



**Récit de l'endurance trail des Templiers
(105.6km, 4600 de d+), 21octobre 2022.**

Millau par Christophe

Finishers : 2/3

Vainqueurs : 4/3

De la sueur, des larmes et de l'espoir.

21/10, 02h15 (2h avant le départ)

Voilà déjà 4h qu'on "dort" alors que les sacs et les dernières vérifs ont été faites la veille. Comme vous vous en doutez, on a un peu peur de l'inconnu et nous trouvons une situation de stress qui reste néanmoins positif : en témoignent les *-nombreuses-* blagues qui fusent presque aussi vite que les *-non moins nombreuses-* pâtes dans les gosiers d'Alex et Sam.

Pour ma part, fidèle à mes habitudes je ne mange pas car je sais qu'au premier ravito du 27ème km au Rozier m'attend un gros petit déjeuner. On passe la tête par la porte du logement qu'on a loué dès janvier dernier chez le très sympathique Thierry (un trompettiste) et son épouse : il ne pleut pas mais les rafales de vent nous mettent en garde, la météo s'annonce incertaine.

On a craint toute la semaine des gros orages et de la pluie et les organisateurs devaient également avoir les bulletins météo France toutes les heures. En 2019, la course des Templiers avait été annulée la veille à cause de la météo. On sent que ça peut basculer, mais pas sur une annulation, on enfle les vestes de pluie. On s'est noké le SIF, on est fin prêts ☺. (NOK : crème antifrottement, SIF : sillou inter-fessier)

21/10, 03h15 (1h avant le départ)

Départ à la frontale pour rejoindre...la voiture. Ça souffle fort avec des grosses rafales de vent.

L'idée est de se rapprocher au max pour aller nous garer au P4 à 500m de la ligne de départ de Millau Plage. En faisant ça on pense aussi bien évidemment au retour stratégique une fois la ligne d'arrivée franchie (la nuit prochaine) alors que le logement est à 38 mn à pied. A 3h30 du matin, ça bouchonne sec à Millau sur les ronds-points, petite bourgade de 20 000 âmes. Il faut dire que nous sommes 1100 à prendre le départ ce matin et qu'avec la totalité des courses (12) gérées par cette organisation de bénévoles, ce ne sont pas moins de 10 000 coureurs qui sont là sur 3 jours.

Cependant, malgré tout ce monde, l'organisation est huilée et c'est vraiment **très fluide** avec autant de bénévoles répartis sur l'ensemble des parcours. Franchement top, rien à redire. On arrive au P4 à 03h40.

On voit vraiment beaucoup de traileurs sur le parking qui sont en tee-shirt ou en veste légère. Ces habits envoient un message : pas grand monde ne semble convaincu par la pluie. Parfois il suffit juste de regarder autour de soi pour se laisser emmener : nous décidons donc d'enlever nous aussi nos vestes de pluie. Pour ma part je la mets tout de même dans mon sac alors que mes 2 camarades les jettent avec une désinvolture (emplies d'une certaine grâce), dans le coffre de la Kya Venga d'Alex (aka Poney). Ceux qui connaissent les loustics qui m'accompagnent peuvent très bien imaginer une belle scène de théâtre et l'attribution d'un Molière conjoint à ces deux perles. Il fait déjà 19 degrés soit un temps très chaud pour un 21 octobre et on nous prédit même 26 degrés l'après-midi. Le réchauffement climatique est difficilement contestable.

Une fois délestés de nos vestes, on se dirige vers le départ (vague 2, 04h15) avec la masse de traileurs. Mais voilà que Poney nous dit qu'il a oublié son téléphone dans la voiture alors qu'il voulait faire des photos. Nous l'attendons après son petit manège (sacré Poney !) et une fois repartis nous assistons au départ de la vague 1.

Toujours un grand moment ces départs des Templiers, la musique Ameno de Era et les fumigènes rouges explosent sous nos yeux. C'est beau. Les premiers coureurs (et futurs vainqueurs) s'élancent dans la nuit aveyronnaise.



On nous appelle, c'est à notre tour ! On se place sur la ligne de départ, faisons (encore) des photos et Poney filme ces instants fugaces avec son téléphone qu'il était allé rechercher spécialement. Interviews croisées et spontanées des participants et participantes parmi les 1100 et quelques furieux qui ont tout mis en œuvre pour se présenter sur la ligne. Car oui, être présent est déjà un exploit en soi : il faut comprendre et mesurer tous les sacrifices et combats personnels menés comme la part d'aléas auxquels chacun a dû faire face pour se retrouver là. Il faut vraiment que les planètes soient alignées pour prendre le départ d'un ultra **avant** et prier pour que tout se passe bien **pendant** la course. Personne ne s'engage à la légère sur ce type de distance et absolument tous les traileurs et traileuses présents vivent un moment fort à la saveur particulière et très personnelle. Parfois des larmes coulent sur certains visages alors même qu'on n'a pas fait un seul mètre.

Personnellement, les larmes ce sera pour plus tard.

Moi je vois flou de près avec mes lentilles pour la myopie et je n'arrive pas à rentrer dans le menu "économie d'énergie" pour faire durer la montre et savoir où j'en suis. Sam et Alex me confirment que je peux tenir 24h avec la montre. C'est bon, je souffle un bon coup et pense à l'association qu'on a créée il y a 3 semaines à peine avec Natasa mon épouse que j'aime tant et qui me soutient sans relâche, à Gaspard, mon Gasparou, et ses défis à lui (plus grands que ces montagnes) qui pense que je suis parti me promener, ce qui en soi n'est pas faux non plus ☺, à Benjamin son frère qui a pris de la maturité aussi vite que les cheveux blancs arrivent désormais sur ma tête, à ma famille qui est derrière à nous à chaque instant pour nous encourager et qui se boostent aussi pour ce défi pour la collecte et à vous toutes et tous qui nous accompagnent dans cette vie.

4h10, 5mn avant le départ

P****, j'y suis moi aussi sur cette ligne et entouré (encadré devrais-je dire) par les 2 gars les plus forts du Prochain Défi, cette épopée solidaire lancée en 2019 lorsque nous avons parcouru le GR20 et d'autres GR ensuite pour la bonne cause.

Alex le meilleur descendeur et Sam le meilleur grimpeur. Juste des gars hors concours qui, s'ils avaient fait sport étude, seraient sans doute médaillés olympique d'une discipline quelconque.

Vu les bosses et les coups de cul qui nous attendent, je me sens plutôt en sécurité. Le speaker chauffe les traileurs (qui ont déjà chaud) et on s'impatiente à ce départ qui approche aussi vite que les secondes s'égrènent.

Un regard à l'arche des Templiers, les fumigènes rouges explosent pour nous, y'a des caméras partout. Ça gueule dans les hauts parleurs.

Ameno, 3, 2, 1 c'est parti !

Section 1 Millau-Le Rozier (1 point d'eau au km 16,7)

27,2km et 1055 de d+

Départ : 04h15

Arrivée : 08h27.

04h12 de temps de course pour 03h55 estimés au départ.

Une petite portion plate de 2,3 km de bitume en direction de Carbassas où tout le monde prend un rythme pépère bah oui y'en a encore 103 derrière ! Comme une réplique dans un film célèbre on peut dire que « Jusqu'ici tout va bien ». On discute, ça rigole sec sur les bâtons d'Alex (achetés la veille sur le salon du trail alors qu'il n'en a jamais eu besoin de toute sa vie : il les adoptera au point sans doute de ne plus jamais les quitter désormais) et des difficultés à les ajuster à sa

ceinture. Un coup à gauche, un coup à droite, les bâtons penchent. L'ambiance est bon enfant, le peloton est groupé dans la nuit comme pour mieux se préparer à se séparer et à se retrouver.

10 min après le départ, première alerte Alex nous dit qu'il n'a plus son téléphone...et qu'il est sans doute tombé de sa poche. De ce qu'on pense être une blague à l'incrédulité qui se lit sur nos visages en passant par la case réalité (oui il est bien tombé), c'est un moment pas très marrant.

Ironie du sort de celui qui voulait tout photographier et qui était spécialement allé le rechercher dans la voiture. Pas besoin de faire un dessin sur le fait que perdre son téléphone c'est très embêtant et encore plus quand on ne peut pas retourner sur les lieux où on pense l'avoir perdu car la course avance. Malheureusement, pas grand-chose que l'on puisse faire à ce moment précis. Juste les boules pour lui et des « merde, merde, fais chier » qu'il a dû répéter une dizaine de fois.

La course est lancée et nous sommes pas loin de 500 sur cette portion qui va très vite aborder la montée sur le causse Noir et étirer le peloton de chaque vague. Cette montée dite BULLDOZER mérite bien son nom. Sur seulement 2,2 km, elle offre une pente moyenne à 16% avec des passages à 30%. Alex et Sam, les deux feux follets s'excitent et commencent à avoiner sec. Je m'accroche comme je peux 50m derrière, j'arrive à suivre, pas de difficulté majeure me concernant si ce n'est que je dois garder mon rythme et ne pas non plus vouloir les suivre à tout prix. Ils m'attendent avec 1 ou 2 mn d'avance sur le plateau (km 8,2) avec une première section de piste forestière ondulant gentiment avec seulement 70 m+.

Bonne nouvelle : Sam a, en m'attendant, appelé l'organisation et ils ont retrouvé le téléphone d'Alex dont le visage affiche son plus beau sourire désormais. Les chevaux sont lâchés. On le comprend et on est soulagés pour lui. Le téléphone l'attendra à l'arrivée. Il n'y a donc plus qu'à arriver 😊. Encore 100km.

Je rappelle à mes camarades la nécessité de ne pas se laisser embarquer dans un faux rythme (en tout cas pour moi) dans l'ambiance du départ et que je vais devoir ralentir un peu si je veux tenir la distance. Les frontales font le job mais avec l'impression que les personnes autour de nous sont plein phare et nous en code. La puissance *en lumen* de nos lampes d'occasion laisse à désirer et c'est une belle leçon pour la suite : ne pas lésiner sur la qualité de frontales. Pas de chutes, enfin juste une roulade (ruade ?) d'Alex qui se relève comme un judoka et un Sam qui se prend les pieds dans un tatami d'humus. Rien de bien méchant. Moi qui souvent tombe, je suis pour le coup hyper concentré sur les endroits où je mets les pieds et je suis ainsi préservé.

La descente monotrace dans la forêt la nuit est simplement magnifique. Tout seul à 5h du matin j'aurai sans doute un peu les chocottes mais avec des frontales à tous les coins des bois, j'ai l'impression de retrouver mes entraînements et mes camarades de jeu de Montréal, tant cette piste est similaire. Seules les inspirations et expirations s'entendent avec une petite buée qui se réfléchit dans nos frontales. C'est vraiment top et la température est redescendue d'un cran sur les hauteurs. Je suis vraiment au top.

On arrive au km 16.9, premier point d'eau. Déjà 2h20 de course et 603 m+ depuis le départ.

Tout va bien ! Les gars me suivent à mon rythme cette fois. Petite montée pendant 3km jusqu'à la croix du Sonnac pour aborder une descente monotrace où je suis pour le coup encore très à l'aise. Sam a son ménisque qui tape un peu dans la descente. Les 11km qui suivent ne posent aucun problème.

On vient de faire 27km et 1059 de m+ en 4h12 (au lieu des 3h55 estimés), on est vraiment bien ! Je suis le premier en bas devant Alex et Sam. Ça sera la première et dernière fois que je suis devant eux mais ça je ne le savais pas encore.



On arrive au village et ça tombe bien j'ai vraiment la dalle, C'est l'heure de prendre un bon petit-déjeuner. Le ravito est chargé en sucre, je bois un coca aveyronnais (si si) ça me fait du bien mais je sais que ce n'est qu'un boost temporaire donc je me dirige vers la bouffe. Sam est moyen content du ravito et c'est normal car quasiment tout le salé inclut du fromage or il est allergique au lactose. Il se rabat sur ses barres. Alex bouffe tout ce qu'il voit et s'il pouvait bouffer les mouches qui tourne autour du fromage, il trouverait sans doute ça nutritif. Moi, curieusement qui avait faim, j'ai la nausée à voir la bouffe, rien ne m'inspire et malgré le fait de n'avoir rien mangé depuis hier soir, je n'arrive pas à avaler quoi que ce soit. Je prends un morceau de fromage, je le mâche et le recrache aussitôt avec un haut le cœur. Je suis perplexe, je prends un carré de chocolat noir, ça passe. Mais il me faut du salé, car on perd pas mal de sodium dans ces efforts.

Je vois Poney au loin se servir de la soupe, je décide de l'imiter, je reviendrai au solide salé au prochain ravito qui n'est « que » 11km plus loin. La minestrone passe, je charge mes gourdes en eau et menthe et c'est reparti. On sera resté 7 minutes en tout.

Le moral est toujours bon mais ce coup de fromage recraché m'interpelle. D'habitude j'ai toujours l'envie de bouffer et là je sens qu'il y a un truc qui cloche. Ça ira mieux après et je regarde l'énorme bosse qui nous attend avec détermination, mais une pointe d'appréhension car la section qui s'annonce est, selon les termes des organisateurs, « vicieuse et technique ». Allez, ce n'est que 11 bornes et j'ai prévu 2h15. Ça devrait le faire.

Section 2 Le Rozier-Le Truel 11.1km, 670 m+ 11,1km et 667 de d+

Départ : 08h35

Arrivée : 11h15.

02h40 de temps de course pour 02h15 estimés au départ.

C'est court, beau et sauvage avec le balcon du vertige au programme. Le causse Mejean dans sa partie avec la plus belle rive droite de la vallée de la Jonte. Par contre c'est vraiment vicieux et très technique, les organisateurs avaient raison.

Pour preuve les 1h15 pour les premiers, les 02h15 pour le milieu de peloton et 02h40 pour les derniers (nous/moi). Autant vous dire que sans carburant alimentaire, j'ai vite senti la panne dans les montées. Petites relances "histoire de" lorsque c'était possible. On croise un gars inanimé sous une couverture de survie avec 2 filles qui lui ont porté assistance et qui sont "sèches", comprendre "sans eau". Les secours arrivent plus bas, c'en est fini pour lui. Il était livide, les yeux fermés et ne répondait que partiellement aux questions. Ah ouais quand même ! Je n'ai pas envie de finir dans cet état là et là le stress monte d'un cran, il faut VRAIMENT que je m'alimente.

Plus d'eau alors que la température grimpe et passe à 22-23, il est 10h15 du matin.

On demande aux filles si on doit rester ou que c'est ok. Elles gèrent. Malgré ces aléas, le moral reste tout de même au beau fixe comme la météo. Les vautours sont de sortis (c'est une des caractéristiques de cet Aveyron, la présence de ces oiseaux, ils sont d'ailleurs même sur le logo de la course), et nous arrivons parmi les premiers des derniers au parking du même nom (les Vautours). Petite portion bitumée et scan du dossard.

06h59 qu'on est en course et déjà 1800 m+.

Il fait chaud, Alex est descendu à toutes blindes car il avait faim et Sam et moi allons encore subir le ravito. Lui pour son intolérance lactose et le peu de diversité salé offerte. Moi parce que je commence à devenir fébrile.

C'est la première fois de ma vie que j'arrive à un ravito à reculons et que j'ai peur de voir ce que ça va donner.

Le verdict ne tarde pas à tomber : absolument RIEN ne rentre.

Je mange un biscuit apéritif cracker avec énormément de mal, bois un truc type Gatorade pour le dissoudre et recharger les glucides mais niveau sel je ne suis plus du tout en équilibre et là pas de soupe pour compenser sur ce ravito ! Je tente sur conseil d'Alex le roquefort (que j'adore par ailleurs) mais non ! Y'a rien qui va, j'ai une p**** de nausée qui me donne envie de vomir. Sam arrive à manger du sucré sans souci mais se pose aussi des questions. Les bénévoles (qui sont d'une gentillesse rare) insistent pour qu'on charge beaucoup en eau car atteindre le prochain ravito nécessitera un effort de 24.9 km et il n'y aura pas de point d'eau sur le parcours. Chaque

année le plus gros des abandons se situe d'ailleurs sur cette portion. Et là, avec les 26 degrés sur les cimes, ça risque d'être coton.

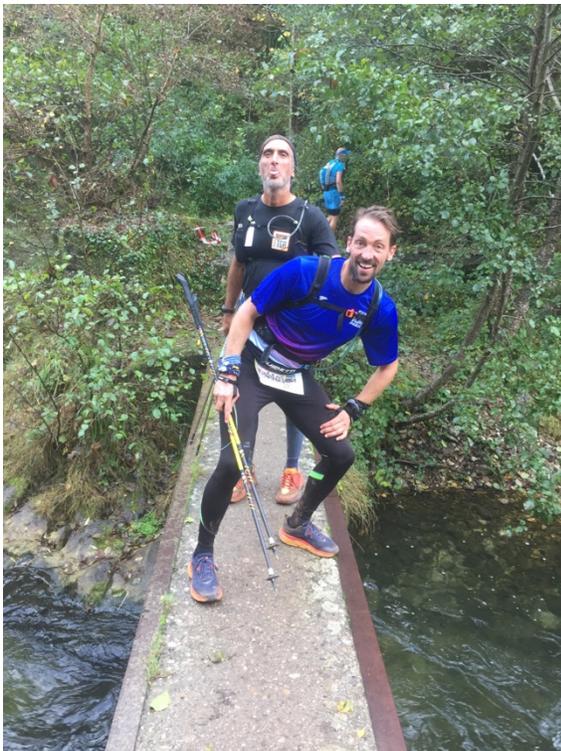
On repart après une quinzaine de minutes, mais le sourire s'efface très clairement de mon visage. Comment arriver au km 62 (Méfie-te !) sans bouffer ? Ai-je assez chargé en eau ? Puis je même finir cet ultra sans manger ? J'y crois quand même mais le doute s'installe dans ma tête mais aussi et surtout dans mon corps. On repart sur une portion bitumée qui nous descend jusqu'en contrebas. Avant d'aborder la montée, on prend une photo. Ma main tremble, je me dis que je vais serrer les dents.

Section 3: le Truel- St Andre de Vezines 24.9km, 994m+

Départ : 11h30

Arrivée : 16h09.

Barrière horaire à 17h.



04h39 de temps de course pour 04h00 estimés au départ.

On passe une petite rivière (photo ci-contre) et on attaque une montée de 3km où l'on progresse au-dessus des corniches cette fois rive gauche de la Jonte. C'est court mais que c'est long cette section bourrée de grosses racines, de grosses marches, de dévers, de micro bosses qui font mal mais quel panorama ! Il paraît qu'il faut savourer et pas trop pester. Moi je déguste au sens figuré ! Alex et Sam me mettent en tête mais mon pas est trop lent. Je tente les bâtons, ça ne me soulage qu'un peu. On croise un breton (de Guingamp) et on parle de ses expériences passées aux Templiers . Il nous dit de ne pas trop s'inquiéter, on est sur un bon rythme après 2300 de D+ qui devrait nous emmener vers le final en 20h. Solidarité bretonne ou pas, je décide de le croire et me requinque à ces bonnes paroles.

Fin de la montée de 3km, marre des bosses, j'en ai plein les pattes. Je reprends des couleurs et peut-être le drapeau breton !

Des zones de relance sur le plateau, enfin ! Mon point fort ! On arrive à reprendre parfois une foulée de coureurs parfois juste de la marche rapide. Ici tout redevient possible: rejoindre la

Bartasserie et les corniches (magnifiques), puis après le Champignon Préhistorique (km51) sur la piste forestière.

Oui parlons de cette piste forestière à la canadienne où je m'éclate à nouveau tout simplement.

La plupart de ceux qui nous avaient dépassés dans la montée sont plus ou moins repris sur cette piste, j'ai une grosse patate alors que 5km derrière j'étais au bout de ma vie.

Km 51.3 : Fin de l'euphorie, panne sèche. J'ai moins d'1/2 l d'eau dans la gourde et surtout les petites bosses me freinent à mort. Je décide de m'asseoir pas loin d'un bourguignon (qui abandonnera) venu avec son frère (qui continuera et que je recroiserai plus tard

Maintenant, je veux comprendre le parcours jusque St Andrée de Vezines, j'en ai marre de subir le parcours. Et là un miracle se produit.

On nous donne une info importante: au km 54.7 ils ont mis un ravito d'eau car il fait trop chaud ! Sam me dit : "*allez Chris, 3km c'est rien, on y va et on se ressource*". Si cette info m'aide à me relever elle s'avèrera malheureusement fausse. Aucun point d'eau ou alors juste dans le mythe du peloton.

Km 54 la photo à mi parcours, pas si floue que ça finalement...



Arrivé au 55ème, je regarde Sam qui me dit l'air dépité comme moi: « *c'est peut-être au 57.4, le gars aura interverti les chiffres* ». Sacré Sam, un pote comme on n'en fait plus. Je décide de le croire même si je me doute du subterfuge. Je suis à sec, Alex me file de sa gourde et Sam aussi.

Non seulement je suis à sec en eau mais toujours rien qui passe sur la bouffe. Ça craint du boudin. Moi qui avais pris avec moi 8 barres beurre de cacahouètes et chocolat, j'en ai mangé seulement ½ et l'ai recraché.

Je n'ai qu'une envie : arriver à St Andrée et aviser même si je me doute que ça ne sera pas très beau comme photo finish si je ne mange pas. Sam avance, j'appelle Natasa.

Je lui raconte avec beaucoup d'émotions mon problème d'alimentation et les difficultés que je rencontre. C'est vraiment trop dur sans manger.

Je veux la préparer (ou me préparer inconsciemment) à l'abandon. Si je mange, j'ai une chance de repartir. Elle est émue mais rationnelle alors que moi je suis ému et sans doute un peu moins lucide. Elle a trop d'empathie et ne souhaite pas regarder le LIVE de la course.

En plus, elle est au travail et me demande de la rappeler une fois arrivé au ravito.

On passe la descente du ravin de l'Adrech (qui ressemble à une montée pour moi) et enfin on voit le clocher de l'église qui accueille le fameux ravito où la plupart des traileurs qui abandonnent se retrouvent. On visait 4h initialement, on se reprend encore 39 minutes dans les dents.

Mes estimations deviennent aussi déclinantes que mon alimentation

LE RAVITO DE ST ANDREE DE VEZINES (km 60,5 selon les organisateurs ou 63 selon les coureurs)

A peine arrivé je me dirige vers l'eau et surtout la St Yorre car il paraît, selon Patrick Sabatier (référence pour les plus anciens) que ça va fort.

J'en bois 4 ecotasses d'affilée. Ouh ça me fait du bien. Il doit y avoir un peu de salé dans cette eau.

Je file vers le bar du solide avec une terrible appréhension et je regarde le sucré : dégoût direct. Rien ne me dit. Je regarde le salé : nausée.

Une tristesse incommensurable m'envahit.

Pourquoi ? Pourquoi je n'arrive pas à manger ? Juste pourquoi ??????????

Alex qui avait pris un temps d'avance dévore encore tout ce qui lui tombe sous la main et Sam subit. De la soupe minestrone semble être présente sur place. Je vois mes deux acolytes accoudés au bar à soupe et je décide de les rejoindre en commandant un gobelet. Je pars m'asseoir sur le banc et réalise que je n'y arrive pas. Alex me file un des 5 ou 7 sandwiches qui lui font marquer des points comme il poserait un mot compte double au Scrabble et là aussi je mache 2 min sans avaler. Je dois recracher.

Je fonds en larme. C'en est trop. Des mois de préparation pour arriver à ça : ne pas pouvoir manger le jour J !

C'est incompréhensible. Sam me dit qu'on peut tous s'arrêter là et insiste pour me dire qu'on est la pour rester à 3, c'est déjà fort ce qu'on a fait. Je le comprends et même si trop de choses arrivent dans ma tête, je suis lucide sur le fait que sans s'alimenter, finir une course comme ça est vraiment impossible.

Je bois par petite gorgée ma soupe et vide les pâtes de fond de gobelet le regard tourné vers le sol.

Ambiance fin de soirée... à 16h25.

Alex a une autre idée en tête plutôt qu'un désistement collectif: finir ce défi pour l'association . Il se sent bien et demande à Sam comment lui aussi se sent.

Sam a les cannes mais en a marre de ces ravitos qui ne le rassasient pas. C'est le pays du fromage certes, mais quand on est intolérant au fromage, c'est juste un enfer pavé de bonnes intentions.

Je les écoute débattre comme les vieux du Muppet Show et me range derrière les 2 idées de mes camarades (je suis plutôt normand que breton à ce moment-là)

Celle d'Alex a toutefois une saveur qui me plaît davantage. A défaut de manger en vrai, je me nourris de ses propos. Je leur demande donc de continuer pour l'association et d'essayer de le finir, ce serait superbe et surtout un très bel honneur à celles et ceux qui nous ont fait confiance jusque-là.

Moi mon sort semble scellé. Ils se lèvent, partent se charger en eau et je décide de regarder mon téléphone pour appeler Natasa. Le corps n'y est plus

Et là, une chose incroyable se produit.

Les messages ignorés/non lus depuis ce matin affluent en masse sur mon téléphone, j'en ai rarement eu autant (plus d'une soixantaine qui débarquent de partout, SMS, Whatsapp, mails, Messenger, Facebook) Je découvre avec stupéfaction que le suivi de notre périple fait vibrer nos amis du Canada, de France, du Brésil, de Hong Kong...Tout le monde checke ce qu'on est en train de faire. Les messages chaleureux affluent et allument en moi un feu insoupçonné, comme une cheminée dont le foyer était en train de s'éteindre et au sein duquel on balance 15 buches d'un coup.

A défaut de manger, ces messages me donnent un coup de fouet PHÉNOMÉNAL. Je n'ai carrément pas le droit d'abandonner. Je me lève ni une ni deux, je vais voir ma bénévoles St Yorre et je remplis mes deux bouteilles et ma poche. Je lui prends encore 2 écotasses que je m'envoie d'une traite.

Ca va encore plus fort, merci Patrick.

Je reprends une soupe, je l'avale d'un trait sans chercher à comprendre.

Je repars au combat. Je me sens vivant et je décide de désormais composer avec le public. Comme dans questions pour un champion, je vais tenter le coup de fil à un ami mais d'abord rassurer Natasa.

Sam et Alex s'envolent vers la ligne d'arrivée comme des vautours qui fondent sur leur proie. Avec détermination. Pas d'adieu, je leur dis que je vais aller aussi loin que je le pourrai. Ils me filent les clés de l'appartement comme un assureur me vendrait sa police. J'achète l'idée et c'est reparti.

Je ne pensais plus décoller, en fait je repars comme une fusée avec chacun des soutiens dans mon cœur, mes bâtons dans les mains et le regard sur le prochain ravito du 83 et la barrière de 21h15.

Section 4 St Andre de Vezines - la Salvage 21.3 km, 843 de d+
1 point d'eau la Roque Ste Marguerite au 73

Départ : 16h35

Arrivée au point d'eau Sam et Alex : 18h36 (-39mn par rapport à la BH)

Arrivée au point d'eau Chris : **19h21 (+ 6mn par rapport à la BH)**

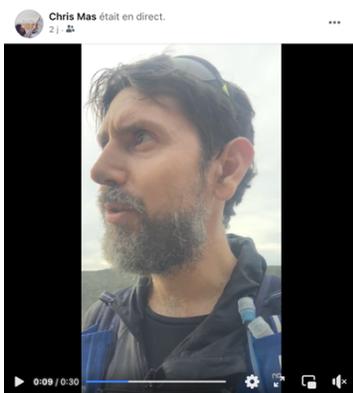
Barrière horaire : 19h15

Ouh ça descend.! Ca descend même beaucoup, j'aime ça même si je me doute qu'il faudra bien remonter à un moment donné. Le coup de fil a un ami vous vous rappelez ? J'appelle Manu mon pote d'enfance traileur qui est déjà venu sur les templiers. On a déjà abordé le sujet des terrains très différents de ce qu'on connaît dans le nord et je lui fais part de mon problème d'alimentation. Il me donne d'excellents conseils, qui n'ouvrent pas mon appétit pour autant mais qui me permettent d'envisager la suite avec un peu plus de lucidité qu'au début. Que ce coup de fil me fait du bien ! Ça descend, j'avance, je recours parfois. Tout va bien. Je recroise le frère du bourguignon « *Oh le lillois, tu es toujours là dis ? Moi mon frère a lâché l'affaire, trop dur* »

Oui je suis toujours là et j'allume, même sans manger.

Incroyable cette magie du trail.

C'est la grosse descente du Riou sec, un belle devalade de 4.1 km et 443m- sur la Roque Ste Marguerite et son beau final dans la calade pavée. Bien dans le jus des grands Causses, des racines, des clapas, de la caillasse et des parties glissantes avec le sol humide. Le chemin est bien aménagé mais qu'est ce qu'il est casse pattes. J'enchaîne les petites montées avec une relative facilité mais mon rythme faiblit. J'ai beau essayé de marcher vite, je ne dépasse pas 3km/h. Sam et Alex passe à 18h36 au ravito (j'y arriverai à 19h21) et ils continuent. Ils m'auront mis 45mn dans la vue en 11km.



Je décide de faire un Facebook live depuis le haut des corniches histoire de raconter cette histoire puisque désormais je fais la course en allant chercher du réconfort virtuel mais aussi informer nos suiveurs qu'Alex et Sam sont partis devant.

C'est pas facile car j'ai des trémolos dans la voix et je suis dans le dur. Je décide néanmoins de le faire pour celles et ceux qui nous ont soutenu moi, nous et surtout l'association Gaspard et au-delà.

Hop je repars mais je me fais doucement doubler par pleins de gens. Non ils ne sont pas issus d'une autre course et je m'étonne presque de toujours voir des gens derrière moi alors que je suis cramé et sous alimenté.

Par contre, faut que je sois réaliste, y'a de moins en moins de gens derrière moi. Je vais attaquer la nuit tout seul. Les paysages sont toujours aussi magnifiques et on comprend pourquoi ça s'appelle les templiers. Des colonnes de pierre type le fil « Avatar » sont partout autour.

C'est très très impressionnant.

Ici la photo avec l'arche (et la cloche) de St Andrée de Vezines.



Me voilà tout seul avec la nuit qui tombe tout doucement.

Ah non ! Un bruit de pas m'alerte derrière moi.

Thierry est au loin, un personnage de 50 ans taillé pour le trail et hauts en couleurs (même si on est tous les deux un peu livides j'avoue) Il est dans le même cas que moi, il n'arrive pas à s'alimenter). On dirait 2 fantômes au crépuscule. Il n'a qu'un bâton. Je lui demande si c'est une technique que j'ignore. Il rigole et me dit qu'il l'a cassé il y a une paire de km maintenant. « *c'est vraiment pas ma journée !* »

Je lui demande s'il veut passer devant moi. Il rigole à nouveau. Décidément Thierry est prévisible, il m'a juste rejoint pour ne pas rester seul dans la nuit. D'ailleurs notre petit train fantôme attire du monde, nous sommes rejoints par 2 autres traileurs qui allument la nuit de leur frontale et qui semblent en aussi grande forme que nous. Des lucioles dans la nuit aveyronnaise.

Descente vers le ravito qui n'arrive pas.

Portion bitumée. On parle avec Thierry la discussion s'anime autour de la déception de cette journée, de nos problèmes d'alimentation et de ce réchauffement climatique. On continue, on continue et là un traileur remonte vers nous. « *Vous vous trompez de chemin les gars* »

200 mètres qu'on marche vers le bas de la route bitumée alors qu'il fallait tourner à droite. Ça nous rajoute 400 m (A/R) mais on pense au pauvre traileur qui nous a averti et qui lui a continué seul sur plus de 600m avant de faire marche arrière (1.2km en plus pour lui). Il se raccroche à notre train de fortune.

Ils ne nous ont pas raté les organisateurs. La « descente » vers le point d'eau est ponctuée de petites montées et surtout de dalles hyper glissantes. On progresse lentement.

Km 73 à la montre de Thierry. Moi je ne regarde plus.

On arrive en ville « La Roque Ste Marguerite ». Déambulation nocturne des naufragés des sentiers. Un vieux nous balance « *Oh les gars, vous voulez un pastis ?* » Thierry et moi sommes plutôt bière mais ce n'est pas le moment.

On longe la calade pavée et enfin voici le point d'eau.

LA ROQUE STE MARGUERITE

Je recharge en eau et on croise la femme de Thierry aussi blagueuse que lui « *Oh tu es pas mort, me voilà rassurée* »

A ce moment-là, je ne sais pas quand sont passés mes camarades mais ce que je sais c'est que j'ai envie d'y aller. Et là on me dit qu'il y avait une barrière horaire au point d'eau alors que je pensais qu'elle était à 21h15 au ravito. Je n'avais pas du tout imaginer qu'un point d'eau puisse lui aussi avoir une barrière horaire et je n'ai pas regardé mon téléphone ni vu les SMS de Manu ou Franck qui m'informe de cette BH.

Je ne réalise pas.

Les girophares des ambulances m'indiquent que d'autres personnes sont potentiellement moins bien que moi qui ai pourtant l'envie de continuer, même si plus trop la force.

Je reprends de l'eau et le gars de l'organisation prend en photo mon dossard et envoie un Whatsapp au PC Course.

Là j'entends un gars à côté de moi qui dit au bénévole « *tu mets bien barrière horaire et pas abandon* ». Il se rassoit près du pont qui était censé nous emmener sur la montée de Pierrefiche puis le Montredon, le tout en 3 paliers, rien de pris isolément mais usant pour le moral.

Mais moi d'un seul coup mon moral est en train de fondre comme neige au soleil.

L'information commence à infuser dans mon cerveau : « *attends ils ont mis une barrière (physique), pour ne pas passer là ? Comment ça ? je ne vais pas pouvoir repartir ?* »

Je demande à Thierry, puis à d'autres qui me disent « *non c'est plié* », « *c'est fini* », « *c'est mort* ». Les mots diffèrent mais le couperet qui tombe fait aussi mal.

Je m'assois moi aussi près du pont et des navettes sont prévues pour nous raccompagner.

Je monte dans la navette qui arrive seulement 2 mn après m'être assis et avoir, du moins je le croyais, encaissé l'info. Je ne sais même plus si j'appelle Natasa ou pas (*je ne m'en rappelle pas, mais mon historique de téléphone indique que oui je l'ai bien appelé 9mn après être arrivé*). Je

grimpe dans le bus, le chauffeur me dit « *bravo, ce n'est pas rien* » et là je m'effondre en larme sur le siège. Je réalise en m'asseyant que je ne pourrai pas aller au bout.

Ma sœur Cathy appelle, l'info du PC course a du tomber sur les suivis LIVE. Je suis arrêté. J'ai du mal à absorber, à parler, je suis tellement mais alors tellement en peine (et sous-alimenté).

J'envoie un Whatsapp à mon groupe des amis du Prochain Défi leur annonçant cette nouvelle. Ils font, comme vous, partie de l'aventure. Je ne vois pas mieux maintenant que lors du départ de près avec mes lentilles, les larmes dans les yeux empirent cette situation et je tape les messages à la volée. Je n'ai pas beaucoup de batterie, mais ça aussi n'a plus d'importance.

Je m'arrête donc après 71.5 ou 73 km (on ne saura jamais précisément) et quasi 3000 de D+ et 15h06 de course.

6 mn qui m'ont mis dedans.

Quelle importance ? Jamais je n'aurais réussi à rejoindre la Salvage (km83) avant 21h15. 10 bornes en moins de 2h alors que j'avançais à un rythme de 1km toutes les 20mn...un rapide calcul me donne 200 mn théorique soit 3h20.

Pas besoin de Thierry pour me dire que « *c'est plié* ». Plus le cœur à la blague non plus.

Sam et Alex à la Salvage

(km 83) 10km parcourus en 2h34, 589 m+ depuis la Roque Ste Marguerite

Heure de départ de La Roque Ste Marguerite : 18h38

Heure d'arrivée à la Salvage : 21h12

Barrière horaire 21h15 (3 minutes d'avance)

Forcément, quand on voit le chrono et les bonhommes que sont Alex et Sam, on se dit que c'est pas une mince affaire ces Templiers. Le récit de Sam et Alex m'a forcément été raconté et il y aura moins d'anecdotes et de faits de parcours que ce que vous avez lu jusque maintenant.

Toutefois on peut dire qu'arriver à la Salvage aura été un défi dans le défi. Alors qu'ils pensaient être tranquilles en partant du point d'eau avec une confortable avance pour parcourir ces 10km dans les temps, les montées sont plus difficiles que prévues. Sam n'a toujours pas mangé un truc salé qui lui convienne bien et Alex et lui ont dû sortir leur frontale pour monter ces pentes -pas douces- et ces pierres glissantes.

Après avoir « avoiné » dans les montées selon leur terme, ils pensent qu'ils sont cools avec la barrière mais la réalité de la marge est bien plus fine. C'est seulement en discutant avec d'autres et notamment une personne qui leur dit « *ce sera chaud* » qu'il décide de mettre encore un coup de collier et d'arriver dans les temps.

3 minutes d'avance avant la barrière.

C'est la marge qui leur restera et sur laquelle il leur faudra capitaliser.

Ce ravito est cruel pour les deux compères. C'est en effet le meilleur ravito auxquels ils ont droit (à l'intérieur, des chaises, des tables, il fait chaud, de la bouffe variée et excellente MAIS ils n'ont pas le temps de s'éterniser)

Sam dégote du saucisson sec et l'enfourne goulûment. Quand Sam dit à Alex qu'il faut repartir, les yeux du Poney sont aussi écarquillés qu'il ne lui est possible : ne pas avoir le temps de manger est une sacrée punition pour les gaillards.

Section 5 La Salvage-Massebiau

8,6km, 448m+ pour atteindre Mas de Bru (point d'eau)

Barrière horaire Mas de Bru 23h20

Arrivée de Sam et Alex sur place : 23h08 (soit 12 mn d'avance)

5,8km pour atteindre Massebiau

Barrière horaire Massebiau : 00h30

D+ : 36m

Arrivée Sam et Alex sur place : 00h20 (soit 10mn d'avance)

Il reste un gros 20km et 1000+ pour rejoindre l'arrivée. Le plus gros des dangers est passé. En 2021 seuls 27 coureurs abandonnent dans le final, en 2022 ils seront 89 (contre 96 à St Andrée et 37 (dont moi) à la Roque Ste Marguerite. Il faut quand même serrer les dents pour avaler la section dans les délais et c'est exactement ce qu'on fait Alex et Sam. La principale difficulté fut la longue (et lente) remontée sur Mas de Bru avec un passage sous les falaises de la Clapade qu'ils ont dû maudire. C'est beau mais de nuit avec des frontales qui ne marchent pas fort, profiter du panorama est une gageure. En plus il commence à pluviner. Ils s'enfoncent alors dans la forêt. On a beau lever le nez, le sommet de se devine qu'au dernier moment. Autant dire que c'est long, très long pour sortir de ce maudit faux plat.

Section 6 : Massebiau, parcours de repli vers Millau

Sam m'appelle à 00h25. Ils seront finishers.

Dans mon lit depuis 1h30 environ (une bénévoles m'a reconduit jusqu'à l'appart), je me relève et vérifie que la bière est bien au frais. C'est bon. Je me remets de mes émotions, tout doucement et je n'arrive pas à m'alimenter autrement qu'avec du raisin et un peu de cacachuètes. C'est déjà ça.

Ils viennent de choisir le parcours de repli pour terminer les Templiers. Ils se prennent une pénalité de 100mn mais ça ce n'est vraiment rien car l'idée était de le finir et pas de se blesser. Ils sont allés au bout de l'histoire pour l'association.

Un parcours long de repli avec 300 de D+ pour arriver sous l'arche avec ceux qui auront choisi (avant 00h30) le Cade et la Pouncho. Vu l'état des frontales et la météo, ce n'aurait vraiment pas été prudent.

Finies les barrières horaires : à 01h43 ils franchissent l'arche d'arrivée avec la fierté du devoir accompli et la chanson « New Soul » de Yael Naim.

Temps de course pour eux : 21h27 et 40 secondes pour avoir parcouru ces 105,6km (sans doute 108 !)



BRAVO LES CHAMPIONS !

Conclusion

De la sueur, des larmes et de l'espoir.

Oui c'est un bon titre.

Merci à toutes celles et ceux qui nous ont soutenus pour arriver jusqu'ici.

Je le disais en préambule : 2/3 finishers (Sam et Alex) et 4/3 Vainqueurs.

Mais qui sont ces vainqueurs ?

Hé bien je m'adjoins à Sam et Alex pour avoir vaincu non pas la course mais la fatalité qui me prédisait l'abandon dès le 60^{ème}.

Le 4^{ème} vainqueur est bien entendu la cause que nous défendons avec l'association Gaspard et au-delà. En 3 semaines à peine, voir la mobilisation (66 contributeurs et 6524 euros collectés à J-7 de la fin de la campagne) et le battage médiatique sur les réseaux sociaux, les articles de presse, les interviews.

Tout ça nous fait chaud au cœur.

Chaud comme un feu de cheminée qui s'éteignait et qui prend 15 bûches d'un coup tout le temps.

Christophe

Big up aux 3 fous.

Chris (qui est celui que les fous suivent)

Alex (qui a pris 2kg sur les ravitos)

Sam (que vous n'inviterez pas pour une raclette party)

Ps : merci spécial à Natasa qui me laisse faire tout ça !

La collecte continue jusqu'au 31/10/2022 ensuite on passera sur des dons réguliers/ponctuels pour soutenir le projet.

<https://www.helloasso.com/associations/gaspard-et-au-dela/collectes/safari-so-good-gaspard-et-au-dela>

Facebook Page de l'association : <https://www.facebook.com/gaspardetaudela>

Site web : 1^{er} trimestre 2023.