

Km 0. Probablement le seul point commun entre toutes les courses. Sauf une, la 180, pour laquelle on confond départ et arrivée au grand émoi des badauds et coureurs. On remonte inlassablement le parcours suivant un balisage pas top dans ce sens (mais parfait dans l'autre). Plus on court et plus on s'éloigne de l'arrivée en se rapprochant du départ. Tout ça pour avoir au départ un avantage psychologique énorme : nous on aura déjà fait la moitié. Et au final on aura eu droit à deux km 0. Pas belle la vie ?



Km10. Fin des courses dans la plupart des villages. Les Ultras occupent toute la place médiatique. Moi Môssieu j'ai fini l'UltraTruc en 54 heures. A côté, un p'tit gars qui passe sous les 35 minutes aux 10km n'existe pas. Pourtant l'un randonne quand l'autre a une VMA qui me laisse pantois. A force de surenchère dans les distances, on en perd tout repère de vraie performance. Pas la peine d'en rajouter pourtant, si tu cours encore une fois quittée l'école, tu passes déjà pour un taré pour tes voisins.

Lyon est déjà derrière nous, le jour n'est pas levé et pourtant Taldius commence déjà à battre le rappel parce que nous sommes en retard.

Km20. Barre symbolique qui inquiète le coureur occasionnel, on se rapproche doucement de la sortie longue. Semi et marathon sont les deux barres mythiques auxquelles s'accroche tout coureur. On jette les Tee-shirts finishers de premiers dès qu'on peut fièrement arborer ceux des seconds. On est passé dans la classe du dessus. Après, le fossé est très, très large. Faut pouvoir arriver aux 100Km.

Samedi matin le rythme est plutôt cool, on se refait le film des précédentes éditions. 100% d'humidité, un plafond plus que bas, pour le Mont Blanc on repassera. Faut commencer à se placer pour le sprint de Soucieu, on va encore dévaliser la pâtisserie et il n'y aura pas de tartes aux pralines pour tout le monde.

Km30. Personne ne court 30km. Essayez de poser la question « tu fais quel temps sur 30km ? ». Ça ressemble à rien 30Km, tant qu'à se faire mal faut aller à la dizaine supérieure et franchir la ligne symbolique du marathon.

Là, on est bien. Au bon endroit à la bonne heure. Le corps est chaud, aucun bobo ne vient contrarier la progression et on a un sentiment de bien-être terrible. Pourvu que ça dure.



Km40. Le voilà le marathon. Quel couillon a décidé de mettre une ligne qui pour beaucoup se trouve bêtement quelques kilomètres après un mur difficilement franchissable. Marathon, dans l'inconscient collectif, on ne va pas plus loin. On se l'interdit. J'ai fait le marathon. Ben nous on continue parce que le méga ravito est juste après à Ste Catherine avec des munitions « spécial 180 » : bière, champagne (à cause de Taldius qui a casé son anniversaire juste là), pâté berrichon aux œufs, fromages à gogo et tartes maison. J'ai vainement cherché des gels ou de la boisson énergétique, peine perdue. Faut prendre des forces car on a encore une balade de 100km devant nous. LedLenser nous offre une super lampe dont les piles dureront pile-poil jusqu'au petit jour le lendemain en économisant un peu la puissance, Arthur nous offre un Trail. Tirage au sort : le Verbier en Juillet pour moi, 111km chez nos amis Suisses, mon programme vient de gagner en consistance.



Km50. Bonjour l'Ultra. On peut courir au-delà du marathon, la preuve. Rester en deçà pour durer. Courir à l'économie, relâcher en descente, marcher en montée. Ben oui, marcher. Faut l'accepter. Sinon sois tu fais un podium soit tu explotes en vol.

La neige tapisse les alentours, le vent du Nord accentue le sentiment de froid et le groupe commence à s'étirer un peu avec toujours Taldius en maître du temps qui donne le rythme.



Km60. Distance de course maudite. Avec l'arrivée des points qualificatifs Ultras, les épreuves de 60km disparaissent. Trop longues pour les simples joggers, elles sont trop courtes pour rapporter ces fameux points qui moyennant finance + inscription un an à l'avance + coup de bol au tirage au sort + impôt révolutionnaire en hausse chaque année vous permettront de prendre le départ de l'UTMB.

Samedi 6 le sol devient bien gras, la nuit arrive et nous entrevoyons la banlieue de Saint Etienne. On a presque 2 heures d'avance sur l'an dernier, Taldius est aux anges même s'il ne relâche pas pour autant la pression. Arthur remonte le peloton en prévision du lâcher de fauves final, Céline souffre pas mal des pieds, rejointe par Wil qui par solidarité décide de se faire une entorse. On va avoir un Cabecou qui enfle des chevilles.



Km70. On est dans le dur dans la plupart des courses. Soit c'est la fin, soit c'est un moment un peu délicat à passer comme l'est la barre des 110km, allez savoir pourquoi. Faut patienter et s'alimenter en attendant de se refaire une santé.

Le rythme s'accélère doucement une fois le bitume retrouvé. Et puis la traversée des zones d'activités de Saint Etienne pourrait presque être déprimante si l'on n'était pas euphorique à l'idée de franchir la ligne de départ à l'envers. C'te bonne blague. Au loin les mugissements de la foule de Geoffroy Guichard. Je dois être le seul supporter de Bastia à 100km à la ronde alors je me la joue discret.

Km73, nous voilà sur la ligne de départ et d'arrivée. Elle est là rien que pour nous. Il nous reste presque 4h pour manger, nous changer, rendre nos sacs et reprendre le départ. L'accueil des Kikourou au Flore est très sympa et la logistique est au top. Un grand merci à eux pour ce moment chaleureux indispensable pour recharger les accus. Une mention toute particulière au Papa Cuinet et à Biscotte qui assurent la logistique comme des bêtes et avec le sourire. Nous décidons de repartir à l'arrière de l'arrière du peloton. La photo ci-dessous avec sa ligne de départ au fond le montre bien...



Km80, symbolique barre du double marathon. En principe c'est la forme à ce kilométrage et pour les deux heures qui suivent.

L'équation du jour est simple positionnés en toute fin de peloton, derrière les marcheurs, quel rythme prendre pour dérouiller la mécanique refroidie par 4 heures d'arrêt. On commence pourtant à doubler, le corps est docile, se réchauffe bien et les courbatures disparaissent. Notre badge « 180 » provoque des réactions sympas comme « putain, si je pouvais être dans le même état que ça sur la ligne d'arrivée... », on se sent bien et prêts à affronter une nuit blanche avec un vent du Nord revigorant. Mention spéciale à Ana qui n'a pas envie de trainer en zone urbaine et me dépose ainsi que Gilles avec ce commentaire qui tue « allez les gars, soyez forts ! ». Je la reverrai 11 heures plus tard une fois la ligne d'arrivée franchie.

Km90, aucun souvenir de ce kilométrage en course. Faut pas s'arrêter là, la barre des 100 tu la vois pas juste devant ? Et 3 chiffres ça devient sérieux, alors exit les 90. Décidément les multiples de 30, c'est pas le pied.

On arrive au premier ravito de St Christo après avoir goûté aux premiers passages boueux. Pas d'alerte, on piétine et on glisse mais on n'imagine pas encore avoir à vivre cela de longues heures donc le moral reste au beau fixe. Quel contraste avec l'aller et ses quelques flaques d'eau à éviter.

Km100. Ca y est, la barre est là. Maintenant pour le commun des mortels, tu es passé à une distance à 3 chiffres, plus rien ne peut surprendre. Tu peux afficher 100 ou 340Km, 1200Km, c'est pareil. C'est beaucoup, c'est trop. On va arriver à Ste Catherine. La boue, y'en a marre. Le chemin aller a été labouré par des milliers de pieds (sales pour la plupart) donc ça patine sans cesse, on n'y voit rien. Les pieds baignant dans leur jus commencent à souffrir. Sans doute moins plus à ces endroits précis qu'avec des chaussures de Trail, mais j persiste avec mes routes, bien plus confortables en prévision des 30 derniers Km. Je retrouve Arhur, c'est la première fois en 4 éditions que je cours avec lui sur la portion retour, idem pour Tidgi. Mais gros coup de pompe pour moi, envie de dormir et je commence à ne plus aller droit. Je perds prise très vite pour dormir en marchant. Pas top.



Km110 Deuxième coup de mou dans les Ultras, je le sais, je suis prêt à passer un mauvais quart d'heure, voire trois ou quatre...

Sauf qu'aujourd'hui on est en fin de nuit blanche, après une nuit de moins de 4h Vendredi soir et la fiesta d'avant course chez Olivier et Isa à grand renfort de tripoux, bière, Côte du Rhône et quelques pâtes quand même parce que quand même il y a une course le lendemain. Ajoutez à cela la boue, toujours la boue, un vent soutenu qui arrive plein Nord et une petite bruine, c'est le top. Alors je titube encore et me fais doubler par presque tout le monde. Pourtant je me suis enfilé un gel à la caféine et plus d'un litre de thé. Je me tape sur les joues, même pas mal, je finis par sortir la musique pour faire diversion. Pas possible de me motiver au chrono, la batterie de ma montre a rendu l'âme après 5h de course. 30km à faire, si je les fais à 5, j'ai juste le temps de me doucher et de filer récupérer mon convoiturage à Perrache, alors on se remotive et on avance !

Km120. La barre des trois marathons. Mais aussi étonnant que cela puisse paraître, il y a bien cinq milliards de Terriens qui ignorent tout de cette fichue distance, sauf que c'est mythique et qu'ils ne s'y colleront pas. Il faisait combien ton marathon ? En principe c'est à partir de là que je retrouve une seconde paire de jambes. Et ça dure théoriquement sur les 50 km qui suivent.

Comme le jour a pointé le bout (boue ?) de son nez, à défaut du soleil, que nous n'avons plus à affronter le vent du Nord, que les appuis sont meilleurs, je m'autorise une violente reprise à un train soutenu de 8km/h jusqu'au ravito de Soucieu où, contrairement à l'aller, il n'y a aucune trace de pizza ou tarte à la praline... C'est décidé, à ce train-là je passerai sous les 14h. Tout bon pour le covoiturage avec douche et repas avant.



Km130. Nombre premier, à mi-chemin entre 100Km et 100 miles, il n'a aucune chance de rester dans les annales joggistiques. Alors cours et tais-toi.

Cette année, à l'Archange, les passages dans les dunes et la chaleur me font regarder différemment ce jalon, placé à mi course de cette épreuve de folie. Super fier d'y être en moins de 22h, j'avais alors mis 5h à parcourir les 15 suivants, complètement carbonisé. La seconde nuit arrivant et la perspective de ramper sur plus de 100km m'avaient fait renoncer et j'avais alors enchaîné sur 10 semaines de crise de goutte. Alors méfiance... Mais là, ça semble tout bon, ligne d'arrivée dans 15km et je commence à remonter des concurrents, ce qui veut juste dire que je ne ralentis plus... Retour sur Titi, Coco, Arthur et Tidgi, la broche « 180 » permettant de les identifier de loin : super initiative...

Km140. Je suis sec pour trouver une référence à ce kilométrage de course. Peut-être parce qu'à ce point on a enfin enlevé tous les filtres, a priori, pudeurs, postures pour n'être qu'un petit bout de rien en recherche d'harmonie avec son environnement. Depuis pas mal de temps la raison s'est tue, si on l'avait écoutée on se serait naturellement arrêté depuis belle lurette. Elle boude, laissant toute la place à l'émotion. C'est le temps des hallucinations, de la recherche d'un regard d'un passant ou d'un bénévole pour y puiser un peu d'énergie. Enfin, plutôt que de décrire, le plus simple est d'essayer et de le vivre. Lâchez-vous.

Dimanche 7, ça commence à sentir l'arrivée. Et même si les Geo ont agrémenté la fin de course de quelques coups de culs et autres escaliers insolites, force est de reconnaître qu'elle est plus dans l'esprit trail que les parcours traditionnels. Quoiqu'un petit détour par Confluence finalement ... Bref, ça sent l'écurie, alors on lâche modestement les chevaux histoire d'avoir l'air d'un coureur sur les 3 derniers Km. 5'30 au km, c'est pas si mal, cela m'avait permis de remonter Gilou il y a 4 ans, mais cette année il est déjà douché quand j'arrive. Un petit bout de causette avec Franck qui finit paisiblement en causant avec un pote et la ligne d'arrive, donc de départ, se profile enfin, me permettant d'afficher fièrement ma 4<sup>ème</sup> réussite dans cette épreuve insolite et de prendre ma revanche sur une année 2014 sportivement assez compliquée. Avec la trail du Verbier gagné au tirage au sort, ma toute nouvelle frontale LEDLENSER offerte lors du ravito Aller de Sainte Catherine et toutes les bonnes idées des z'amis du LUT, on va pouvoir réfléchir sereinement au calendrier 2015.



