



Défis Raoul II 13 et 14 mai 2023

Les retours du 100 km de marche nordique

L'édition initiale de 2016 avait mobilisé 8 partants. Les concurrents avaient géré eux-mêmes leurs ravitos. Le tracé comportait pour l'essentiel deux Y répétés sur la voie verte. Mais ils l'avaient fait. Cette année c'était la 6ème édition (2 années annulées pour COVID). Après une croissance continue, ce sont 113 concurrents qui ont pris le départ. « L'intégrale » qui suit regroupe sans filtre la quarantaine de retours reçus dans les deux jours suivant l'arrivée. Que nous disent ces retours ?

Les concurrents 2023 ont apprécié :

- ✓ La bienveillance des bénévoles souriants et attentionnés
- ✓ Les ravitaillements en richesse et en variété
- ✓ L'offre de soins de fin de parcours, podologue et ostéopathe
- ✓ L'accompagnement VTT
- ✓ L'esprit de non compétition, de solidarité, de convivialité
- ✓ L'organisation avant et pendant, la réactivité des réponses
- ✓ La beauté du parcours, des paysages, de la forêt
- ✓ L'utilité du tracé GPS, pour ceux qui en disposaient
- ✓ Les départs différés et le regroupement à l'arrivée
- ✓ Le flochage du « finisher » à l'arrivée

Les concurrents ont par ailleurs déploré :

- ✓ Les insuffisances et les failles de balisage
- ✓ Un final en forêt trop long et le double ravito à Landéan

Ces retours ont conforté et « boosté » nos bénévoles qui se disent **d'ores et déjà prêts à nous accompagner l'an prochain**.

Ces retours nous invitent, nous organisateurs, à poursuivre nos efforts pour :

- Améliorer la **régularité, la visibilité, l'homogénéité du balisage** pour éviter les passages sous-balisés, les doubles XX ou les rubalises non annoncées.
- S'assurer de la mise en place des panneaux prévus pour **signaler les km sans balises** (Voie verte). Communiquer à l'avance sur leur existence.
- Mieux anticiper l'indisponibilité d'un baliseur et le **report au lendemain du balisage** correspondant (In fine, balisage allégé de la fin de parcours 2 heures avant le passage)
- Préparer des **solutions palliatives aux aléas** qui ne manqueront pas de subvenir (pannes répétées d'un quad cette année et incivilités altérant le balisage)
- Mieux organiser le feed-back des équipes de balisage et détecter avant le départ un **tronçon non balisé** (Entrée forêt 100 km)
- Concevoir des parcours évitant les AR, superpositions et autres **tracés générateurs d'hésitations ou d'erreurs**. (Ravitos Landéan, Voie verte Montaubert)
- Plus inciter les concurrents de se doter d'un guidage GPS

L'intégrale des retours

Amplifier le balisage surtout dans Fougères

Sinon très bonne organisation, les points de ravito sont très bien, et les bénévoles super.

Bravo pour ce travail

Quel bel aventure, très sympathique ambiance.

Le seul bémol le balisage, il est vrai que malheureusement des balises ont été retirés, mais c'est un détail !

J'avoue que cette marche seule, je me serais perdue plus une fois.

Beaucoup de positif : un beau parcours, des personnes vraiment sympathiques et des ravitos exceptionnels!

Un vrai bémol : les problèmes de balisage!! Nous avons fait 107,5 km au lieu des 100!! C'était plus que pénible..`

Je reviendrai l'année prochaine et là je le referai pour le finir . Je vous remercie de ce que vous avez fait pour notre abandon qui vous a obligé à vous déplacer à 4h pour nous donner nos clés de voiture en attendant de pouvoir récupérer notre sac. Moi je dis bravo, à vos bénévoles et l'année prochaine je ne le gênerai pas car je finirai le 🏃‍♀️ 👍

C'est une très très belle épreuve.

J'ai beaucoup apprécié le début de course le passage dans le château ainsi que la montée vers la ville. Très bonne idée.

Beaucoup de diversité au niveau des paysages sur la première partie, dommage que nous passions de nuit dans le parc floral.

Le parcours de nuit principalement en voie verte est tout-à-fait adapté.

La 3ème partie en forêt est splendide. Il nous permet d'en mesurer l'immensité. Forcément un peu long, mais il faut bien trouver les km.

Nous avons bénéficié d'une météo exceptionnelle et surtout d'une équipe de bénévoles attentionnée , délicate et joyeuse.

Les ravitaillements sont de grande qualité

Les petits sandwichs fortement apprécié.

Il manque si possible d'eaux gazeuses.

Concernant le parcours, nous nous sommes égarés à plusieurs reprises. Quelques balisages manquaient, en quittant la voie verte, en forêt...Le tracé GPX y a remédié !

Merci à vous pour cette édition..... continuez 🙌 👍

Belle épreuve avec ravitaillements bien organisés.

(il ne faut pas de grosses pommes entières mais seulement des tranches)

Il y a eu de nombreuses erreurs de parcours faute de balisages insuffisants ou malveillances. Pour notre part on a solutionné avec l'application.

A la sortie du dernier tunnel aucun balisage.

Même si l'on avait un bel environnement dans ce lieu qui je ne connaissais pas se pose néanmoins la question de la sécurité (malaise, crise d'épilepsie etc..)

Par où commencer ? Ça va être long sorry

Le départ avec une boule au ventre car tjs cette appréhension de ne pas finir... Mais déjà des encouragements... Puis on arrive sur st germain... une jolie bande de copains et des chansons qui viennent à notre rencontre... ça booste et au 1er ravito j'ai tjs pas faim mais je me force... Valérie Maryse et toute l'équipe sont là et sont radieuses

Un joli coucher de soleil avec tout le monde

2eme ravito au parc floral... La bande de copains Sophie mes parents ma bm et mon homme sont là... Ouh on continue c'est obligé

On se change on mange et ça repart... J'ai la pêche ! Une java bleue avec Florence Michel Josette et Patricia...

3eme ravito au Bois Guy...

On a croisé ceux qui repartaient de là (Richard et Nadège)... C'est pas facile moralement mais on tient bon... La bande de copains et mon homme st là... On se régale de la soupe bien épicée et si réconfortante... (Peut être penser à retirer les peaux de bêtes au sol... On culpabilise de marcher dessus avec nos pieds si cracra)

Allez on repart et on encourage ceux que l'on croise à notre tour

Arrivée (enfin au tunnel !)

Sophie est là ouh il est 3h du matin... Merci

Daphné et son accent chaleureux

Une tite photo ds le tunnel et c'est reparti...

On arrive sur Beaucé... Purée que c'était pas facile ici... Le jour se lève (enfin) il fait froid...

La petite clique de 5 s'étire et je reste en fin avec Lydie qui commence à avoir mal à son genou...

Stéphane son patron puis Séverine une copine viennent à notre rencontre sur Laignelet puis ses enfants et son homme avant le ravito de la Foucherais... purée que c'est bon tout cet Amour .. je suis émue pour elle et ça la rebooste+++ ! On mange les sandwiches et les sourires des bénévoles je les dévore j'en ai besoin...

Et c'est reparti pour le prochain ravito...

On repart... David devant puis Lulu et Tassine et..... moi et Lydie plus loin... On arrive sur Landéan

- Une amie de Lydie vient à notre rencontre... Merci car j'avais besoin d'elle pour Lydie... Dur dur...

Et puis nos chers parents sont arrivés... Et nous ont amenés à ce 1er ravito de Landéan... Solange, Daniel que c'est bon de vous voir! Sophie et Séverine tjs présente

David repart puis Lulu et Tassine... Et nous avec papa et maman... Ils choisissent de faire la boucle qui nous ramène à Landéan 2 (2 ravitos au même endroit... C'est vraiment vraiment dur

mentalement... Mais je comprends côté organisation...) Nous marchons très lentement... Céline

qui n'a pas pu le faire cette année est avec moi... elle nous envoie des ptis messages... des

chansons qui nous font du bien... Et Lydie craque en milieu et reste avec maman (son mari est venue les chercher) son genou lui fait trop mal... Mon doudou (papa) reste avec moi et continue

jusqu'à Landéan 2... Je lui dois bcp... On a croisé Tassin puis Lulu et Tassine qui terminaient ces 12

derniers km... Là je comprends que je vais finir seule... C'est très très dur mais je tiens pour pas craquer devant papa...

Dernier ravito Chantal est là... Mais si vous saviez comment c'était bon... Je n'oublierai jamais un pti câlin à papa et Pierre et son petit Maël et c'est reparti

et on a fini à 5 avec Cédric Florence (respect) et Patricia... C'était long mais on a réussi

Merci Amand... Tu peux être très fier de ton organisation les bénévoles bah ne changez rien...

Cette bienveillance que j'M ds l'asso...

Nathalie ton sourire à l'arrivée est si précieux... Et tes mots à l'oreille... Merci pour tout. Merci LA VIE

Bonjour à vous tous, je vous remercie pour votre dévouement et votre belle organisation, j'ai vu de jolies paysages. Un grand merci à tous les bénévoles qui apportent soutien et réconfort qui sont précieux pour réaliser ce gros challenge difficile. J'ai vu aussi beaucoup de photographes, de jour et même de nuit, merci à eux, j'aimerais savoir si les photos pourront être mise à disposition aux marcheurs via un lien ou autres afin de pouvoir les récupérer et les garder en souvenir.

C'est la 1ere fois que je venais à votre 100 km :

Organisation parfaite. Ravito super. Bénévoles : chapeau car être attentif comme cela même à 4/5 h du matin. Bravo bravo !!!!

Circuit très bien avec des forêts splendides (dommage que le parc après un ravito soit fait dans la nuit car était très beau)

Pour moi tout parfait sauf :

Le balisage vraiment pas terrible : manque d'indications dans certains endroits (le pire dans Fougères) problème dès le démarrage avant d'entrer dans la forêt ; trace GPX (pas pour moi car je n'avais pas pu la télécharger) qui ne correspondait au circuit au dire de certains marcheurs .etc ...

Je veux bien croire que des pancartes ont été enlevées mais je pense que suivant les baliseurs bénévoles c'est plus ou moins bien fait (des tronçons étaient impec !).

C'est dommage qu'un si grand nombre de marcheurs râlent à cause de ce point important alors que c'était un excellent 100 km.

Perso je reviendrais l'an prochain si je peux télécharger sur mon tél le circuit et être sûr que cela corresponde.

Très beau défi, ce 100 km.

Les ravitos étaient à des justes distances, merci à tous les bénévoles pour leurs encouragements, leur présence, leur sourire.

La petite soupe a été d'un réel réconfort !!

L'absence de panneau après le ravito de Fougères, avant le ravito de Landéan n'est pas facile à vivre pour le moral.

La dernière étape dans la forêt avant d'arriver à Fougères a été interminable car nous étions seules sans savoir si nous étions sur le bon chemin. Merci aux bénévoles qui étaient présents à la fin, pour nous indiquer la direction après la forêt car nous étions déjà à 100km et moralement, c'est compliqué de devoir faire plus que l'objectif fixé.

Pour conclure, une très belle expérience, merci beaucoup !!

Une des jupettes ou des étoiles filantes

Et bien par où commencer... Par remercier l'association et tous les bénévoles c'est tellement agréable d'arriver à chaque ravitos et d'avoir des mots d'encouragements... Tout le monde a été super... Ravitos toujours bien fourni les 2 ravitos avec potage ont fait beaucoup de bien...

Concernant le circuit... Dur mais bon c'est la distance qui veut ça j'imagine 🤔. Le balisage par endroit était pauvre voir inexistant mais on m'a dit à l'arrivée que des personnes avaient supprimé certaines balises (ils sont vraiment pas malins)

Vous pouviez pas faire autrement mais être en forêt toute la journée hier c'était hyper dur psychologiquement et de se dire au premier ravito à Landéan qu'il faut qu'on revienne au même endroit ds 15 km c'est très dur enfin pour ma part. Vous aviez les contraintes horaires de la forêt mais j'aurai je pense plus apprécié de voir le parc floral et le château du bois Guy de jour, là il faisait nuit du coup on voyait rien.

Et pour moi le chemin après la voie verte vers Beaucé la nuit m'a semblé interminable et très dur. A l'arrivée j'ai apprécié le massage récup de l'ostéo !

Mais sinon de superbes paysages, une météo top, de jolies rencontres avec d'autres marcheurs bref après une bonne nuit je peux dire que c'était un beau défi...

Bravo à tous les bénévoles et à l'association.

Mes félicitations ainsi que tous les organisateurs , pour ma part il me manquait des kilomètres dans les jambes , mais une bonne préparation pour mon trail de la Réunion en octobre.

Mon groupe (nous étions une bonne dizaine) a été confronté à un manque de balisage dont une difficile à trouver, nous nous sommes retrouvés avec d'autres dans la même situation, plus de balisage vers Montaubert et après le tunnel du Nançon, nous nous sommes retrouvés à plusieurs à chercher, j'ai pour ma part repris un groupe qui partait vers Javené.

As tu peut être eu ce retour ?.

Bravo pour les ravitaillements ainsi que de leurs accueils

Encore un grand merci pour

L'organisation en amont (administration)

L'organisation de l'ensemble de l'épreuve

Le parcours même si pour moi trop de bitume 😊

La gentillesse la bienveillance et la disponibilité des bénévoles aussi bien au départ aux ravitaillements qu'à l'arrivée.

Petit bémols pour la signalisation. (104 km à l'arrivée).

Les bénévoles aux ravitaillements n'étaient pas au courant des distances jusqu'au prochain ravitaillement.

Mais tout ça pour vous dire encore merci.

Merci pour cet événement. Une très bonne organisation et beaucoup de gentillesse de la part de tous les bénévoles. Quelques soucis de panneautage surtout sur Fougères. Il serait peut être

intéressant que les bénévoles aux ravitaillements puissent nous indiquer le kilométrage pour le prochain et l'endroit où l'on redémarre. C'est vrai que nous avons la liste des ravitaillements mais bon 🙄 en tous les cas merci encore à vous.

pour une première participation,

Points positifs :

Bénévoles super impliqués

Parcours très varié et très plaisant

Ravitos impressionnant de diversité

Ambiance de départ et d'arrivée très conviviale

Podologue et kiné au top

Point moins positif (il faut en trouver au moins un)

Manque de signalétique après le tunnel.(Merci la trace GPX..)

Et un kilomètre avant l'arrivée (au niveau du haras)

Mais on a déjà vu pire sur des 12kms

Bravo à toute l'organisation et bon debrief.

D'abord bravo pour l'organisation de cette manifestation. L'accueil des bénévoles souriant bienveillant encourageant efficace est parfait à tout point de vue. Des ravitos copieux et complets et toujours l'accueil des bénévoles au top. Le seul petit bémol reste celui du balisage qui nous quelques pas supplémentaires dont nous serions bien passés surtout à la fin 😊. En forêt au début une double croix sur le parcours à emprunter (+2 km) l'accès au jardin des fêtes raté nous avons dû utiliser Google MAP pour nous y rendre. À la sortie du tunnel aucune indication. Nous étions une vingtaine à nous demander où aller. Apparemment de nombreuses balises avaient été subtilisées. Malgré cela encore bravo pour l'organisation de cette manifestation et un grand merci aux bénévoles

Essentiellement des félicitations :

Ce que j'ai apprécié

* à chaque fois que je vous ai envoyé un mail, vous répondez aussitôt

* le site de Fougères et le parcours super. La petite visite au départ, super idée

* les bénévoles, merveilleux, disponibles, aimables, serviables, à l'écoute, etc.....

* les ravitos super, variés, bien fournis

* l'accès aux sacs : parfait

* les podologues et ostéo : super génial. Pour ma part j'ai eu un petit massage des pieds à l'arrivée, c'était vraiment agréable

Le seul bémol mais je pense que vous le savez car nous sommes unanimes

* le balisage : là vraiment il faut faire quelque chose car c'est horrible de se perdre. Une première fois au départ dans la forêt, une seconde fois la nuit à la sortie d'un pont sous lequel on passe, le dernier tronçon dans la forêt sur le retour.

Il y a des grandes parties sans aucune indication.

Pour faire beaucoup de compétitions et si je peux me permettre au vu de mon expérience

* il n'y a jamais trop de balises, même si c'est évident pour celui qui balise, c'est bien de toujours faire un rappel sur un chemin par une balise qui rassure que l'on n'est dans la bonne direction (chez nous en forêt tous les 250 m il y a une pancarte)

* la rubalise : par endroit il y en avait, mais au début on s'est demandé si c'était vraiment pour nous ou bien si c'était pour une autre épreuve car ce n'était pas mentionné dans l'explication de votre marquage. La rubalise en plus des pancartes c'est vraiment bien, c'est visible.

* Suggestion : une pancarte tous les 10 km indiquant 10 km - 20 km - 30 km etc..... c'est ludique, ça nous marque bien où on en est et on prend une petite photo devant !!!!

Je recommanderai sans souci votre épreuve, je suis rentrée heureuse.

Merci mille fois à vous tous. Bien remis de cette belle aventure

Je tiens à remercier l'ensemble des bénévoles de cet événement

La gentillesse l'empathie le dévouement des bénévoles a été remarquable merci encore de nous avoir permis de réaliser ce défi tant sportif qu'humain

La qualité des ravitaillements a été exceptionnelle

Le bémol serait sur le balisage du parcours qui quelquefois abondant et quelquefois insuffisant voire néant en considérant toutefois que proche de la ville certaines balises auraient pu être détournées à votre insu, ce qui ramène le 100 km à peut-être 105kms

Félicitations pour votre organisation et votre implication sur cet événement

Je reviendrai

Un grand merci à tous les bénévoles.

Les ravitos, l'ambiance, l'organisation globalement parfaits.

Un petit bémol concernant le balisage, je ne me souvenais pas avoir autant galéré l'an dernier.

C'est vraiment pénible d'envoyer une critique à des personnes qui se sont tellement dévouées pour que tout soit une réussite mais puisque ce message sert à ça...

En ville après le tunnel, pas une seule balise pour retrouver la voie verte. Avec le GPS et les souvenirs de l'an dernier pas de soucis mais je pense à ceux qui y passaient pour la première fois. J'ai l'impression que vous avez dû vous faire subtiliser des panneaux. En forêt après le premier ravito, je fais partie des 4 personnes qui étaient plus ou moins en en-tête et qui se sont fourvoyées n'arrivant jamais à retourner au ravito. C'est probablement uniquement de notre faute car nous avons dû louper une flèche, mais à aucun moment nous n'avons eu de doute car le sentier était parfaitement balisé mais nous étions sur la mauvaise partie du circuit. Comme c'était balisé, personne ne pensait à regarder son GPS. Heureusement, un d'entre nous habitant dans le secteur a fini par se douter qu'il y avait un souci.

Nous sommes donc retournés à Fougères avec 88 km au compteur pour éviter de retrouver le ravito avec 120 km au final.

Et là, grand merci à l'organisation qui nous a permis d'homologuer nos 100km en nous adjoignant un cycliste pour nous faire faire la boucle de 14km. On a été 3 à se mettre un grand coup de pieds aux fesses et à repartir.

Sans doute recevrez vous qq remarques sur le fait d'avoir eu à patienter avant l'entrée en forêt (40 minutes environ en ce qui me concerne) mais on ne peut pas tout prévoir.

Encore un grand merci

Pas je vous ai précédemment envoyé un mail pour vous dire que j'avais emporté le sac en toile du 370 au lieu du mien. Une bévue incompréhensible due à la fatigue et j'en suis désolé. Si vous me communiquez l'adresse je le lui renvoie car il y a un survêtement perso dedans .

Tout d'abord , merci pour cette belle édition des défis Raoul 2

Pas beaucoup de propositions.

Peut-être, pour le balisage , prévoir si possible plus d'équipes, pourquoi pas une équipe par passage entre ravito ?

Moins de forêt (personnellement je n'ai rien contre les voies verte , mais je sais que ce n'est pas un avis partagé par beaucoup) et surtout ne pas être limité par l'horaire pour pouvoir y rentrer.

Je tiens à souligner la belle implication des bénévoles à tous les niveaux, mais , je suis bien conscient de la difficulté de les trouver

Tout d'abord,un grand merci pour cette belle aventure !

Sans vouloir paraître trop critique, imaginant la difficulté et le travail à fournir pour organiser une telle manifestation, il me semble important de préciser que le balisage est vraiment à améliorer : Très lisible à certains endroits et beaucoup moins voire inexistant sur d'autres sites, avec les conséquences que cela implique...

Enfin, pour terminer sur une note positive, une équipe de bénévoles d'une grande gentillesse et tous très disponibles sur les ravitaillements et chez les organisateurs.

Bien à vous et merci encore

Bonjour et merci à tous les bénévoles de Thalysport qui nous ont encore une fois offert l'occasion de participer à une superbe journée sportive.

« Les Bretons » étaient quatre cette année et le fait que les deux nouveaux du groupe soient repartis satisfaits et heureux nous laissent espérer qu'on soit encore plus nombreux l'année prochaine.

Le retour,

L'organisation en général:

Du point de vue du marcheur, le déroulement de l'épreuve paraît fluide, l'impression encore et toujours d'une organisation souple, solide et rassurante.

Le départ avec un petit passage au château: superbe

La gestion des sacs: encore une fois parfaite: surtout ne rien changer

La restauration : un vrai bonheur non seulement pour la quantité et la qualité des produits mais aussi et surtout pour le sens de l'accueil.

Les soins pendant et la fin du parcours à préserver: le premier à l'entrée des boucles dans la forêt «je continue ou pas», le deuxième à l'arrivée « vais-je consulter demain»; j'ai bénéficié du deuxième.

Le fléchage aussi était dans son ensemble plus que satisfaisant : sans fléchage avec tous les GPS du monde, pas de parcours possible. Les piquets en plastiques sont clairement identifiables et le fait qu'ils soient blancs sur la face sans le logo s'est avéré salutaire : ils nous ont fait comprendre à un moment donné qu'on avait pris le parcours à l'envers. L'association croix/direction s'est révélé pour nous efficace, on s'en méfiera quand on les verra par deux sur un même panneau la prochaine fois.

Nous avons apprécié que la dernière partie du parcours soit dans la forêt : agréable et reposante pour les pieds.

Un petit coucou aussi à ceux qui nous ont accueilli avant le ravitaillement pour vérifier notre numéro que nous retiendrons par cœur jusqu'à l'année prochaine.

Enfin, les liens téléphoniques en ce qui nous concernent ont bien fonctionné, « on a signalé les incidents, on a été guidé » merci pour la réactivité.

- Les 100 km ou les 24 heures de Fougères ?

Le fait que le nombre de participants augmente, que la formule du départ en plusieurs groupes soit aujourd'hui par vous retenue, que l'augmentation du nombre de bénévoles n'est pas exponentielle vous contraint à borner le temps et nous oblige à le gérer.

- Description chronologique de notre parcours :

Nous avons comme matériel un GPS de randonnée, associé avec l'application Komoot dont les commandes vocales nous permettent de vérifier que nous sommes en accord avec le fléchage. On peut alors s'abandonner à la marche, regarder les paysages, écouter les oiseaux, faire taire les chiens, refaire le monde.

L'incident « majeur » du fléchage, a été celui de l'inversion des panneaux au début de parcours, en rentrant dans la forêt.

Le fléchage jusque là était clair et nous nous sommes reposés tout de suite dessus, les participants du groupe font connaissance, on cause on se laisse guider par les panneaux, on ignore l'application qui nous informe qu'on est plus sur le chemin, privilégiant inconsciemment le visuel à l'informatique. Bref, on se perd tous ensemble ; dans les 20 du groupe, ceux qui sont partis en trombe reviennent, c'est par ici, non c'est par là, les bretons sortent leur matériel sophistiqué, Komoot nous retrouve le chemin, on fait confiance à l'informatique et on n'écoute pas les plus malins, les bretons suivent les instructions de l'outil qui montre le chemin, les autres partent dans la direction opposée et vont se perdre ailleurs, on a pitié d'eux, on les plaint et on se retrouve, comme dans Asterix seuls contre tous, jusqu'à ce que Jean-Marc s'étonne que les panneaux offrent à notre regard caché leur face ronde, blanche et donc obscure : nous faisons le parcours dans l'autre sens. On honnit l'informatique, on refait confiance aux panneaux, je ramasse le goudron et les plumes, on retourne au « panneau deux croix », je n'ai plus d'amis. Et là ya débat, parce que les deux croix, c'est quand même pas la bonne direction et mes copains lesquels ne veulent plus entendre le mot Komoot optent pour l'intuition ; ils prennent le dernier chemin crédible pendant que je reprends tous mes outils pour faire le point en marchant, je deviens autoritaire : stop, on passe par les deux croix, point final. Comme leur choix intuitif est pentu, on me suit sans conviction, jusqu'à ce que la machine éructe : « vous avez rejoint le tour », ce que le panneau suivant confirme.

Résultat des courses : 1 km 500 de plus mais plus d'autres compagnons de route, une méfiance rédhibitoire sur le fléchage et surtout une perte de temps conséquente qu'on passera le reste des 100 km à essayer de récupérer mais sans jamais y parvenir, pour rentrer dans les temps de ravitaillement impartis.

Nous étions désormais derniers de notre groupe et nous le resteront.

Nous faisons parti de ceux qui préparons cet évènement et étions relativement aptes à subir avec nos pieds des erreurs d'aiguillage, nous en avons eu deux : le premier ci-dessus évoqué, le

deuxième, contrairement au premier, étant de notre fait puisque nous avons suivi un panneau destiné aux 24 km, ce qui nous coûtera 3 km de plus, au total une heure de marche , ce n'est pas dramatique mais ça pique quand même un peu.

Nous n'avions pas imaginé que la gestion du temps deviendrait pour nous aussi prenante, nous obligeant à faire des choix aux ravitaillements : comme choisir entre manger, nous changer nous soigner, pour rester dans les créneaux impartis.

Les limites de l'application Komoot :

Je n'avais jusque là utilisé Komoot comme outil de guidage vocal que sur des boucles fermées sans repasser sur des segments déjà parcourus.

En fait, quand on sort du « tour », l'application ne se souvient pas du sens de la marche du parcours contrairement par exemple à l'application wikiloc, qui elle vous envoie un message d'alerte et vous demande lorsque vous changez de sens si c'est bien de votre fait.

Quand on arrive au Bois Guy, Komoot donne toutes les cinq secondes deux informations successives et incohérentes, elle devient « insensée" et ce même si on est sur la route...

De même, sur le chemin du retour, l'application peut choisir l'embranchement qui vous amène à refaire le parcours...

En ce qui nous concerne, les deux seuls endroits où le fléchage nous a paru défailants étaient

- à la sortie du tunnel après le ravitaillement sur le parking, jusqu'après la boîte de nuit
- dans la dernière partie du parcours dans la forêt: nos GPS ont été surexploités.

La sortie du parc floral la nuit a été folklorique. On a traversé un pont de singe, on a tourné en rond, mais c'était marrant...

Le seul petit regret c'est que l'heure du départ fait que l'on n'a pas pu admirer les châteaux et les merveilles du parc floral.

En conclusion :

Un super souvenir, et un grand bravo à ceux qui ont fléché le parcours.

Sur 100 km c'est de l'art et il y a de la marge avant que la marche nordique de Fougère ne se transforme en marche d'orientation.

Pardonnez-moi si mes commentaires sont un peu longs mais le temps que j'y est passé pour être le plus clair possible se veut à la mesure de votre investissement..

Merci pour la qualité de l'organisation de cette épreuve, la gentillesse et le dévouement des bénévoles.

Voici quelques commentaires:

Points positifs:

moins de km sur la voie verte,
moins de km sur le bitume,
bon positionnement des ravitaillements,
présence d'ostéopathe et de podologues,
bonne ambiance durant la course,
nouveaux panneaux de fléchage.

Points négatifs:

balisage défailant sur plusieurs endroits du parcours,

attente de plus d'une heure avant de pouvoir entrer dans la forêt,
fin du parcours des 100 km en même temps que les participants au 42 km.
Ce fut, encore une fois une bonne édition de ce défi (c'est ma 4^{ème} participation)
Bravo aux organisateurs.

Bonsoir oui j'ai adoré cette aventure facile physiquement dans les débuts comme vous le savez et très dure au fil des kilomètres un grand merci aux organisateurs et bénévoles dans ma galère j'en garde de bon souvenirs et pleins de choses à raconter dans mon entourage. Je recommanderais à des personnes de ma famille ou autres de vivre cette expérience formidable....

Tout d'abord merci pour ce défi à 95% réussi

Par thème:(dans le désordre d'importance)

- Ravitos:

- La découpe kilométrique des ravitos sur le parcours et leur avitaillement ... bien. Ravitaillement bien diversifié (sandwich .. super agréable) à garder

mais :

- En cas de pluie plusieurs auraient eu besoin d'abri ainsi que les marcheurs.es

- Le parcours:

- Les secteurs jusqu'au Bois Guy : très bien très varié

- La marche sur la voie verte de nuit très sécurisée donc bien (la voie verte de nuit c'est mieux que de jour ou les kilomètres semblent plus long)

- Les piquets-balises réfléchissants. super agréable car visible la nuit..

- % de route : très bien

- Le passage dans le château au début très bien,

mais:

- Des secteurs pas préparés : champs d'orties (km 23) amusant au début seulement, sentiers trop long dans des herbes trop hautes (km 57)

- Des manques de balisages qui auront fait faire des kilomètres en trop : ex des le début du premier bois (km 5) ou nous avons prévenu l'organisation... ou au km 85, heureusement, le fichier GPX nous a évité de nous perdre.

- Les rubans-balises non réfléchissants ... dommages

- Trop de forêt le dimanche, trop monotone .. entrée en forêt à 6H... sortie à 15h... il aurait été intéressant d'alterner entre forêt et campagne

- Démarrage de la 2^{ème} section dans le parc floral... le fichier GPX et le balisage complètement différent.. ce qui nous a occasionné des A/R dans le parc ne sachant pas à qui se fier. le terrain faisant foi.. le GPX est à mettre à jour à la fin...

- Les 2 derniers kilomètres dans la ville ... bof mais la pente était favorable et sans escalier peut être garder

- Les ravitaillements de Landéan1 et 2 ... à revoir ... trop loin des chemins.. trop de route pour les rallier, surtout lorsque l'on y arrive, une fois ravitaillés, c'est moins dur.

Je commencerai tout d'abord par vs remercier vous Amand, de vos mails, vos mots sont justes et tj bienveillants.

Merci également de proposer ce défi exceptionnel.

Un grand merci aux bénévoles très accueillants, encourageants et à nos petits soins quelque soit l'heure des ravitos. Un vrai bonheur de se sentir attendu avec des sourires. Les bénévoles viennent vers nous pour nous faire du bien, et ça c'est hyper motivant quand notre corps ne veut plus que notre tête veut continuer, ce geste de venir vers ns en ns servant ns booste pour repartir, tout est possible avec autant de soutien. Vraiment merci à tous !

Les points à améliorer seraient le balisage, parfois absent mais j'ai entendu que des malins les avaient retiré. Très dur quand on ne connaît pas de se retrouver. On a réussi à trouver notre chemin grâce à l'entre aide entre marcheurs, nous avons tj eu une bonne âme pour nous guider et là merci à tous les marcheurs.

Il nous a semblé qu'il y avait plus que 100km et là c'est difficile de dépasser car notre tête est programmée pour 100 et qd la montre indique mission accomplie et que nous étions encore en forêt ce fût dur dur d'apprécier cette forêt mais quel bonheur cette arrivée sous l'arche avec musique, soleil et la médaille sans oublier ce tee-shirt Finisher !

Les tee-shirts sont top. Le début également génial avec le passage au château. Les ravitos étaient adaptés surtout la soupe, j'aurai aimé du chocolat chaud mais le café était bien aussi 😊

Merci grâce à vous j'ai découvert une partie de moi encore méconnue, j'étais avec mes amies en rose vous nous avez surnommé les drôles de dames mais aussi tahitiennes, nous étions des étoiles filantes. Notre tenue nous a aidé car on était reconnue, cela a amené de la couleur autour de nous. Merci de votre accueil !

Bravo à tous votre organisation au temps passé. Vous aussi vous avez fini votre mission qui doit être aussi un sacré challenge

Tout d'abord un grand merci aux bénévoles, balisage, VTT, circulation... ils étaient aussi d'une grande gentillesse lors des ravitos .

Bravo pour les nouveautés 2023, notamment moins de bitume et ravito supplémentaire. La visite de Fougères en début de parcours était plaisante.

La mixité du parcours entre les 100 et 42 km permet aux deux groupes de se côtoyer.

L'inconvénient, notamment avant le ravito du 73ème à Landéan, le chemin était peu large, les marathoniens avaient du mal à nous dépasser.

Enfin les soins à l'arrivée sont appréciables. Peut-être que la présence d'un e podologue plus tôt (ravito du Bois Guy ?) sur le parcours permettrait de limiter la gravité des ampoules.

Merci pour l'organisation d'un tel évènement.

Tout d'abord un grand grand merci, quelle belle organisation, avec une masse de travail énorme. Nous avons juste galéré par des manques de balisages sur certaines zones (sans parler des zones totalement dé-balisées) mais je pense que chacun doit aussi assumer ses responsabilités car finalement nous n'avions pas téléchargé le balisage, pour ma part j'ai été fainéante car je n'avais pas envie de gérer mon portable.....alors les 7 km supplémentaires on les assume, alors je pense que c'est certainement plus facile de relativiser lorsque le challenge est réussi, en revanche pour

les personnes qui ont abandonné, cela donne parfois un argument de responsabilité pour les organisateurs.

Les ravitaillements étaient des vrais festins, je n'ai finalement pas consommé grand-chose de mon stock.

Voilà pour les retours, je remercie encore toute l'équipe et je me charge de faire un très belle pub de ce challenge, à bientôt, autour d'un verre pour fêter cela,

1ère expérience qui restera inoubliable . Merci à tous. A Amand bien sûr et à tous les bénévoles en amont (préparation et balisage) et à ceux présents toujours avec le souriants et encourageants.

Des supers ravitos. Et des marcheurs solidaires jusqu'à l'arrivée.

Bravo à tous . Une pensée pour Bernard et Lydie qui ont eu des petits soucis physiques. Vous avez été super courageux 🥰

Bonne récupération à tous(dur dur de mettre des chaussures aujourd'hui 🏃)

Et bon courage et merci à ceux qui effectuent le dé-balisage aujourd'hui

Bonjour à vous tous de Thalysport, bravo à tous et à toutes pour ces beaux défis des 100 km, 42 km, 24 km 🏆🏅👏 Quel bonheur grâce à Thalysport, à notre cher Maître Amand et toute la très belle équipe de bénévoles, du balisage (au dé-balisage), des ravitos, des bénévoles des petits

doudous... Merci pour ces beaux défis riche en émotions,

des souvenirs, une belle aventure humaine. Merci pour toutes ces belles personnes qui nous ont accompagnés pour nous permettre de réaliser notre défi, bonne récupération à vous.

Thalysportez vous bien

Quel bonheur grâce à Thalysport, Amand et toute la très belle équipe de bénévoles qui, du balisage (au dé-balisage), des ravitos (à toutes heures) Daniel et Didier que l'on a vu partout prêts à aider.

Toutes ces belles personnes qui nous ont soutenus, motivés, accompagnés tout simplement pour nous permettre de réaliser notre DEFI

Un grand MERCI

je voudrais également remercier quelques personnes qui ont travailler dans l'ombre et dans l'urgence et avec pas mal de difficultés pour que ces défis puissent se réaliser, Stéphane et David qui jusqu'au bout du bout se sont battus pour réaliser un balisage le plus parfait possible.

Un grand coup de chapeau également pour ces marcheurs et marcheuses qui discrètement, patiemment ont su aider , motiver , accompagner ceux et celles d'entre nous qui malgré leur envie de réaliser leur DÉFI, **100** , 42 , ou 25 , étaient en difficulté et qui sans cette aide , cette main tendue ni seraient probablement pas arrivés

BRAVO et MERCI à vous tous

Et le bonheur qui est le mien aujourd'hui n'a d'égal que la reconnaissance que j'ai envers vous tous.

Tout d abord, merci à tous les bénévoles, je suis extrêmement satisfaite de votre organisation, de votre gentillesse et sens du relationnel à tous les ravitos.

La qualité des sols était équilibré même si le bitume n est pas mon meilleur ami, il fait partie de nos vie de citadins , Le parcours en forêt était exceptionnel et la voie verte est un challenge moral. Si les escaliers peuvent disparaître , n hésitez pas , surtout en début de course , mes genoux n ont pas apprécié.

Le balisage était bien fait, une erreur sur le début du parcours en forêt, malgré l information avant le départ que je n' ai pas compris. Un vol sur quelques kilomètres en sortie de Fougères a fédéré un groupe autour de mon téléphone et du parcours téléchargé j'ai eu droit au surnom de la dame au GPS. Je reste étonnée que tant de personnes partent sur un ~~100~~ km sans étude du parcours ni carte téléchargée. Vous avez fait le max en terme d infos sur le parcours. Sur le dernier kilomètre dans Fougères plus de balise ... souci les batteries de téléphone ne tiennent pas toujours 20h la fatigue ne nous rend pas intelligent 🤪 , être exigeant particulièrement sur le dernier tronçon est bienvenu.

Les ravitos ne changer rien, c'est génial, je suis tombée sous le charme du triangle de pain de mie jambon emmental tomate concombre ❤️ du ravito du Bois Guy, au point de le redemander à chaque fois , je le préfère au pain (moins facile a manger)

le transport du sac est super , cela nous soulage nos dos.merci

le tee-shirt finisher , c est super.

les massage podo , excellente idée mais je n ai pas eu la chance d y accéder, pas prioritaire car je n avais pas d ampoule 🤪 , j ai abandonné après avoir été par 2 fois doublée

Des douches à l arrivée ça serait nirvana.

Le sens du défi est respecté , la solidarité et la bienveillance sont au RDV.

tout ça pour vous dire ne faite bouger que quelques détails ... car c était déjà super ...

merci merci et encore merci , a l année prochaine

Oui j'ai adoré cette aventure facile physiquement dans les débuts comme vous le savez et très dure au fils des kilomètres un grand merci aux organisateurs et bénévoles dans ma galère j'en garde de bon souvenirs et pleins de choses à raconter dans mon entourage. Je recommanderais as des personnes de ma famille ou autres de vivre cette expérience formidable....

Tout d'abord, un grand merci à tout vos bénévoles. accueillants, souriants, disponibles, arrangeants. vraiment très agréable.

rien à redire non plus sur le parcours du 100. super ! et que dire des ravitos !!! au delà de leurs positionnement réguliers, ils étaient complets, copieux, de qualité. très bonne gestion également des sacs (1 avant la nuit -un poil tard- et 1 le matin)

==> rien à changer !

bien évidemment, le GROS point négatif pour bon nombre de concurrents, le balisage. mais sans doute cela vous a t'il déjà été remonté... plusieurs choses si je peux me permettre concernant le balisage en lui même.

==> attention au fond blanc des panneau, pas toujours bien visible (notamment les croix) en sous bois ou en pleine lumière. préférer un fond orange, rouge.

faire en sorte que l'indicateur de direction soit visible avant d'arriver à un croisement. si possible un panneau pour signaler un changement de direction et une rubalise quelques mètres plus loin

pour confirmer le tracé. l'idéale étant un balisage à 2 personnes. une qui pose la balise et une autre 50m en retrait qui doit pouvoir la visualiser. le but étant d'anticiper le changement de direction et non d'arriver dans un croisement et de chercher la balise à droite, à gauche. concernant les balisages incohérents, absents, enlevés... j'ai bien conscience qu'on ne balise pas un 100kms comme on balise un 10. ceci étant, être paumé en forêt à cause d'un balisage incohérent ou être paumé dans un village par manque de balisage et tout ça en pleine nuit... pas facile... on se rallonge... ça énerve !!!

==> mettre l'accent dans votre com sur l'intérêt pour les concurrents de s'équiper si possible d'une trace GPS numérique ou papier. lors du briefing d'avant départ insister sur l'intérêt de se regrouper pour affronter la nuit, peut être envisager le passage de vététistes sur les différentes portions 1 heure avant le départ de la 1ère vague pour une dernière vérin ?

encore merci pour l'organisation de cette très belle manifestation.

Tout d'abord un grand merci pour cette organisation mais aussi à l'ensemble des bénévoles (organisation, retrait des sacs concurrents, podologue, ostéo) sans quoi rien n'est possible.

Balisage : à la sortie du tunnel pas de balisage présent ou peut être enlevé par des personnes malveillante idem jusqu'au rond point a coté de la boîte de nuit.

Dans la forêt de fougère dans la deuxième boucle pas assez de balisage ou peut être aussi enlevé

Ravitaillement : peut être prévoir vers les deux derniers des compotes plus facilement assimilable, que des sandwichs, ceux au pain de mie sont très bon et plus facilement assimilable que le pain.

Pour les sacs parcours, préciser avec des feuille sous plastique les N° de sac à sac et de savoir où est ce qu'on les redépose. Sans indication, j'ai déposé le mien prêté de la brouette.

T-shirt : précisé que cela taille petit car le S que j'ai pris ne taille pas comme les autres S que j'ai vêtement sport et du quotidien, il est très très ajusté, j'espère qu'il va se détendre pour que je puisse le porter à minima.

Tout d'abord merci pour ce défi. a 95% réussi par thème:(dans le désordre d'importance)

- *Ravitos:*

- La découpe kilométrique des ravitos sur le parcours et leur ravitaillement ... bien. ravitaillement bien diversifié (sandwich .. super agréable) à garder mais :

- En cas de pluie plusieurs auraient eu besoin d'abri ainsi que les marcheurs.es

- Le parcours:

- Les secteurs jusqu'au Bois Guy : très bien très varié

- La marche sur la voie verte de nuit très sécurisée donc bien (la voie verte de nuit c'est mieux que de jour ou les kilomètres semblent plus long)

- Les piquets-balises réfléchissants. super agréable car visible la nuit..

- % de route : très bien

- Le passage dans le château au début très bien,

mais:

- Des secteurs pas préparés : champs d'orties (km 23) amusant au début seulement, sentiers trop long dans des herbes trop hautes (km 57)

- Des manques de balisages qui auront fait faire des kilomètres en trop : ex des le début du premier bois (km 5) ou nous avons prévenu l'organisation... ou au km 85, heureusement, le fichier GPX nous à évité de nous perdre.

- Les rubans-balises non réfléchissants ... dommages

- Trop de foret le dimanche, trop monotone .. entrée en foret a 6H... sortie a 15h... il aurait été intéressant d'alterner entre foret et campagne

- Démarrage de la 2eme section dans le parc floral... le fichier GPX et le balisage complètement différent.. ce qui nous a occasionné des A/R dans le parc ne sachant pas à qui se fier. le terrain faisant foi.. le GPX est a mettre a jour a la fin...

- Les 2 derniers kilomètres dans la ville ... bof mais la pente était favorable et sans escalier peut être garder

- Les ravitaillements de Landéan1 et 2 ... à revoir ... trop loin des chemins.. trop de route pou les rallier, surtout lorsque l'on y arrive, une fois ravitaillés, c'est moins dur.

mais surtout merci pour cette édition.. on sent un énorme travail d'organisation pour arrivé a cette qualité...

Bravo

Je commencerai tout d'abord par vs remercier vous Amand, de vos mails, vos mots sont justes et tj bienveillants.

Merci également de proposer ce défi exceptionnel.

Un grand merci aux bénévoles très accueillants, encourageants et à nos petits soins quelque soit l'heure des ravitos. Un vrai bonheur de se sentir attendu avec des sourires. Les bénévoles viennent vers nous pour nous faire du bien, et ça c'est hyper-motivant quand notre corps ne veut plus que notre tête veut continuer, ce geste de venir vers ns en ns servant ns booste pour repartir, tout est possible avec autant de soutien. Vraiment merci à tous !

Les points à améliorer seraient le balisage, parfois absent mais j'ai entendu que des malins les avaient retiré. Très dur qd on ne connaît pas de se retrouver. On a réussi à trouver notre chemin grâce à l'entre aide entre marcheurs, nous avons tj eu une bonne âme pour nous guider et là merci à tous les marcheurs.

Il nous a semblé qu'il y avait plus que 100km et là c'est difficile de dépasser car notre tête est programmée pour 100 et qd la montre indique mission accomplie et que nous étions encore en forêt ce fût dur dur d'apprécier cette forêt mais quel bonheur cette arrivée sous l'arche avec musique, soleil et la médaille sans oublier ce tee-shirt Finisher !

Les tee-shirts sont top. Le début également génial avec le passage au château. Les ravitos étaient adaptés surtout la soupe, j'aurai aimé du chocolat chaud mais le café était bien aussi😊

Merci grâce à vous j'ai découvert une partie de moi encore méconnue, j'étais avec mes amies en rose vous nous avez surnommé les drôles de dames mais aussi tahitiennes, nous étions des étoiles filantes. Notre tenue nous a aidé car on était reconnue, cela a amené de la couleur autour de nous. Merci de votre accueil !

Bravo à tous votre organisation au temps passé. Vous aussi vous avez fini votre mission 🎯 qui doit être aussi un sacré challenge

Tout d'abord un grand merci aux bénévoles, balisage, VTT, circulation... ils étaient aussi d'une grande gentillesse lors des ravitos .

Bravo pour les nouveautés 2023, notamment moins de bitume et ravito supplémentaire. La visite de Fougères en début de parcours était plaisante.

La mixité du parcours entre les 100 et 42 km permet aux deux groupes de se côtoyer.

L'inconvénient, notamment avant le ravito du 73ème à Landéan, le chemin était peu large, les marathoniens avaient du mal à nous dépasser.

Enfin les soins à l'arrivée sont appréciables. Peut-être que la présence d'un e podologue plus tôt (ravito du Bois Guy ?) sur le parcours permettrait de limiter la gravité des ampoules.

Merci pour l'organisation d'un tel évènement.

Encore merci pour cette organisation et félicitations à l'ensemble des bénévoles pour la qualité et la quantité de travail à fournir pour que cette manifestation se déroule aussi merveilleusement bien dans cet esprit de bienveillance et de respect.

Continuez comme cela.

Pour ce qui est des améliorations je ne vois que trois points :

- Ne rien changer et continuer comme vous le faites si bien.
- Améliorer le balisage en sortie de ravitaillement pour savoir dans quelle direction repartir.
- Cet arrêt imposé au premiers lors du ravitaillement à Laignelet avant de rentrer dans la forêt.

Plusieurs pistes envisageables pour cela :

- Modifier le tracé mais en faisant attention à conserver un maximum de voie verte de nuit (de jour elle doit être interminable),
- Soit proposer des sas de départs encore plus tard pour les "bourrins" à l'esprit compétiteur,
- Soit et c'est ce qui me semble le plus simple, mettre à disposition les sacs de courses pour pouvoir faire face à ce temps d'arrêt plus ou moins long.

Le guidage sonore proposé par l'organisation via l'application Komoot m'a été d'une grande aide sur le parcours, n'hésitez pas à en faire davantage de publicité lors des prochaines éditions.

P.S. : ne vous inquiétez pas mon portefeuille perdu à l'arrivée à bien été retrouvé (manque de lucidité de ma part après l'effort sans doute).

Encore merci à tous. Je vous souhaite de passer une très bonne année avant la prochaine édition.

Et bien que dire de ce 100 km !! Plein de bonnes choses, si ce n'est félicitations à vous tous pour cette belle manifestation !

J'ai pu partir cette année après 2 années loupées avec malheureusement une blessure qui m'a rattrapé. (hématome genou gauche et luxation de l'épaule gauche suite à une chute 10 jours avant le départ Emoji maudit chat ! Emoji) Déjà dans le dur au 18ème kilomètres, mais j'ai serré les dents jusqu'au 88 km. Merci à ma Sœurette Mélaine qui m'a accompagnée et encouragée, Tassine, Lulu, Tassin.Emoji Et toutes ses personnes que l'on croisent, aussi Sylvie, Nelly, Chantal, Cédric, Florence... que de bienveillance et gentillesse !!

Dur de devoir abandonner une si belle aventure...Emoji

Bref, tout ça pour dire bravo pour ce beau parcours qui a été pour moi difficile surtout vers Beaucé jusqu'à rejoindre Laignelet. Les ravitos étaient top, les bénévoles souriants et bien agréable, ne rien changer si ce n'est pas deux ravitaillements au même endroit car ça pète le moral !! Emoji Je suis peut-être la seule à vous le dire...mais psychologiquement c'est dur de revenir au même

endroit...sûrement l'impression de ne plus avancer, mais j'imagine que cela simplifie les choses côté organisation ! Et je comprends Emoji
Bonne continuation, et un grand BRAVO à vous tous.

Je voudrais saluer les organisateurs pour ce parcours magnifique ne changer rien c'est super. Le seul problème que j'ai rencontré c'est le balisage, la il faut faire mieux car être perdu dans la nuit ça craint, il faudrait faire couper l herbe dans certains endroits car les orties ça pique le deuxième problème c'est qu'il n'a pas de ravito à l arrivée ça c'est dommage pour les participants voici pour moi ce qu'il faut améliorer, part contre je voudrais remercier tous les bénévoles pour leur gentillesse et d'avoir su s occuper de nous pendant la nuit un grand bravo à vous tous .merci, a oui j oublie à l année prochaine

En quelques mots, voici mon retour :

- Le parcours :

Emprunter la voie verte de nuit est judicieux car cela nécessite moins de vigilance et évite la monotonie qui pourrait peut-être s'installer en marchant de jour sur cette grande ligne droite.

Les chemins étaient très praticables même si un passage était plus humide !

Marcher en forêt est très appréciable : sol qui amortit et intérêt d'être à l'ombre quand le soleil brille.

Malgré cela, le parcours en forêt est un peu long ; surtout avant et après le dernier ravitaillement.

Sensation de ne pas en voir le bout...

Côté dénivelé sur l'ensemble du parcours, c'est bien.

Petit bémol pour le balisage en début de forêt et après la sortie du tunnel.... Même si vous n'y êtes probablement pour rien...

Envie de revenir à Fougères en mode touriste pour découvrir votre belle ville et ses alentours !

- Les ravitaillements :

Au top !!! Les sandwiches étaient vraiment bien garnis, choix de fruits frais et secs, la soupe était délicieuse.

Toilettes à presque tous les ravitaillements, c'est appréciable !

- La logistique :

Bravo !!! C'est confortable de récupérer son sac suivi pour se vêtir la nuit et s'alléger le jour, changer de chaussures et chaussettes le matin.

- L'arrivée :

Quel bonheur de se faire chouchouter les pieds. Ne changer rien !!!

Et quelle satisfaction de repartir avec le maillot Finisher !!!

- Les bénévoles :

Sourires, bienveillance, encouragements, tout y était !

En conclusion, quelle belle aventure ce défi Raoul 2 !

S'y préparer c'est bien, le faire c'est difficile, passer sous l'arche à l'arrivée, c'est euphorisant !!!

Belle initiative de recenser l'avis des participants.

Un grand MERCI à vous tous !

Sommes bien rentrés après les 683 km qui nous séparent...Pas tjrs évident de reprendre le volant, le lendemain d'un 100 !!!

Comme d'habitude, un grand merci à toute ton équipe de bénévoles pour leur efficacité et leur gentillesse prodiguées à toute heure du jour et de la nuit...

Un bémol pour le très long temps d'attente avant l'ouverture du ravito de nuit, (avant la forêt) je croyais qu'il était du uniquement à notre départ ds le sas 1, mais très rapidement nous fumes rejoints par d'autres des 2 et 3 pour former un groupe beaucoup plus important....).

Nous pouvons comprendre, que les désidératas de l'ONF, ont du perturber l'organisation, mais aurions appréciés de ne pas attendre dans le froid, certains s'étaient emmitouflés dans leurs couverture de survie, sur le sol bétonné en haut des escaliers....

Note également, que marchant assez vite, notre départ du 1 fut motivé par la traversée du parc floral, en espérant bien bénéficier de la lumière naturelle, avant la tombée de la nuit, ce qui fut le cas.

Un grand merci également à l'ostéopathe qui m'a pris en charge très rapidement, pour me "remettre d'aplomb ». Quel soulagement !!!

De gros efforts ont été faits pour le balisage par rapport aux éditions précédentes, mais toujours insuffisants pour rassurer les néophytes, en certains endroits. (Attention à la position de la balise aux carrefours, elle ne doit pas faire hésiter, et si possible en rajouter une pour rappel, quelques dizaines de mètres + loin).

Dès le départ entre les km 5 et 7 (si j'ai bonne mémoire, en lisière de sections boisées) plusieurs possibilités de se tromper...(Le véhicule des baliseurs est tombé en panne, m'a t-on dit ????. À vérifier) en revanche à un autre endroit j'ai dénombré 6 balises sur 10 m2....(encadrant un passage)

Je pinaille un peu, mais j'essaie de me mettre à la place des marcheurs qui viennent pour la première fois (désolé, ma modeste expérience de baliseur, chaque année sur le Trail du Val Joly, reprend le dessus...)

Une grande amélioration de visibilité de nuit, avec les petits carrés luminescents sur les panneaux ronds. C'est top !

Que dire de plus ? Encore bravo, et un grand merci.

PS : météo pourrie à l'aller, météo pourrie au retour. Bravo pour la fenêtre météo ensoleillée...

Pour ce 100 km, mon premier, je retiens avant tout un accueil chaleureux et une météo parfaite. Les ravitaillements variés et copieux, la soupe bienvenue la nuit.

Un gros bémol concernant le balisage du parcours, erreur de fléchage des le 6ème km et absence totale de balisage sur plusieurs kilomètres e très le ravito de l'allée des Fêtes et la bifurcation au moment de quitter la voie verte !! J'ai du rebrousser chemin à plusieurs reprises et attendre le groupe qui me suivait pour m'aider, car ils avaient téléchargé le parcours sur leur montre (la mienne ne peut le faire). Je ne pense pas être la seule à avoir été en grande difficulté à cause de cela !!

L'entrée dans la forêt au petit matin a été un magnifique moment. Toutefois 42 km dans la forêt c'est bien long même si le terrain est bien adapté à la marche nordique.

Enfin, je voudrais remercier tous les bénévoles pour leur implication et leur soutien de tous les instants.