

L'EFFORT DANS LES FORTS 09.03.2014



Dimanche matin, réveil étrange. J'ai encore fait ce rêve dans lequel je franchis la ligne d'arrivée d'un Marathon.

A force d'entendre les récits des Marathonien(ne)s, l'idée ne me lâche pas ; Pourquoi pas moi ? faut que je vois par moi-même ce qu'on ressent ! et en boucle des messages d'encouragement : 'sois forte', 'la gagne', 'prends du plaisir',...

Je rêve d'une fort belle arrivée, avec joie, fierté, les jambes qui pétent le feu...avant les Pécharmant du Père Igor.



Dans ce rêve, je vois un panneau de 40^e km : là où tu te dis que c'est joué, que c'est l'heure de savourer, après l'effort, le réconfort, peut-être même avec une Leffe Or.

Oublié, le 35^e où tu attendais impatientement le dernier ravito, au terme d'une fort belle montée au Château de Grignols.



Au ravito du 27^e de Villamblard, les encouragements : des bénévoles aux relayeurs relayés, les familles et badauds...il est 13h, la Messe est finie, les terrasses de café sont déjà bondées...donc autant repartir.

On est moins nombreux, on apprécie la compagnie : pas besoin de se tenir chaud, le soleil cogne (+ de 20 °C...) ; je reste lucide, ni Pelle Forte à déclarer, ni hallucination même si entre les vignes du Périgord pourpre, le calcaire du blanc, on en voit de toutes les couleurs...y en a pour tous les goûts...Forcément, l'égout et les cool heures...ça fait partie du Trail.

Nous parcourons les Chemins de Saint Jacques, sans coquille, allant vers Compostelle.

Le 1^{er} ravito du 10^e est déjà loin, lui qui paraissait si près du départ...juste 1h05 de course.

Le plus fort, ce serait un départ de Marathon sous le soleil, sur une plage, au bord de l'eau en plein mois de mars, zen.



Point de Bergère-à-Croiser puisqu'on part de Bergerac par les vignes.

Juste quelques cas NAPIens sans canapés (amis de notre Nieul Air Purien Marc Pasto), venus gambadés en nombre en Dordogne, et des ultra-sympas aux conseils avisés.



De la musique me sort de ce rêve : Imagine Dragons nous rend 'RadioActive' pour le départ... il est l'heure !!!!!!!!!!!

Il est 10h, ça y est on est parti, je viens juste de rêver les **5h08** qu'il va me falloir pour parcourir les **42km195** et **920m D+** qui s'offrent à nous pour cette 1^{ere} édition (aussi bien pour eux que pour moi) du **Marathon-trail des Forts de Bergerac**, for-midablement bien organisée par une bande d'étudiants motivés !!!

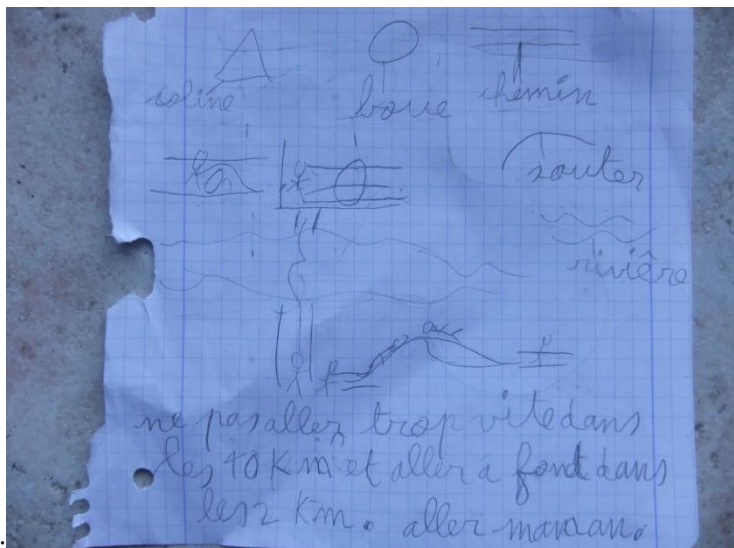
Tout y était : l'accueil, le bus, le parcours, les encouragements, l'ambiance, le massage à l'arrivée, The ravitaillement final.



Maintenant, je sais ce que ça fait, et c'est top !!!!

Ces 5h en chemin ne sont que la conclusion d'un défi perso réalisé collectivement depuis le début de l'année :

- Avec mes parents qui m'ont offert le dossard, l'hébergement (+ une voiture de secours pour y aller...), et des jambes qui marchent bien 😊
- Avec mon Loulou coach pour le plan d'entraînement



- Et avec les amis 12-14 pour les conseils, les messages d'encouragement, les courses (et après-courses) partagées pour la prépa, et surtout l'envie d'atteindre l'objectif (pas le choix de toute façon...sinon j'aurai eu droit à quelques séances de chambrage...).

En bref : Il faut que je me fixe des objectifs pour avancer, et que j'avance pour me fixer de nouveaux objectifs...

Donc la suite au prochain épisode... 😊