

UTMB 2013

On a tous des projets fous, pour moi cela a commencé en 2011, avec le projet de faire la diagonale des fous 2012. Une fois cet exploit accompli, c'est naturellement que l'on s'est inscrit à l'utmb sans réel espoir d'être tirés au sort ! Et puis un jour de janvier, on reçoit un mail : «Vous êtes pré-inscrit pour la course UTMB®." On se dit oui et alors !! Puis un 2ème mail "Le tirage au sort a été effectué et nous avons le plaisir de confirmer votre inscription à la course UTMB® ! Vous devez maintenant finaliser votre inscription." Oups, je croyais qu'on n'avait aucune chance d'être pris la 1ere année !

C'est ainsi, qu'avec Yannos, Natha et Ben, 7 mois plus tard on se retrouve au départ de la mythique course de l'UTMB. Cette année pas question d'arriver en retard, c'est décidé, le départ de Vallorcine se fera à 14h. Du coup, après avoir déposé nos sacs d'allègements, on se retrouve assis à 15h, en plein cagnard, mais bien placé. L'attente est interminable, malgré les contrôles du matériel obligatoire qui nous amuse un peu et le bain de foule de Catherine Poletti qui souhaite bon courage aux coureurs. A environ 30 minutes du départ, tout le monde finit par se lever alors que les favoris arrivent tout devant, avec une ovation pour Anton Krupicka, indéniablement la star de l'UTMB cette année ! L'ambiance monte encore d'un cran et devient assez énorme, un bon « Get Lucky » à fond pour faire bouger la foule et les traileurs puis la musique de Vangélis. A cet instant je me dis « ca y est, on y est !! Profite ! » Nous franchissons la ligne de départ à petits pas avec la chair de poule sur la musique de *Conquest of Paradise* La pression de la foule est énorme, les encouragements fusent, les mains se tendent que l'on se prend à taper, on est les rois du monde et peu importe finalement l'ampleur des difficultés à venir, on court l'UTMB... Je comprends alors que je fais partie d'une formidable aventure.





Nous commençons par un faux plat bien roulant qui me convient, j'essaie de me mettre à droite pour apercevoir nos supportrices, une dernière bise à toutes et c'est reparti. On prend rapidement un petit chemin qui nous amène aux Houches, on traverse l'autoroute et peu après je vois Ben faire demi-tour je me demande ce qu'il fabrique ? (j'apprendrai après la course qu'il était parti saluer Kilian Jornet qui encourage les coureurs sur le bord de la route !)

Avant d'entamer la montée du Delevret, je me dis qu'il faut ralentir le rythme, j'ai le cardio qui affiche 150 depuis le départ sans doute dû au stress... J'attaque tranquillement la montée. Il fait bon et le chemin assez large permet à chacun de trouver son rythme sans devoir faire la queue-leu-leu (Rien à voir avec la montée du volcan de la Réunion !!!) Arrivé en haut, je me sent enfin bien, le cardio est revenu à la normale, je décide de faire la descente tranquillement pour économiser mes quadriceps (Très bonne initiative). Natha me rattrape dans la descente, on décide alors de faire la course ensemble en pensant à la nuit à venir.



Après le ravito de st Gervais (km 20), c'est parti pour la montée vers le col du bonhomme, à dire franchement je ne me souviens pas trop du début de la montée !! Arrivé aux Contamines, je décide de m'habiller plus chaudement (encore une bonne initiative, pour l'instant je suis encore bien lucide) et de sortir la frontale, c'est parti pour l'ascension qui sera longue et éprouvante, d'ailleurs après le ravito de Balme plusieurs questions me viennent à l'esprit « qu'est ce que je fous ici ?? Cela vaut t'il le coup ? Et si j abandonnais ? » C'est alors que je

décide de me concentrer sur les pas du traileur me précédant, pour passer ce mauvais moment. Arrivé en haut du col des bonhommes, le bruit d'un bâton dévalant la pente sur les rochers me sort de la monotonie, le gars qui a perdu son bâton peste et reste planté là devant moi, je lui dis t'inquiètes pas, ça le fait sans bâtons (enfin c'est ce que je croyais a ce moment là) !!

La descente vers les Chapieux peut être traître avec ces cailloux parsemés ici et là et on a vite fait de se mettre une cheville en vrac ! Enfin c'est l'excuse que je me trouve pour lever le pied !!

Arrivés aux Chapieux, contrôle des sacs, oups je crois que je vais perdre mon binôme (il n'a pas tout a fait respecté le règlement), mais non, il sort du contrôle avec un grand sourire « pas de problème ». Pour moi c'est contrôle des pieds, je me fais soigner ma première ampoule!

Maintenant en route vers le col de la Seigne, dans un premier temps on emprunte la partie goudronnée de la ville des Glaciers, dans ce faux plat montant Natha mène le rythme a une bonne cadence, je m'accroche derrière ce renard de la nuit ;-), c'est alors qu'on se fait doubler par un Japonais qui pique un sprint !! Ils sont fous ces japonais.

La deuxième partie de la montée au col de Seigne est tout à fait fabuleuse, la nuit est noire, le spectacle donné par le ciel étoilé et le flot des lumières des frontales : on dirait un immense et long serpent qui s'étire sur chaque versant de la montagne. C'est juste magnifique ! Cela contraste avec l'état de mon bid qui lui n'apprécie pas le froid et l'altitude, enfin c'est mieux que le jap' qui nous avait doublé et qui vomi ses tripes (moi, je l'avais dis, fallait pas aller si vite !!).

Après la descente vers le lac Combal, on prend le temps de se ravitailler, soupe de pâtes bien sûr et coca, pour faire face à ce désordre intestinal.

La relance sur le plateau se passe bien, mais il fait frais et humide et je suis presque content de me lancer dans la montée de l'arrête du mont Favre. Je reste dans les pas d'un coureur dont le rythme me convient. Nous zigzaguons par moment entre les coureurs qui font des micro-haltes. Puis je passe devant et c'est à mon tour de gérer le rythme de la grimpette. Le froid est de plus en plus saisissant, mais la tête me dit d'avancer, de garder ma vitesse de croisière

Et c'est la descente vers Courmayeur. Je m'accroche à un petit groupe qui fait la descente un peu fort à mon goût. Natha, lui, commence à être dans le dur, il a mal au bid et veut voir un doc.

Enfin Courmayeur (km 78), pour l'instant c'est un plan qui se déroule sans accroc, j'ai 2 h d'avances sur mon plan de route, cela me laisse de la marge. Alors je décide de prendre mon temps. Après avoir récupéré mon sac d'allégement, je me change entièrement, quel plaisir d'avoir un t-shirt sec, j'étale une énorme dose de Nok sur mes pieds, je mange quelques pâtes, je réorganise mon sac. Check Félix : tout est ok ; Enfin pour moi, Natha reviens de voir le doc, rien d'inquiétant mais il est pas en forme le gazier : je suis même obligé de l'aider a défaire ses lacets, je sens qu'il est un peu à l'ouest ...



Le soleil se lève quand on repart, une belle journée s'annonce, plus que 24 h et c'est bouclé ; je décide de téléphoner a Caro pour prendre des nouvelles : Yannos pointe à 1h derrière nous, ça c'est une bonne nouvelle. Ben est 1 h devant nous, tout est ok. Je suis remonté a bloc et c'est reparti....



J'entame la longue remontée vers Bertone. Quel plaisir de la faire sous une température clémente et sans avoir à se battre avec une barrière horaire! Je profite, il ne peut plus rien m'arriver d'affreux maintenant !! C'est reparti mon kiki, le sentier entre Bertone et Bonatti est tout simplement superbe. Le sentier est roulant, je cours malgré une petite gêne au niveau de mon releveur. Je salue l'hélico qui filme la course. Arrivé a Bonatti, après la traditionnelle soupe vermicelles, je vois mon Natha arriver avec 2 gros bâtons de bois qui lui servent de soutien. Dans un premier temps j'ai envie de rire, on aurait dit un homme des cavernes qui débarque en pleine civilisation, mais lui n'est pas d'humeur à plaisanter. Puis je m'inquiète, il parle d'arrêter, lui qui n'a jamais abandonné une course!! On en reparlera au prochain ravito. La descente vers Arnuva me parait longue, je suis à la fois inquiet pour Natha, et titillé entre faire ma course ou l'attendre !!

11h Arnuva (km 95 ; 19h de course) Natha décide de se reposer et d'aller se faire masser, Cela m'évite de faire le choix, je repars seul.



Début la longue montée du grand col ferret (altitude 2537 metres). Là c'est long et raide tout ce que j'aime, je double un peu quand c'est possible mais sans me cramer et sans oublier de boire (A Arnuva, on nous a fait la morale sur la quantité d'eau à prendre parce qu'il n'y a rien jusqu'à La Fouly). En haut du col, je décide de faire le point, un petit coup de téléphone a Caro : Yannos est toujours derrière a 1h30 ça c'est cool, Ben est devant mais il est dans le dur, il parlerai d'abandon ... je ne veux pas trop y croire et je me dis qu'il va repartir c'est simplement un petit coup de mou. Natha, pour lui, je le sais ça va être la galère mais il va y aller à la « tronche ». Allez, on se remotive et on y retourne, bientôt 100 bornes ! Voilà des chiffres qui parlent bien ;-) La descente vers la Fouly est longue. Il n'y a rien de technique, mais quand ça brûle sous les appuis, cela devient dur.



La Fouly, 5mn d'arrêt, il me tarde d'aller a Champex, voir les filles. On est reparti, et cette descente mettra en surchauffe le dessous de mes pieds. J'ai l'impression de poser mes pieds sur des braises ardentes. Des ampoules seraient-elles en train de se former ??? Ah la, galère ! Pas maintenant !! Moi qui ai préparé, tanné mes pieds depuis 1semaine !! ☹️. Pendant cette fichue descente, je croise un savoyard qui s'étonne que l'on puisse faire l'Utmb sans bâtons, c'est à la limite qu'il me dise que je sois un peu « juste ». J'attends alors avec impatience le

petit coup de cul qui nous ramène a Champex, pour lui mettre un sac, Non mais !! J'ai pas de bâtons (je le regrette franchement dans les descentes) mais ce n'était pas la peine d'en rajouter !!

Champex (km 120 ; 24h45 de course), Enfin !! Quel soulagement d'y arriver. Juste avant le pointage, Manon, Katell, Théo et Juliette me foncent dessus...je suis content de les revoir, cela signifie un peu de réconfort, de temps passer avec Caro et plus que 46 km a faire.



J'ai 2h30 d'avance sur mon plan, je suis large .je profite pour me changer, manger une soupe, faire le plein, discuter. Je file voir le podologue, qui diagnostique 5 ampoules à traiter ,1 crevasse à Noker , je demande également si un kiné peu me masser les quadris et les ischios qui me titillent , et je me retrouve allongé avec 3 charmantes demoiselles qui s'occupent de moi (elle pas belle la vie !). Avant de repartir, je passe voir nos supporters. Je prends rendez-vous avec Caro à Vallorcine pour piquer un petit somme dans la voiture. Ben est là, il est mal

en point, il fait peine à voir, il a abandonné, j'essaie de ne pas me fixer trop dessus, je lui pique sa montre altimètre tel un chacal et lui claques une fessée pour l'histoire. Dur, dur de repartir. Cet arrêt d'environ une heure m'a quand même fait du bien, je repars accompagné de Caro et les filles sur une centaine de mètres, et c'est reparti à bonne allure accompagné d'un japonais coiffé d'un bonnet avec des oreilles de lapin (non, non ce n'est pas une hallucination !!)

J'attaque la montée de Bovine sur un bon rythme je double, je suis passé en mode Finisher, la machine tourne bien, à part ces foutus pieds ! Arrivé au pointage, je me rhabille chaudement, ressorts la frontale, paré pour la deuxième nuit, quelques centaines de mètres plus loin, on se retrouve nez à nez avec un troupeau de vaches noires qui nous bloquent le passage, ce qui nous oblige à les pousser !! La descente jusqu'à Trient est abrupte et technique, mais la perspective d'arriver au ravito me transcende.

Je m'attarde au ravito, je m'allonge sur un banc, pour me reposer un peu, mais il y a trop de bruit et ce n'est pas une bonne idée de dormir là, on verra ça à Vallorcine. Allez, en route.

La montée de Catogne est tout ce que j'aime une longue montée continue et abrupte, et l'avantage finalement quand c'est raide comme cela, c'est que le dénivelé s'avale rapidement !! Par contre, une fois là haut ce n'est pas le même discours, j'hésite longuement avant de me lancer dans la pente appréhendant la douleur. Il y a des racines et des cailloux, choses tout à fait ordinaires pour un sentier forestier, mais je les subis sans parvenir à trouver un rythme. Certes, j'arrive à trotter de temps en temps mais le cerveau débranché fait de la résistance. J'assiste impuissant à l'effondrement du mental, je hais les descentes !!

Mais bon, voilà enfin Vallorcine (km 150 ; 33h22 de course), ça commence à sentir l'écurie !! Heureux de mettre débarrassé de cette descente, je téléphone à Caro pour lui dire qu'elle peut me rejoindre, mais ma joie va être de courte durée, elle m'annonce qu'elle est encore sur la route et qu'elle ramène Yannos qui a abandonné à Champex. Je sens que c'est dur pour elle aussi, alors je lui dis que ce n'est pas grave, on se donne rdv à Cham dans 5-6h !

Je me pose 5 min avec une bonne soupe et je refais le point, Ben out, Yannos out, Natha dans le dur, faut bien qu'un socios termine cette P..... de course !! Il reste 19 km, j'ai déjà fait la montée de la tête aux vents en reconnaissance avec Ben et je l'avais trouvée facile. C'est décidé pas de dodo, on y retourne. Je profite du chemin des diligences pour lire quelques sms pour me donner du courage et de l'envie.

Cette dernière montée est tout simplement un calvaire, de gros blocs de pierres à escalader dans tous les sens, des virages tous les cinq mètres qui donnent mal au cœur en pleine nuit et cette montée qui n'en finit pas. Une fois arrivé en haut, et bien il faut encore monter. (Rien à voir avec la reconnaissance effectuée 5 jours auparavant !!) Je commence même à caler dans les montées, c'est qu'il est grand temps d'arriver, d'ailleurs je ne suis plus trop lucide et j'hésite à m'arrêter. Le seul réconfort est que je ne suis pas le seul, je double, et oui ! quelques traileurs qui vident leurs tripes par terre (Pour un samedi à 4h du mat' ... c'est peut être normal !!). On croit à la délivrance que on passe la tête au vent et que l'on nous annonce 3 kilomètres pour les Flégères, mais cette portion bien que légèrement descendante est truffée de pierres et ne me permet pas de courir. Je ne vais pas insister, mais j'en ai ch... dans cette partie (1heure pour 3km) .

J'arrive à la Flégère. Une dernière petite soupe au ravito et à moi l'inférieure descente vers Chamonix !!!!! Malgré les douleurs, je parviens à trotter, portée par une euphorie indescriptible. Qu'elle paraît longue cette descente. Faut dire qu'il y a 1100 D - à absorber.

A l'arrivée à cham, le jour se lève, j'aperçoit Caro, les filles et Yannos, ça y est c'est fini, je suis heureux et fier d'être là. Je prends la main de Manon et passe l'arrivée avec elle. Pas de larmes dans mes yeux, mais simplement de la joie !!

Je ne sais plus trop quand cette histoire a débuté, ni combien de temps elle a duré, mais je l'ai vécue jusqu'au bout. J'ai rejoint l'arrivée, je suis finisher de l'UTMB.





Un immense merci à Caro qui m'a soutenu tout au long de la prépa et de la course avec tout ce que cela implique et de m'avoir supporté (notamment lors des blessures) ! Merci d'avoir été à mes côtés, de m'avoir encouragé à chaque instant.

Merci à toutes et tous qui m'avez soutenu, encouragé, envoyé des sms et suivi en live pendant la course

Merci à mon Binôme Finisher Natha, qui finira juste dans les délais, et avec lequel j'ai partagé tant de kilomètres depuis 2 ans !

Merci à Yannos, Ben Natha et Manu pour tous ces bons moments partagés pendant la prépa.

Merci à tous les lecteurs d'avoir été au bout du récit, c'était long, mais c'est difficile de s'arrêter quand on commence à décrire une telle aventure.