



AMBAZAC 2014

Sous une chaleur de plomb (33°), avec les copains de Mortagne et madame, nous avons participé au trail d Ambazac , 33km pour moi et Roger 58km pour Luc et Christiane

Première surprise, au dossard nous rencontrons Franck (rla).

Très belle organisation ,au vue de la chaleur, des douches avaient été installées tous les 10 km. La chaleur nous oblige à un départ plus que prudent, les nombreuses cotes nous invitent à une marche forcée.

RESULTATS : Dom 3h50 (1 000m de dénivelé)

Frank 3h36

Christiane 9h20 (2 400 de dénivelé)