

La Chronique Ultra

Après 2015 l'édition 2019 était au programme depuis 2 ans déjà, date qui coïncide avec le début d'une longue préparation. La grande nouveauté 2019 résidait dans le fait, non pas, qu'un CCC espérait être au départ, mais 3 en avaient cette ambition ce qui créait une saine émulation et la possibilité d'une partie commune de préparation rendant celle-ci moins monotone et bien plus ludique. Cette épreuve mondialement connue et reconnue comme la Mecque de la rando format ultra, très prisée des étrangers devient de plus en plus difficilement accessible, où seuls les qualificatifs de l'année de l'épreuve ne suffisent plus pour garantir un dossard. Parti de ce constat, nos 3 Chavelotais se sont astreints à valider au moins le brevet le plus long en 2018 afin de leur garantir la possibilité d'une pré-inscription quasi sésame (*sous réserve de réussir les qualificatifs 2019*) d'être présent sur la ligne de départ.

Les passages obligatoires ayant tous été franchis, pas toujours comme espéré ou après quelques incidents de parcours, nos trois compères font bien partie pour cette édition 2019 des 6653 concurrents internationaux s'alignant sur ce difficile parcours de 1220km et d'un peu plus de 12 000 mètres de dénivelé. La météo s'annonce clémente, tous les signaux sont au vert, les 3 stratégies d'organisation sont en place et si chacun apportait un total soutien aux autres, cette épreuve ne peut être qu'un défi personnel.

Un petit résumé sur ces 3 jours où l'emploi de la première personne ne veut pas dire grand-chose, car il serait présomptueux de vouloir décrire ici les ressentis, les émotions, les euphories ou déceptions non vécus et qui ne peuvent être que personnels de mes deux compagnons. Quoi qu'il en soit, je ne peux qu'avec plaisir associer mes deux camarades à ce récit, qui est quand même aussi un peu le leur au sein de la grande famille des ultras et mieux encore celle du CCC.

Fort de mon expérience de l'édition précédente, je savais que cela allait partir vite, voire très vite, qu'il serait raisonnable de lâcher le surrégime plus tôt que la fois précédente, pour ne pas entamer trop le potentiel d'une épreuve qui est avant tout (*pour moi*), une épreuve de régularité. Mortagne au Perche se présente à moi avec seulement 5 minutes de retard sur mon plan de marche, donc tout va bien. Encouragements chaleureux de France, Yvon et Jean-Marc (*les accompagnants de Jean-Louis*) qui ont attendu gentiment mon passage avant de repartir vers la mission pour laquelle ils étaient là. C'est avec de l'avance sur l'horaire que je quitte Mortagne au Perche puisque des 45 minutes d'arrêt prévu, je n'ai consommé que 30 minutes pour me ravitailler et effectuer les changements d'équipements jour/nuit. Ce premier point d'arrêt sera celui aussi des premiers enseignements à tirer quant à mon choix, sans assistance et autonomie totale, auquel je rajouterai les soins contraints à prodiguer à une cheville quelque peu endommagée, tout ceci au final serait générateur d'une consommation de temps. Le fil des prochaines étapes pour rejoindre Brest que sont (*Villaines la Juhel, Fougères, Tinteniac, Loudéac et Carhaix*) fut empreint d'une régularité à l'intérieur de groupes, qui se forment et se déforment, suivant la valeur des uns et des autres, où l'importance de bien maîtriser la sienne et les objectifs est primordiale, si l'on veut durer dans le temps. Il faut souligner un esprit sain dans ces groupes où chacun assume sa part de travail sans arrière-pensée, seuls les cyclistes en difficulté ont le droit de récupérer à l'arrière. J'arrive à Brest au bout de 610 km avec seulement 1 heure de retard sur mon planning, ceci me conforte dans mes choix, qui plus est, cette heure est en grande partie dû au fort vent de face que nous avons eu depuis Loudéac. Pointage rapide à Brest, appel à l'hôtel réservé à Landerneau pour prévenir de mon petit retard et me voilà reparti sur la trace retour pour environ 50 minutes de route et rejoindre mon seul point de chute programmé. J'avais prévu 5 heures d'arrêt que je réduirai à 4 heures, ce qui effacera l'heure

de retard du timing. Repas, douche, changement de tenue (*le colis envoyé était bien là, ouf !*), confection du colis retour et divers petits trucs existentiels sans nom (*ce n'est pas croyable le nombre*) mais qui te bouffe du temps et de l'énergie, m'auront pris au final 3 heures, réduisant d'autant le repos pur (*sommeil*), à la simple expression d'1 heure.

1 heure du matin me voilà déjà sur le vélo pour rejoindre la trace en direction de Carhaix qui se situe à seulement 300 mètres de mon point de chute. Après une première nuit quelque peu glaciale endurée, celle que j'étais en train d'affronter n'avais rien à envier à la précédente et j'étais déjà en train de regretter de ne pas avoir mis les petits gants, que j'avais pourtant dans ma sacoche arrière, mais rien que de me dire qu'ils sont tout au fond me font renoncer à m'arrêter, en me raccrochant aux 3 heures de route pour atteindre Carhaix, sûr de pouvoir m'offrir un super petit déjeuner réconfortant. Trouver les sources de motivation aura fait partie du quotidien sur ces 3 jours, que celles-ci soient importantes, existentielles ou futiles, peu importe. 3 heures plus tard Carhaix et sa récompense se présentent à moi, je prends soin aussi de consulter l'application Chrono-Course, comme à quasi chaque arrêt pour prendre des nouvelles de mes deux camarades (*en fait un seul puisque pour Jeanick nous n'avons pas d'activation de son trackeur depuis le départ*). ½ heure plus tard, rassasié, réchauffé et ayant de bonnes sensations, je reprends ma route vers la capitale avec cette douce sensation d'une très belle journée. Je roule seul depuis quelques kilomètres quand d'une ombre arrivant à côté de moi j'entends « *Ho Didier* », je tourne la tête et le visage familier de Jean-Louis est devant moi, ce qui me comble de joie et à un petit effet de joyeux booster sur moi et j'imagine déjà un bout de chemin en terrain connu. Chacun prend des nouvelles de l'autre et je n'irai pas jusqu'à dire que nous en sommes à nous dire « *nickel tout va bien* » en gardant un côté pudique que c'est conforme aux attentes. Nous nous arrêterons quelques dizaines de kilomètres plus loin à Quédillac qui est seulement un point de ravitaillement intermédiaire où Jean-Louis pourra prendre un petit déjeuner puisqu'ayant sauté le précédent de Carhaix. Quant à moi, autant joindre l'opportunité de l'utile à l'agréable, en accompagnant Jean-Louis dans sa sustentation, mais aussi convaincu (*depuis le départ*) que la recharge calorique est très importante sur ce genre d'épreuve et d'appliquer le grand principe connu de tous « *manger avant d'avoir faim* ». Après appel à ses accompagnants nous voilà reparti en direction de Loudéac que nous atteindrons en milieu de matinée, j'ai le grand plaisir de revoir des visages et d'entendre les voix familières de France, Yvon et Jean-Marc. Chacun dans son organisation, nous nous donnons rendez-vous à la sortie pour la prochaine étape que nous ferons en commun en totalité ou pas, seul l'avenir nous le dira. Au fil des kilomètres je m'inquiète un peu pour Jean-Louis, les quelques discussions que nous avons et l'aspect visuel renvoyé me font penser que tout n'est pas au top. Mais nous avons vécu tellement de choses ensemble que cela me fait penser aussi ; c'est un mauvais passage comme nous en avons déjà eu et que cela va revenir, je m'abstiens de poser des questions qui pourraient être génératrices de doute. Je ne sais plus à quel endroit Jean-Louis arrive à ma hauteur et me pose la question « *honnêtement, Didier, comment tu me vois* », je m'entends encore répondre « *penché* », ce que je constatais depuis quelque temps déjà et c'est là que Jean-Louis me dit, j'ai un problème cervical je n'arrive plus à relever la tête. Nous continuons à avancer dans un silence religieux, il n'y a pas besoin de parler chacun sachant déjà que cela va être difficile de rallier l'arrivée, surtout aussi loin du but. Quelque temps après je reçois sur mon GPS un SMS de Jeanick m'annonçant son abandon à Carhaix, « **What a bad day** ». Le renoncement est toujours une décision dure et longue à prendre, il est peut-être juste de penser que l'un des éléments déclencheurs a pu être la voix inconnue venant de l'arrière et qui te dit « *toi tu as un problème cervical* » et qui dans la foulée poursuit « *fait gaffe, j'ai un copain qui a voulu insister, il s'est taper une bagnole* ». Quand la réalité te rattrape et que toutes les connexions se rapprochent, la décision doit être celle de la raison et de la sagesse et mérite notre respect. Nous décidons de poursuivre ensemble jusqu'au prochain village où nous

pourrions trouver à minima un commerce qui pourrait servir de point de chute, ce qui fut fait dès le prochain, à Saint-Méen-le-Grand. On se pose, Jean-Louis appelle ses accompagnants pour leur faire part de sa décision et me dit de continuer ma route en me souhaitant pleine réussite. Après 10 à 15 minutes et m'être délesté auprès de Jean-Louis (*encore merci*) de ce que je considère maintenant superflus (*1 bon kilo de gagné quand même*), je reprends la route déçu de ne pouvoir continuer la route avec mon ami, mais aussi rassuré par cette sage décision. Le rythme est bon, les jambes, la forme et le soleil étant au rendez-vous la belle journée annoncée peu reprendre son court. Au bout d'une dizaine de kilomètres effectués seul, j'intègre un groupe de quelques éléments (*5 Mayennais du département et de Mayenne la ville*) dont je ne sais pas encore qu'un long bout de route ensemble nous attend, ce sera jusqu'à Villaines la Juhel. Les étapes s'enchaînent dans une bonne ambiance où chacun effectue sa part de travail dans un cadre défini par tous les éléments, (*des relais de 1.5 km à bonne allure, avec une régularité de métronome*). Pour l'anecdote, entre Fougère et Villaines la Juhel nous étions sur les terrains de jeu de mes compagnons de route et nous furent accueillis par des comités d'accueil venus les soutenir et pas que par la voix car crêpes, bulles, gâteries diverses et boisson à base de houblon étaient au programme. Le temps consacré à chaque pointage sera le plus court possible afin d'effectuer un maximum de kilomètres pendant la période diurne. Tout va bien, ce n'est pas normal me viennent à l'esprit de temps en temps ! « *Ça arrive quand le coup de pas bien ?* »

Villaines la Juhel coïncide avec le deuxième arrêt un peu plus prolongé, où je m'accorderai un bon repas (*où tu n'as même pas à porter ton plateau, les bénévoles le font à ta place*) suivi de ½ de sommeil où plus tôt de somnolence pour repartir seul (*ayant perdu au passage mes compagnons de route*) dans la nuit froide en direction de Mortagne au Perche et un rendez-vous avec le coup attendu. Ce n'est pas une fatalité, celui-ci aurait pu aussi ne jamais arriver, mais on y est tellement préparé que ce n'est en aucun cas une surprise et permet une certaine forme de gestion programmée. Mal nulle part, les jambes tournent bien (*moins vite certes, mais bien*), une forme de lassitude prend corps, quelques douleurs cervicales apparaissent, le système de triche se met en place avec le refus d'avouer son état avancé de fatigue (*hé oui ! il n'est pas rare de se mentir*). Pourtant les alertes sont bien là, le dédoublement de la vision en étant un de ses indicateurs principaux. Ce ne peut pas être les services de l'équipement qui ont peint en double les lignes blanches, ni les constructeurs qui ont doublé l'éclairage arrière et les plaques d'immatriculation des voitures. Devant ce constat j'agite un leurre de la boîte à encouragements et éléments clés d'Alain. B, composés de 2 mots magiques, *Mental, Volonté, Mental, Volonté, Mental, Volonté, Mental, Volonté, et Mental, Volonté, Mental, Volonté,...* Ce tronçon aura été pour moi un grand moment de solitude, j'avais pensé effectuer celui-ci en 4 heures, j'en aurai mis 2 de plus au final. Le jour est souvent annonciateur d'un regain de forme, qui plus est, celui de la dernière journée, donc j'attends le levé du jour avec impatience. M'y voilà enfin à Mortagne au Perche après avoir escaladé la dernière rampe qui mène à l'arrivée, (*quelle idée ils ont eu de Perché le bourg*). Avant dernier pointage, gros petit déjeuner, ça fait du bien au moral et la volonté de ne pas trop m'y attarder. Moins de ½ après me voilà déjà sur mon vélo pour effectuer les deux dernières étapes et boucler ce PBP 2019, tout en subissant la double punition d'un vent ayant tourné et de nouveau de face. Le peu ou pas de souvenir de ce tronçon déjà effectué en 2015 se rappellera vite à moi par ses difficultés. 23 kilomètres séparent Mortagne au Perche de Senonches, dont 20 de montée continue, pas très pentue entre 3 et 4% mais les 1100 kilomètres déjà effectués sont autant de pourcentages supplémentaires. Arrivé à Senonches petit arrêt au stand du club de cyclotourisme local qui offre le café (*incroyable le nombre des accueils possibles, de jour comme de nuit, sur l'intégralité du parcours*), où j'ose poser la question « *ça monte encore beaucoup après ?* » la réponse faite avec un grand sourire « *c'est moins pire* » me laisse dubitatif, quant à la suite. Effectivement pour rejoindre Dreux qui se trouve encore à 54 kilomètres, je ne connaîtrai de vraiment plat que les 8/10

derniers kilomètres, qui plus est, dans une longue et interminable ligne droite. Deux enfin, ultime étape avant Rambouillet et dernier repas (*pas le moment de relâcher de ce côté-là et je reste dans mes convictions sur le sujet, ce serait dommage aussi près du but*) avant l'arrivée qui se dessine et persuadé maintenant que plus rien ne peut m'arriver. 02h41 c'est le temps (*pas un temps canon*) qu'il m'aura fallu pour boucler les 48 derniers kilomètres et pointer une arrivée à 15h41, accueilli par des bénévoles tout acquis à notre cause, comme tout au long du parcours d'ailleurs.

Il faut aussi souligner ici, le bienfait de tous les soutiens reçus tout au long du périple, qu'ils soient familiaux, sportifs amicaux ou de parfaits inconnus, tous ceux-ci sont le ciment du « *ne rien lâcher* ».

J'ai fait aussi le constat sur cette édition des évolutions de cette randonnée et de son esprit d'origine. Le rajeunissement de ses participants et l'élévation de son niveau contribuent de plus en plus à faire passer cette randonnée cyclotouriste vers une cycloportive de 1200 kilomètres, dommage ou pas, le débat reste ouvert !

Ainsi se termine pour moi l'édition 2019 et si 2015 m'avait vu quelque peu hésiter sur une prochaine participation, j'ai déjà pris la décision de participer à celle de 2023 sous le dernier format que je n'ai pas encore effectué, celui d'une assistance totale. Le chemin reste de toute façon long et semé d'embûches, mais avant tout il faudra pour confirmer ce vœu que j'ai réglé quelques problèmes physiques.