

Trail des Lavoirs

Pour les tordus qui se plairaient à lire mon histoire à l'envers, je vais la commencer par la fin en l'alimentant de quelques détails ou anecdotes dont j'ai encore un souvenir précis.

Jean-François arrive après 9h 44' d'efforts sous les applaudissements d'Annick et de Christophe, ses co-équipiers du dernier Raid 28. Et que croyez-vous qu'il fit ? Appareil en main, il me prit en photo. Une de plus, après les nombreuses autres saisies avant le départ et sur le parcours. Jean-Pierre l'avait devancé d'un peu moins d'un ¼ d'heure. Et 6' avant, c'était l'arrivée de Bernard. Nos trois « vieux » ont avoué avoir souffert dans la troisième boucle, la plus longue et pimentée des côtes les plus difficiles. Yves, notre 5^{ème} larron du JDM avec les 3 précités et moi-même alignés sur le 65 km, a-t-il profité de son plus jeune âge pour gratter plus d'une demi-heure à nos anciens dans ce dernier tronçon ? En tous cas, après un départ prudent, il termine en 9h 12', heureux d'avoir couru pour Dominique, dont chacun sait maintenant les raisons de son forfait.

J'ai arpenté l'aire d'arrivée pendant près de 3 heures, partageant mon temps entre le poste de chronométrage, le stand de ravitaillement, la table des MONTAMBAUX qui m'y ont gentiment accueilli où Gilles m'a offert de partager son repas, et un aller-retour à mon véhicule qui m'a permis de ramener les sacs de Jean-Pierre et d'Yves. Anne-Marie et Gilles, arrivés une demi-heure avant moi ont terminé ensemble leur boucle de 29 km, satisfaits de leur prestation. Je n'ai pas éprouvé le moindre instant d'ennui ou d'impatience à attendre mes compagnons. Dans le compte à rebours des arrivées parmi mes connaissances, j'en ai probablement loupé quelque unes (Guillaume du TG Villebonnais, Christophe de l'OC Gif, Charles venu de La Roche sur Yon qui avait couru comme moi l'UTSJ 2012...). Mais j'ai eu le plaisir de féliciter Etienne du CIVC, Jacques, autre coureur de l'UTSJ que j'avais encouragé sur l'Eco Trail de Paris, puis revu au Trail du Josas deux semaines plus tôt, André, futur V4 qui a lui aussi couru le Trail du Josas et que j'ai croisé dans la deuxième boucle au château de Méridon.

Pendant ce laps de temps, j'ai également pu échanger mes impressions de courses avec Gilles, l'un des organisateurs du Trail des Fauvettes, parti très fort mais qui a peu coincé dans la dernière boucle, « crampé » comme il me l'a dit, avec Viviane que j'ai connue sur l'UTSJ et que j'apprécie beaucoup. Elle a terminé 2^{ème} féminine, très près de la 1^{ère}. J'ai aussi conversé avec Christian, dit « bottle », Alain de Gometz, un ancien vainqueur des 12 H de Bures et Romain, kiné de son état. Habituellement, tous trois finissent devant moi, voire largement devant. Aujourd'hui, nous nous sommes longtemps talonnés et un petit ¼ d'heure nous sépare à l'arrivée. Je reste étonné de les avoir devancés. Enfin, je citerai également Thierry, excellent coureur du coin, que je retrouve toujours avec plaisir ainsi que son épouse, et qui a terminé 5' avant moi.

Je n'oublie pas les nombreux bénévoles et supporteurs(trices) qui m'ont permis de passer du bon temps. Au risque d'en oublier, je nomme Christian et Eliane de l'OC Gif, Eric et Tristan du CIVC, Annick déjà citée...

J'en viens à mon vécu de course, toujours en partant de la fin. Le pointeur m'annonce que je suis 32^{ème}. Très surpris, je lui demande de confirmer et de m'indiquer ma place en V3. Il m'invite à patienter quelques minutes en m'affirmant qu'avec ce classement je devrais figurer dans les 5 à 10 premiers de ma catégorie. Surement un grand connaisseur ! Il ne tarde pas à m'avouer que je suis 1^{er} V3 et qu'il n'y a plus qu'à attendre l'arrivée du second et du troisième pour le podium. Peine perdue : il n'y a pas de podium par catégorie d'âge.

Juste avant la ligne d'arrivée, j'ai connu ma première et seule erreur de parcours. Je me suis amélioré par rapport au Trail du Josas où je m'étais planté trois fois. Je m'en suis rendu compte en retournant à mon véhicule. A hauteur de la piscine, il fallait prendre à gauche. N'ayant pas vu le balisage, j'ai pensé naturellement que nous finissions cette boucle à l'identique de la seconde comme les 500 mètres précédents. Cela dit, je crois avoir couvert la distance, et peut-être même un peu plus. Le retour par la sente des lavoirs vaut bien le cheminement par le complexe sportif.

Du haut de la dernière côte dans le Bois de Méridon, je chemine avec un concurrent heureux comme moi de savoir la fin proche. J'entends les réactions d'un groupe de promeneurs. L'une dit « t'as vu les jeunots ». L'autre réplique « il est pas si jeunot que ça ». J'en ai déduit que je n'étais pas le jeunot. Lorsque mon compagnon s'est emballé dans la dernière descente, je me suis dit que je ne le reverrai pas. A-t-il présumé de ses forces ? Quand je le rejoins dans la sente nous ramenant sur Chevreuse, il me déclare préférer s'accrocher à mes basques pour terminer ensemble. Hélas pour lui, il n'a pas pu suivre jusqu'au bout et du coup, je ne sais pas s'il a commis la même erreur que moi.

L'organisation nous avait annoncé une surprise sur la 3^{ème} boucle. Elle fut bien là. A Choisel, il a fallu emprunter la buse pour passer au-dessous de la RD 906 très fréquentée. Je connaissais l'endroit comme tous les concurrents du Raid 28 qui ont fait l'édition 2008. Même sans sac à dos et vu ma grande taille, ce fut pour moi une contrainte et des contractures de progresser sous une si petite hauteur. C'est un truc de fou, mais on dit « ouf » en sortant.

Auparavant, nous sommes passés par la cascade des Vaux de Cernay, maintes fois arpentée lors de courses officielles et d'entraînement, ou de simples ballades. Puis nous avons traversé le Bois Boisseau en y faisant un peu de yoyo pour avoir notre dose de dénivelé. Sur cette portion, j'ai dépassé une bonne dizaine de concurrents, apparemment plus en forme qu'eux.

Venant de Maincourt sur Yvette, nous sommes allés faire un détour par l'une des carrières du Bois des Maréchaux, haut lieu également de diverses courses, dont des courses d'orientation. Juste avant, l'organisation nous a fait gravir et descendre à plusieurs reprises

les coteaux du nord de l'Yvette. C'est là que nous avons découvert les parties les plus pentues. J'ai compté une douzaine de côtes sur l'ensemble de la troisième boucle. Cela n'est sûrement pas étranger aux difficultés qu'ont connues certains.

Sachant ce qui nous restait au menu, il ne fallait pas oublier de refaire le plein de boissons et d'ingurgiter quelques solides au stand de ravitaillement avant de partir pour le dernier tronçon. A cet endroit, je retrouve nos amis de Gometz Gilles et Alain.

La deuxième boucle, la plus courte, a été celle de la confusion des itinéraires. En effet, j'ai vu dans le Bois de Méridon des coureurs progresser à contresens. A l'aller, à l'entrée du bois, il fallait tourner à gauche et nous revenions par la longue route forestière située un peu plus au nord-ouest. Ont-ils fait la totalité du parcours à l'envers ? Je ne le sais pas. J'ai appris à l'arrivée que d'autres coureurs, dont les premiers, s'étaient trompés sur d'autres parties du parcours. Personnellement, je ne mettrai pas en cause le balisage, ni je me permettrai d'insinuer que certains aient volontairement triché.

L'organisation a innové un nouveau système de pointage en plaçant sur chacune des boucles à un endroit non révélé une balise de CO avec pince. Chaque concurrent devait pointer son dossard à son passage. Je ne sais pas si les dossards ont été vérifiés à l'arrivée. En tous cas, pas le mien. Mais l'idée peut être retenue sur d'autres courses, faute de signaleurs en nombre suffisant.

Avant de m'engager sur la 2ème boucle, j'ai préféré m'arrêter quelques minutes pour poser mon sous-vêtement ODLO, déjà empli de sueur. La température extérieure devenait agréable et suffisante sous l'effet du soleil. Ces instants m'ont permis d'apercevoir Romain, Alain et Christian qui ont terminé la première boucle sur mes talons.

Sur le début de course, pendant longtemps j'ai fait le yoyo avec deux féminines, très plaisantes, qui devaient courir l'épreuve en trio, car je ne les ai pas revues par la suite. Je les dépassais dans les côtes, puis elles me rattrapaient et me dépassaient à leur tour sur les parties plates et dans les descentes, avec un échange de mots gentils à chaque passage.

L'originalité de cette boucle fut la traversée du parc de l'Abbaye de Port Royal, habituellement non accessible aux coureurs. En ce lieu, rejoignant Alain avec surprise, je lui ai demandé s'il ne courait pas un peu en dedans. Il m'assura que non et nous avons fait un bout de chemin ensemble tout en discutant.

Dès les premiers mètres, voire les premiers km après le départ du Château de La Madeleine, j'entendais dans mon sillage les voix de Christian et de Bernard. Le premier m'a dépassé dans la première côte avant que je le rattrape, puis le dépasse à mon tour un peu plus loin. Au gré des virages, je pouvais les apercevoir de temps à autre avant de les lâcher progressivement.

Partir du Château nous a évité de commencer l'épreuve par une côte. Certes, nous l'avons montée en marchant pour gagner le départ, mais très tranquillement. C'était l'échauffement préalable.

Terminant ce trail de 65 km avec 1 300 m de dénivelé en 7h 04' 25'', à la 35^{ème} place au scratch et 1^{er} V3, je suis pleinement satisfait de ma journée. C'est une épreuve que je recommande.

Robert CHARVIN