

## La course de ma vie !

Avec Hugues on a programmé de se lancer un défi en 2016 : courir le 100 km de Belvès histoire de montrer à Arnaud que l'on peut aussi faire une course d'hommes ! Mais pour cette année, nous restons sur la course pitchoun : un 50 km. Du moins c'est ce que l'on pensait en s'inscrivant. Car finalement les organisateurs ont décidé de changer de formule et d'opter pour un marathon. Qu'à cela ne tienne on ira quand même humer l'air du 100 km. Pour Jag ce sera son 19<sup>e</sup> marathon avant le 20<sup>e</sup> pour le marathon du Mont-Blanc au mois de juin. Pour ma part c'est mon 10<sup>e</sup> mais seulement mon troisième différent après La Rochelle (x6) et le Maraisthon (x3).

Après avoir eu peur qu'Hugues ne doive renoncer à cause d'une prépa perturbée par une mauvaise crise d'asthme, finalement les 2 petites familles Jag (sans Mathieu qui a opté pour Kev Adams) et Brunet se retrouvent dans les gîtes de Lascaminade à Belvès tenus par la très sympathique Josette Savin (une très bonne adresse pour visiter la Dordogne).

Arrivés vendredi soir en soirée, nous récupérons nos dossards le matin avant 8H00. Nous apprenons que le départ du marathon est repoussé d'un quart d'heure à 9h45 pour éviter une boucherie à un passage à niveau. Cela nous laisse le temps de voir partir les 100 bornards et d'halluciner en voyant l'allure des premiers (gagné par Michael Boch en 7h07 soit plus de 14 km/h de moyenne !!!). Heureux de taper la bise à Négrito (Eric Noirault) qui accompagne un pote. Un petit café au chaud pour s'abriter de la pluie puis un court échauffement.

Et nous voilà partis sous la pluie qui nous accompagnera 2 bonnes heures. Mon objectif ? Confirmer en moins de 3 heures même si je sais que la partie sera rude compte-tenu des 325 m de dénivelé positif. Mais le plan de Guy-Marie Gueret a encore fonctionné : je suis affuté et j'ai les crocs. Compte-tenu du faible nombre de concurrents (240) je sais que si j'atteins mon objectif chrono, je ne devrais pas être loin des premiers.

On commence par 2 kilomètres de descente. Sur les conseils du coach je ne cherche pas à profiter de la descente pour gagner plein de secondes : pas plus de 15 km/h m'avait-il dit ; obéissant j'écoute et j'exécute ! Une fois sur le plan descendant je trouve mon allure de croisière entre 4'05 et 4'10 au kilo.

J'échange quelques mots avec le sympathique Sébastien Teixeira qui avait fini le 50 km en 3h36 en 2013 et qui a un chrono de 2H59 sur marathon (et de 8H44 sur son premier 100 bornes en 2014). J'avais envisagé de faire la course avec lui mais il profite du marathon pour préparer les 100 bornes de Chavagne dans trois semaines.

Au troisième kilo je me retrouve 1<sup>er</sup> derrière la voiture ouvreuse. Je souris et me dis : profite mon gars tu pourras raconter cela aux copains ! Cela dure deux kilomètres avant qu'un Belge ( V2 mais qui a de très beaux restes avec un temps référence de 2H25 sur marathon en V1) ne lance les hostilités. Un local le suit. Trop vite pour moi : je les laisse partir sans regret.

Trop tôt pour prendre le risque de me mettre dans le rouge. Je continue à mon rythme. Au semi, on m'annonce que je suis à 3 minutes du duo. Je commence sérieusement à envisager la possibilité d'un podium mais surtout je ne me fais pas de films. L'important est de maintenir l'allure, on comptera les bouses à la fin de la foire !

Le soleil a désormais remplacé la pluie. Je continue à m'hydrater régulièrement (tous les

kilos) et à m'alimenter (un gel tous les 7 kilos). Régulièrement Yohan Durand (2H14 au marathon de Paris SVP) dans une voiture officielle m'encourage.

Au 26<sup>e</sup> kilo je retrouve le concurrent local qui avait voulu suivre le train du Belge. Blessé au mollet, il s'arrête et devra abandonner. Me voilà deuxième. Un kilomètre plus loin : je retrouve tout le fan club : Sevi, Quentin, Brice, Nathan, Anna, Philo et Alban sont là pour m'encourager et donnent de la voix. C'est le meilleur des gels et... bien plus digeste !.

Pas question maintenant de les décevoir : le podium est à portée de crampons. Pour cela garder l'allure et rester lucide. Justement au 28<sup>e</sup> kilo, j'ai la présence d'esprit de recharger mes gourdes au stand. Je perds 20 secondes dans la manoeuvre mais je n'y perds pas au change vu la chaleur qui commence à monter. Je retrouve mon allure sans difficulté et commence de plus en plus à croire au podium quand je vois le 1<sup>er</sup> en ligne de mire au 33<sup>e</sup> kilo. Je comprends à son allure qu'il est dans le rouge et que je devrais rapidement le rejoindre, ce que je fais au 34<sup>e</sup> kilo. Je maintiens le train qu'il ne peut suivre.

Maintenant j'hallucine : je suis derrière la voiture ouvreuse qui affiche le chrono de la course. Elle se tient à une vingtaine de mètres devant moi et m'ouvre la voie... Je vis un rêve éveillé. Le conducteur de la voiture est cependant étourdi : à un rond point il se trompe de sortie. Rattrapé par un signaleur, j'évite de peu de le suivre. La voiture me redouble un kilo plus loin. Je ne suis pas serein pour autant : je crains la remontée de concurrents qui seraient partis en dedans pour mieux finir. Je n'ai aucun renseignement sur les écarts avec les poursuivants et je ne lâche rien.

Les derniers kilos en faux plat montant sont durs. L'allure est moins aérienne et les premiers signaux de crampe apparaissent. Se concentrer sur sa foulée, rester droit, la tête haute : "courir doucement en ayant l'impression de courir vite" comme dit le coach. Je comprends que les 3 heures vont être difficiles à aller chercher. Surtout que les deux derniers kilos sont en côte. Mais je suis toujours premier et l'objectif est maintenant de le rester !!!

Au 40<sup>e</sup> kilo je me déleste de ma ceinture en la lançant aux bénévoles et leur indiquant que je viendrai la récupérer plus tard. J'attaque la côte plus léger ce qui n'est pas du luxe. Pour autant je ne suis toujours pas assuré de ma victoire. Se retourner c'est prendre le risque de manifester un signe de faiblesse à un éventuel poursuivant. Ce d'autant que je crois entendre un concurrent qui revient sur moi. Il faudra que tu viennes me chercher dans la montée mon gars : je ne ferai pas mon Poulidor !!! En fait il n'y a personne : j'apprendrais à l'arrivée que le deuxième est à 6 minutes derrière !!! Sans doute mon côté Jeanne-d'Arc qui me joue des tours !!!

Toute la tribu est en haut de la côte à m'attendre. Quand je les aperçois, je commence vraiment à y croire. Un signe de croix pour remercier mon fidèle Compagnon de route. Anna et Nathan courent les derniers mètres avec moi pour franchir la ligne d'arrivée. Quel pied !!!! Je viens de gagner un marathon !!!

Pas très relevé certes mais j'achète quand même : j'étais là au bon moment, bien préparé, et j'ai géré ma course comme un chef. Bref j'ai fait la course de ma vie ! Le speaker m'interview, puis Radio France Bleu Périgord. Je réponds aux questions sans avoir toute ma lucidité. Mais je pense à remercier publiquement mon super coach sans qui je n'en serais pas là aujourd'hui. Je pense aussi à avoir un mot pour ces 800 migrants qui sont morts noyés dans la méditerranée dans l'espoir de trouver une vie meilleure. Un drame qui relativise beaucoup de choses...

Après avoir échangé avec les enfants et lit dans leurs yeux leur fierté (la plus belle des médailles), embrassé Sévi (sans qui je ne pourrai suivre mes 6 heures d'entraînement hebdomadaires), nous nous repositionnons sur la ligne d'arrivée pour attendre Jag. Il en a bavé mais n'a rien lâché et n'a pas marché dans la côte finale. Quand il franchit la ligne, nous tombons dans les bras l'un de l'autre. Un moment d'émotion à jamais gravé dans ma mémoire. L'année prochaine, c'est sûr on reviendra. Mais pour le 100 kilomètres cette fois ! C'est 2,5 fois un marathon. Donc 2,5 plus d'émotions, non ???

