



## Dimanche 17 mars : Voyage en Préhistoire au MDF



Soyons clair, c'est l'histoire qu'on vous raconte, parce que la pré-histoire, elle n'aurait pas encore eu lieu et ce serait difficile de vous narrer comment ça s'est passé après, et que si on avait su la post-histoire avant, on aurait été détendus de savoir que tous seraient heureux finishers... c'est bien connu le su-ppositoire est un re-laxatif

Ceci étant dit, revenons-en à nos moutons, enfin à nos mammouths pour coller à cette 6<sup>e</sup> édition du **Marathon des Forts** qui avait choisi **Les Eyzies de Tayac**, La Vallée de l'Homme, comme QG.

*(Ah oui, pour ceux qui ne le savent pas... organiser une course, c'est déjà du boulot...mais changer de lieu et de parcours tous les ans... respect ! et pour avoir fait les 6 éditions, je vous assure que toutes les éditions sont aux p'tits oignons)*



8h45 : **Steph** ouvre les hostilités pour 50 bornes en VTT, sur les chemins que nous emprunterons ensuite... autant vous dire qu'ils ont tout labouré les 300 souillons néandertaliens avec leurs machines infernales.



10h : allez, j'y go, partie pour environ 5 h de mijotage...

Au tour des bipèdes de s'élancer ! 1350 trailers (solo et relais) prêts à patauger, glisser, couiner, grogner sur 43 km et 1300 m D+.

Ça en fait de la bidoche, une belle brochette. Y avait même **Lapinou Jeff**... en chemin vers son 149<sup>e</sup> marathon mais le 1<sup>er</sup> en mode trail !!! (et il n'a pas choisi le + roulant !) ça va envoyer du steak !

On y verra aussi d'autres niortais venus réviser leurs cours d'histoire et tester leurs cuissots : Bruno, Christophe, Guillaume, Marcel sur la rando...et un peu plus loin Yannick...en éclaireur à l'avant-poste.

Km 6 – Grotte du Sorcier...ou grotte du boubrier...on descend dans les bambous...les bancs d'boue...

Vu le monde, On doit se faux-filer, pas s'enfiler, on n'est pas des bœufs quand même, ni enfiler des perles, il reste du chemin à faire.



Km 12 – Le **Château de Campagne** est en vue... le 1<sup>er</sup> ravito aussi.

La banda 'In Vino Veritas' met l'ambiance, et nous on met les voiles...non pas qu'on prenne l'eau, malgré la pluie... ni qu'on se convertisse... trailer est une religion universelle qui nous va bien...





Mais l'étape la + longue s'annonce et elle commence par les 150 marches du Chemin des Dames... à monter forcément, histoire de réchauffer les cuissots, et de poursuivre dans la boue majoritairement... histoire de goreter tout le monde...

Au Km 25 – l'histoire nous emmène de la pré-histoire... au village médiéval de St Cyprien pour une partie de trail urbain... avec des pentes à 20 %... à descendre... puis à remonter après le ravito du 26<sup>e</sup> km.

On a dû mijoter encore pas mal dans la bouillasse, pour la portion bien que la + courte, loin d'être une demi-portion. C'est d'ailleurs surprenant... normalement, la bouill-abaisse... alors que là... ça montait pas mal. Il faut se les farcir les côtes, et profiter des entre-côtes pour se refaire une santé... pour rejoindre le



KM 34 – Meyrals et son ravito à l'ambiance toujours aussi bonne... Avant d'attaquer le retour à l'époque contemporaine : Tous à point, au poil, pour rallier l'arrivée.

Il fallait encore garder des forces pour ne pas tomber sur un os, Ni être le dindon de la farce quant au 42<sup>e</sup> km... il a fallu rejoindre Les Eyzies... par les falaises... donc faire de la descente à la corde... avant de franchir l'arche et de passer à table pour le traditionnel gueuleton des Forts

*(une pensée à la Team 2018... au moment de déguster la soupe à l'ail et blanc d'œuf☺)*

Au final, **Steph** a bouclé les 50 bornes de VTT en 4h40

**Vanessa** le trail de 43 km en 5h19

Et **Jeff** en 6h19... après quelques chutes sur les flancs... heureusement qu'il a de bons gigots l'animal ☺

Il aura fallu un peu de temps pour la Team 12-14 se retrouve...

Heureusement, la buvette nous y a aidé... avant que chacun ne reparte avec des souvenirs pleins les yeux, la tête... et les jambes.

