

Lolo et les 100 coureurs

Ce week-end des 12 et 13 mai 2012, l'Ardèche a été le théâtre d'une réunion de doux dingues comme elle n'en avait jamais connue. Et le Nord Ardèche a représenté avec honneur le département en démontrant que le sport made in 07 ne se résumait pas à la descente en canoë des gorges de l'Ardèche...

Lolo, Isa et tous les bénévoles qui ont mis sur pied cette 1ère édition de l'Ultr'Ardèche ont certainement passé des nuits blanches, des soirées stressantes et des réunions tendues pour accueillir un peu moins de 100 adeptes de l'ultrafond sur leurs jolies routes vallonnées. Mais monter une course de plus de 200 km non-stop est à l'image de ce type d'épreuve : il faut être endurant, patient et surtout y croire. Car des courses de ce format, il n'y en a pas énormément. Philippe Herbert, légende de l'ultrafond déclarera d'ailleurs à l'issue de cette course (qu'il finit à la 3ème place) qu'une telle course en France, cela faisait des années qu'il en rêvait...

Le plateau des inscrits est d'ailleurs à l'image de cette course, et il y a là réunis de jolis palmarès et de sacrées performances sur des courses mythiques. Badwater, Spartathlon, Nove Colli, Sakura Michi, Mil Kil, Transe Gaule, Trans Europe, Trans America, DeutschlandLauf... on ne peut pas toutes les citer mais le niveau est relevé, c'est une certitude.

Je fais partie de la bleusaille à côté de tous les grands noms qui sont au départ mais l'ultra est une grande famille et lors des retrouvailles d'avant course le vendredi, l'ambiance est décontractée et la bonne humeur sur tous les visages.



Le village d'Alboussière est vite relié depuis la vallée du Rhône et Valence. Une telle course à moins de 2 heures de voiture de la maison, c'est une vraie bénédiction. Nous y arrivons en début d'après-midi ce vendredi avec Julie et les enfants. Pour une fois c'est toute la famille qui vient me suivre sur une course.

Le camping de la municipalité a été réservé à la course. C'est là que la plupart des concurrents vont dormir, que nous prendrons les repas d'avant course et de clôture, et que sera donné le départ et jugée l'arrivée. Bref, c'est le point cardinal de ce week-end. J'y retrouve avec plaisir les copains de l'Etoile Savoyarde, et puis d'autres, croisés à l'occasion de courses diverses. On vient aussi pour ça ; revoir les amis, les voir sur pied avec bonheur, prendre des nouvelles et passer du bon temps ensemble. La course en elle-même reste importante, mais elle passe au second plan.

Au retrait des dossards, nous en profitons pour faire honneur à la boutique locale : coupe-vent aux couleurs de l'Ultr'Ardèche, crème de marrons et saucisse sèche. On ne sera pas venu pour rien !

Ensuite, ce sont de longues discussions avec tous les copains qu'on retrouve et que je ne vais pas citer tous pour ne pas alourdir ce compte rendu. Ils se reconnaîtront.

Un peu avant le repas, je décide de m'occuper quand même un peu de préparer mes affaires pour le lendemain. Il y a 21 points de ravitaillement sur la course, il va falloir choisir avec soin les emplacements où je pourrais retrouver mes sacs. J'ai plus ou moins prévu un plan de marche en 31 heures pour évaluer mes horaires de passage aux différents check points de la course. Le plus important étant d'avoir des affaires chaudes et de récupérer frontales et lunettes de vue pour la nuit du samedi au dimanche sur la 2ème partie de la course. Et je n'ai pas d'accompagnateur. Je décide donc de préparer 5 sacs pour les ravitaillements 8 (KM75) 10 (KM92) 12 (KM114 barrière horaire n°2) 17 (KM161 barrière horaire n°3) et 19 (KM182). Une étiquette avec mon nom, mon n° de dossard et le n° du ravito est collée sur chaque sac puis je les dépose avec tous les autres sacs en attente.

Ensuite c'est le moment du repas commun sous le barnum. Lolo branche le micro, monte sur une table et lance le briefing d'avant course. Et là, en toute tranquillité, il nous annonce une course costaute comme on l'a compris depuis un moment... Et comme on l'avait remarqué sur le profil de l'épreuve, Lolo nous rappelle que la course va commencer au 114ème kilomètre : il va falloir être prudent et en garder sous le pied d'ici là.

Pendant le repas, nous avons retrouvé Mathieu et Sandra qui tentent avec Gilles Pallaruelo d'évaluer le nombre de finishers à attendre. Plus ou moins 50% c'est la question ! Nous serons un peu moins de 95 au départ suite aux désistements de dernière minute. Pour le reste, rendez-vous dimanche à 18h pour faire les comptes.

Sage, je décide de ne pas boire de vin, me contentant d'une bière fraîche qui fait du bien. Le vent se lève dehors, mais ce n'est rien à côté de ce qui nous attendra le lendemain...

Samedi 12 mai. 4h30.

La nuit a été courte et agitée. L'excitation typique de veille de course m'a empêché de bien dormir. Je ne suis pas inquiet, la semaine précédente j'ai dormi tout mon soûl.

Je me lève en essayant de ne pas réveiller tout le monde, me prépare, avale quelques biscuits puis je file retrouver les autres coureurs pour un petit déjeuner commun. Les mines sont détendues, réjouies même. Les bénévoles au petit soin, tout le monde semble zen. C'est un sentiment étrange et reposant qui nimbe tout le campement d'Alboussière. Comme si on était là en vacances pour courir un OFF entre copains. Tout le monde est conscient de la difficulté de la tâche qui nous attend et cela fait partie de l'excitation d'avant course.

La température est particulièrement douce, j'opte pour un short et un tee shirt mais je garde les manchettes en cas de fraîcheur ultérieure.

Il est 6h01 lorsque le départ est donné. Un petit au-revoir à madame et à mon fiston, ma fille étant encore endormie. Je pars en petites foulées sur un rythme très pépère, la petite montée de la sortie du camping étant déjà l'occasion de marcher pour chauffer la machine. Lorsque je me retourne, je constate que je suis dans les derniers. Je papote avec Gilbert Codet qui a enfilé son bob collector d'Antibes puis avec d'autres coureurs.

CP1 – Gilhoc - KM 11,2

Sur cette première portion, on se chauffe gentiment les muscles... et la langue. Séance papotage avec pleins de coureurs parmi lesquels Zeb, Cyril, Tot. La température est excellente, le ciel couvert de nuages, il fait peut-être même un peu lourd. Je suis étonné par la vitesse à laquelle les trois quarts du peloton sont partis.

CP2 – Lamastre - KM 27,3 - 2h51 de course.

Tout baigne. J'ai légèrement haussé le rythme après une première heure très en dedans. Les sensations sont bonnes, tous les signaux sont au vert. Au fil des dépassements ou des regroupements, on discute et on échange quelques mots avec les autres.

Le fléchage est clair, facile et intuitif ; de la même sorte que celui de l'Etoile Savoyarde notamment, avec un fond orange vif qui se repère de loin.

CP3 – Les Nonières - KM 36,5

Depuis un moment nous avons quitté le goudron pour le tracé d'une ancienne voie de chemin de fer. Lamastre est derrière nous et nous progressons en direction du Cheylard ; des noms sympathiques qui me rappellent les concentrations motos d'il y a 12 ans à l'époque où je ne courrais pas et où j'occupais mes dimanches à rouler sur deux roues.

Je me sens bien et j'en garde sous le pied avec l'objectif d'arriver au 114ème kilomètre le plus zen, relâché et frais possible.

CP4 – Le Cheylard - KM 45,4

Et d'un marathon de couru. Je ne m'en suis même pas rendu compte, grâce au découpage en portions courtes d'un CP à l'autre.

Comme à chaque check point, je ne m'arrête que quelques instants, le temps de refaire le niveau de mes deux bidons : mélange d'eau plate et d'eau gazeuse dans le bidon de 800 ml et mélange d'eau plate et de coca dans le bidon à main de 600 ml.

Je picore pas mal de bananes tout de même, aliment qui fonctionne traditionnellement bien pour moi sur les courses, ainsi que des tranches de pain d'épices.

En repartant du ravito, nous passons au pied du château de Rochebonne, haut lieu connu du trail « L'ardéchois » comme Lolo l'a indiqué dans le road book que j'ai glissé au fond de la ceinture porte bidon.

Je cours depuis un moment avec pas mal d'autres UFOs : Patrak, Phil50, Eric et Vincent Toumazou. Nous nous dirigeons vers de gros nuages très sombres qui n'annoncent rien de bon. Nous doublons Katell Corne qui semble accuser le coup. Heureusement elle saura se refaire la cerise et le lendemain j'assisterai avec plaisir à son arrivée rageuse.

CP5 – Limis - KM 53,8

Barrière Horaire n°1 – 05h45 de course.

A force de nous diriger vers ces nuages sombres, il est arrivé ce qu'il devait arriver : nous nous les sommes pris dessus. J'ai relevé les manchettes pour éviter la désagréable sensation de froid. La pluie n'a pas été longue mais plutôt forte et c'est trempé que j'arrive au ravito de cette première barrière horaire. J'ai plus de 2h30 d'avance sur mes temps de passage estimés. Il est 11h50 du matin, j'en profite pour faire comme prévu une petite pause de 10-15 minutes et de m'alimenter convenablement. Un bolino remplira cette fonction avec

bonheur. Quelques tranches de pain de mie et de jambon compléteront le repas de fort belle manière. Et c'est avec des jambes toutes neuves que je repars à l'assaut de la suite du programme. Et quelle suite ! Il s'agit de l'ascension du col de l'ardéchoise qui culmine à 1184m.

CP6 – Bois Lantal – KM 60,8

Je me sens bien. Dans la montée du col de l'ardéchoise, j'adopte mon rythme classique sur ce type de profil grim pant à base de cyrano : 40 secondes de course, 20 secondes de marche. C'est réglé comme du papier à musique, cela fait maintenant un an que j'ai trouvé ce rythme et que je l'ai éprouvé sur plusieurs courses et sorties longues. Il me va bien alors je continue.

Et je vais reprendre de nombreux coureurs sur cette grim pette, même si ce n'est pas le but à la base. A chaque fois, un mot, une blague, tout le monde a le sourire, on ressent toujours cette décontraction comme s'il s'agissait d'une sortie entre copains.

CP7 – Borée - KM 69,2

Il s'agit maintenant de continuer à monter pour atteindre le Gerbier dans encore 2 ravitos. Toujours sur le même rythme, je poursuis ma progression, veillant à ne pas grimper trop vite pour ne pas risquer la surchauffe. J'ai rebais sé les manchettes et je rejoins bientôt Carmen dont j'ai reconnu la foulée de loin. Cela me rappelle les étapes de montagne de l'étoile savoyarde 2011 et je me sens aussi bien qu'alors.

CP8 – Col de la Clède - KM 75,5

Petite pause à ce check point où je retrouve le premier de mes 5 drop bags. C'est l'occasion de changer de tee shirt pour repartir avec un sentiment (relatif) de propreté. J'en profite pour enfiler un corsaire en prévision du passage prochain en altitude au sommet du Gerbier des Joncs. Je ne tiens pas à renouveler l'expérience du récent coup de froid que j'ai eu à St Fons. Je réalise que nous avons bouclé le premier tiers de la course et pour l'instant tout se passe bien. Pas de douleurs, pas de problèmes de digestion, je croise les doigts pour que ça continue ainsi et je repars avec plus de 3h d'avance sur mes temps de passage prévus.

CP9 – Le Gerbier des Joncs – KM 83,1

Et nous y voilà ! La brume est montée des vallées environnantes, le vent est un peu frais, on comprend qu'il vaudrait mieux éviter de s'éterniser en short et tee shirt dans le coin. J'ai rejoint Gilles Pallaruelo qui en vrai baroudeur ne semble pourtant pas avoir froid, avec son maillot sans manche. Un tout petit break au check point où comme sur tous les autres ravitaillements, les bénévoles sont d'une patience angélique et d'une gentillesse à souligner.

CP10 – Sagnes et Goudoulet - KM 92,2

Plus de deux marathons de courus, et pourtant l'impression de n'être parti que depuis peu de temps. Mon objectif d'arriver à la mi-course en étant très frais semble sur le point de se réaliser. Cela me fait du bien à la tête.

CP11 – Burzet - KM 100

Je n'ai aucun souvenir de ce check point qui marquait symboliquement le passage au 100ème kilomètre. C'est que tout devait bien se passer. J'ai retrouvé toutefois une photo (crédit : Pierregut) prise lors de ce ravito du KM100.



CP12 – St Pierre de Colombier - KM 114,3

Barrière Horaire n°2 – 12h44 de course

Le ravito est caché dans un abri en dur et ça sera une bonne idée pour ceux qui passeront là plus tard, lorsque la nuit et le froid seront là.

Depuis un moment je me demande comment et quand me couvrir pour la nuit. Je sais que j'ai prévu un bon arrêt ici mais j'étais censé y passer 3h30 plus tard, à la tombée de la nuit. Tant pis, je décide malgré tout de me couvrir avec les affaires de nuit. Changement de tee shirt, puis maillot à manches longues et coupe vent. Avec 3 couches, je suis paré. Et en bas, en plus du corsaire, j'enfile un pantalon Décathlon qui fait coupe vent. Ainsi attifé, j'aurais un peu chaud dans la montée suivante mais en ouvrant le coupe vent et en remontant les manches, j'arriverai à gérer convenablement la température. Et surtout la nuit venue, je serais paré. Je récupère également les lunettes de vue et la frontale que je glisse au fond de la poche dorsale de la ceinture porte bidon.

Mais avant tout cela, j'ai pris le temps de me poser et de manger une assiette de pâtes au fromage préparé par Michel et Martine Codet qui tiennent de mains de maîtres ce ravito.

Je me suis arrêté un bon moment à la barrière horaire pour manger et me changer. Eric avec qui je courrais depuis longtemps a filé. Vincent Toumazou a eu le temps d'arriver et de repartir. Philippe Herbert est passé comme une fusée, dans une forme éblouissante. Je l'ai à peine vu manger quelques bouchées à la volée et repartir aussi tôt. Je repars à mon tour, au moment où les autres UFOs arrivent (Phil50 et Patrak).

CP13 – Juvinas – KM 122,9

Comme lors du premier arrêt un peu long au KM54, l'arrêt ravitaillement du CP12 m'a fait du bien. J'ai pu souffler un peu, me restaurer convenablement et lorsque je suis reparti, les batteries étaient bien rechargées.

J'ai attaqué la suite des hostilités avec l'envie d'en découdre et je tiens à nouveau un bon rythme : course tranquille sur les rares passages plats, cyrano 40/20 dans les montées et allure cool dans les descentes pour économiser les cuisses.

La voiture des suiveurs de Vincent continue de me doubler régulièrement. Je comprends donc que leur coureur me suit de près.

Je dépasse des coureurs qui traînent la patte : blessure à un genou, douleur à un tendon... Ils marchent beaucoup pour s'économiser. Quelques mots d'encouragements jusqu'au prochain ravito...

CP14 – Antraigues - KM 130,2

J'ai rattrapé Vincent et Eric et nous faisons le yoyo au bénéfice des pauses marchées des uns ou des autres. La course a maintenant commencé totalement. Je me surprends à commencer à penser à l'arrivée et aussi sec, je me force à continuer à raisonner en terme de portions d'un CP à l'autre. En découpant le gâteau, il est jusqu'à présent bien passé, autant continuer.

Le soleil se couche, les premières étoiles apparaissent. Je suis avec Eric qui me confit qu'il adore courir de nuit. De mon côté, je supporte bien mes multiples couches qui m'isolent parfaitement de la fraîcheur de ce début de soirée.

CP15 à CP16 - KM 141,4 à KM 151

La nuit est tombée. Et le vent s'est méchamment levé sur les plateaux de l'Ardèche. Certains passages sont protégés mais la majeure partie du temps, nous prenons des rafales terribles de face, qui nous obligent à arrêter de courir pour ne pas laisser trop de jus dans l'aventure. La partie de montagnes russes promises par le profil du parcours se révèle conforme à nos prévisions. C'est dur avec ce vent glacial qui tente de refroidir nos corps et nos ardeurs.

Le passage au Col de la Fayolle au 147^{ème} kilomètre va marquer les esprits, avec un vent à décorner les aurochs.

Eric a un peu froid, il est toujours en short et tee shirt, et il se couvre petit à petit. Nous courons toujours ensemble, et à deux, l'effort semble plus facile. Lorsque l'un a un petit coup de mou, l'autre imprime le rythme et nous progressons bien. On nous annonce dans le top 10, ce qui me surprend.

Les voitures des suiveurs des autres coureurs nous doublent puis nous les repassons à la faveur d'une pause. Damien qui a abandonné s'élanche dans la nuit au volant de sa voiture pour suivre la course sur ces routes étroites et torturées.

CP17 – St Pierreville - KM 161,5

Barrière Horaire n°3 – 19h09 de course

Les dix derniers kilomètres qui précèdent la barrière horaire n°3 du 161^{ème} kilomètre seront les plus difficiles de la course pour moi. Dans les descentes je veux rester au contact d'Eric, et je vais un peu au-dessus de mon allure prévue, je puise dans mes réserves et je m'alimente mal. Lorsque nous arrivons au ravitaillement du CP17 j'ai mal à l'estomac, et la soupe de vermicelles que j'avale menace de repartir aussi sec par là où elle est venue. J'ai presque 4h d'avance sur mes temps de passage. Je dis à Eric de ne pas m'attendre, que je veux me poser un moment ici. Je me réfugie au chaud, à l'abri du vent, dans une maison qui a été réquisitionnée pour la course. Je n'ai envie de rien manger, toute idée de nourriture provoque des nausées et un écoeurement mais je sais que si je ne m'alimente pas, je ne pourrais pas continuer bien longtemps. Ici je l'avoue, j'ai trois ou quatre minutes très difficiles sur le plan mental. Je fais le décompte : il reste 50 kilomètres de montagnes russes, je dois manger si je veux aller au bout. Je tente alors un Bolino qui passe difficilement. Puis je profite des toilettes et je reviens dans la cuisine où sont arrivés d'autres coureurs. Je reste 10 minutes assis là, mangeant encore un peu, un peu ébranlé des intestins. L'équipe des suiveurs de Vincent arrive à ce moment-là. Quelques minutes plus tard, la moitié de Bolino avalée semble porter ses fruits. Je ressens comme un rayon de soleil dans l'estomac. Je me lève. J'ai un pressentiment qu'il faut que je reparte maintenant, mes jambes m'ont envoyé un signal, mon estomac aussi. La fenêtre de tir ne sera peut-être pas large, je dois en profiter. Je me dis que je me viderai peut-être dans quelques kilomètres mais le prochain ravito n'est pas loin, et je dois continuer. Je repars en sachant

que l'issue de ma course va certainement se jouer dans les prochains kilomètres. Au total je me serais tout de même arrêté 45 minutes à ce check-point, soit 25 de plus que prévu.

CP18 – Gluiras - KM 172

Ces 9 km séparant les deux CP sont parcourus à l'économie. Je prends le temps de marcher de temps en temps. Soit dans les montées en continuant mon allure 40/20 soit dans les descentes pour rompre la course lorsque cela dure un peu trop à mon goût. Dès lors, en plein dans une descente, au feeling, je décide de marcher 30 secondes pour casser l'allure et donner un peu de repos à mes cuisses. Mais c'est surtout l'estomac qui travaille. Musculairement, tout va bien, je suis bien entendu un peu fatigué mais aucune douleur n'est à signaler. De temps en temps mes yeux se ferment tout seuls. Je me concentre pour courir au milieu de la route j'ai peur de basculer dans un ravin pendant ces phases de micro sommeil flash. Lorsque j'arrive au ravito de Gluiras, mes intestins n'ont pas encore retrouvé toute leur vigueur mais je sens que l'alimentation va pouvoir continuer normalement. Et ma tête continue de dire que tout va bien se passer.

CP19 – Chervil – KM 182,3

Qu'il aura été long celui-là ! De nuit, lorsqu'on progresse dans l'obscurité, on n'est guidé que par les halots de quelques hameaux, en se demandant s'il s'agit du prochain ravito ou non. Et comme les routes ne sont pas droites, on passe son temps à faire des circonvolutions qui semblent rallonger les kilomètres. Lorsque j'aperçois les lumières du hameau où est situé le CP19, je me dis que j'y serais vite. Mais la route n'en finit plus de tournicoter, et là où l'on pense mettre 10 minutes, il en faut facilement 3 ou 4 fois plus. J'ai rejoint un autre coureur qui va plus vite que moi dans les descentes mais que je rattrape dans les montées. Son moral est bon, le mien aussi. On ne se parle guère, concentrés et un peu entamés par les 180 kilomètres déjà parcourus. Nous arrivons finalement ensemble au CP19. J'en profite pour récupérer mon 5ème et dernier drop bag et me changer une nouvelle fois. La température est clémente, l'aube sera bientôt là. Je ne veux pas risquer d'avoir trop chaud au lever du soleil, j'enlève le coupe vent, retire le pantalon. Je repars en corsaire, maillot manches longues et tee shirt de la course par-dessus. J'ai quasiment 4h d'avance sur mon plan de marche, je sais que j'irai au bout. Je commence même à me dire que je peux terminer pour l'apéro.

CP20 – Chalençon – KM 189,6

L'estomac est redevenu opérationnel depuis le CP précédent. Je commence à me réveiller vraiment, la lueur du jour est maintenant là et je suis heureux d'assister au lever du soleil. Les jambes répondent toujours présentes et me permettent de continuer à courir 40 secondes par minute dans toutes les montées. Mon rythme me semble régulier, je rejoins le coureur avec lequel j'étais arrivé au CP19 et qui en était reparti avant moi. Il me confie qu'il a sommeil et qu'il va s'arrêter dormir. Un peu plus haut, je rejoins Carmen. Au ravito de Chalençon, je ne traîne pas en route. Les deux bénévoles me disent que je suis 6ème et me félicitent. Je suis surtout heureux car il reste 20 bornes et que je sais que c'est dans la poche pour être finisher. Je repars le coeur léger.

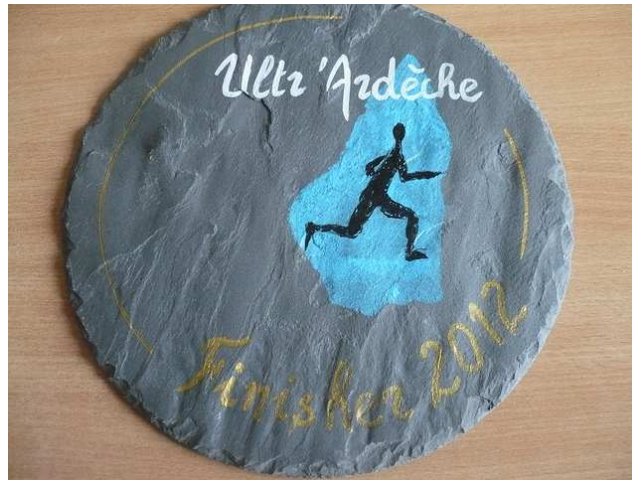
CP21 – Vernoux – KM 198,6

Au ravitaillement je retrouve Nicole et Gérard Denis, ça me fait rudement plaisir de les voir. Je suis applaudi par les bénévoles et par monsieur le maire qui a été très présent sur toute la course. Lorsque je repars du ravito de Vernoux, j'aperçois le coureur qui me précède tout au bout de la ligne droite. Oh misère, toute cette ligne droite sans montée ni descente, ça fait « glups » dans ma gorge. L'avantage des montagnes russes c'est que l'alternance du rythme permet de mieux gérer sa récupération. Là, faut pas mollir et réussir à tenir une moyenne normale sur du plat.

J'hésite sur la conduite à tenir. Mais finalement je décide de profiter et de finir en allure footing cette dernière portion de la course.

Je n'ai même pas une pensée au passage du 200ème kilomètre symbolique, à force de découper la distance en sections entre les ravitaillements, je ne me focalise jamais sur le kilométrage total parcouru.

Je franchis le dernier col tout seul avant de repiquer sur Boffres à 5 kilomètres de l'arrivée. Je m'arrête quelques instants pour marcher et appeler Julie pour lui dire que je serais là d'ici 25-35 minutes. Carmen m'a rattrapé, nous décidons de finir ensemble. Mais la fin est longue. Nous tenons un bon rythme dans la descente sur Alboussière, un rythme que je ne pensais pas être capable de tenir, dans les 12 km/h à vue d'œil.



CP22 – Alboussière. Arrivée KM 212 – 26h43 de course.

Dans le dernier kilomètre de course, je savoure. Je suis heureux d'être allé au bout, je ne pense à rien d'autre qu'à l'instant présent, j'écarquille les yeux pour apercevoir les enfants qui m'attendent en contrebas, près de la ligne d'arrivée. Les sifflets annoncent notre arrivée, les spectateurs du camping tapent dans les mains pour nous encourager. Je fais un bisou rapide au passage aux enfants puis Carmen et moi franchissons la ligne d'arrivée ensemble sous les yeux de Lolo le grand manitou de cette course d'exception. Il est un peu moins de 8h50 du matin. Soit 26h43 pour boucler la boucle, et 5h de mieux que mon plan de marche. C'est la cerise sur le gâteau mais la cerise a bon goût elle aussi. Une étonnante 6ème place ex aequo au scratch qui est la cerise de la cerise. Mais surtout un plaisir immense d'en terminer sans douleur, sans blessure, et avec la sensation que j'en avais encore un peu sous le pied pour continuer quelques kilomètres.

La suite n'est qu'un long moment de décompression avant de pouvoir me décider à aller me doucher puis à manger un peu et à boire un café qui me fera le plus grand bien. L'excitation sera telle que je n'arriverai même pas à faire une sieste de toute la journée. A la place, je suis allé flemmarder sur la ligne d'arrivée, couché dans l'herbe, au soleil, me levant pour les arrivées des copains. Les applaudir et les féliciter en voyant ces visages exténués mais émus, ces corps mâchés mais encore vaillants. De grands moments de célébration simple mais réelle. Je suis particulièrement heureux de voir en finir Mathieu qui semble frais et qui termine dans un meilleur temps que son estimation. A propos d'estimation, il y aura finalement 59 finishers sur les 93 coureurs au départ.

Le soir, le repas de clôture sera marqué par des applaudissements nourris pour les organisateurs, Lolo et Isa en tête. Une standing ovation pleine d'émotion leur sera même naturellement offerte, preuve du bonheur qu'ils ont donné à tous les coureurs pendant ces 2 jours. Tous les commentaires allaient dans le même sens : cette première édition a posé les jalons d'une grande épreuve à l'instar d'une Nove Colli ou d'un Spartathlon à la française. Il y a fort à parier qu'une classique est née ce week-end du 12 mai quelque part dans un petit patelin du Nord Ardèche, porté par la foi sans borne d'une équipe d'organisateur passionnés. Qu'ils en soient ici une nouvelle fois remerciés et célébrés. Voilà de quoi nous réjouir et occuper nos mois de mai des années à venir !



Le bilan.

A titre personnel, j'ai encore du mal à réaliser que j'ai bouclé mon premier 200 km non stop. Mais je suis surtout heureux du déroulement de la course, où j'ai géré mon effort en pensant à m'économiser tout le temps. De plus mon moral était au beau fixe pendant 26h, les 40 minutes restantes comptant finalement peu. J'aurais encore énormément appris durant cette course, personnellement mais aussi au contact de vrais coureurs d'expérience qui ont des CV impressionnants mais qui sont surtout des hommes simples. Je retiens ainsi cette rencontre avec Philippe Grizard le lundi matin pendant que je faisais mes valises. En toute simplicité, ce monsieur me disait qu'il allait prendre le départ de la Trans Europe (64 étapes) avec ses deux prothèses de hanches pour son soixantième anniversaire.

Mon année de course à pied 2012 est d'ores et déjà réussie, j'ai atteint mon objectif qui était d'aller au bout de l'Ultr'Ardèche. Les portes du Spartathlon me sont ouvertes, mais être au départ de la classique grecque est finalement ce qu'il y a de plus simple, la courir un jour peut-être sera une (sacrée) autre paire de manches. Le chemin pour espérer la finir sera encore long et je pense aux mots de Boileau qui déclarait dans « L'art poétique » écrit en 1674 (pile 300 ans avant ma naissance) :

« Hâtez-vous lentement, et sans perdre courage,

Vingt fois sur le métier remettez votre ouvrage,

Polissez-le sans cesse, et le repolissez,

Ajoutez quelquefois, et souvent effacez. »