

COMPTE RENDU



Reconnaissance le samedi

Les recos se sont bien passées, sauf pour Mini Papy (Yoan) qui n'a même pas pu arriver au départ de la 1ère spéciale à cause d'un problème mécanique, et Mini Philbike qui a dû nous abandonner en route à cause d'un problème gastrique...

Toute l'équipe roule bien, mais je suis souvent le dernier du groupe dans les liaisons, il y a deux raisons à ça, d'abord je sais que le parcours est hyper physique donc je tiens à m'économiser au maximum pour la course, et de deux mes douleurs aux tendons des deux genoux ne se sont pas arrangées depuis mercredi et j'ai beaucoup de mal à forcer sur les pédales (à tel point que Jormio n'arrivait même pas à rouler avec moi dans les cotes sans perdre l'équilibre tellement j'avais pas...)

Place à la journée de dimanche:

Au réveil, mes tendons ne vont pas mieux et je sens que la course va être très dure ...

Dans la liaison pour rejoindre la 1ère spéciale (15min) les cuisses ne répondent pas, je suis obligé de mouliner comme un fou pour avancer, il va falloir attaquer dans la technique pour compenser ça!

Spéciale 1: C'est la plus facile, il faut simplement essayer de garder un max de vitesse dans les courbes et il n'y a que 3 virages serrés. Malheureusement je perd pas mal de temps dans ces fameux virages, je ne les prend pas assez vite et j'ai du mal à relancer en sorti, mais en dehors de ça j'ai de bonnes sensations au guidon et cette spé se passe sans grosses erreurs.

La liaison entre la 1 et la 2 n'est pas très longue mais ça monte bien et mes cuisses ne répondent toujours pas...

Spéciale 2: Elle est très sympa mais il y a un peu trop de pédalage pour moi et les 50 derniers mètres sont hyper technique (je n'ai même pas osé descendre en bike pendant les reco...). Je pars bien mais je souffre dans les relances, du coup j'attaque comme un fou dans les virages en aveugle pour ne pas perdre trop de temps. J'arrive dans la portion technique, je me jette comme un kamikaze et après 2m je me jette au sol pour éviter de me manger le gros rocher qui me fait les yeux doux... Pas de bobo, je chope mon bike et fini à pied, j'ai dû perdre une 20ème de secondes sur ce coup là...

Arrive les choses sérieuses, la liaison entre la 2 et la 3 doit faire une 10ème de km, le soleil tape fort et ça grimpe sévère!!! Heureusement j'ai synchronisé ma montre avec les chronos des organisateurs du coup j'ai pu gérer au mieux mon effort malgré mes douleurs. J'ai tellement bien géré qu'il ne me restait que 2 min avant mon départ quand je suis arrivé à la 3!

Spéciale 3: La plus longue, la plus pentu, la plus technique sur la première moitié et la plus physique sur la fin, bref ça va faire mal. J'attaque le plus possible dans la technique mais avec la fatigue je commet pas mal d'erreur. Je rattrape rapidement les deux gars qui sont partis devant moi (à 1min et 1min30 quand même) mais j'explose dans la partie physique et je me fais rattraper par les 4 avions qui partaient derrière moi, j'ai perdu un peu de temps en les laissant passer mais ça fait parti de la course. Au final j'ai fait beaucoup d'erreur et je suis complètement cramé, il reste encore une grosse liaison et 2 spéciales!

Dans la liaison entre la 3 et la 4 j'ai failli abandonner à 3 reprises, un single qui monte en plein caniar, il faut pousser le bike dans les graviers, ça glisse et tous les pilotes qui partaient derrière moi me doublent (même la moto balai m'a doublé!). J'étais quasiment sûr de ne pas arriver à temps pour mon départ et d'un

coup je vois Philbike devant moi alors qu'il partait 50min avant moi! Je suis passé à coté de lui mais nous n'avions même plus la force de nous encourager mutuellement, je lui ai juste glissé un petit "c'est l'enfer, courage...". De voir mon Phil se surpasser comme ça pour aller au bout, ça m'a permis de tout donner pour rejoindre le départ de la 4 et en plus dans les temps, merci Phil!

Spéciale 4: Ma préférée, rapide, pas trop technique, très peu de pédalage, par contre la moindre erreur coûte cher au niveau du chrono... Je pars un peu en vrac et je fais rapidement une erreur de trajectoire qui m'envoie contre un arbre. Pour une fois je suis plus fort que lui et je ne tombe pas mais j'ai arraché une branche qui vient se coincer entre mon cadre et ma roue arrière, je continu a rouler quelques mètres en espérant qu'elle se décroche mais rien n'y fait et je suis obligé de m'arrêter pour l'enlever, j'suis dégouté car malgré mon manque de forme j'espérais reprendre du temps dans cette spé... de rage je repars à bloc, je prend un max de risque et ça passe nickel, je me suis vraiment régaté!

La dernière liaison est en descente et j'en profite pour récupérer au max étant donné que la dernière spéciale est très courte mais il faut beaucoup pédaler car c'est une piste de dual avec un belle double, plein de table et des virages relevés, bref 30s où il faut pédaler à bloc!

Spéciale 5: Je ne suis pas assez lucide pour sauter la première double mais je la passe plutôt bien, je passe les tables suivantes à bloc dans les relances j'ai trop mal aux cuisses, j'ai envi de tomber le rapport inférieur mais je suis tellement cuit que je ne sais même plus dans quel sens je dois tourner la poignée du Rohloff, du coup je fini la spé avec mon gros braquet et j'en ai enfin terminé avec cette course de 30km.

Je ne me rappelle pas avoir autant souffert sur le bike, mais ça en valait le coup!

En attendant la remise des prix et vu que je pensais avoir fait de très mauvais chronos vu mon manque de forme, j'avais parié avec Jormio que si j'étais devant lui je lui payerai une bouteille de champagne, et à ma grande surprise, je lui dois une bouteille! Voilà, la course a été dure mais on a passé un super week end, l'ambiance dans notre assos me fait vraiment halluciner, c'est comme si nous nous connaissions tous depuis des années, j'vous adore tous!!!



Arnaud DENEAU

