



Viva Espagne

Après le Marathon de Reims en octobre où je suis passé à côté, mauvaise sensation, douleurs, fatigue, personne dans les rues et seulement 1200 Marathonniens au départ. Marathon à oublier mais en réfléchissant un peu ne tire t'on pas les meilleurs enseignements de ses échecs ?

Un mois plus tard, pour le Marathon de Valence en Espagne j'ai décidé d'adopter un autre mode de fonctionnement : ralentir l'entraînement. Ne plus se prendre la tête et faire son Marathon sans objectifs. Bien manger et bien boire. Ne pas se priver.

C'est avec Catherine, Anna et Antonio que j'ai pris l'avion le jeudi matin. Arrivés à Valence il y avait 25° à 13H00. Pour commencer, déjeuner dans restaurant avec paella, sangria face à la plage puis promenade. Nous traversons ensuite les champs d'orangers et de mandarines. D'un côté les collines et de l'autre la mer. Vues Magnifiques sous un ciel d'un bleu intense. Le soir, dîner charcuterie espagnole, poissons et sangria.

Le lendemain, marathon des boutiques pour les filles.

Le samedi matin nous nous réveillons avec de la neige sur les collines. Antonio n'a jamais vu cela en 40 ans. Il s'exclame : « Gilbert est un élément perturbateur des conditions climatiques pour les courses ! Tu portes la poisse ! On regarde la météo à la Télévision. Il est annoncé de la pluie et du froid juste pour le marathon !

Je m'inquiète : je n'ai que des tenues légères de course. En allant chercher nos dossards au Marathon expo j'achèterai une tenue plus chaude.



Nous allons le samedi midi à la paella party et oui en Espagne ce n'est pas la pasta !

Le samedi, Antonio ne se sent pas très bien, il est fiévreux.

Le Dimanche matin, réveil à 6h00. La mort dans l'âme et après une nuit blanche Antonio déclare forfait. Antonio est complètement HS.

J'ai les boules pour lui. Il est à Valence, sa terre natale et il se faisait une joie de courir ce marathon.

Mais que dois-je faire ? Je propose que nous restions tous les quatre au chaud dans l'appartement.

Mais Antonio a décidé que je prendrai le départ et nous voilà tous les 4 en voiture en direction de Valence malgré l'annonce de la pluie.

Arrivés sur place, quelle effervescence !

J'enfile mon maillot France et je rejoins seul mon sas de départ.

Je sais qu'Antonio est triste. Je ne me retourne pas et pourtant il assistera avec les femmes au départ du marathon.



Quelle stratégie adopter ? Partir cool au milieu de ces 12 000 marathoniens ?

Allez Gilbert ne te pose pas de questions, tu ne peux pas faire pire qu'à Reims.

Le départ est donné. Les premiers km sont difficiles, beaucoup de monde, il faut se frayer un chemin et petit à petit, je trouve mon rythme de croisière.

Vues splendides, bord de mer, monuments historiques, fanfares aux coins des rues.

10 km puis semi, mes sensations sont bonnes et surprise le soleil est au rendez vous !

La météo s'est trompée. Les espagnoles ne peuvent pas être forts dans tous les

domaines.

30 km, je suis dans le vieux Valence, c'est magnifique. Les supporters nous encourage : « animal Guilberte » traduction : allez Gilbert. Avec le prénom sur le dossard c'est pratique.

Le fameux mur fait son apparition du 35 au 38 km. J'essaie de positiver. Je pense à Antonio qui aimerait être là.

Du 39 km à l'arrivée, on se croirait à une étape de montagne du tour de France. Il y a de plus en plus de spectateurs. La route se rétrécit à cause du monde. Les gens me tape amicalement dans le dos pour m'encourager. J'en ai la chair de poule. Je me sens des ailles et j'accélère.

Je termine le marathon sur une touche royale tapis bleu au milieu des eaux en 3h57mn07s.

Une bonne bière sponsor du marathon est donnée à l'arrivée ainsi que le traditionnel filet de mandarines.

Catherine, Anna et Antonio, mes fidèles supporters sont aussi à l'arrivée.

Gilou