

Compte-rendu : 100 km de Belvès (25 avril 2015)



(crédit photo : Hervé Le Tallec)

Ça faisait un an que j'avais pris la décision : les 100 km de Belvès, ce 25 avril 2015, seraient mon grand objectif de printemps cette année. C'est, en 2012, la course qui m'avait valu mon premier podium sur 100 bornes, et j'avais gardé un excellent souvenir de son ambiance, de la gentillesse de son équipe d'organisation, et de la beauté de son parcours (voir compte-rendu ici). Après avoir consacré mes printemps 2013 et 2014 à des marathons, il était grand temps que je revienne en terre périgourdine pour ma distance fétiche ... Et c'est donc avec une grosse motivation que je m'étais attelé à la préparation pour la course. Mon plan d'entraînement détaillé est accessible à l'adresse : http://www.normalesup.org/~seitz/Plan_d_entrainement_100_km_de_Belves_2015.pdf (les liens sont cliquables, ils donnent accès au détail des séances réalisées), sauf que, depuis le 11 mars, le site web de Garmin ne permet plus d'exporter les données d'altitude (officiellement, à cause d'un bug qu'ils prétendent essayer de réparer), si bien que les profils topo et les corrections d'allure en fonction du dénivelé sont un peu fantaisistes à partir de cette date ...

La préparation s'était bien passée, les quelques douleurs apparues de-ci de-là avaient fini par disparaître, et j'avais pu suivre à peu près parfaitement le plan d'entraînement que je m'étais fixé. J'avais également recruté, pour m'accompagner à vélo sur la course, mes deux copines Chloé et Marie, duo de choc qui allait me bichonner pendant toute la course, et attirer l'attention de mes concurrents masculins, des spectateurs, et des speakers officiels ☺. Et comme on avait un couchage disponible dans le mobil-home, et que mon pote Vincent Gouzerch s'était décidé (deux jours avant la course) à venir lui aussi user ses semelles le long de la Dordogne, nous avions finalement recruté un quatrième mousquetaire pour compléter l'équipe.

En arrivant à Belvès vendredi soir, Marie et moi sommes allés retirer le dossard, et saluer les organisateurs de la course. Le président du club athlétique belvésois, Jean-Pierre Sinico, est un vrai passionné, amoureux de sa course, et d'une affabilité incomparable. J'avais beaucoup apprécié ses félicitations à l'arrivée en 2012, et l'amitié qu'il m'avait témoignée cinq mois plus tard (à l'arrivée des 100 km de Millau, où il était venu en spectateur), quand il m'avait dit tout le plaisir qu'il aurait à me voir revenir à Belvès. Je n'avais pas pu la courir en 2013 (des contraintes professionnelles m'avaient empêché de me préparer pour Belvès, ce qui m'avait décidé à courir le marathon de Barcelone à la place ; voir compte-rendu ici), mais j'étais bien décidé à revenir rendre visite à Jean-Pierre et à cette course magnifique. Nous sommes allés discuter avec lui, ainsi qu'avec Jocelyn et Jean-Claude, les deux speakers enthousiastes qui allaient commenter le 100 bornes et le marathon. Ils venaient d'apprendre l'inscription de Michaël Boch, qui serait au départ du 100 bornes le lendemain : Michaël est la grande référence du 100 bornes en France, c'est un coureur extraordinaire, invaincu à Millau, et titulaire d'un chrono de 6h56 sur les routes de Belvès. Avec son frère Thomas en accompagnement à vélo, et malgré leur gentillesse et leur timidité, ces deux-là ont des habitudes de cannibales sur les 100 bornes, et la plupart de leurs adversaires ne connaissent d'eux que le dos de Michaël, et la roue arrière de Thomas ☺.

La pasta-party nous a permis de retrouver Chloé et Vincent, ainsi que quelques autres de ces personnalités attachantes qui font tout le charme de l'ambiance des 100 bornes. Le hasard a voulu que nous nous retrouvions à la table voisine de celle de mon pote Christian Dal Corso, qui enchaîne les 24 heures et les 100 bornes avec une fréquence qui doit lui coûter cher en chaussures de course ; des joueurs d'accordéon assuraient l'animation musicale ; et une noria de bénévoles alimentait chaque table d'entrées, de plats de pâtes, et de desserts. Il y a des détails qui ne trompent pas : nous étions à la veille d'un 100 bornes !



À la pasta-party, mes anges gardiens Chloé et Marie prennent des forces en prévision du lendemain.

C'est à 7h15 le lendemain matin que nous sommes arrivés autour de la zone de départ. Le plan de bataille était bien établi : Chloé, à vélo, allait se positionner, avec le peloton des accompagnateurs, autour du km 10, et elle y attendrait mon passage. Marie resterait dans le village, avec son vélo, jusqu'après le départ : je pourrais lui remettre le maillot à manches longues qui me tiendrait chaud en attendant le coup de pistolet. Une demi-heure après le départ de la course, elle monterait en selle et partirait à notre poursuite, pour que Chloé se sente moins seule derrière son coureur ☺. Vincent et moi pourrions nous échauffer gentiment dans le bourg (enfin, ça j'ai l'impression que c'était surtout mon programme à moi : Vincent avait l'air de connaître la totalité des participants, et je le soupçonne d'avoir passé plus de temps à dire bonjour qu'à s'échauffer ☺) ... C'est avant de laisser partir Chloé que nous avons appris qu'il serait interdit aux coureurs de se ravitailler hors des zones de ravitaillement officielles (des zones d'environ 300 mètres de long, centrées sur les tables de ravitaillement fournies par l'organisation ; il y en aurait 22 réparties sur le parcours, en plus de celles de l'arrivée à Belvès). C'est un règlement qui est habituellement appliqué sur le championnat de France (pour ne pas défavoriser les coureurs qui n'ont pas d'accompagnateur), mais que nous étions surpris de voir appliqué hors championnat : mais après tout, puisque le ciel était bouché de nuages sombres, ça ne serait pas forcément une limitation très gênante (du moins le pensions-nous à ce moment-là !).

Sur la zone de départ, les speakers Jocelyn et Jean-Claude ont commis l'imprudence de me tendre le micro pour me demander comment je me sentais : il faut savoir que je suis un peu bavard, et qu'en 2012, je leur avais confisqué la parole pendant une éternité après mon arrivée (<https://www.youtube.com/watch?v=CrZX94I7A8c>). Ils n'avaient pas manqué de remarquer mon équipage cycliste, et me demandaient de ses nouvelles ; je leur ai répondu que je recrutais mes accompagnatrices sur le physique (« Pas sur la *forme* physique, hein ! Non, non, sur leur *apparence* physique ! »), et que je ne tolérais des garçons dans l'équipage que s'ils venaient accompagnés de leur copine. Bon, on mettra cet humour de salle de garde sur le compte du trac d'avant-course ... Derrière, Marie (subitement au centre de l'attention de tous ceux qui avaient entendu mon interview) et mon pote Hervé Le Tallec (un poète de la course à pied, qui avait fait la route depuis Cahors pour venir assister à la course, et prendre de magnifiques photos tout le long de la journée) photographiaient la scène (Marie a envoyé une photo à mes parents pour leur montrer que j'étais en forme : j'avais déjà piqué le micro ...).



Premier épisode du roman-photo préparé par Hervé Le Tallec. Encadré par Jocelyn et Jean-Claude, je donne mes impressions d'avant-course (crédit photo : Hervé Le Tallec).

Jean-Pierre, organisateur en chef, est venu ajouter un mot. Il a rappelé un épisode que j'avais oublié : à l'arrivée des 100 km de Millau 2012, quand il m'avait serré la main après ma descente du podium (à partir de t=6 min 10 de <https://www.youtube.com/watch?v=jCy1bx1sy1M>), je lui avais dit «Tu me portes bonheur ! Chaque fois que je te vois, je fais troisième !». Il me souhaitait, pour cette fois-ci, de faire encore mieux que troisième. Je lui ai promis de tout faire pour exaucer ses vœux ☺. Jocelyn a profité de l'occasion pour me présenter Franck Fradon, un coureur charentais de grand talent, qui avait terminé 4ème l'an dernier. Franck et moi sommes ensuite allés nous échauffer ensemble, et au détour de la discussion, il m'a dit qu'il serait accompagné par tout un peloton de cyclistes (des copains qu'il avait convaincus de venir sur un 100 bornes «tout plat» et à qui il n'avait apparemment pas trop dit à quoi s'attendre ☺) habillés en orange aussi vif que celui de mon maillot – cyclistes que j'allais effectivement reconnaître un peu plus tard dans la journée ... On nous annonçait également la participation d'un champion australien, Rick Cooke, qui venait tâcher de décrocher sa qualification pour les prochains championnats du Monde.

Sur la ligne de départ, j'ai retrouvé Michaël Boch, déjà très concentré, et une poignée d'autres visages familiers. Le ciel restait menaçant, mais il ne pleuvait pas, et c'est encore tout sec que le peloton s'est élancé au coup de pistolet. Michaël a immédiatement pris les commandes, et quelques coureurs l'ont suivi à distance. Ils couraient entre 15 et 16 km/h, rythme que j'ai jugé un peu trop violent à une heure si matinale : je me suis mis en retrait, autour de la 8-10ème position, en tâchant de ne pas trop dépasser les 14 km/h. Le parcours commence par une boucle de 2 km dans les rues de Belvès, à peu près plates, avant de plonger sur Fongauffier par une bonne descente de 2 km, et de retrouver un terrain plat jusqu'au 30ème kilomètre. Michaël était rapidement sorti de mon champ de vision, ainsi qu'un coureur vêtu de noir et à la casquette blanche, dont j'apprendrais par la suite qu'il s'agissait de Rick, le coureur australien. Dans le deuxième kilomètre, alors que j'étais en tête d'un petit groupe de trois ou quatre coureurs, nous avons soudain vu arriver de la gauche, par une rue perpendiculaire au parcours, ce coureur vêtu de noir, qui rejoignait le circuit en venant d'on ne sait où. Petit moment de flottement dans le

groupe, l'un des gars s'écrie «Qu'est-ce qui se passe ? C'est par où ?» en croyant que nous étions sortis du parcours. J'ai répondu qu'il me semblait que nous étions sur la bonne route (on voyait des flèches peintes au sol avant chaque virage), c'était en réalité ce coureur qui avait dû louper un carrefour. Puis quelques minutes plus tard, en sortant du village (milieu du 3ème kilomètre) en haut de la descente, nous avons été dépassés par ... Michaël, qui n'avait pas la tête des bons jours : il avait aussi pris une mauvaise direction (sans doute suivi par Rick), et il avait perdu pas mal de temps dans une petite boucle supplémentaire avant de nous rejoindre. Après qu'il nous ait dépassés, j'ai vu une moto de l'organisation se porter à sa hauteur, et Michaël parlait au motard en faisant des mouvements de bras : lui que j'ai toujours connu si concentré, si avare de ses paroles et de gestes inutiles pendant les courses, il était visiblement affecté par cette petite erreur d'aiguillage qui avait dû lui coûter une bonne trentaine de secondes. Il n'avait donc pas fallu attendre longtemps pour assister au premier fait de course !

Moi de mon côté, j'étais accompagné d'un coureur que je ne connaissais pas encore, Alexandre Hayetine. À mi-descente, nous sommes passés devant la borne 99 qui, dans le sens du retour, nous indiquerait le dernier kilomètre de course ; je l'ai désignée à Alexandre en lui disant : «Regarde, 99 ! On sera content quand on y repassera !». Nous étions en 7 et 8ème positions, et la descente vers Fongauffier nous offrait une vue dégagée, qui nous permettait de voir chacun de ceux qui nous précédaient, et la voiture ouvreuse. Alexandre était un peu surpris de l'allure prudente de ce début de course : «Ça part plus vite sur l'UTMB !». Je lui ai répondu que l'allure ici serait sans doute plus régulière. Est-ce qu'il y a vu un conseil de prudence ? Il s'est alors un peu laissé décrocher, et je ne l'ai plus revu jusqu'à l'arrivée.

Quand la route s'est aplatie, à partir du 4ème kilomètre, j'ai pu me caler sur l'allure visée. Alors que je m'étais entraîné à une allure de 4 min 20 / km, j'avais décidé de ne courir le premier marathon qu'à 4 min 25 / km, et de ne me caler sur mes 4 min 20 / km qu'après les premiers 42 ou 50 km, selon l'humeur. Si je réussissais à tenir mes 4 min 20 / km sur toute la deuxième moitié de course, ça me permettrait de la faire plus rapidement que la première (ce qu'on appelle un *negativ split* dans le jargon), et d'aller chercher un chrono sous les 7h20 (sachant qu'un chrono sous les 7h30 suffirait déjà à mon bonheur). C'est donc à une allure de footing confortable que je progressais dans la vallée, en direction de la Dordogne que nous allions traverser à la fin du 9ème kilomètre. Quelques-uns de mes concurrents ne me précédaient que de quelques dizaines de mètres à l'approche de la rivière. Un spectateur, debout devant sa maison, l'air un peu bourru, nous a dit sans sourire, quand nous passions devant lui : «Oh, va, je ne vous applaudis pas maintenant. Je vous applaudirai au retour !» ☺.

La zone d'attente des accompagnateurs à vélo commençait un peu moins d'un kilomètre plus loin. En passant devant cette foule bariolée qui m'encourageait, je cherchais du regard Chloé, mon ange gardien n°1, qui devait m'attendre sur le bord de la route. Quand je suis passé à sa hauteur, elle a enfourché son vélo, et s'est calée à côté de moi. Nous avons commencé notre périple commun, en attendant le renfort de Marie, qui, de son côté, devait être en train de quitter Belvès.



Mon passage dans la zone d'attente des accompagnateurs. Photo prise par Chloé quand je suis arrivé à sa hauteur (crédit photo : Chloé Coenye).

Au milieu de la route, un chat écrasé était venu s'intercaler entre les pointillés blancs. J'ai jeté un coup d'œil à la bête en passant : c'était un de ces chats bidimensionnels dont l'habitat semble restreint aux voies goudronnées, on n'en voit jamais ailleurs ! Détail sordide (qui a un peu écoeuré Chloé) : il y avait un boyau qui ressortait du ventre, et qui dessinait une boucle sur la route, dont la forme rappelait étrangement celle du Cingle de Montfort ... D'ailleurs, quelques kilomètres plus loin, c'est un chevreuil écrasé (enfin, «écrasé» mais bien gonflé par le début de putréfaction ; il avait la bedaine comme une baudruche) que j'ai repéré, d'abord à l'odeur, puis, quelques mètres plus loin, en visuel dans le champ en contrebas.

Moi en ce qui me concernait en tout cas, je me portais mieux que toutes ces victimes de la violence routière : sur le plan musculaire, pas de fatigue, pas de douleur, je me sentais très bien. Juste un petit souci du côté de l'abdomen, qui commençait à m'ennuyer, et qui m'a valu un arrêt juste avant l'entrée dans Mouzens, pour vidange intestinale. Malgré un régime alimentaire particulièrement digeste ces derniers jours, j'ai quand même laissé dans les buissons de Mouzens un petit souvenir qui avait à peu près la couleur de mon t-shirt (voir photos¹). Les douleurs sont parties instantanément, pour ne plus revenir.

Sur le plan de la météo en revanche, les choses se gâtaient un petit peu : les nuages étaient très sombres, et il a commencé à tomber quelques gouttes. La température restait confortable, mais l'aspect du ciel ne laissait pas augurer d'amélioration ... Marie nous a rejoints à ce moment-là (nous étions au 18ème kilomètre), ce qui tombait très bien, puisque c'est elle qui avait ma casquette, et qu'elle a pu me la passer pour me protéger un peu contre la pluie. Marie avait eu un petit ennui en nous rattrapant : comme pour chaque 100 bornes, j'avais prévu une programmation musicale pour la deuxième moitié de la course, avec un lecteur de MP3 connecté à un haut-parleur fixé à l'avant du panier du vélo de Marie. Mais j'avais accroché le haut-parleur un peu n'importe comment (j'avais fait ça la veille au soir, alors qu'on avait envie de se coucher et que je

1. «Voir photos», pour la couleur du t-shirt, pas celle du petit souvenir, bande de nazes !

m'emmêlais un peu dans le fil de pêche qui me servait à emmailloter le haut-parleur sur le panier), et forcément, au premier dos d'âne qu'a pris Marie (qui fonçait pour nous retrouver le plus vite possible), le machin a repris sa liberté, il est allé s'écraser sur le goudron, les compartiments à piles se sont ouverts sous le choc, les quatre piles ont elles-mêmes ressenti un besoin irrépressible d'aller parcourir le vaste monde, un cycliste qui arrivait derrière a roulé sur le haut-parleur, bref, c'était la catastrophe ! Marie a ramassé les différents morceaux (une dame qui passait lui a indiqué où les piles avaient roulé), un coureur charitable s'est arrêté pour l'aider à tout retrouver (en rigolant «Maintenant ce sont les coureurs qui aident les cyclistes!»), elle a tout rebranché vite fait et fourré le tout dans le panier, avant de se remettre à notre poursuite.

Juste à la fin du 19ème kilomètre, sous une pluie battante, nous avons aperçu Hervé, en plein reportage photo. Il nous a indiqué que Michaël, qui menait la course, avait 8 minutes d'avance sur moi (8 minutes en 19 km ! il ne s'était pas arrêté pour inspecter les chats écrasés, celui-là !).



Le km 19. 100 bornes pluvieux, 100 bornes heureux ? (crédit photo : Hervé Le Tallec).

Ma position au classement n'avait guère changé : juste après avoir retrouvé Chloé, j'avais dépassé un concurrent (qui était repassé devant pendant mon arrêt à Mouzens, et que j'avais dépassé à nouveau), et je me trouvais donc en 6ème position. À l'avant, mes concurrents étaient assez éloignés, et les conditions climatiques ne permettaient pas de voir très loin. Bref, Chloé, Marie et moi étions à peu près tranquilles, et je suivais fidèlement mon plan de marche prévisionnel, avec une allure qui oscillait généralement entre 4 min 20 / km et 4 min 25 / km. Quelques kilomètres plus loin, nous avons revu Hervé, qui nous annonçait 9 minutes de retard sur Michaël (qui était donc enfin en train de se calmer, mais qui continuait à thésauriser les minutes). Hervé-reporter la jouait «Tintin au pays des 100 bornes» et il a pris quelques photos de notre passage, dont certaines expriment assez fidèlement l'ambiance, euh, aqueuse, de ce moment de la course :



Riders on the storm. (crédit photo : Hervé Le Tallec).

C'est en arrivant sur la Roque-Gageac (toujours magnifique, avec ses façades en pierres du pays qui surplombent la Dordogne) que nous avons commencé à nous rapprocher d'un concurrent : ce coureur habillé en noir, avec une casquette blanche, et qui avait eu droit à un petit tour gratuit dans les rues de Belvès dans le sillage de Michaël. En fonction du relief, l'écart diminuait ou grandissait, et je voyais même, au bout des lignes droites, devant lui, un peloton de cyclistes habillés en orange, qui escortaient Franck Fradon, cet autre coureur avec qui je m'étais échauffé à Belvès. J'avais un bon moral, et derrière moi, j'entendais les filles discuter, et s'extasier devant la beauté des maisons et des châteaux. Notre photographe préféré était là, et en le dépassant je lui ai fait part de mon intention d'essayer de faire un *negativ split* :



La Roque-Gageac (km 30). Environ un quart d'heure de retard sur l'homme de tête (crédit photo : Hervé Le Tallec).

Je n'étais pas décidé à changer ma vitesse de course avant, au moins, la fin du marathon, et c'est donc en fonction des changements de rythme du coureur qui me précédait que nous nous sommes rapprochés, par à-coups, pendant les 5 kilomètres suivants. Il était accompagné d'un petit garçon en ciré bleu (probablement son fils), qui l'escortait sans faiblir. À la sortie de la Roque-Gageac, dans une petite côte, père et fils se sont arrêtés pour une pause-pipi (moi-même je les avais multipliées depuis le départ : je tâchais de boire consciencieusement à chaque ravitaillement, mais vu le temps qu'il faisait je ne me déshydratais guère). La pause du fiston a été plus longue que celle du papa, si bien que nous nous sommes intercalés entre eux en passant. Comme la route montait, le petit cycliste avait un peu de mal à revenir sur son père, que nous voyions se retourner anxieusement de temps en temps pour voir si le petit héritier était toujours au contact ... Chloé et Marie étaient attendries devant ce spectacle : elles trouvaient ça infiniment touchant, ce petit garçon qui allait faire 100 km à vélo sous la pluie pour aider son papa, et je les entendais rêver à voix haute «Moi, quand j'aurai des enfants, je voudrais qu'ils m'accompagnent aussi sur mes courses à pied, c'est tellement mignon!». Finalement le petit cycliste a pu nous dépasser et rejoindre son père, et nous les avons gardés en point de mire pendant quelques kilomètres. C'est à Vitrac-Port (km 35) que nous sommes arrivés à leur hauteur. Hervé, avec son instinct de reporter, ne rate jamais un instant décisif, et il était évidemment là pour immortaliser le moment de la rencontre :



Vitrac-Port (km 35). Nous rattrapons Rick et son fils (crédit photo : Hervé Le Tallec).

C'est en passant devant le ravitaillement de Vitrac-Port, où un speaker détaillait au micro l'identité des coureurs qui passaient devant lui, que j'ai entendu que mon compagnon du moment était ce fameux Rick Cooke, le coureur australien. J'ai alors engagé la conversation, on a parlé (évidemment) de la beauté des paysages, je lui ai dit que j'avais déjà couru la course trois ans plus tôt, et on s'est aperçus qu'on visait tous les deux le même chrono (moins de 7h30). Comme il accélérerait un peu, je l'ai laissé filer, mais l'écart s'est rapidement stabilisé à une centaine de mètres. Il avait tendance à ralentir un peu dans les côtes : je l'ai rattrapé en haut de la côte qui marquait la fin du 37ème kilomètre, et dans les kilomètres qui ont suivi, nous avons un peu fait l'élastique (il prenait un peu d'avance sur les portions plates, je revenais sur les portions montantes).

Devant nous, Franck, flanqué de son peloton orange, semblait marquer le pas. De temps en temps, l'un de ses cyclistes s'arrêtait sur le bord de la route pour une raison ou pour une autre, puis repartait rejoindre ses collègues. Il nous arrivait de plus en plus fréquemment de dépasser ainsi l'arrière-garde de son peloton, signe que l'écart se resserrait. J'avais été amusé, en dépassant ces cyclistes orange, de voir qu'ils avaient tous orné leur casque d'un escargot (ça avait l'air d'être de vraies coquilles d'escargots de Bourgogne), et leurs fameux maillots orange portaient le nom de leur équipe : «les cagouilles». C'est aux alentours du 40ème kilomètre que (suivi de Rick) j'ai remonté le petit peloton des cagouilles, pour arriver sur les talons de Franck. En passant à la hauteur du cycliste qui le suivait immédiatement, je lui ai lancé : «Eh, les cagouilles ! Ça doit vous plaire, un temps comme ça !». Le cycliste m'a lancé un regard complice et a répondu : «Oui, mais on en bave !». C'est donc en souhaitant à ces gastéropodes de finir la course ventre à terre que j'en ai pris congé ☺.

Franck et moi avons échangé quelques mots quand je l'ai dépassé : il commençait à avoir le visage marqué par l'effort, la fin de sa course s'annonçait difficile. Il m'a dit lui-même qu'il n'était pas au mieux (j'ai su par la suite qu'il était en train de se blesser à un ischio-jambier ; il a fini au courage, dans la douleur, mais quand même neuvième au classement final) ; je lui ai conseillé de bien s'alimenter à chaque ravitaillement. Il n'a pas cherché à s'accrocher à Rick et moi, et c'est donc à deux coureurs (et trois cyclistes) que nous nous sommes approchés de la ligne qui indiquait la fin du premier marathon.

Nous avions repris notre discussion : je me renseignai sur la ville d'origine de mon compagnon (réponse : Melbourne), et lui dis qu'un ami à moi habitait à Sydney. Il m'a répondu que Melbourne était à environ 1 h d'avion de Sydney, mais (peu habitué à l'accent australien) j'ai dû lui faire répéter ça trois ou quatre fois. Quand j'ai finalement compris ce qu'il me disait, je lui ai demandé pardon pour l'avoir fait tant parler (je lui avais fait gaspiller son souffle avec mes problèmes ...), il a rigolé («De toute façon c'est plus facile que si on avait dû faire la discussion

en français !»), et je l'ai à nouveau laissé prendre un peu d'avance. Il est donc passé au marathon quelques mètres devant moi, et quant à moi, j'ai passé la ligne en 3 h 05 min 51 s.

Nous arrivions à un passage que je trouve assez difficile mentalement : une interminable ligne droite, encaissée, d'abord, entre deux falaises, puis dans une forêt. C'est une ancienne voie ferrée, elle semble infiniment longue, et pour ne rien arranger, elle est en faux-plat montant, mais (peut-être faute de repères visuels autour, puisqu'on est entourés de ces deux petites falaises, puis de la forêt), elle n'a pas l'air de monter. Le coureur regarde sa montre, il s'aperçoit qu'il est lent, il sent pourtant que les muscles fatiguent, et il a l'impression de ne jamais sortir de cette longue ligne droite sous la futaie ... Il faut être costaud mentalement, faire abstraction de l'allure, et se convaincre qu'on n'est pas si lent que ça ... J'avais dépassé Rick avant d'entrer dans le défilé, et il avait petit à petit laissé l'écart s'agrandir. À un moment, nous avons vu son fils nous dépasser à vélo, probablement pour aller refaire des stocks au prochain ravitaillement ; mais le coureur lui-même, nous n'allions plus le revoir jusqu'à l'arrivée : il a eu lui aussi une deuxième moitié de course assez difficile, il allait finalement terminer à la 8ème place. J'avais également dépassé (un peu avant de dépasser Franck, je crois, mais sans en être certain) un autre coureur, Rémy Marcel, si bien que c'est en 3ème position que je me suis présenté à Sarlat, au 50ème kilomètre.



Belvès 2015 – suivi comme mon ombre (ben oui il n'y a pas encore de soleil) par mes deux anges, j'arrive enfin à La Canéda en 3e position, environ 7 minutes après Eric

Le km 50 (la Plaine des Jeux, à Sarlat). Ça y est, la pluie s'est enfin arrêtée, nous allons pouvoir commencer à sécher ... (crédit photo : Hervé Le Tallec).

A posteriori, je me rends compte que c'est à partir de ce moment-là qu'il a fait sec pour de bon. Au cours de ces quelques heures de course (N.B. : je suis passé au 50ème km en 3h40), les averses s'étaient quelques fois interrompues, on avait même eu l'impression que les éclaircies allaient venir. À un moment entre le 30ème et le 40ème kilomètre, Chloé avait même lancé avec optimisme, en voyant les nuages se déchirer un peu : «Là, c'est bon, il va arrêter de pleuvoir, le beau temps arrive !», et moins d'une minute plus tard nous étions à nouveau sous la douche ☺. Plus tard, dans ce long passage sous la futaie (qui cachait un peu le ciel, mais laissait passer les gouttes), c'avait été mon tour de faire une prévision optimiste, vite démentie par une nouvelle averse de grosses gouttes froides ... Tous les diseurs de bonne aventure vous le diront : à force de faire des prédictions à tort et à travers, on finit toujours par en voir une se réaliser ☺ ; c'est ainsi que la pluie a effectivement cessé autour de la mi-course.

Hervé, reporter ubiquitaire, était également là pour nous attendre à la sortie de la Plaine des Jeux, quelques hectomètres après le passage du 50ème kilomètre :



Le km 50 (sortie de la Plaine des Jeux, à Sarlat). La mi-course est passée, c'est le moment de vérité : c'est maintenant que je suis censé accélérer ... (crédit photo : Hervé Le Tallec).

La route montait encore pendant 2 kilomètres après le 50ème km : je m'autorisais à être un peu plus lent que prévu. Cette petite fatigue musculaire que j'avais commencé à ressentir dans le long passage sous la futaie n'a pas voulu disparaître : le retour sur Belvès ne serait pas qu'une partie de plaisir ... C'est pour ce moment-là que j'avais prévu la première liste musicale, qui devait m'aider à oublier les débuts de douleurs et allonger la foulée. Las ! Malgré les efforts de Marie, le fameux haut-parleur restait plongé dans un mutisme complet. Elle a finalement décidé de s'arrêter sur le bord de la route et de regarder tout ça de plus près : en fait, dans la précipitation qui avait suivi l'évasion et l'atterrissement brutal du haut-parleur dans les premiers kilomètres, elle avait remis les piles à l'envers (le pôle + à la place du pôle -), et l'électronique, un peu exigeante sur ce genre de choses, avait préféré se mettre en grève plutôt que de jouer ma musique (elle aurait aussi pu décider de jouer les morceaux à l'envers, ou de remplacer les basses par des aigus et réciproquement, mais non : quand on la branche à l'envers, elle se contente de se taire). Marie a donc remis les électrons dans le bon sens, et, pour notre plus grand bonheur, le haut-parleur a alors consenti à nous jouer la musique pour laquelle on l'avait apporté ...

La longue descente qui suivait le sommet de la côte au 52ème km m'a permis d'accélérer, de rattraper le temps perdu pendant les 2 km précédents, et finalement de pointer dans les temps prévus en bas de la descente. Malgré la fatigue qui montait, nous avons pu bien profiter de la descente : le soleil qui éclairait enfin les murs de pierre jaune les faisait resplendir, chaque maison était entourée d'un jardin magnifique, et les glycines dégoulinaien de grappes de fleurs violettes. À l'entrée d'une grande propriété, sur la gauche de la route dans la descente, deux glycines immenses lançaient leurs cônes de feuilles et de fleurs jusqu'à une douzaine de mètres de haut. J'ai été frappé de ce spectacle, et dans la seconde qui suivait, j'ai entendu Chloé et Marie s'en émerveiller aussi.

La fatigue commençait à se faire sentir, mais j'avais décidé de ne pas m'en préoccuper, et de continuer à forcer s'il le fallait pour tenir mes 4 min 20 / km. Et j'avais une idée pour faire passer la douleur quand elle deviendrait trop pénible : en septembre dernier, alors que je luttais avec Mickaël Jeanne pour la victoire sur les 100 km de Millau, je l'avais vu, à de nombreuses reprises, s'arrêter sur le bord de la route, s'étirer quadriceps ou mollets, et repartir de plus belle (voir mon compte-rendu de la course ici). Si ça marchait pour lui, ça marcherait bien pour moi ! J'avais donc décidé de tenir mon allure coûte que coûte, et de m'arrêter pour m'étirer quand ce serait trop douloureux. C'est au ravitaillement suivant (au milieu du 59ème km) que j'ai commencé à mettre cette tactique en application : je me suis arrêté longuement (presque une minute et demie) pour étirer les quadriceps, qui commençaient à faire vraiment mal. J'en ai profité pour bien boire (la chaleur montait, il ne fallait plus négliger les ravitaillements), et

c'est plein d'espoir que je suis reparti à l'assaut de la route. Mauvaise nouvelle : les étirements n'avaient fait disparaître ni la fatigue, ni la douleur ! Marie a plus tard rationalisé tout ça en me disant qu'à Millau, Mickaël avait des crampes, et que les étirements font passer les crampes, mais qu'ils ne pouvaient rien contre la fatigue qui m'assaillait. C'est rationnel, mais un peu frustrant : qu'est-ce que je pouvais faire, moi, pour faire passer mes douleurs ? Réponse : rien ☺.

Les kilomètres suivants nous ramenaient à la Roque-Gageac, et nous croisions les concurrents qui passaient au 30ème kilomètre. Les sensations n'étaient pas bonnes, pas bonnes du tout, et j'avais besoin de penser à autre chose qu'à mes cuisses douloureuses.



La re-traversée de la Roque-Gageac (km 63). La fatigue et la douleur sont bien installées, il reste pratiquement un marathon à couvrir : l'après-midi va être longue ! (crédit photo : Chloé Coenye).

Heureusement, mes deux anges-gardiens, derrière moi, discutaient joyeusement, et je prenais plaisir à écouter leurs histoires, leurs éclats de rire ... Chloé (qui est institutrice) était en train de raconter à Marie les rendez-vous invraisemblables qu'elle venait d'avoir à l'inspection d'académie, les bizarries de l'administration de l'éducation nationale, et la teneur des échanges téléphoniques qu'elle avait eus avec eux. Marie riait aux éclats, et moi j'étais heureux de l'entendre rire, et d'écouter les aventures de Chloé. Le soleil qui revenait timidement, la joie de vivre de mes deux accompagnatrices, m'aidaient à oublier les douleurs, beaucoup plus efficacement que ces inutiles étirements du 59ème kilomètre !

Je savais aussi, d'expérience, que la fatigue qui m'enveloppait ne manquerait pas de frapper aussi mes concurrents. J'étais passé à Sarlat avec un retard énorme sur Michaël et Éric (le 2ème), mais il peut se passer tellement de choses pendant la deuxième moitié d'un 100 bornes ! Il fallait donc continuer à avancer le plus vite possible, et espérer qu'ils ralentissent encore plus que moi. Nous avons traversé la Dordogne au km 66, pour une longue boucle qui allait passer au pied du château de Castelnau. Hervé nous attendait à l'entrée de cette boucle, il nous a annoncé quelques minutes de retard sur Éric (de l'ordre de 4 minutes peut-être, je ne sais plus exactement). Depuis plusieurs pointages, il avait cessé de nous donner l'écart sur Michaël, ce

qui signifiait probablement que mon retard était tellement grand qu'il risquait de me décourager ☺. Tout au bout de cette boucle, dans le 69ème kilomètre, se tenait un stand de ravitaillement. Les nuages noirs avaient fini de se transformer en inoffensifs cumulus de beau temps, le soleil nous dardait de ses rayons, la température avait énormément monté – et moi, je commençais à me dessécher ... J'attendais ce ravitaillement avec une grande impatience ! Je m'y suis arrêté suffisamment longtemps pour bien boire (et y prendre, aussi, un petit gel sucré, comme aux derniers ravitailllements : il m'avait semblé faire diminuer, au moins transitoirement, mes douleurs de fatigue aux cuisses). J'en ai profité pour m'étirer les quadriceps (sait-on jamais ?), et pendant ce temps, les filles se ravitaillaient aussi, et nous échangions quelques mots avec les juges officiels qui nous avaient attendus sous la tente. L'un d'eux m'a dit que le 2ème de la course était très mal («Il pique du nez !»). J'ai répondu que j'étais très mal aussi. «Oui, mais lui est pire que toi !» ; «Le pauvre, alors !». Repartir a été un peu douloureux (comme à chaque fois qu'on s'arrête un peu longtemps), mon allure en a souffert, et, si nous limitions encore à peu près la casse en passant au 70ème kilomètre, je n'ai ensuite plus arrêté d'accumuler le retard sur mon plan de marche prévisionnel... À la sortie de la boucle, Hervé nous a indiqué (je crois) un retard de l'ordre de 6 minutes sur Éric, le 2ème de la course. Je ne reprenais plus de temps, la fin de course n'allait pas être plus facile pour moi que pour lui !



Devant le château de Fayrac (km 73). Ça y est, la chaleur est bien installée, il s'agit maintenant, pour tout le monde, de terminer le moins mal possible ! (crédit photo : Hervé Le Tallec).

La dizaine de kilomètres suivante (km 70 à 80) a été la dernière où je me suis vraiment inquiété de mon allure (après, je n'en avais plus grand'chose à fiche, je voulais juste finir !). La distance qu'il me restait à couvrir me semblait immense, et ma vitesse se dégradait de plus en plus ... Il faisait chaud, j'avais très soif, et les ravitaillements (pourtant tous les 5 km environ) me semblaient horriblement espacés. À nouveau, ce sont les conversations de Chloé et Marie qui m'ont permis de me détourner un peu de mes petits malheurs. Passer une journée à vélo côté à côté, ça crée des liens, et quand en plus votre coureur persiste à ne pas desserrer les dents, on se met à parler de tout, et inévitablement, leur discussion a fini par tourner aux confidences sur leurs histoires de cœur. Je sais que c'était très indiscret de ma part d'écouter

ce qu'elles se racontaient, mais bon, je n'entendais pas tout (j'étais quelques mètres en avant), et je commençais à ne plus être en état d'enregistrer tout ce que j'entendais. C'est dommage, d'ailleurs, parce qu'il y avait certainement des trucs que je trouverais maintenant passionnants, mais qui sont entrés par une oreille et ressortis par l'autre ... Si, à un moment il y a quand même une histoire qui a suffisamment attiré mon attention pour que je la retienne (désolé, ce n'est pas un ragot sur la vie sentimentale de mes anges gardiens) : je ne sais plus comment c'est venu, mais Chloé a dit qu'elle aimeraient bien avoir un animal domestique. Le problème, disait-elle, c'est qu'elle n'arrivait pas à bien s'en occuper (même ses plantes vertes finissent rapidement par crever!). Elle avait eu deux poissons en bocal ; un beau jour, elle était partie faire de la randonnée en Corse pendant 10 jours, et quand elle était revenue, il n'y avait plus qu'un poisson dans le bocal («Et ce qui était bizarre, c'est qu'il ne restait rien de l'autre ! Je ne l'ai pas trouvé le ventre en l'air dans le bocal, rien : il avait disparu !»). Marie : «Mais, euh ... tu avais demandé à quelqu'un de s'en occuper pendant ton absence ? Ils ont eu quelque chose à manger ?». Chloé : «Oh, non, je m'étais dit : des poissons, c'est increvable, ils pourront bien attendre mon retour ...». Là, malgré mon état de fatigue avancé, j'ai quand même tourné un regard incrédule vers Chloé, et un sourire vers Marie. Finalement, je me rendais compte qu'il y avait des destins pires que le mien ! Certes, j'étais fatigué, je me desséchais au soleil, mais après tout, il vaut encore mieux être 100-bornard à Belvès, que poisson chez Chloé !

J'avais repéré, sur le profil de la course, que la dernière grosse côte (à l'exception de la remontée finale sur Belvès, du km 98 à l'arrivée) se trouvait au 77ème kilomètre. Je savais que le parcours serait ensuite tout plat jusqu'au 98ème km, et que je pouvais me permettre de me mettre un peu dans le rouge dans cette bosse-là. Mais, le dernier ravitaillement (pris au 72ème km) était maintenant bien loin, et je crevais littéralement de soif, je reluquais avec envie les bidons de boisson qui remplissaient les paniers des vélos de Chloé et Marie, mais il était interdit d'y piocher avant le ravitaillement suivant (qui était situé au 81ème km ; apparemment il y en avait un aux Milandes, km 76, mais on ne l'a pas vu). L'attente de ce ravitaillement était infernale, et la fameuse côte du 77ème km ne l'a certainement pas adoucie ☺. Au milieu de l'ascension, j'ai dit aux filles : «Je ne suis pas fier de moi, mais là je vais marcher un peu ...». C'était la première fois que ça m'arrivait sur un 100 bornes : je n'étais déjà pas bien fier d'avoir marché aux ravitailllements, mais là je n'avais même plus le prétexte de prendre le temps de boire avant de sortir de la zone de ravitaillement. Je marchais, juste parce que je voyais que je courais tellement lentement, qu'il me serait plus profitable de récupérer en marchant, sans perdre finalement beaucoup de temps par rapport à une course lente ... C'est même à deux reprises, dans cette côte, que j'ai marché pendant 5 ou 10 mètres, avant de me remettre à courir comme je pouvais ...

Pendant cette ascension, Chloé a d'ailleurs eu un petit ennui mécanique : surprise par la pente, elle avait voulu changer de vitesse dans la précipitation, dans un passage où elle devait forcer sur les pédales, et elle avait déraillé. Je n'avais pas vu qu'elle avait déraillé, mais j'avais entendu la chaîne faire le drôle de bruit du changement de vitesse pendant l'effort, et j'avais vu que Chloé avait subitement ralenti. Marie m'a rejoint après le sommet de la côte, et je m'attendais à ce que Chloé en fasse autant, mais elle ne revenait pas. Une voiture nous a dépassés peu après, et la conductrice nous a averti que notre amie avait déraillé. «Je lui aurais bien proposé de l'aider, mais je ne sais pas faire !» ; elle lui avait donné des mouchoirs en papier pour que Chloé puisse s'essuyer les mains une fois l'opération terminée ☺. Chloé nous a rejoints plus tard, désolée de nous avoir laissés seuls pendant plusieurs minutes. Beaucoup plus tard, après l'arrivée, elle m'a dit, comme si elle me confessait un crime : «Tu sais, il faut que je te dise quelque chose ... Si j'ai été si longue à ce moment-là, c'est parce que j'avais déraillé !». Elle avait dû se sentir coupable, n'avait pas voulu me le dire sur le moment (ignorant que l'automobiliste nous avait dévoilé son terrible secret), et venait expier sa faute une fois la ligne franchie ☺.

Non, ce n'est vraiment pas ce petit incident qui me tourmentait à ce moment-là ! Ce qui me tourmentait, c'était cette grosse soif, et ce ravitaillement qui ne venait pas ... J'en ai parlé pendant mon interview d'après-course, de cet intervalle avant le ravitaillement du 81ème kilomètre, qui

m'avait été si cruel. Mais tout a une fin, et nous avons fini par atteindre Allas-les-Mines (louée soit son nom !) et son ravitaillement (bénî soit-il !), où je me suis jeté sur ma boisson comme la misère sur le pauvre ... Je m'en suis gorgé d'un bon demi-litre, j'avais un peu mal à l'estomac en repartant, mais bon sang, c'est fou ce que ça peut faire comme bien dans ce genre de circonstance !

Nous avons re-traversé la Dordogne, et, au km 82, nous nous sommes engagés sur le long chemin de terre qui longe la rivière jusqu'au hameau du Carrit. Je me souvenais qu'un ravitaillement nous attendrait dans ce hameau, et (c'est la tradition) qu'on nous y proposerait des crêpes. J'aime beaucoup les crêpes, mais là, je dois dire que je n'y ai pas fait honneur : comme à chaque ravitaillement, ce sont mes bidons de boisson qui me faisaient le plus envie. Cette dernière vingtaine de kilomètres s'est résumée à ça : de longs intervalles entre les ravitaillements, où je me précipitais sur la boisson, m'arrosais copieusement la tête, et dont je repartais en me demandant quand arriverait le ravitaillement suivant ☺. Je ne cherchais plus spécialement à aller vite, je n'attendais plus qu'une chose, c'était la délivrance de la ligne d'arrivée ... Les filles essayaient de me motiver à accélérer («Allez, vas-y, tu peux le rattraper ! Tu peux finir deuxième !»), et moi de leur répondre «J'en ai marre d'être deuxième !» ☺(voir les comptes-rendus de mes deux derniers 100 km de Millau ici et là).

Ce n'est pas très glorieux, mais c'est comme ça que s'est passée toute la dizaine de kilomètres entre le 80ème et le 90ème. Les dizaines de kilomètres rythmaient aussi, comme les ravitaillements, ma lente progression vers l'arrivée. À un moment (je ne sais plus trop quand, sans doute quelque part entre le 80ème et le 90ème), l'idée m'a traversé la tête qu'il m'était possible d'abandonner (ça ne m'est jamais arrivé, et je pense que si un jour je me posais sérieusement la question, j'en serais désespéré ...), mais je me suis immédiatement dit que, de toute façon, il fallait bien rentrer à Belvès : c'est là qu'on avait laissé toutes nos affaires. Alors, tant qu'à rentrer, autant le faire en courant, ce sera moins long ...

Le ravitaillement suivant se trouvait à Mouzens, au 90ème kilomètre. Il était clair que je terminerais la course, il était probable que je serais troisième, mais juste, ce serait douloureux. Aux encouragements de Marie («Vas-y, tu peux y arriver !») j'ai répondu avec une sorte d'abattement : «Oui, évidemment, que je vais y arriver. On va forcément arriver au bout. Mais au prix de quelles souffrances ? Pourquoi est-ce que je fais ça ? J'y arrive toujours, mais c'est toujours en me faisant mal. À quoi bon ?...». Marie m'a raconté après coup que cette réponse l'avait, paradoxalement, un peu rassurée. Moi en ce qui me concerne, je n'y vois rien de très engageant, mais bon, je suis en train de rédiger ce compte-rendu une semaine après la course, et j'ai déjà oublié les douleurs, et déjà envie de refaire mieux la prochaine fois. J'ai la mémoire sélective ...

Entre Mouzens et la dernière traversée de la Dordogne, nous avons revu ce chat écrasé que j'avais repéré le matin à l'aller. Marie, qui y était passée après nous, l'avait pris pour un renard. Petite discussion dans notre groupe au moment de repasser devant la carcasse : «Puisque je te dis que c'est un chat !» ; «Mais non, c'est un renard ! Il avait les oreilles triangulaires !» ; «Mais les chats aussi, ont des oreilles triangulaires !». Le temps de tenir ces raisonnements de zoologie comparée, nous avions laissé la charogne derrière nous ; j'ai proposé à Marie de retourner l'inspecter pour se convaincre que c'était un chat, mais elle a jugé plus utile de ne pas nous quitter ☺.

Un autre flash-back nous attendait sitôt la Dordogne traversée : ce spectateur avare de ses applaudissements, qui nous avait annoncé le matin qu'il gardait ses forces pour nous encourager l'après-midi, était là à nouveau devant sa maison – et il a tenu parole ☺.

Il restait deux ravitaillements : celui du 94ème kilomètre, dans une petite boucle dans le village de Siorac, à l'entrée de la départementale qui devait nous amener de la Dordogne jusqu'à Fongauffier, au pied de Belvès ; puis celui du 97,5ème kilomètre. Mon allure tournait autour d'un modeste 5 min / km, le soleil me cuisait, et je me suis jeté goulûment sur mes bidons de boisson à chacun des deux. Par un reste de sentiment de fierté, un peu dérisoire après ce que j'avais vécu depuis quelques dizaines de kilomètres, j'ai tenu à ne pas marcher pendant le dernier ravitaillement, et c'est donc à la volée (comme on fait normalement !) que Marie m'a ravitaillé au km 97,5. Chloé venait de partir devant, depuis un kilomètre, elle allait prendre un

peu d'avance pour filmer notre arrivée. C'est donc avec Marie à mes côtés que j'ai passé le rond-point du 98ème kilomètre, à Fongauffier, où débute la côte finale qui nous amène jusqu'à Belvès. J'attendais depuis si longtemps le moment où, juste avant le 99ème kilomètre, se découvrirait sur notre gauche le village de Belvès, perché sur sa colline, avec ses remparts, ses maisons qui nous regarderaient arriver, et l'arche qui matérialisait la fin du périple ... Je les ai désignés à Marie quand ils se sont offerts à nos regards : «La récompense !». Je ne savais plus vraiment comment j'avais réussi à couvrir ces 20 derniers kilomètres, depuis ce fameux ravitaillement d'Allas-les-Mines (que son nom soit sanctifié !), où j'avais surtout été content de boire, sans réellement savoir comment je réussirais à courir 20 kilomètres de plus ... Je n'avais pas su comment j'allais faire, eh bien, après coup je n'ai pas su comment j'avais fait ! Le fait est que j'étais en train de m'avancer vers l'arche d'arrivée, j'entendais les hauts-parleurs m'annoncer, et Marie m'adresser ses derniers encouragements de la journée. Quelle délivrance en franchissant la ligne ! Je me suis jeté dans les bras de Jocelyn, le speaker qui m'y attendait, avec une telle force (je me suis plutôt effondré contre lui à vrai dire !) que je l'ai un peu déséquilibré.

Il ne m'en a pas trop tenu rigueur, et ne m'en a pas moins tendu son micro pour me demander de lui raconter ma journée ☺. Pas de chance, mon appareil photo a deux micros (un sur le devant, un sur le côté), si bien que dans l'enregistrement, on entend surtout les discussions des gens qui entouraient Chloé au moment où elle filmait ... Du coup je tronque la vidéo pour ne montrer que la partie audible (l'arrivée, et le tout début de l'interview, avec mes félicitations à Michaël) : <https://www.youtube.com/watch?v=TTCi5tVKrcw>. Mon copain d'entraînement Philippe Combès a eu une idée : je pourrais mettre des sous-titres pour rendre intelligible le reste de l'interview. Je fais ça dès que je trouve le temps, je mettrai la vidéo sous-titrée en ligne ☺.

En discutant avec mes deux vainqueurs, Michaël et Éric, j'ai appris qu'ils avaient aussi, tous les deux, énormément souffert sur la fin de course. J'ai aussi eu le grand bonheur de retrouver Lionel Ozanne, international sur 24 h, et dont j'avais fait la connaissance au même endroit trois ans plus tôt. Comme c'était agréable, en comparaison, de discuter tous ensemble, au calme, au milieu d'un public amical ! Nous en avons profité pour faire quelques photos d'un podium informel, au pied de l'arche d'arrivée :



Michaël (au centre), Éric (à droite) et moi (à gauche) après l'arrivée. (crédit photo : Chloé Coenye).

Au moins un point sur lequel je les aurais battus : pendant le podium protocolaire, quelques heures plus tard, je n'ai pas laissé passer l'occasion de faire la bise aux Reines de beauté du Périgord, qui nous accompagnaient sur le podium. Éric et Michaël, récompensés après moi, n'ont pas eu droit au bisou ☺.



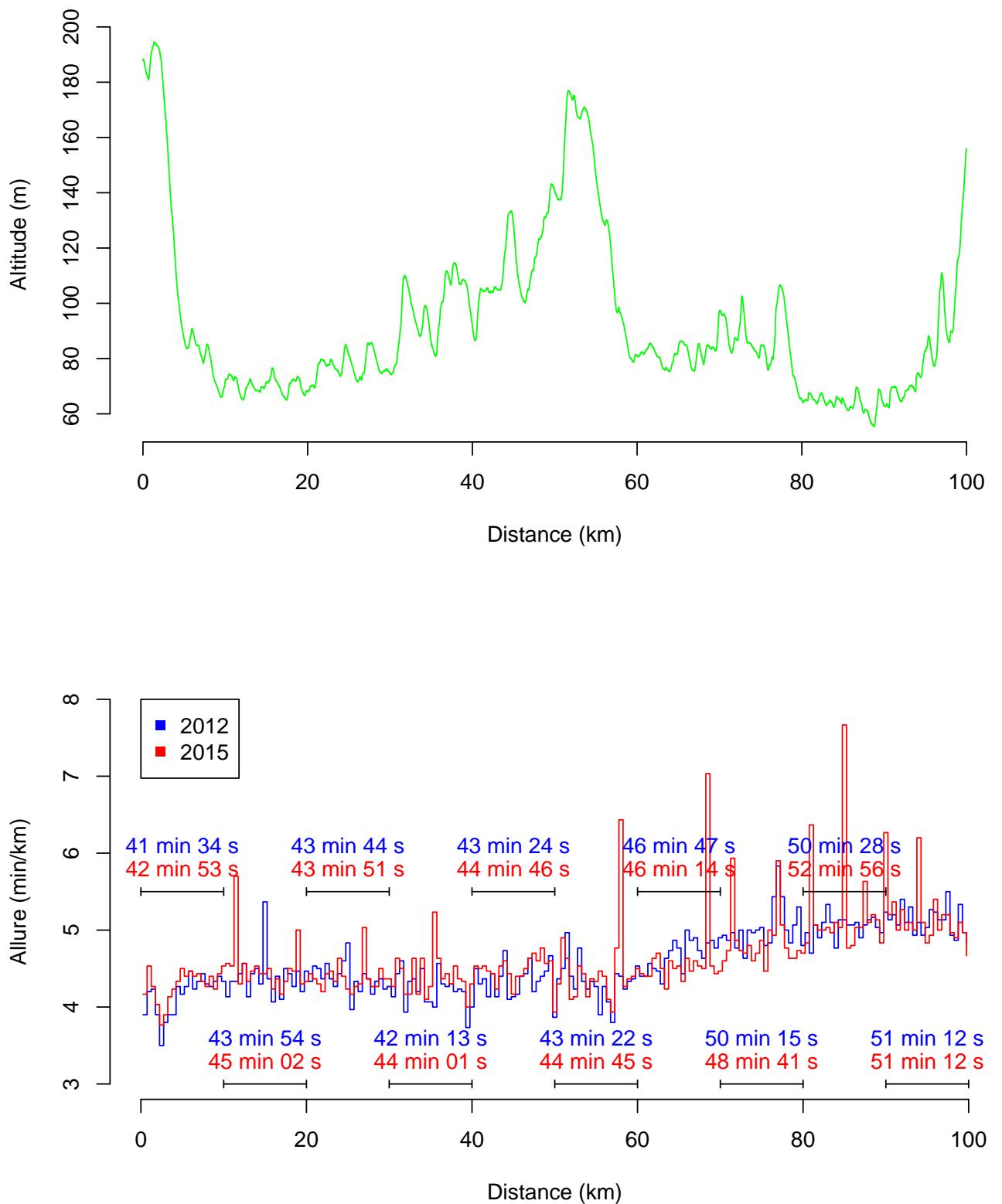
Sur le podium, je semble passer en revue les Miss avant le bisou ... (crédit photo : Chloé Coenye).



Le podium. (crédit photo : Chloé Coenye).

Et d'ailleurs, contrairement à ce qu'on aurait pu croire, la journée des Miss a peut-être été plus éprouvante que la nôtre à tous. Je ne parle pas seulement de l'obligation de faire la bise à des 100-bornards pas douchés, parfumés au chat et au chevreuil écrasés, et à la frimousse toute collante de gels Isostar ... Je parle de l'hypoglycémie ! La cérémonie protocolaire était un peu longue (il y avait de nombreuses catégories à récompenser), et l'une des Miss a fait un malaise, elle a perdu connaissance et on a dû aller chercher l'assistance médicale pour s'occuper d'elle. Assise sur une chaise sur le podium, on lui a enlevé les chaussures et levé les pieds (pour que le sang remonte un peu au cerveau). Le public a alors remarqué qu'il y avait un petit trou dans le collant noir de la Miss, trou normalement invisible (sous la plante du pied, un endroit habituellement caché par la chaussure), mais exposé à l'assistance par ces circonstances particulières. Chloé et Marie, d'une part, et moi, d'autre part, apprécions diversement la scène : alors que, pour les filles, le trou dans un collant est une infamie qu'il faut dissimuler, et une honte inoubliable quand il est ainsi révélé publiquement, je trouvais, moi, tout à fait charmant ce petit bout de pied qui pointait sous le collant. Ça avait quelque chose d'un peu rassurant, pour le mâle aux chaussettes systématiquement trouées, de voir qu'on pouvait être belle et avoir un collant troué qui expose quelques centimètres carrés de peau du pied ...

C'est donc sur cette petite controverse esthétique que s'est achevée une journée décidément intense, où la douleur l'a disputée aux éclats de rire, et la fatigue, à l'amitié et à la joie de vivre !



Comparaison de mes allures entre 2012 et 2015 (par tranches de 500 m). Panneau du haut : profil topographique du parcours. Panneau du bas : allure tout le long du parcours (les arrêts aux ravitaillements sont facilement repérables par les pics sur la courbe rouge). Les durées de chaque tranche de 10 km sont indiquées au-dessus des barres noires.