



Sortie VTT du dimanche 03 mai Venise Provençale (Martigues)

Salut à tous,

Nous n'étions que 2 de l'ACV au départ de la rando de la Venise Provençale. Nous sommes partis sur le 45km au départ vu que les rallonges se faisaient essentiellement sur la fin du parcours.

Super parcours avec des monotraces très sympas et de belles descentes techniques mais pas trop... qui engendre de belles montées aussi ! Par contre beaucoup de cailloux surtout au bord de mer.

2 ravitos dont un au bord de mer au dessus de la plage de sainte croix et une crevaison de ma part (y avait l'entraînement depuis Vogüé).

Finalement 35 km au compteur de Bastien qui a bien voulu m'attendre suite à un coup de fatigue et niveau dénivelé on a du faire 600m environ. Je n'ai pas la trace car j'avais oublié le GPS à la maison :-O

A refaire avec une meilleure forme !

@+

@lain

