

Vallée Perdue le samedi 10 décembre

Par un temps frais, atteignant les 0°C c'est vers 09h30, que nous avons rendez vous à la ferme Kerriou où Pierre et la dizaine de courageux étaient venus pour s'exercer à un entraînement de Co. Menu copieux, car la carte et l'endroit porte bien son nom, vallée encaissée et fort dénivelé. Pierre pris la direction des adultes et Eric des ados. Les muscles avaient du mal à se mettre en route, mais après les premières balises, nous étions dans la carte.



Je laissais donc les ados à tour de rôle prendre les choses en main, tout en apportant des conseils techniques et des itinéraires fiables. A ce niveau la confiance est primordiale et les mains courantes très importantes.

Nous avons passés un palier ce matin, en essayant de mémoriser

notre cheminement, c'est-à-dire prendre 2 à 3 points essentiels avant d'arriver à notre point d'attaque. Je pense même en ayant fait que 6 balises, que nous avons super bien travaillés, et dialogués.

Les jambes un peu lourdes et le souffle court, nous avons ralliés tout le groupe vers 11h30.

Eric Jeanne

