

# 31<sup>e</sup>

## MDS

### EDITION

# 2016

08 AU 18 AVRIL  
SAHARA SUD MAROCAIN

## MARATHON

## DES SABLES



# La gazette du

# MARATHON DES SABLES

## A LA UNE !



**L'ÉTAPE DU JOUR :** Les dunes tant attendues



**TÊTE DE COURSE :** Les fauves sont lâchés !



**AU CŒUR DU MARATHON DES SABLES :** 257 km dans le désert



**A LA RENCONTRE DE :** Ted Jackson, Dromadaire Man



## L'ÉTAPE DU JOUR

### LES DUNES TANT ATTENDUES

Une première étape particulièrement compliquée pour la majorité du peloton. Même les premiers l'ont trouvée difficile..

Départ : 9 h 00

Distance : 34 km

Temps limite : 8 heures

C'est à 9 h que sont partis les 1109 concurrents de la 31<sup>e</sup> édition du MARATHON DES SABLES, pour une journée qui s'annonçait chaude bien que venteuse. D'entrée, les concurrents se sont élancés sur 2 km de plat, avant de s'engager dans les dunes les plus hautes du Maroc. Ils ont alors dû affronter 12 km de montagnes russes, traçant leur chemin au cœur des dunes.

Après le premier check-point situé à la fin des dunes, les coureurs ont suivi le lit d'une rivière asséchée puis ont filé plein sud pour 6 km de sable plat et courable. Ils ont alors obliqué vers un plateau rocaillieux leur proposant un terrain plus technique. Au km 24, ils ont atteint l'un des points forts du jour : la cité minière de M'Fiss, encore partiellement habitée.

Après le CP 2, situé au km 25, le parcours a emmené les coureurs vers une gorge étroite puis à un nouveau plateau rocaillieux. Le dessert du jour consistait alors en une seconde section de dunes de 4 km avant d'atteindre le final.

« J'ai été vraiment impressionné et enthousiasmé par la navigation dans les dunes. C'était vraiment excitant et amusant. C'était vraiment plus difficile et bien plus chaud que ce à quoi je m'attendais. Les ruines de M'Fiss étaient vraiment magnifiques. » Jason Schlarb, dos. 562.

« C'était dur, et il y avait bien plus de sable que je ne le pensais, en particulier après les dunes. » Sondre Amdahl, dos. 720.

« C'était bien plus difficile que je ne le pensais. Les Marocains ont filé vers la gauche dans les dunes et j'ai eu du mal à essayer de suivre leur route. » David, dos. 990.



**31<sup>e</sup>**  
**MDS**  
**EDITION**  
**2016**  
**08 AU 18 AVRIL**  
**SAHARA SUD MAROCAIN**

**MARATHON**  
**DES SABLES**



## TÊTE DE COURSE / LES FAUVES SONT LACHÉS

Énorme domination marocaine chez les hommes, podium international chez les femmes. On s'attendait à une course extrêmement disputée : on n'est pas déçu !

### RÉCIT DE LA JOURNÉE

Sur la ligne, lorsque le départ est lancé à 9 h précises, il n'y a pas à s'y tromper : les meilleurs hommes et femmes sont plein d'envie. Dans les minutes précédentes, on a pu voir la Russe Natalia Sedykh (3e en 2015) faire quelques lignes droites pour s'échauffer ou l'Espagnole Fernanda Maciel s'étirer soigneusement.

Une heure trente plus tard, de l'autre côté des dunes, au km 21, deux premiers coureurs surgissent plein nord, puis deux autres s'approchent à leurs côtés ; tous quatre sont Marocains. Sans grosse surprise, les renards du désert ont su tirer parti de ces 12 premiers kilomètres de dunes, semant leurs poursuivants européens. Leurs foulées sont élégantes : ils semblent en suspension au-dessus du sable. À l'arrivée, les Marocains trustent le podium : Rachid EL MORABITY, vainqueur l'année dernière, Hammou Ou Mohamed MOUDOUJI et Abdelkader EL MOUAZIZ se suivent en 35 secondes. Les troisième et quatrième, l'Espagnol Jose Manuel MARTINEZ et le Français Erik CLAVERY pointent déjà à plus de 9 et 14 minutes.

Chez les femmes, c'est Natalia SEDYHK (RUS) qui arrive en tête au premier check-point, faisant très forte impression. Nathalie MAUCLAIR (FRA) la suit à quelques minutes, fidèle à son allure mesurée. À l'arrivée, c'est une Russe déchaînée qui franchit la ligne en vainqueur. Nathalie MAUCLAIR, deuxième à plus de 17 minutes, se déclare satisfaite de cette première : « J'ai démarré dans le peloton pour ne pas avoir à subir le vent de face et m'économiser. Dans les dunes, je me sentais bien et j'aurais voulu accélérer, mais je me suis dit qu'il ne fallait pas se sentir plus forte que je ne l'étais. Dans le deuxième passage de dunes, j'ai dû utiliser ma boussole pour m'orienter, ça s'est bien passé. »

Désormais, l'heure est à la récupération...

Cinq premières femmes

- 1 – Natalia SEDYHK (RUS) – 3:40:20
- 2 – Nathalie MAUCLAIR (FRA) – 3:57:30
- 3 – Elisabet BARNES (SUE) – 4:10:57
- 4 – Elizabeth HOWARD (USA) – 4:17:50
- 5 – Fernanda MACIEL (ESP) – 4:22:49

Cinq premiers hommes

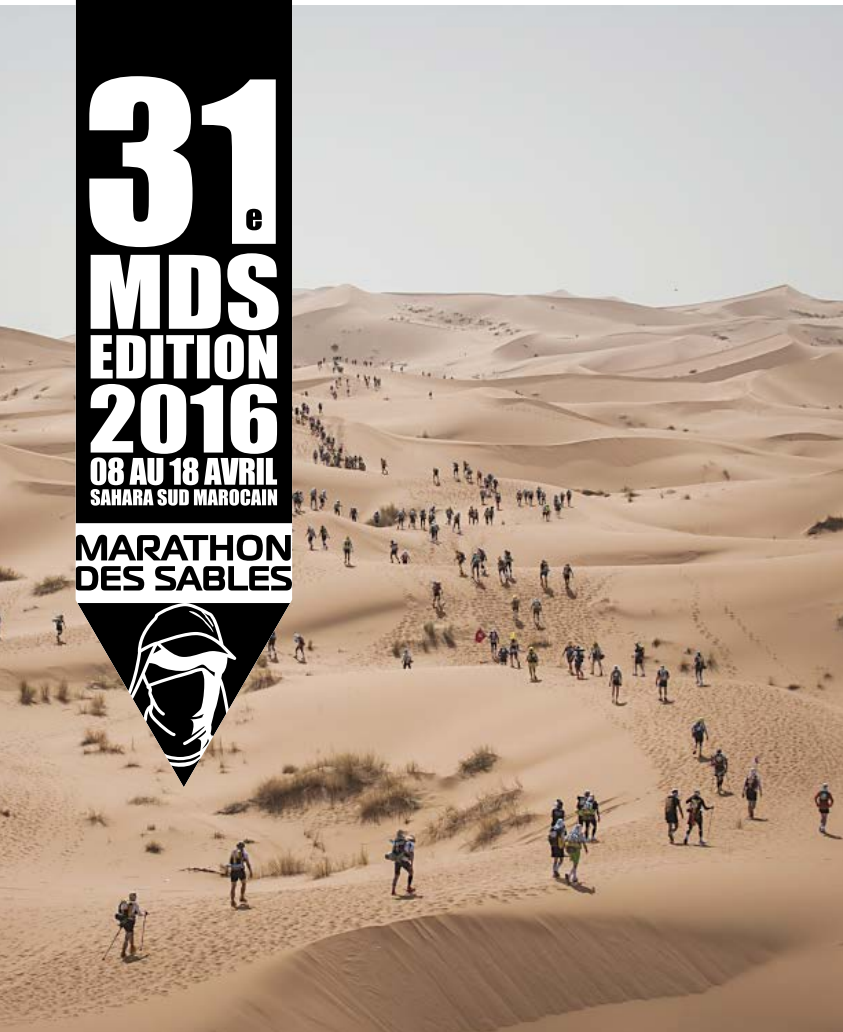
- 1 - Rachid EL MORABITY (MAR) – TGCC - 3:10:29
- 2 - Hammou Ou Mohamed MOUDOUJI (MAR) – TEAMAROC - 3:10:45
- 3 - Abdelkader EL MOUAZIZ – (MAR) – TGCC - 3:11:04
- 4 – Jose Manuel MARTINEZ (ESP) – 3:20:30
- 5 – Erik CLAVERY (FRA) – TERDAV EQUINOX 1 - 3:25:52





**31<sup>e</sup>**  
**MDS**  
**EDITION**  
**2016**  
**08 AU 18 AVRIL**  
**SAHARA SUD MAROCAIN**

**MARATHON**  
**DES SABLES**



## **AU CŒUR DU MARATHON DES SABLES**

**257 KM DANS LE DESERT**

**DU SABLE, DES CAILLOUX ET DES MONTAGNES, SOUS TRENTE DEGRÉS ET PLUS : VOILÀ CE QUI ATTEND LES 1109 CONCURRENTS SUR LES SEPT JOURS À VENIR.**

Le MARATHON DES SABLES est une épreuve unique se déroulant dans une région tout bonnement incroyable : le désert du sud marocain, à proximité de Ouarzazate, surnommée « la Porte du Désert ». Lorsque l'on survole les environs de Ouarzazate avant d'y atterrir, on reste scotché au hublot devant les montagnes enneigées de l'Atlas, les reliefs ultra découpés, les vallées encaissées, la couleur marron prédominante, les taches vertes des îlots de végétation, et les voies de communication tracées droit dans ce décor lunaire... Çà et là quelques habitations laissent entendre que des humains ont réussi à dompter cet environnement en apparence hostile.

Pour savoir ce que les coureurs vont trouver sous leurs pieds lors des 257 km de la 31<sup>e</sup> édition du MARATHON DES SABLES, c'est vers Joko qu'il faut se tourner, lui qui œuvre comme pisteur sur l'épreuve depuis 30 ans : « Le MdS, c'est à peu près un tiers de sable, sous la forme d'ergs (les champs de dunes de sable). Le reste, ce sont des djebels (les montagnes) et des regs (les champs de cailloux). »

Chaque année, le parcours se renouvelle : « Quand on trace le parcours, on fait en sorte que les coureurs aient suffisamment de variété au cours de chaque étape, et qu'il n'y ait pas trop de kilomètres d'affilée de sable ou de cailloux. » Ainsi sur cette 31<sup>e</sup> édition, les 5 et 6 seront totalement inédites.

L'engouement pour le trail et les épreuves montagneuses se ressent également au MARATHON DES SABLES : « Cette année il y aura pas mal de djebels, c'est une demande des coureurs. En gros on évolue entre 500 et 1200 mètres d'altitude. » Du désert donc, comme l'on peut s'y attendre en bordure du Sahara, mais un désert au relief tourmenté. Toutefois, les coureurs peuvent difficilement se perdre, car le parcours est soigneusement balisé lorsque c'est possible, et des caps évidents sont à suivre en zone difficilement balisable.

Enfin côté climat, le désert est au rendez-vous : la température en fin de matinée sur l'étape du jour est d'un peu plus de 31°C, avec un vent rafraîchissant qui peut s'avérer traître. Le principal risque : un fort vent de sable rendant la progression hasardeuse, la visibilité devenant très vite fortement limitée. Dans ce cas, le conseil rappelé aux participants : s'asseoir dos au vent et patienter...

Ce qui est certain, c'est que pendant leur aventure, les coureurs auront peu de chance de rencontrer autre chose que des coureurs et des bénévoles... Ah si : des dromadaires...

**31<sup>e</sup>**  
**MDS**  
**EDITION**  
**2016**

**08 AU 18 AVRIL**  
**SAHARA SUD MAROCAIN**

**MARATHON**  
**DES SABLES**



## “ A LA RENCONTRE DE... TED JACKSON, DROMADAIRE MAN

Un chanteur d'opéra un brin facétieux qui court sur un dromadaire en peluche accompagné de son fils Oscar, néophyte quasi parfait ? Non ce n'est pas une blague, c'est juste l'une des nombreuses petites histoires dans la grande histoire du MARATHON DES SABLES.

Il est assis sur un dromadaire (en peluche !) dans une tente berbère, en train de parler avec un duo père/fils qui s'apprêtent à se lancer sur leur premier MARATHON DES SABLES en commun. Ted semble très décontracté compte tenu de la tâche qui l'attend... Il est vrai qu'il est en bonne compagnie avec son fils Oscar. Celui-ci écoute Ted raconter que c'est sa seconde participation et que comme beaucoup, il souhaitait la partager avec un proche : « Je devais participer à un autre événement en avril, mais il a été annulé. Alors je me suis posé la question : qu'est-ce que j'aime et déteste le plus à la fois ? Le MARATHON DES SABLES... »

Le dromadaire de Ted lui sert également d'oreiller sur le bivouac. Cependant ce confort a un prix : Ted devra porter son compagnon lors des 257 km, comme si la course n'était pas déjà assez dure : « Je n'ai pas encore testé l'endurance du dromadaire » plaisante-t-il, « et je sais très bien que c'est contre le bon sens de partir avec quelque chose de nouveau, et du coup je vais aller le tester de suite... » Le pire est qu'il ne plaisante pas cette fois ! « C'est du synthétique et il pourrait être un peu chaud, mais je n'ai jamais vraiment pris la vie au sérieux. »

Du sérieux, Ted sait pourtant en faire usage : « Je cours pour une association, Overcoming Multiple Sclerosis, et lorsque les gens voient un truc un peu amusant ou fou, ou les deux à la fois, ils mettent plus facilement la main à la poche. »

Oscar, 21 ans, a récemment quitté l'université, et le MARATHON DES SABLES lui a donné un regain de motivation. Il semblerait que le fait de ne pas prendre la vie trop au sérieux se soit transmis du père au fils : « Je n'ai pas fait de sortie de plus de 35 km, ni d'entraînement sur plusieurs jours consécutifs. »

Le duo père/fils n'a pas prévu de stratégie (quelle surprise !), et ne sait pas s'il courra ensemble, ou se recomposera juste pour le final : « Certains disent que si tu n'as pas de plan de route tu échoueras, mais je préfère rester flexible. »

Ted, qui se définit comme un fan de Puccini, le célèbre compositeur, est aussi un talentueux chanteur d'opéra ; il nous promet une démonstration avant la fin de l'épreuve, tandis que son fils nous promet d'aller jusqu'au bout.



**Jeep**



**Jeep**



**Jeep**



**Contact presse :** Guillaume THOMAS et Sophie MACHETEAU / [press@marathondessables.com](mailto:press@marathondessables.com)  
gsm fr : +33 6 65 41 85 77 / gsm maroc : 00 212 643 639 836  
v-sat 4 : 00 33 1 80 91 94 22  
thuraya 4 : 00 88 16 22 48 73 24

**Contact TV -** Hélène TZARA / [tv@marathondessables.com](mailto:tv@marathondessables.com)  
Tél. : +33 6 10 18 80 90  
V-SAT : +33 180 919 422  
or Sat Thuraya : +88 216 50 606 346

**Contact Organisation -**  
[news@marathondessables.com](mailto:news@marathondessables.com)  
Tél. : + 33 3 25 76 57 77  
BP 70058 10002 TROYES cedex - FRANCE