



## 20 trails de légende autour du monde avec Jean-Philippe Lefief



par Adélie F.10 juin 20218 juin 2021



**Découvrez 20 itinéraires sur 4 continents, quelques-uns des trails les plus mythiques de la planète, présentés en détail par un journaliste passionné d'ultra-trail depuis près de 15 ans.**

Les Editions Guérin publient ce mois-ci un guide pratique présentant « 20 trails de légende ». Sous la plume de Jean-Philippe Lefief, qui a participé quelques 10 fois à l'Ultra-Trail du Mont-Blanc, on découvre vingt parcours aux quatre coins du monde. Des plus courts comme le Tour des Glaciers de la Vanoise avec ses quelques 73 kilomètres et 3.750 mètres de dénivelé positif aux plus extrêmes comme le Swiss Peak Trail. Sa version longue couvre tout de même 360 km et comptabilise 26.000 mètres de dénivelé positif. Un parcours que les plus rapides peuvent espérer faire en tout juste 3 jours ! Au-delà des présentations des courses et de leur profil détaillé, l'ouvrage présente plusieurs interviews de grands trailers. Le multiple vainqueur de l'UTMB, Xavier Thevenard, fait notamment partie des champions qui partagent leurs expériences.

Lire aussi : **Quand un ultra-trail en Chine tourne à la catastrophe**  
**Des courses réservées aux sportifs entraînésmais...**

Tout le monde n'est pas un athlète de haut niveau et ne peut pas prétendre participer à ces courses. En revanche, ce guide donne de bonne idée de destinations à découvrir. Une bonne partie du Lavaredo Ultra Trail suit des chemins de randonnées aux paysages saisissants. Une bonne idée pour découvrir les Dolomites. Rien n'empêche les randonneurs de s'aventurer sur des portions de parcours de trails. Voir le détail du



parcours du Lavaredo Ultra Trail. Evitez juste la fin du mois de juin, car s'y déroulera la 14<sup>ème</sup> édition du fameux trail et la tranquillité de votre découverte risque d'être bousculée.

**20 trails de légende**, Jean-Philippe Lefief, Editions Guérin-Paulsen, 29 €. | Disponible chez votre meilleure librairie ou en commande en ligne.

*Illustration – Couverture* © Ed Guérin.

