

## RECIT D UNE BELLE AVENTURE



Que de foulées parcourues, de rebondissements, depuis un peu plus de deux ans.

Et oui, pour se retrouver dans les rues de Chamonix et boucler les 500 derniers mètres de cet UTMB avec mes enfants et ma chérie, il s'est passé des choses....

Après avoir glané nos points de qualif sur le Trail des Templiers ( sous la pluie ) et le Trail des Aravis ( sous la neige ) , après une année 2011 très difficile , blessure à répétition , divorce , on a eu notre dossard pour participer à cette édition 2012 , en plus pour le 10ème anniversaire ....

Des mois de préparation, (pas facile de revenir en forme après une longue période d'arrêt), du plaisir à parcourir nos sentiers, nos montagnes Auvergnates, la chaîne des Puys toujours aussi belle, le massif du Sancy splendide.

On a fait la reconnaissance du parcours de l'UTMB fin Juin en 4 jours avec un temps superbe qui nous a régalié. J'ai adoré la découverte de ce massif que je ne connaissais pas ... les nuits en refuge et voir le soleil se coucher sur les alpages, au milieu d'une nature préservée ... j'ai aussi mesuré toute la difficulté de parcourir 168 km avec 10 000 m de dénivelé.

Et puis une belle journée du mois de juillet, sur la fin d'une sortie en montagne du côté de Vallorcine, un instant d'inattention, je me retrouve au sol avec une superbe entorse de la cheville. A partir de là

je compte les jours, examens, doc, kiné, ostéo, massage, tapping, je crois que j'ai essayé bcp de chose pour soigner cette entorse ....



Et puis voilà, la décision est prise je serais au départ de la course. Alors faute d'avoir pu préparer le physique comme je voulais, j'ai bcp travaillé sur la partie mentale ... je suis arrivé bcp plus zen que sur de très nombreuses courses que j'ai couru depuis de nombreuses années.

Emmanuelle a été une énorme motivation, elle a su m'encourager et m'accompagner dans ce défi un peu fou.

Et voilà, on se retrouve le 31 Aout, à quelques heures du départ, avec des conditions météo difficiles, un parcours modifié, impossible de passer sur les différents cols en altitude, froid, vent, neige et brouillard ... on se retrouve sur autre course ... dommage, déçus .... Je comprendrais un peu plus tard dans la nuit que l'organisation a fait le bon choix, quand on se retrouve à 2000m sous la neige et le vent avec une visibilité réduite à quelques mètres, j'imagine le passage du col du bonhomme et du col de Seigne dans ces conditions.

L'ambiance du départ est magique, comme souvent sur les grandes épreuves, après plusieurs minutes pour passer la ligne de départ et pouvoir commencer à courir, on cherche du regard nos amis, nos familles ... c'est toujours des émotions fortes ... très fortes.

La pluie fait son retour, le brouillard dès que l'on monte un peu en altitude, le vent ... je suis parti avec deux couches, un gore-tex bonnet et gants ... je ne les quitterais pas jusqu'à l'arrivée.



Les ravitaillements arrivent wouah , que de monde , une foule sous la pluie et le froid nous encourage ... c'est génial .... Et puis le meilleur arrive, toute notre équipe d'assistance est là, à prendre soin de nous, leur bonheur et leur sourire ... ils ont vraiment été supers ... ils sont restés toute la nuit à nous attendre dans le froid et sous la pluie, ils ont mis une ambiance de folie pendant des nombreuses heures au Contamines ...

Une ambiance particulière de courir la nuit dans des conditions difficiles, les regards de coureurs parfois hagards, un feu au milieu de la montagne pour réchauffer les corps et se reposer quelques instants le temps de reprendre quelques forces avec une bonne soupe ...

La pluie se transforme en neige , le parcours devient beaucoup plus technique et c'est à ce moment que ma lampe commence à donner des signes de faiblesse .Je décide de rester avec un groupe et

attendre d'arriver sur un point de contrôle ou d'assistance pour changer les piles ... et me voilà reparti , la fatigue est là , ma cheville est de plus en plus douloureuse et à force de compenser une douleur au genou opposé s'installe ... aie aie aie les kilomètres se passent , finalement je pense me faire doubler mais non je retrouve les mêmes coureurs un peu plus loin ...

Je double des coureurs dans les montées et avec ma cheville douloureuse, je me fais doubler dans les descentes et puis c'est l'arrivée vers l'Argentière dernier ravito avant l'arrivée mais là oups on tourne à droite on monte dans un sentier en lacets, en direction de la Flégère et là je sais qu'il va falloir patienter pour le ravito, dommage je n'ai plus de boisson, je suis sur la réserve encore 7 km avec la moitié à grimper tout droit dans la pente .... On croise une assistance médicale au sommet et je demande de l'eau il me propose la moitié de leur thé ... vraiment sympa et ouf je vais pouvoir tenir jusqu'au ravito .... Un grand verre de coca, je rempli mes deux bidons, un sandwich et hop encore 11km et 200m de dénivelé .... Les derniers kilos sont longs , les jambes sont lourdes , la cheville le genou font mal , je marche , je trottine , je marche , j'avance ... je vois Pascal venu m'accompagner , encore 1,5 km , je savoure ces dernier moments , je sais que la traversée de Chamonix va être géniale , je remets la machine en route pour finir en courant , je croise Jérémie qui m'accompagne puis c'est Maxime et maintenant Emmanuelle , on termine les dernier s mètre tous ensemble , c'est vraiment vraiment énorme .

On se retrouve tous sous l'arche d'arrivée, des sourires, des accolades .... Alors MERCI à tous pour vos encouragements et MERCI MERCI MERCI à la plus belle équipe d'assistance : Florence, Maureen, Killian ,Maxime , Jérémie ,Julien , Emmanuelle ,Pascal ,Mickael, Christelle et Michel

