

SPORTS ► Territoire

Trail Portrait du sociétaire de l'ASPTT Belfort, champion de Franche-Comté 2015 longue distance

Sébastien Molas, le fruit de la passion

QUELQUES MINUTES de discussion, seulement et sa passion pour le trail transpire. Pourtant, Sébastien Molas, le sociétaire de l'ASPTT Belfort Trail, n'est pas tombé dans la marmite dès son plus jeune âge. Le foot est passé par là, avant de ne plus apporter ce qu'il en attendait. Il a donc fallu les retrouvailles avec trois copains de son village natal, Éternoz (25) pour que la lumière... Et pour cause, ces trois potes-là se nomment : Johan Salomon, Marc Blondeau et Nicolas Boucard, bien connus chez les trailers et notamment ceux qui fréquentent le fameux trail du Lison ou « Doubs Terre de trail ». Attiré par cet effort en pleine nature, Sébastien Molas, curieux, a donc cherché à en savoir plus sur cette activité. « J'ai essayé de comprendre, puis j'ai passé des tests et découvert des choses qui me plaisaient ».

« Le trail : un état d'esprit, une façon d'être... »

Et aujourd'hui, quelque six ans plus tard, ce presque quadragénaire s'est offert de difficiles et éprouvantes mais si belles heures, baskets aux pieds, sur les sentiers dans les forêts et les



■ Sébastien Molas participera à plusieurs trails durant cette saison 2016.

Photo DR

montagnes. Deuxième de l'Alésia, troisième du grand défi des Vosges, onzième du trail des forts (48 km) comme courses accrochées à son CV, il a pu constater sa progression et réussir une cinquième place à la Transjutraïl, un treizième rang à la fameuse 6000D et un dix-huitième rang au Trail Tour National, ce challenge de la régularité dont l'ultime étape n'est rien d'autre que le

BelfortTrail.

Pourtant, Sébastien Molas ne se concentre pas sur ces seules performances, fort louables évidemment, mais qui ne constituent pour lui qu'une partie de ce sport en pleine expansion. « Je suis compétiteur », dit-il, « mais il faut rester lucide quand on a la chance de pouvoir fréquenter, par exemple un garçon comme Patrick Bo-

hard (le vainqueur du Tor des géants) ou d'autres encore ».

Au fil des ans, son souci de comprendre mieux son sport lui a permis « avec l'aide », dit-il avec force, « d'un entraîneur comme Pascal Balducci », de mieux appréhender l'entraînement, la diététique, de mieux gérer ses efforts. « Hâte-toi lentement » demeure sa maxime préférée,

et tout simplement de mieux se connaître. « C'est important de ne pas faire n'importe quoi. Pour les blessures entre autres, mais pour rester en forme dans la vie en général. Le trail, pour moi, est un état d'esprit, un mode de vie, de partage, une façon d'être, en découvrant des lieux merveilleux et en pouvant y associer la famille », exprime ce maître d'œuvre, à l'origine de la nouvelle « place d'Armes à Belfort ».

Et quand il parle de partage, Sébastien Molas évoque également son investissement dans l'organisation de trail (Lison), de bénévolat comme sur la GTJ 200 dernièrement, ou au sein de son très dynamique club l'ASPTT Belfort Trail. Si la 6000D fait forcément partie de son programme 2016, Sébastien Molas, champion de Franche-Comté 2015 longue distance, s'essayera entre autres sur le trail des forts : « l'un des plus beaux trails de France », sur l'Ultra de Provence, l'un de ses grands objectifs, la Pierra Menta, et l'ultra du Vercors, le championnat de France. Mais sa silhouette égrènera encore d'autres parcours en Franche-Comté, avec comme ultime objectif avoué, la Saint-Étienne-Lyon.

Gilles SANTALUCIA