



Trois mois après la Maxi Race d'Annecy, place au GRP avec pour objectif personnel de terminer l'épreuve cette fois-ci, quel que soit le chrono, quel que soit le classement.

Nous sommes 12 membres du club à participer aux différentes épreuves allant de 40 à 160kms.

Pour Antoine HERVOUET, Manu PIFFETEAU, Antho GUILLARD, Edouard PICHAUD, Bertrand MINGUET et moi-même, il s'agit du 80kms (5000D+, 1400 participants) avec un départ le samedi matin à 05h00.

Présents à Vieille Aure dès le jeudi après-midi, nous avons rapidement été plongés dans une ambiance festive propre au GRP avec l'arrivée des coureurs du Tour du Moudang (63kms, 3800D+) dont Alexandre PLUCHON (12h42, 190ième) et Thierry MARTINEAU (12H44, 198ième).

Un immense bravo à eux car il faisait extrêmement chaud.





Vendredi nous avons accompagné Charlène FAVREAU, Charles-Henri PIVETEAU ainsi qu'Alizée OLIVIER (une amie de Charles-Henri et Antoine) sur le Tour de Néouvielle (43kms, 2500D+). Le départ était à 08h00 avec de belles conditions météo en perspective.

Tous les trois ont fait une très belle course, Charles-Henri et Alizée accomplissant leur premier trail en Montagne respectivement en 7h05 et 08h04.

Quant à Charlène, quelle performance une fois de plus en se positionnant 5ieme féminine (05h54) et 50ieme au général (sur 1600 participants), le résultat d'une longue et studieuse préparation.





Depuis "l'échec" ou plutôt l'apprentissage de la Maxi Race j'ai essayé de mieux me préparer (davantage de séances de côtes, renforcement musculaire...) mais voilà nous sommes à la veille du départ et j'ai un doute quant à ma capacité à terminer ce genre d'épreuve.

A 03h45, le réveil retentit, je me prépare de façon machinale et direction la ligne de départ avec Antoine et Manu. Nous saluons Antho, Bertrand, Edouard et son frère Charles : on sent un mélange de bonne humeur et de concentration.



Avant notre départ nous avons la chance d'accueillir le vainqueur de l'Ultra Tour (166kms), Guilherme LOURENCO, qui arrive après 23h54 d'effort, impressionnant !

A noter qu'Antoine DALIGAND (encouragé et suivi par Rémi CHAMPAIN) terminera à une magnifique 22ième place après 31h41 de course. Bravo et respect !

Notre départ est lancé et nous partons sous une pluie battante ; beaucoup décident de mettre leur veste, je choisis de partir en manches courtes mais rapidement je suis détrempé...

C'est donc enfin parti pour une longue voire très longue journée.

Deux kilomètres de route plutôt plat laissent place à la première ascension sur un long chemin qui nous emmènera au 1er ravitaillement (restaurant Merlans) soit 1500m de D+ pour 15.4kms.

Pendant cette première étape je décide d'être prudent et de limiter les efforts le plus possible en baissant de rythme, en faisant attention à ne pas trop forcer sur les jambes ; la prudence est de mise.

La pluie s'intensifie, nous voyons les éclairs au loin, les conditions sont de moins en moins bonnes...

J'arrive au ravito en 2h32 (362ième) : il était temps car je commence à avoir vraiment froid.

Heureusement les bénévoles sont là en nombre, très attentifs et disponibles pour chacun.

L'ambiance est bonne mais certains coureurs sont inquiets et pensent déjà à abandonner.

C'est reparti pour la 2ième étape, direction le Col de Bastanet (km21.1, 1979D+ depuis le départ) et en effet il fait de plus en plus froid, il pleut encore et encore ... tout cela étant intensifié par des rafales de vent qui nous déstabilisent régulièrement.

L'eau des lacs est littéralement balayée ce qui donne un beau spectacle ... le paysage est magnifique mais il est difficile d'en profiter car nous devons tous rester concentrés pour continuer de progresser en toute sécurité.

Je pense que nous sommes nombreux à nous dire que si cela ne s'améliore pas nous allons passer une drôle de journée et que ça risque d'être insupportable. Un peu plus loin un traileur est allongé avec sa couverture de survie, entouré par 3 ou 4 coureurs : il est en hypothermie ...





3h49 de course, je suis plutôt content de voir enfin le ravitaillement et de changer de vêtements.
Place à la Mongie pour cette troisième étape (km30.6, 2417D+).

La météo s'améliore enfin ce qui nous permet d'être rapidement sec ; les sourires apparaissent sur les visages, l'ascension se fait plutôt bien, tranquillement, et nous voilà au ravitaillement.

Je croise Edouard et Charles en sortie de ravito et leur donne rendez-vous au prochain dans 7kms (Col de Sencours, km37.9, 3269D+).



Lors de cette longue ascension, je sens que beaucoup de traileurs autour de moi commencent à être fatigués et je suis surpris de voir que je réussis à imprimer un rythme très correct : je suis capable de relancer, de courir dès que le dénivelé le permet. Je commence à doubler de plus en plus et passe de la 370ième place à la 295ième sur ces 7kms.

Je suis surpris de ma forme à ce moment-là de la course : mes jambes répondent parfaitement et surtout j'ai un moral incroyable qui me laisse penser que je suis dans un bon jour et que cela va durer jusqu'au bout.

Le vent trop violent ne nous permettra malheureusement pas de rejoindre le Pic du Midi (nous étions si proches) et donc j'entame une descente rapide vers Tournaboup (44.9km, 3285D+) avec toujours d'excellentes sensations (241ème en arrivant au ravito).



J'ai le plaisir de discuter avec Charles-Henri, Gaëlle, Alizée, Manon et Florent, venus encourager Antoine, et qui ont décidé de patienter une heure pour me voir également (merci à eux).

Le moral est très bon et je suis reparti pour atteindre la Cabane d'Aygues Cluse au km 51.4, 3990D+.

J'y parviens après 09h51 de course et suis désormais 183ème. Cette montée était difficile et je suis content de profiter du ravito (jambons, fromage, tucs...).

Direction Hourquette (53.5km 4297D+) avant de basculer dans la descente qui nous ramène vers Merlans (61.7km). Cette partie du parcours est longue et assez éprouvante, je suis en manque d'eau mais je résiste bien.

Nous voici au dernier ravito et il reste maintenant uniquement une ascension et une longue descente de 12km assez glissante par endroit. Je reste attentif, je manque de tomber à de nombreuses reprises mais le rythme est convenable.

Je me rapproche enfin de la ligne d'arrivée en prenant conscience de tout ce qui a été accompli depuis 5h du matin, de tous ces efforts fournis, ces milliers de pierres, de cailloux enjambés, évités ..., toutes ces pensées pour occuper l'esprit, des personnes rencontrées tout au long du parcours, que ce soit les autres traileurs avec qui j'ai eu le plaisir de discuter, les bénévoles toujours accueillants et de bonne humeur.

Je me dis, en croisant les regards des spectateurs qui encouragent et applaudissent sur le coté sur cette fin de parcours que tous ceux qui ont la chance de terminer cette épreuve ont accompli un bel exploit personnel, peu importe le chrono, peu importe le classement final.

Et voilà, je franchis enfin la ligne à la 151eme place, après 13h35 d'effort, avec un soulagement énorme car cette fois-ci je n'ai pas sombré, j'ai résisté physiquement, mentalement et j'ai profité de chaque instant en conservant des pensées positives tout au long de la journée.

Place au débrief avec tous les copains présents à l'arrivée, tous ceux et celles qui ont suivi à distance ... place au partage d'expérience ...et aux courbatures 😊.



J'aperçois Antoine en zone de ravitaillement final. Il a terminé en 13h06 à la 106eme place, un peu loin de son objectif initial mais il s'agit d'un beau résultat tout de même au regard d'une journée compliquée, sans trop d'énergie, sans doute dû à un manque de sommeil l'avant-veille du départ.

Il m'informe qu'Antho termine à une magnifique 17ème place en 10h57, il n'a plus qu'à arroser ça 😊.
Manu, présent pour préparer la Diagonale des Fous (19 au 22 octobre) terminera en 16h32.
Quant à Bertrand il bouclera en 17h52.

Nous apprendrons qu'Edouard a du malheureusement abandonner au 62ieme km ayant ressenti une grosse pointe à la cuisse depuis le 57ème, ne lui permettant pas de progresser davantage.
Son frère Charles terminera en 15h55.



A noter : Mathieu PAVAGEAU ainsi que Florent (copain d'Antoine et Charles-Henri) devaient courir samedi matin (07h00) le Tour de la Gela (40kms, 3400D+) mais la course a été interrompue après 9kms en raison des mauvaises conditions climatiques. C'est sûrement partie remise !

Une pensée pour Joris BONNET et Carl CLENET inscrits respectivement sur le 60 et le 120kms qui n'ont pas pu prendre le départ en raison d'un problème de dos.

Le week-end GRP se termine !

A bientôt pour de nouvelles aventures !