

J- 60 : Marre de la pluie, marre de la neige qui ne tient pas, marre de l'hiver qui dure été, printemps, automne et plus encore ... me suis-je dit fin décembre en m'inscrivant au trail TransGranCanaria, traversée de l'île de Gran Canaria (119 km, 7300m D+) en moins de 31 h.

J-30 : Le raid 28 tout juste bouclé, je n'ai réellement que 4 semaines pour me préparer. En février j'opte donc pour le short et les séries de côtes avec bâtons. Je maudis l'hiver à chaque giboulée, à chaque averse ou à chaque faux pas sous la pluie verglaçante.

J-6 : Avant dernière sortie - je reviens avec de drôles de courbatures pas dans les jambes mais dans les reins et je reste groggy tout le week-end.

J-4 : Visite chez le médecin - rien de bien grave mais le régime pâtes d'avant course se transforme cette fois en riz arrosé de Smecta jusqu'au départ.

J-1 : Las Palmas (Gran canaria) – Le retrait des dossards et l'arrivée de la course ont lieu à l'entrée de la plage de Las Canteras. J'avais donc réservé un hôtel tout à côté de la plage qui est longue de 4 km mais mauvaise pioche pour moi l'hôtel est à l'autre extrémité de la plage !!!



H-2 : Il est 22 heures et je dois aller prendre le bus qui nous emmène à Agaete, le point de départ de la course. Harnaché de mon sac, gants, pipette, lampe frontale et bâtons, je ne dénote pas au milieu des badauds et joggeurs qui déambulent le long de la jetée qui borde la plage de Las Canteras. Je pense 1 km ça use, ça use, 2 km ça use ... et je calcule 4km + 119 km + encore 4 km et youpi la douche ! ... Bon allez, je monte dans le bus où l'excitation d'avant course est à son comble.

H-0 : La meute est lâchée ! Il est 0 h et à Agaete il fait 15°, le sol est très aride, on court au milieu de cailloux et cactus. On commence par une grimpette de 1200 m avant d'entamer du yoyo jusqu'à la fin ; le point culminant sera 1700 m. Mentalement je calcule, à raison de 0,8 ° par 100 m... humm la température descendra jusqu'à 2°.

Arrivé sur le plateau, le temps fraîchit, le vent souffle fort sur les arrêtes et dans les cols ; les pinèdes ont définitivement remplacé les cactus. Par moment la fraîcheur est accentuée par de fines gouttelettes lorsqu'on traverse les nappes de brume. Bientôt la vraie pluie s'installe et elle restera pour de bon 12 heures encore. Quand le jour se lève, le ciel gris et bas ne donne guère de lumière. Mes pieds continuent à faire floc, floc à chaque pas. La pluie fine ou dense qui n'a cessé depuis une douzaine d'heures commence à

m'exaspérer. Heureusement après 60 km la grisaille et la brume s'estompe pour laisser place à quelques rayons de soleil. Au premier ravitaillement venu j'en profite pour faire sécher au vent et au soleil timide mes vêtements mouillés pendant que je bichonne mes pieds qui commencent à se plaindre. Je me rends compte en fait qu'ils sont complètement ramollis par l'humidité et tous blancs. Aie, aie ça veut dire qu'à tout moment la peau de la plante du pied peut s'arracher ... et là c'est l'abandon ! Je colle aussitôt une couche de pommade conséquente et croise les doigts en ciblant d'atteindre le prochain ravitaillement 20 km plus loin.

Vent et soleil me dopent et je repars à bloc. Il faut à présent monter pendant 20 km avant d'entamer 40 km de descente. Tout au loin j'aperçois Roque Nublo ce bloc rocheux géant qui se détache à l'horizon ; c'est là qu'il faut aller - dernière grosse montée. Voilà deux heures que je monte et j'ai l'impression de ne plus avancer et je me fais régulièrement doubler. Je marche comme un automate en baillant, puis à un moment je m'assieds sur un rocher et ferme les yeux cinq minutes. Le froid me saisit et je repars et me voici tout ragaillard en train de doubler tous ceux qui venaient de me passer. Ce regain de forme ne me quittera plus jusqu'à l'arrivée.



La nuit tombe tout juste quand je passe Roque Nublo, j'entame à présent les derniers 40 km avant la descente. Je remets une couche de pommade sur mes pieds qui sont passés de blanc à rouge. Tout va bien ils ont tenu 20 km il faut qu'ils tiennent encore le double. Je fais attention à chaque pas à la pose de mon pied pour éviter tout frottement superflu. Les sentiers sont très techniques avec des pentes et dévers continuels si bien qu'il est rare d'avoir l'occasion de poser le pied à plat.



La descente me dope et je file à bonne allure. Le sentier serpente le long d'une arête et devient très aérien. Dommage que ce soit la nuit car c'est magnifique. C'est très difficile de doubler car le sentier est très étroit et c'est vertigineux. Fair-play, un concurrent que je talonnais se range et me laisse passer. Ouf, car je n'aurai pas pu passer me dis-je tout en jetant un coup d'œil au flanc abrupt à ma droite. Aussitôt pensé, aussitôt fait, je trébuche et je plonge à droite mais je m'agrippe à un buisson. Are you ok ? me lance aussitôt celui que je venais de doubler. Tout va bien, j'ai semé bâtons et frontale qui heureusement sont restés sur le sentier. Il me tend la main et m'aide à me hisser sur le sentier puis à m'épouiller de mon manteau d'épines. Il s'appelle Emre, il est Turc, on sympathise et on tape la discute jusqu'au ravitaillement suivant. Là, il retrouve des amis et je repars sans l'attendre.

Avant d'attaquer la dernière descente sur Las Palmas il faut commencer par remonter sur une colline 200 m plus haut. Je m'y emploie d'un pas assuré et énergique en poussant bien sur les bâtons pour économiser mes pieds. Seul, je remonte le sentier qui serpente et j'aperçois environ 1 km plus bas la lampe frontale d'un concurrent sur mes traces. J'arrive au point d'inflexion de la montée et je m'engage sur un faux plat. Je me retourne et la lumière qui me suit n'est plus qu'à 200 m. Le faux plat cède au plat qui devient bientôt descente mais déjà la lumière qui me talonne est sur moi, et là j'entends « eh look, the fastest lap of the race ! » et je reconnais Emre qui complètement dopé s'envole vers l'arrivée à plus de 15 à l'heure.

Je le salue et lui hurle qu'on se retrouve à l'arrivée. Il file comme un zèbre et disparaît dans la descente.

Je continue de gérer mes ampoules, il ne reste plus qu'une quinzaine de kilomètres. J'aperçois des lumières de lampes frontales en contrebas que je ne tarde pas à rejoindre. En premier lieu je retrouve Emre qui me dit : je crois qu'on va finir ensemble. Je repasse devant lui, un peu plus loin il me repasse et ainsi de suite ce jeu de chat et souris nous mène conjointement au dernier ravitaillement avant l'arrivée. Parmi les concurrents rejoints, je retrouve aussi John un Anglais que j'ai doublé et redoublé une vingtaine de fois depuis le départ. On se salue à nouveau et on repart Emre, lui et moi tous les trois. C'est souvent ainsi dans les trails, après de longs moments à se doubler et redoubler, une connivence s'installe et on finit par courir côte à côte. Emre, John et moi franchirons la ligne d'arrivée dans un magnifique « mano en la mano » ! Emre pour l'occasion sortira un drapeau Turc qu'il arborera fièrement.



Le trail Gran Canaria en quelques chiffres c'est 119 km (avec plus ou moins selon la marche d'approche jusqu'au point de départ puis de retour ☺), 7300 m de D+, 31 heures de barrière horaire et un peu moins de 60% de finisseurs. Le peloton de tête tourne entre 14 et 15 heures, ce qui est deux fois plus rapide que moi, mais néanmoins je finis troisième de ma catégorie.



The End