

Vieille Belette

[rednpotoSsgi4f3028u05ih3cmg62ufafc9327mm1tmg513a8h3hca2h5cc](#) ·

Petit retour sur mon 65km de l'ultra01.

Après 2 mois de préparation où les courbatures ne m'ont pas beaucoup quitté, le jour de la libération est enfin arrivé !!!

Petit point Logistique: Moi et mon organisation légendaire décidons tout d'abord que je dormirai dans mon camion après avoir acheté un lit de camping et un sac de couchage au Décathlon d'Arbent. Évidemment je ne le ferai pas en essayant de trouver un airBnB, 38€, une chambre avec un lit, qui finalement ne validera pas ma réservation. Je n'ose imaginer le nombre de demandes qu'elle a dû avoir...

Donc changement de programme, le dossard est à retirer avant 4h et ma navette est à 4h45, donc départ 2h30 de la maison. On charge la veille car j'ai souvent perdu du temps le matin au départ. Une petite course de 25 minutes, une sieste de rien du tout : il faut dire que la pression est montée d'un cran ces derniers jours même si en général je ne crains pas grand chose à part la défaite....

Dernier repas puis dodo. Enfin dodo..... une micro sieste également. Réveil réglé sur 2h du matin.

Ouverture des yeux à 1h, je me dis qu'il y a peu de chance que je refasse du sommeil, donc on va partir plus tôt, récupérer le dossard plus tôt et siester dans la voiture jusqu'à la navette de 4h45. Je suis en avance jusqu'au moment de descendre à la voiture. Je démarre, j'avance un peu sauf qu'il y a un sentiment de frein à main serré alors qu'il est enlevé.... Je vérifie: roue arrière droite crevée. Je remonte il est environ 1h30 et j'entame les négociations pour prendre la voiture à ma femme qui me réponds avec des hiéroglyphes improbables. Je part finalement avec ces clefs, transfert des affaires, passage à la

station essence et lets go pour Oyonnax. La météo est relativement sympathique : brouillard et pluie 🌧️

J'arrive finalement à bon port, le silence à cette heure dans le stade Charles Mathon à un petit côté mythique. Je me sens un peu privilégié d'évoluer dans ce temple du rugby à cette heure-ci. Pas grand monde sur le village, je récupère mon dossard, me dirige vers la récupération de mon t-shirt. Petite blague sur mon nom, j'ai l'habitude. "Bourgeois avec un J comme joie ? Non m'dame, un G comme gentilhomme....."

Retour voiture, je baisse le siège, tentative infructueuse de sieste. 4h35 je m'habille et m'équipe de mon sac pour me diriger vers la navette.

Check billet et je monte m'installer, "bonjour tout le monde" sur un ton un peu disc-jokey.....

Je me mets sur les roues arrière dans le doute, je n'ai jamais été malade, mais sait-on jamais.

Je finirai seul sur les 2 sièges ce qui est pour moi un vrai luxe dans les transferts en navette, cela me permet d'installer délicatement mon sac à côté de moi en lui susurant à l'oreille "on est pas bien là ? " Je me surprend à faire quelques pronostics en regardant les coureurs et je jauge pour savoir si je suis vraiment au bon endroit aujourd'hui.

Départ de la navette, je tente un dodo, après quelques coups de boules dans l'accroche rideau du bus, je m'aperçois rapidement que le chauffeur a passé son permis avec Sébastien Loeb.

Nous arrivons à bon port, mais en fait non. Les chauffeurs ont du mal à trouver le départ et s'arrête une première fois au mauvais endroit. La 2ème est la bonne. Il y a un endroit au sec pour se poser car le temps devient menaçant. Un pipi de la peur ou je manque de couper un arbre et je part me poser un peu, 3 minutes. Le speaker nous annonce qu'il va contrôler les 244 sacs avant l'entrée dans le SAS car les conditions météo sont horribles au Reculet. 10° au-dessus annoncé avec un petit courant d'air. Départ dans 10 minutes, la pluie commence, on s'équipe de la veste.

SECTION 1

START, la meute est lâchée, la délivrance. Je regarde autour de moi pour essayer de me placer avec des gens qui n'avancent pas. 1ère montée, je me surprends à enlever ma veste en marchant et la ranger dans le sac sans m'arrêter !! J'ai vu plein de coureurs le faire donc je test des trucs ...

Après la nuit passée, je ne suis pas au top de la forme mais je m'aperçois rapidement que mes jambes avaient hâte d'en découdre. Je fixe des coureurs pour les suivre, objectif secret: 9 heures au Reculet.

Personne dans ses encouragements ne m'a dit "mollo dans l'ascension". Je ne m'économise pas, je suis des coureurs et change régulièrement car ça lâche pas mal. Ils sont partis fort. Moi les jambes sont là, sa

monte sans faire trop mal, donc j'en profite. Aucun repère sur cette montée, mais je sais qu'on vas prendre cher à partir de 2,6km environ jusqu'à la croix.

Eh bien, ils avaient raison, mais mentalement je suis prêt et je serre les dents, j'ai vu dans les vidéos une jonction qui nous fait quitter la forêt pour aborder les sommets des Monts du Jura. Je reconnais le passage et me dis que j'ai peu être fais la moitié, je prends des photos, la météo n'est pas bonne. Je repart, j'arrive dans un endroit magique où la nature a complètement changer et laisse place au passage montagnoux. C'est dur à cet endroit, mais on continue. Il n'y a que des coureurs avec bâtons. Je touche la croix en 1h 50, et me dis que je vais redescendre en 30 minutes sur Lelex : 1ère erreur. Il y a en fait une bonne partie de 4 kilomètres dans les cailloux avant de redescendre sur Lelex et après l'effort de la montée, le doute s'installe. Je suis quelques coureurs qui marchent beaucoup, je tente une footing et les pierres glissantes calme mes ardeurs. Je me coincerai 2 fois le pied droit entre les pierres et qui me laisseront une douleur jusqu'à la fin de la course. Un sentiment sur le moment et toute la course de m'être fait pincer le pied par un crabe géant....

Le ravito eau se profile et je manque de le louper, j'hésite et me dis que c'est raisonnable de s'arrêter un coup. Un banc, du coca, de la Saint Yore, le paradis. Je redescends gentiment sur les conseils d'un certain Yannick. Je me permet tout de même une belle taule dans la descente qui peut valoir un médaille olympique en gymnastique. L'approche dans les bois de Lelex est horrible et boueuse, difficile de rester debout. Des cordes sont prévues pour la descente en rappel et je pèse mes mots. J'ai un petit sourire quand je vois des bénévoles expliquer à certains comment on descend en rappel avec une corde. Je me permet de préciser que je pourrais intervenir, si besoin, pour le positionnement des cordes au vu de mon expérience personnelle dans un certain TDR.....

SECTION 2

Lelex se profile, cloche, trompette, ravitos vie, découverte pour moi. Je me pose et me fait une assiette de pâte au comté sauce melon. J'avais prévue 10h ici, je recalibre sur 12h et j'y suis finalement à 11h. Je prends le temps je savoure le moment. Mais faut quand même pas trop traîner. Je repars gonflé de pasta au melon donc, et on entame la montée vers la Borne au Lions interminable, j'accroche un coureur du 100km qui est avec son Pacer, c'est génial, c'est la 1ère fois que j'en voit un. On échange pas mal, ils connaissent bien le coin et me confirment que ça va être long. On fait un bon bout de route ensemble mais au vu du faible % de la montée, je mets les voiles. Parcours sympa avec les 1er passages boueux sur le dessus, ce début de 2ème section est loin de me marquer. Je regarde la montre et le besoin d'un ravitos pour le psychologique se fait ressentir.

J'y arrive gentiment juste avant une grosse saucée. J'ai repris du poil de la bête et peut-être que j'ai enfin absorbé le gros effort Reculet et Lelex. J'enfile la veste pluie, je fais le plein des gourdes et je me surprends à être impatient de repartir. Cette portion est descendante sans aucune difficulté de d+. Je repars gonflé comme jamais et les jambes sont présentes alors on en profite et je contredis le conseil de Yannick: "garde des jambes pour Orvaz". Mais je veux finir et voir Giron rapidement. 12km de roulant ou j'explose un peu à 3km du ravitos, plus de jus, le type d'avant et son pacer me retrouve le long du bois plié en 18 car mes abdos me tortille, et me raccroche avec eux pour "3km avant le ravitos" C'est dur quand même. Un ptit gars de 22ans sur le 65 me rattrape et je vois que c'est difficile pour lui aussi, donc on vas courir un peu ensemble jusqu'au ravito. J'ai des douleurs dans les quadris et aux abdos qui me font jurer de bosser la sangle abdominale que j'ai tout simplement négligée.

Je passerai 15 minutes sur Giron à douter, à recharger la montre, à grommeler chaque fois que je me lève pour aller chercher un morceau de cake au fruit confit tartiné de comté. Un 3ème coureur est là, et me dit qu' il coure avec moi depuis la Borne au Lion par intermittence. Je me relève, je veut pas y aller, mais Giron ne rimera pas avec abandon, je récupère mon jeune de 22 ans et le 3eme coureur de 42 ans, passe devant le pacer qui est entrain de se changer au profit de vêtements tout sec. On repart en marchant je me plains un peu donc tous les 3 on échange sur nos problèmes, le type de 42 ans me tends un un cachet de Sportine qui vas masqué mes douleurs. On est rattraper par une coureuse sur le 65 et son Pacer que j'ai déjà croisé plus tôt qui avait plus tendance à tirer son Pacer avec que l'inverse, j'en déduis qu'il y a un concept intéressant pour pas cher, de faire le 65km de l'ultra 01.

SECTION 3

Tout ce petit monde descend de Giron direction Orvaz. Une petite remontée sur le lieu-dit et on part à

gauche dans un petite montée plaisante tous les 5. Les choses sérieuses vont commencer après, des coup de cul bien boueux où il est difficile de rester debout. 2km6 le chantier, une montée improbable à rechercher ou poser les pieds, des mecs en bâton me double, je me fais distancer par mon petit groupe "allez-y j'arrive"(lol) j'entends devant moi des jurons de mecs qui n'y arrivent plus, de "je monte un mètre et je redescends de 5". Je passe la difficulté en 54 minutes de glissade, de franchissement improbable à l'horizontale, les pieds d'un côté les mains de l'autre, les souvenirs du passage en barrage à l'armée sont présents...

Une souche sur le haut du bazar tends les bras à mes jambes, il n'y a plus de jus et la grosse descente est la bienvenue en direction de "Bleydoux"(les habitants prononcent comme cela) Je reconnais le lieu-dit où je livrais les produits surgelés chez mon fromager de l'époque, je suis en territoire connu et ça aide, une montée vers le cimetière puis dans le village et j'arrive vers l'ancienne fromagerie de Belleydoux transformer en restaurant-bar il me semble, au pied duquel trône: ZE RAVITO. Je suis surpris de retrouver le petit gars de 22 ans sur une chaise qui dois être la depuis un bon moment, je prends une chaise et m'assois à côté de lui, en avalant une gourde de coca, qui mousse fortement et me demande si ça mousserait moins avec du whisky. Je lui propose de débriefer, à savoir si les autres sont loins. J'ai prévu de repartir rapidement et je rêve d'arriver dans les 12 heures.

Je prends le jeune sous le bras et go, on rattraperas finalement le collègue de 42ans plus loin qui me dis qu'il est à bout. On fais un bout de chemin jusqu'à la prairie d'Echallon qui est aussi un ancien spot repos quand je livrais dans le coin avec son monument. A la sortie, passage obligé devant la photo en courant, tel un spartiate. On va attaquer une partie un peu compliqué jusqu'à Oyonnax, ponctuer de grosse descente impraticable, on glisse, on tombe et on re-glisse sur des cailloux. Un massage du dos dont je me serais bien passé. Je descends plus vite que pas mal de monde et fini par perdre mon petit groupe qui souffre, mes quadriceps aussi, mais j'ai appris à le supporter avec ma préparation.

Après ces descentes dangereuses à mon goût dans la boue et que je cherche à oublier rapidement, je jure que je ne reviendrai pas rien que pour cela... Je longe un petit sentier tout mignon au bord d'une rivière qui me fait dire que Oyonnax n'est plus très loin. Après quelques passerelles métalliques je débouche en territoire connu puisque j'ai livré deux ans dans Oyonnax et que je me situe maintenant. Le dernier tronçon sur le bitume est long, des coureurs me disent 1km, ok,mais à vol d'oiseau alors ? Je me fais doubler quelques fois avant la fin en tentant une accroche impossible et me dis que ça devrait être interdit (namého !!!) Bon j'avais qu'à avoir les jambes mais au contraire de moi, ils ont peu être pas tout donner. L'entrée dans le stade est magique, on re-découvre la population, les sourires des gens qui oui découvre couvert de boue, je tente même un " cool, j'en connais un qui va avoir la peau douce demain "....

ARRIVÉE

Je passe la ligne tranquillement, je suis au bout, je me penche sur les jambes et quelqu'un en profite pour me glisser la médaille de finisher.

À la fin de la course, je me suis longtemps dit que ce long format était trop pour moi, ce matin je suis entrain de déjà pensé aux prochaines...

Je suis agréablement surpris de ma course par rapport à mon niveau et j'en tire une très grande expérience, je me connaissais de part mon passif militaire, mais cela faisait longtemps que je ne m'étais pas rencontré.

J'aurai une revanche à prendre sur terrain sec sur ce parcours, à moins que ce ne soit sur le 100 d'ici là. La douleur est éphémère mais la fierté éternelle.

Merci à tous si vous êtes arrivé au bout de ce long et improbable récit, de cet improbable 1er trail de 65km.

J'ai identifié mes points faibles que je vais travailler à l'approche du 75 de L'UTMJ cet Automne: et si on avait la surprise d'un temps sec ???? Trop facile me direz vous.....

Jérôme aka Vieille Bellette.