

## Midi Libre, Vendredi 25 janvier 2019 : Trois jours

N. H.



Antoine Guillon est un spécialiste de l'ultra-trail, cinq fois 2e, 3e en 2009, du Grand raid en dix ans, vainqueur de cette Diagonale des fous en 2015. Il est aussi ambassadeur sportif du Département, amené ainsi à mettre en valeur et en avant le territoire héraultais.

Autour du team des Globetrailers qu'il a créé avec Christophe Le Saux afin de mettre en avant le partage du trail, la nature, la découverte, il propose par exemple des "trail camps" dans le Caroux, s'engage sur des épreuves comme la 6666 dans le Haut-Languedoc. Toujours pour une mise en lumière des terres départementales.

C'est l'idée du défi des cinq Grottes. Dans la même veine de celui des cinq Cirques, lancé en 2017.

Les concurrents seront amenés à parcourir 40 à 50 km de trail par jour, 2 500 m de dénivelé, afin de relier les grottes et de les visiter, précise sa compagne Anne. Il y aura un côté ludique à chercher des balises, effectuer une descente en rappel à la Baume du Soleil... Ils seront douze binômes à relever ce challenge, accompagnés par des élèves ostéo pour, chaque soir, les requinquer. Car le rythme sera enlevé, entre ombre et lumière !

### Curiosités

Départ ce vendredi dès 8 h 30 : visite de la grotte de Clamouse, trail jusqu'à Saint-Guilhem, ravitaillement à la grotte des Trois-Trous, puis du pied de Saint-Bauzille au col du Vent.

Samedi : départ du parking de la grotte des Demoiselles, visite de la Baume du Soleil, des grottes du Capelan et de Bois-de-Long (Brissac). Ravitaillement à Saint-Jean-de-Buèges, arrivée à Saint-Maurice-Navacelles.

Dimanche : départ du Caylar, ravitaillement à Pégairolles-de-l'Escalette, visite de la grotte du Banquier à Saint-étienne-de-Gourgas. Ravitaillement à La Roque à Saint-Pierre-de-la-Fage, arrivée au Caylar.

N. H.

Photo P. SALIBA