

Deuxième stage de Brooks Trail Project à Brides-les-Bains

Brides-les-Bains se réjouit de retrouver les athlètes du Brooks Trail Project après un premier stage réussi en avril et les belles performances récentes de Jules Bariod et Chané Souard lors des championnats du monde de trail et de course en montagne à Innsbruck (Autriche). Respectivement 13e et 21e en individuel, ils ont permis à l'équipe de France de décrocher une médaille d'argent.



Rendez-vous du 24 au 28 juillet 2023

Très satisfaits de leur premier stage du 7 au 10 avril 2023, les athlètes du Brooks Trail Project reviennent au mois de juillet pour leur second stage à Brides-les-Bains, leur troisième de l'année. L'équipe a pu découvrir la grande diversité des parcours d'entraînements à leur disposition. Idéalement situé aux pieds des 3 vallées, Brides-les-Bains est un terrain de jeu incomparable et un camp de base parfait pour l'accueil de ces athlètes.

Brides-les-Bains, une expertise thermale et nutritionnelle reconnue

Les Thermes de Brides-les-Bains, fortement impliqués dans ce projet, proposent ainsi des soins et des conseils adaptés afin d'assurer la détente et la récupération physique optimale des athlètes.

Au programme plusieurs sessions relaxations au Grand Spa Thermal de Brides-les-Bains et à la piscine des Grands Bains de Salins, l'une des plus grandes piscines thermales de France. L'eau thermale de Salins-les-Thermes, surgit à une température naturellement chaude (environ 33°), sa forte teneur en sel (proche de l'eau de mer) et en fer, assure une portance dans l'eau étonnante, elle diminue les douleurs et améliore la mobilité articulaire. L'effet de portance de l'eau thermale de Salins permet ainsi une récupération en douceur. Ses effets sont très rapides grâce à ses vertus antidouleur et circulatoire, elle permet une meilleure oxygénation des tissus musculaires réduisant ainsi les inflammations et courbatures après l'effort.

D'un point de vue nutrition, Nathalie Negro, responsable centre nutritionnel des Thermes, en renfort du diététicien de l'équipe, leur propose des conférences diététiques. Au menu, une alimentation saine, équilibrée et gourmande sans privations. Elle présente également le Label diététique, un label unique en France. Il garantit que les plats proposés soient équilibrés et adaptés aux besoins nutritionnels des sportifs. En choisissant un des douze restaurants labellisés, ils ont l'assurance de manger une nourriture saine et nutritive qui les aide à se sentir en forme et à donner le meilleur d'eux-mêmes lors de leurs entraînements.

Victor LAGARDE, athlète Brooks Trail Project « C'est une chance de pouvoir s'entraîner dans ce cadre exceptionnel, l'accueil a également été très chaleureux et l'ambiance au beau fixe tout le long du stage »

Carl Maugain, un agriculteur très actif



Agriculteur de père en fils mais pas que..

Dans la famille Maugain, c'est son père, Fabrice, qui a été le précurseur de cette passion pour la course à pied. Aujourd'hui, toute la famille court plus ou moins régulièrement. En raison du manque de temps, leurs sorties familiales se sont toujours limitées à des balades en forêt et en montagne, car ils doivent pouvoir rentrer à temps pour traire les vaches.

Pour Carl, être paysan ou agriculteur exige une passion profonde. Dans les ateliers de la ferme au Souillot, la famille travaille ensemble. Selon lui, cette organisation familiale facilite les choses sur le plan de l'organisation. Avec son frère, ils travaillent facilement 70 heures par semaine. Il faut avoir une réelle envie et être capable d'accepter ce mode de vie exigeant.

Comment a-t-il rejoint l'équipe Brooks Trail Project ?

C'est d'abord Jérémie Chapuis de l'équipe Brooks Trail Project qui l'a contacté, puis il a passé les tests physiques quelques semaines plus tard. Il se décrit comme entreprenant et plutôt mature, ayant rapidement compris qu'il était en train de construire un deuxième projet, celui de devenir un athlète de haut niveau. En plus de son travail très prenant, il a su trouver le temps et l'énergie nécessaires pour s'investir pleinement dans sa carrière sportive.

Le déclic s'est produit en deux temps pour Carl Maugain : d'abord, lorsque Sébastien, le manager, l'a contacté pour lui annoncer son admission dans l'équipe après les tests physiques, puis lors de sa victoire impressionnante sur les 27 km de VERBIER ST BERNARD il y a presque un an. Cette expérience a renforcé sa conviction qu'il peut atteindre un niveau de performance élevé en tant que traileur, et il ne se fixe donc aucune limite dans son travail et dans la course à pied.

Le capitaine de l'équipe Brooks Trail Project ne cache pas ses ambitions

Honnêtement, le plus grand défi de Carl Maugain est de pérenniser et faire évoluer l'exploitation familiale qui existe depuis quatre générations. Il est également convaincu qu'il réussira à devenir un traileur de très haut niveau. Il ne se fixe donc aucune barrière, que ce soit dans son travail ou dans la course à pied. À ce stade, il ne considère pas avoir accompli beaucoup de choses, mais il apprend énormément à la fois dans son travail et dans le sport. Aujourd'hui, il part du constat qu'il ne peut pas passer une journée sans voir ses vaches ou sans enfiler ses baskets. Il a besoin de se sentir utile et se décrit comme assez entreprenant, mais heureusement son frère sait le pousser à prendre du recul et à réfléchir. Cette confiance est essentielle à son bien-être et lui permet de consacrer du temps aux compétitions et aux stages.

A propos de Brooks Trail Project

Pour rappel, c'est en 2016 que le Grand Besançon Trail Académie (GBT A) est né, avec pour objectif principal de donner accès, aux jeunes traileurs entre 15 et 21 ans de la région, à une formation complète pour leur permettre de devenir des athlètes de niveau international. Cette formation met un point d'honneur à respecter toutes les phases de leur préparation des entraînements en passant par la nutrition sans oublier la préparation physique et mentale. La signature du partenariat entre Brooks et le GBT A donne naissance au «Brooks Trail Project» qui prend désormais une envergure nationale pour accompagner des jeunes passionnés de trail dans toute la France. La structure GBT A a déjà formé 13 jeunes athlètes et a permis 7 sélections en équipe de France de course de montagne et de skyrunning. Dans les années à venir, l'objectif étant de former plus d'athlètes en gardant une structure à taille humaine où chaque jeune peut être accompagné efficacement sur tous les plans.

SAVE THE DATE

Mercredi 26 juillet : 20h30 – 22h00 : Conférence, en salle de la Dova avec Sébastien CORNETTE

Le running est un sport mécanique : Un moteur, une carrosserie, des commandes.

Soit le cardio-vasculaire le musculaire et le mental.

Sébastien CORNETTE Coach Athlète Santé (label Fédération Française d'Athlétisme et Ministère de la Santé) depuis 2007 et ancien athlète de haut niveau en duathlon.

Jules Bariod et Chané Souard viendront avec leur tenues de l'équipe de France ainsi que leurs médailles et seront disponibles pour répondre aux interviews.

[DÉCOUVREZ LE DOSSIER DE PRESSE ICI](#)

