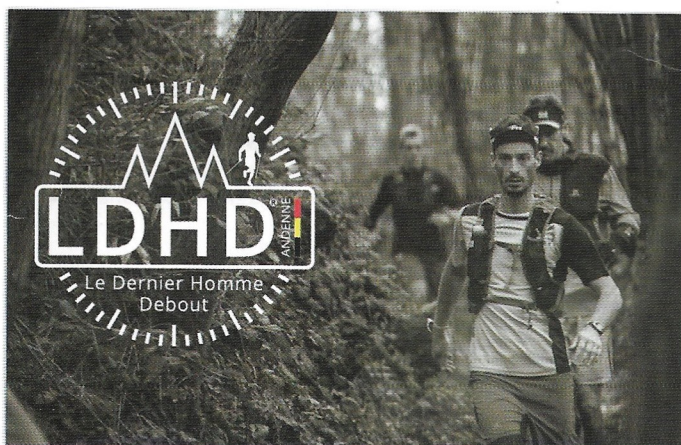


Le Dernier Homme Debout débarque en Périgord

Pour un retour dans l'organisation de trail, l'association « Les Sans Borne du Diable – SBDD » frappe un grand coup. Spécialisé dans l'organisation de Raid depuis de nombreuses années, SBDD se lance dans le trail mais avec un nouveau format encore inconnu en Périgord. Bruno Cheravola, directeur de course nous présente « Le Dernier Homme Debout », ouvert aux femmes bien évidemment. Marque déposée depuis 2017, c'est vraiment un concept fun qui arrive du côté de Notre-Dame-De-Sanilhac les 22 et 23 juin 2024.



Bonjour Bruno. On attendait le retour des SBDD dans le raid, vous nous surprenez ! Pourquoi un trail ?

Ce n'est pas spécialement un trail, c'est un concept. Pour revenir sur les raids, c'était de plus en plus compliqué de tenir face aux contraintes notamment écologiques et administratives. Mais c'est notre ADN et rien ne dit que nous n'avons pas de nouvelles idées dans ce monde ! Le Dernier Homme Debout - LDHD, on peut définir cette course par élimination comme « Courir, manger, boire et repartir ». La marque est le LDHD mais c'est ouvert aux femmes, tout le monde court en même temps, pas de distinction. Pour expliquer simplement, nous avons une boucle sur un parcours trail qui fait 7,5 km avec un peu plus de 290 m de dénivelé. Nous finalisons le tracé en ce moment. Donc, le coureur H/F part pour faire sa boucle, il a une heure pour passer la ligne d'arrivée. Et toutes les heures, on donne un nouveau départ avec tous ceux qui sont prêts à repartir. Certains vont aller vite pour avoir plus de récupération au ravitaillement, d'autres vont gérer leur effort pour faire un nombre de tours espérés avant le départ. Chacun fait suivant son objectif, ses capacités mais le but sur 24 h, c'est de tenir le maximum de tours et d'être le dernier H/F à passer la ligne d'arrivée.



Attendez, ce sont de sacrées distances si les coureurs tiennent 24 h. Environ 180 km, c'est énorme ? On touche à l'ultra-trail là !

C'est le concept qu'a déposé le créateur du LDHD. Et cela attire énormément. Pour les meilleurs, oui, on peut aller jusqu'à ces distances. Mais c'est une toute petite minorité des coureurs. La plupart sont là pour le défi, pousser leurs limites à chaque tour, se demander s'ils sont capables de faire un tour de plus... Les amis, les copains du club, les accompagnants sont là au ravitaillement entre chaque tour, cela booste la motivation pour refaire un tour supplémentaire. Une fois la course démarrée, les pacers qui se seront engagés préalablement avec leur partenaire pourront commencer à courir. Ce sont des meneurs d'allure qui aideront les coureurs à tenir le rythme. Le départ sera donné à 11h50 le samedi 22 (le premier tour fera 1h10, c'est le seul). Les pacers commenceront à 20h. En France, il y a 6 organisations labélisées LDHD, nous sommes la 7^e et nous avons l'exclusivité sur le Sud-ouest pour 3 ans.

Vous allez tourner sur la commune de Notre-Dame-De-Sanilhac qui est très vallonnée. Est-ce un problème ?

Pas du tout. C'est même bien car cela nous permet de profiter de plusieurs installations comme un passage au Château de la Gauderie, partenaire de événement. C'est un domaine exceptionnel et courir là-bas est très agréable. Nous aurons la base de vie pour les ravitaillements au boulodrome de Notre-Dame-De-Sanilhac,

OSEZ
22 & 23
JUN 2024

Une Aventure Sportive inouïable



LDHD

Le Dernier Homme Debout




SANILHAC 24

<https://sanilhac.ledernierhommeдебout.run/>

Inscriptions

FB SBD



LDHD



Site internet

FB LDHD



LDHD



Site SBD

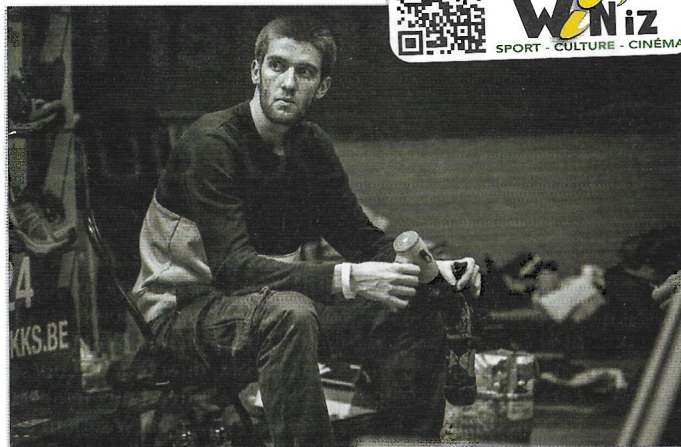


Contacts: Bruno 07.88.86.69.78 / Serge 06.76.09.27.26

d'ailleurs nous remercions la mairie qui nous aide beaucoup. C'est idéal pour le parking, les ravitaillements, les vestiaires et douches. Si un coureur fait un tour en 50 minutes par exemple, il aura le temps de récupérer, de s'alimenter et de changer de vêtements si besoin pour repartir 10 mn plus tard. Celui qui fera son tour en 58 mn par exemple aura 2 mn pour repartir. Lui risque d'être dans le dur au tour suivant et donc il risque l'élimination. Il faut aussi tenir compte du fait que les coureurs vont devoir gérer la nuit une bonne partie de la course, ce n'est pas évident. Mais très plaisant en termes de sensations. Bien évidemment, nous aurons sur place des équipes de sécurité et médicales pour intervenir en fonction des situations.

Comment les accompagnants vont pouvoir suivre la course, savoir où en sont les coureurs ?

Chaque engagé a une puce électronique et sera scanné à mi-parcours, ce qui permet d'estimer le temps pour réaliser la boucle. L'accompagnant peut alors préparer un ravitaillement spécial suivant le temps d'effort, l'heure, adapter le matériel suivant le moment de la course, jour ou nuit... Nous avons limité l'engagement à 300 participants dont 220 individuels et 40 équipes en duo. Car oui, il est possible de s'engager à deux. Dans ce cas, les traileurs partiront à tour de rôle pour faire une boucle et tenir le plus longtemps sur 24 h.



Comment allez-vous départager les coureurs si vous avez plusieurs traileurs au départ de la dernière boucle, après 23 h de course ?

Dans ce cas, c'est simple. Ils repartent tous ensemble pour la dernière boucle. Celui et celle qui arrivera premier sur la ligne d'arrivée remporte la LDHD. Nous récompenserons les trois premiers par catégories Homme, Femme et Équipe. C'est une vraie nouveauté en Périgord, un format à découvrir. J'en profite pour dire que nous cherchons des partenaires afin de nous aider à supporter cette organisation. Trois dossards sont à gagner prochainement sur l'application Win'IZ.

Infos au 06 76 87 10 06,
sur chronom.org et <https://sanilhac.ledernierhommeдебout.run>.