



*de Paris*

*A*

*Londres*



*De la patrie de Pierre De Coubertin*

*Au*

*stade des Jeux Olympiques*

*410 KILOMETRES*

*EN COURANT*

*Philippe FUCHS - 2011*

## *Préambule*

**Cinq à six mois avant l'ouverture des jeux antiques**, trois Spondophores, ambassadeurs d'Athènes, partaient d'Olympie dans toutes les directions du monde grec. Ils allaient annoncer les jeux helléniques et inviter les athlètes à s'y rendre, en leur demandant de respecter la trêve sacrée. L'un se rendait en Grèce continentale et jusqu'à la mer noire, un autre vers l'est, l'Asie mineure, le troisième vers l'ouest, la Sicile, l'Italie et la Gaule. Les athlètes et les spectateurs disposaient alors de quelques mois pour rejoindre à pied le mont Olympe.

*Par ces jeux et par cette trêve, les grecs voulaient-ils permettre au Monde de prendre conscience de son identité, de son unicité, en le rassemblant en même lieu ? Toujours est-il que deux mille ans plus tard, grâce à la vision prophétique du Baron Pierre de Coubertin, les Jeux Olympiques fascinent toujours le Monde, même si celui-ci n'a plus la sagesse d'établir une trêve durant les jeux.*

## *Mes premières randonnées en courant*

Etant physiquement très endurant, je pratique depuis vingt ans des randonnées estivales en courant durant mes vacances. En général, je découvre une région touristique durant six à dix jours, parcourant de quatre à sept cents kilomètres. Après un premier essai de Nantes à Besançon (675 km en 10 jours), j'ai sillonné la France durant plusieurs étés. En 1992, je décidais d'augmenter légèrement la distance pour aller assister à mes premiers Jeux Olympiques, ceux de Barcelone, renouvelant la tradition hellénique des spectateurs se rendant à pied aux jeux (880 km en 15 jours).

Ma principale motivation de ces vacances sportives n'est pas d'accomplir un exploit, mais de visiter une région ou un pays avec un moyen de locomotion original. Il me permet d'apprécier la nature et facilite les contacts avec les habitants des régions traversées. Après plusieurs années de ces courses, j'ai souhaité réaliser un rêve sportif plus ambitieux : courir de la région parisienne (Palaiseau) au point le plus septentrional de l'Europe, le Cap Nord en Norvège : une randonnée de 3200 kilomètres en huit semaines durant l'été 1995. La découverte de la Scandinavie, doublé d'un défi sportif, fut une expérience inoubliable et un intermède important dans ma vie.



*Trajet de Palaiseau au Cap Nord*

Après quelques années de courses estivales plus modestes, je souhaitais renouveler une grande randonnée en Europe, en direction du sud de ce continent. En

2004, les Jeux Olympiques se déroulaient à Athènes. L'occasion fut alors propice d'y aller en courant les 2400 kilomètres qui séparent Athènes de mon domicile de Bures-sur-Yvette. Sans rechercher une action symbolique à cette course, ce fut néanmoins l'occasion de faire prendre conscience du rétablissement de la paix dans les Balkans : il était de nouveau possible de réaliser paisiblement une randonnée à pied dans l'ex-Yougoslavie, seulement interrompue par les rencontres avec les habitants.



*Trajet de Paris à Athènes*



*Place Saint Marc à Venise*



*en Slovénie*



*à Split*



*Kotor, Monténégro*



*Arrivée sur l'Acropole, Athènes*

## *Ma course de Paris à Pékin*

Après mes randonnées aux Jeux Olympiques de Barcelone et d'Athènes, mes conférences sur mes périple se terminaient inmanquablement par cette question : irez-vous aux prochains Jeux Olympiques de 2008... à Pékin ? Pékin, capitale d'un pays en pleine mutation, si attirante pour les étrangers, mais si lointaine... au-delà de l'Europe et de la Russie... une randonnée sur deux continents... de l'Atlantique au Pacifique... plus de neuf mille kilomètres en courant. Cette randonnée ne fut plus un simple intermède estival mais un vrai défi sportif. Fidèle à mes deux précédentes randonnées vers les Jeux Olympiques, Barcelone en 1992 et Athènes en 2004, je suis allé en courant à Pékin en 2008 pour participer aux Jeux en tant que spectateur. Pour accomplir cette randonnée, je fus accompagné par un cyclotouriste et un assistant conduisant un camping-car. Ce fut une aventure humaine à trois. Le suivi par un véhicule fut indispensable, surtout pour la traversée de la Sibérie et la Mongolie. Mon départ de Paris a eu lieu le 8 mars pour atteindre Pékin le 14 août 2008 (23 semaines). Sans compter les jours de repos, j'accomplissais en moyenne 70 km par jour. Pour des raisons évidentes, j'ai choisi le plus court trajet pour aller de Paris à Pékin. La géodésique entre ces deux villes passe au-dessus de la mer baltique, de la Russie et de la Mongolie. En conséquence, j'ai tracé mon itinéraire un peu plus au sud de la géodésique via Moscou. La géodésique de Paris à Moscou implique un itinéraire par Berlin et Vilnius (voir [www.3ds.com/VplusR](http://www.3ds.com/VplusR)).



*La géodésique Paris - Pékin*



*La géodésique Paris - Moscou*

Ma randonnée a débuté par le nord-est de la France, la Belgique, l'Allemagne, la Pologne, la Lituanie et la Biélorussie, avant d'atteindre la Russie, plus vaste état du monde. Je l'ai traversé sur une bonne partie de sa longueur. Le réseau routier presque inexistant au centre de la Sibérie m'a obligé à passer au sud de cette région, via Omsk et Novossibirsk. Le trajet s'est poursuivi par Irkoutsk et le lac Baïkal avant d'atteindre la Mongolie. Au nord de ce pays, le climat fut relativement propice à la course à pied, mais au sud, la traversée du désert de Gobi fut plus délicate à négocier, avec des températures de 40° à l'ombre... mais il n'y avait pas d'ombre ! La fin de la randonnée en Chine par la Mongolie intérieure s'est fait sous une forte chaleur avant d'arriver à Pékin le 14 août 2008.



*Sur les routes en Allemagne et en Russie*



*Dans les steppes de Mongolie et dans le désert de Gobie*



*Course sur la Grande Muraille en Chine et arrivée à la cité Interdite de Pékin*

### ***Ma motivation pour l'organisation d'une course de Paris à Londres***

Rencontres humaines, émotions, moments, de fatigue ou de doute, paysages grandioses ou encore aléas climatiques, j'ai présenté ma randonnée sportive lors d'une quinzaine de conférences « Réflexions en courant de Paris à Pékin ». A chaque conférence, une question revenait sans cesse : quel va être votre prochain défi ? Et on m'indiquait avec humour que la distance entre Paris et Londres pour les J.O. de 2012 était bien modeste pour moi. Sachant que j'explique lors de toutes mes conférences que ce que je pratique « de la randonnée en courant » est aussi possible pour bien des sportifs sur des distances plus courtes, j'ai proposé à mon auditoire de tenter l'aventure. Si cette suggestion a effrayé plus d'un, d'autres ont trouvé ce challenge motivant pour eux. C'est ainsi que des sportifs sont prêts à tenter ce projet très ambitieux pour eux : rejoindre Londres en courant pour assister aux J.O 2012 !

## *Le projet :*

### *Une randonnée en courant de Paris aux J.O 2012 de Londres*

Il est donc envisagé en 2012 de proposer à un groupe de sportifs amateurs de courir les 410 kilomètres environ de Paris à Londres pour arriver durant les Jeux Olympiques de Londres (du 27 juillet au 12 août 2012). Les grandes lignes de mon projet sont les suivantes :

- proposer à des coureurs de relier Paris à Londres en courant toute la distance du 18 au 26 juillet 2012 (prévision) ;
- le tracé emprunte principalement des routes secondaires avec très peu de trafic routier ;
- le parcours privilégiera les régions touristiques ;
- le parcours sera accompli sans esprit de compétition ;
- la distance étant de 410 km environ, le trajet se fera en 9 jours :

*Nombre de jours en France = 6 jours (290 km) => 1 jour = 60 km, 1 jour = 55 km, 1 après midi de 20 km, 3 jours de 52 km environ*

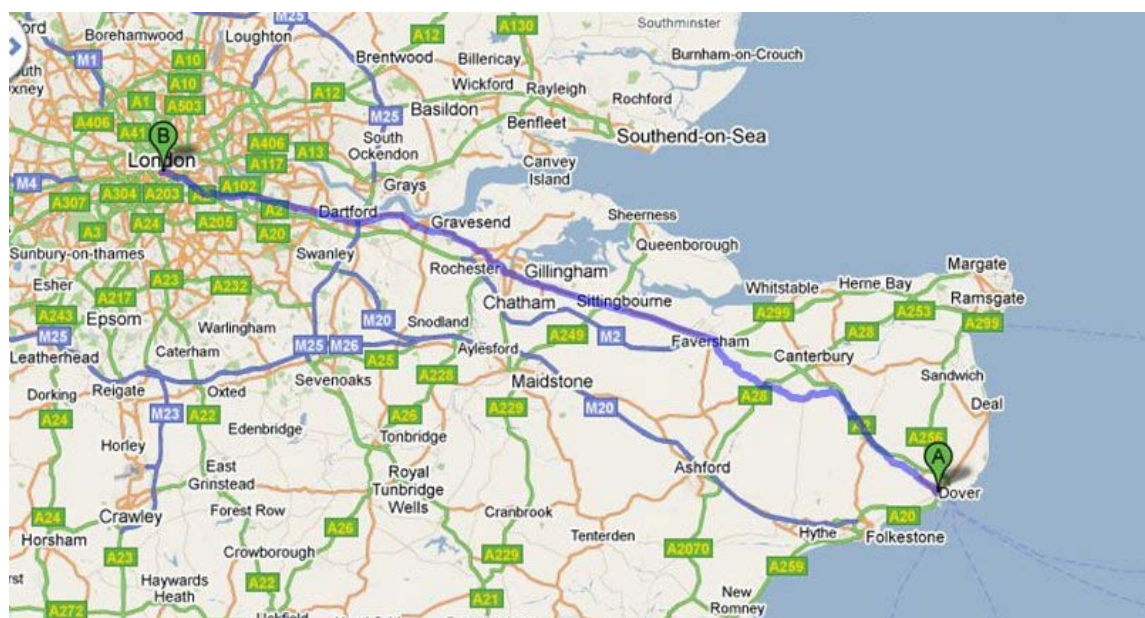
*1 jour de repos avec traversée de la manche en ferry et avec 10 km de course*

*2 jours en Angleterre de 55 km*

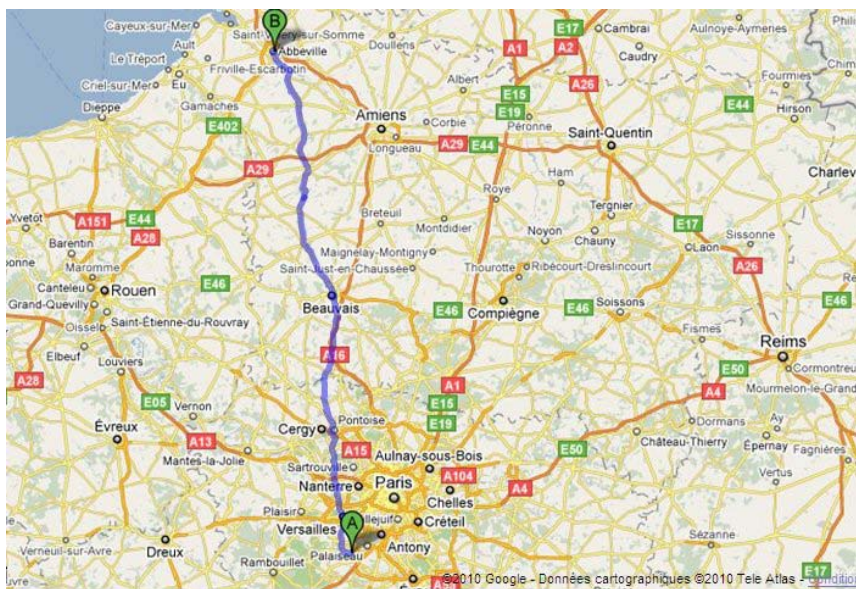
- la distance journalière, 55 km environ par jour, est accomplie par portion de 15 km environ entrecoupée par des temps de repos de 2 heures à 3 heures ;
- l'assistance des coureurs, leur hébergement et la restauration se feront en camping car. Avec un camping car pour 6 personnes, donc pour 5 coureurs maximum, il faut compter 500 € par personne pour 12 jours pour les frais du camping car (location, carburant, passage de la Manche), en première estimation ;
- les candidats à ce périple sportif devront prouver leurs capacités à accomplir 55 km par jour en courant (test au printemps 2012) et courront sous leur propre responsabilité.

# Trajet de Bures à Londres

Le parcours de Bures-sur-Yvette (ou de Paris) à Londres emprunte les petites routes goudronnées : les routes communales et routes départementales ayant peu de trafic. Le parcours déterminé actuellement ne tient pas des lieux touristiques proches du trajet qui seront pris en compte dans le trajet définitif. Approximativement, de Bures-sur-Yvette à Abbeville, il y a 180 km et d'Abbeville à Calais (via Desvres), il y a 110 km, d'où un total de 290 km à parcourir en France. De Douvres à Londres, le parcours sera long de 120 km environ, d'où un total de 410 km environ.



*Parcours en Angleterre (120 km environ)*



*Parcours en France (290 km environ)*