudebec en-Caux. Après avoir retiré votre dossard au PC de course ou pris un café à la terrasse du coin, n'attendez pas le mascaret en bord de Seine, il a disparu depuis 50 ans !



Au top départ vous effectuerez le tour de la place d'Armes puis passerez au pied de l'église Notre Dame, véritable dentelle de pierre datant du 14ème siècle et des quelques maisons à pans de colombages ayant survécu à la **Seconde Guerre Mondiale** puis contournerez les célèbres marches pour emprunter un nouveau passage plus large et roulant. Vous entamerez la première difficulté, 100 mètres de dénivelé tout en douceur, à négocier prudemment car le chemin est encore long.

En route pour la montée qui vous emmènera vers le massif forestier de la **Haie-des-Près**. Le chemin vous conduira au-dessus des coteaux de la Seine par une descente au hameau de **Rétival**. Le sentier bien vallonné surplombe la route du **pont de Brotonne** avec quelques belles vues sur le marais de **Saint-Wandrille-Rançon**. Cette partie de parcours est vallonnée avec pas mal de relance, profitez-en pour trouver votre rythme de croisière car les grosses difficultés de la course vont bientôt pointer le bout de leur nez.



Le premier ravitaillement apparaîtra au 9ème kilomètre. La suite, c'est 7 kilomètres de montées et descentes qui vont vous amener au Hameau de **l'ouraille** pour le second ravitaillement. Avancez prudemment car les pentes sont raides.

Juste après **l'ouraille**, vous emprunterez un chemin ombragé et mystérieux débouchant sur une petite clairière ... avec descente en rappel ! S'en suit une descente rapide, un virage à droite vous et vous voilà devant une des côtes qui a le plus gros pourcentage, preuve à l'appui (voir page suivante).

Sur la droite, c'est l'organisateur de course qui tente de courir dans cette redoutable côte du 18ème kilomètre. Il s'agit de la côte du **Val Godard**, effrayante grimpette de 300 m.

La suite se passe dans les sous-bois ou vous longerez le hameau de la **Seronnerie**. Un long faux plat qui se termine par un raidillon. En haut un chemin de campagne vous permettra de récupérer avant de retourner en forêt pour le dernier tiers de la course.



Retour dans les bois pour une descente vers le hameau du **Coquesoit** où une montée ardue vous attend. La suite c'est quelques kilomètres longeant la lisière du bois et qui se termine dans le fond de la vallée de la **route des Vaux**.

Notre sanglier **jaune*** a bravé la neige hivernale pour vous dénicher une magnifique montée d'environ 500 mètres. Elle commence progressivement mais méfiez vous de ce qui vous attend en haut après le virage à gauche....

*** Si quelqu'un souhaite faire connaissance avec le sanglier jaune, il se peut se présenter au départ et demander Gilles M.**

Passage dans le village de **Sainte-Gertrude**, après avoir dégringolé de la forêt par une cavée bordée de buis et traversée de la rivière ... surprise rafraichissante.
Courage l'arrivée est proche, plus qu'une grimpette !!! C'est aussi le lieu du 3ème ravitaillement.



Sainte Gertrude
Après 26 kilomètres et 900
mètres de dénivelé
positif
Le plus dur est fait !!!



Une dernière côte d'une dizaine de minutes vous fera prendre de la hauteur. Un dernier chemin, en sous-bois, une descente rapide et technique et vous voilà aux abords de Caudebec-en-Caux. Vous traversez le marais en longeant la rivière puis vous faites une arrivée bien méritée sur la place d'Armes.

Bravo aux vainqueurs 2009

