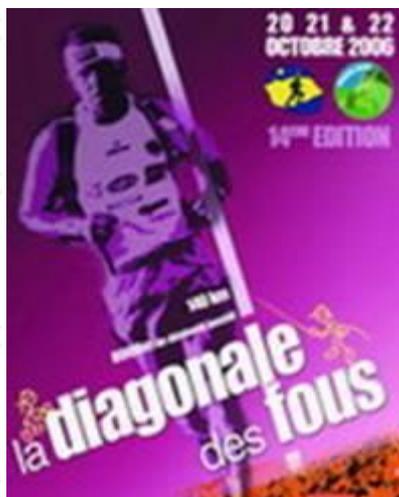


## La " Diagonale des Fous "



La Diagonale des Fous est, sans conteste, la plus fameuse course d'Ultra trail au monde. On dit que c'est aussi la plus dure...

En tout cas, l'île magnifique qui en est le cadre, la gentillesse des Réunionnais, ainsi que la somme de récits, d'articles, de vidéos relatifs au Grand Raid que j'ai pu voir, sont autant d'éléments déterminants dans ma décision d'y participer.

Il se trouve que j'ai eu l'opportunité de bâtir cette année comme un boulimique. Mais, parfaitement conscient que la multiplication des objectifs est souvent déraisonnable, j'ai pourtant programmé le Raid du Golfe du Morbihan, l'UTMB et le Grand Raid de La Réunion.

Ma conviction pour la Diag n'a été titillée que par le phénomène du Chikungunya dont nous décidons finalement de nous accommoder en misant tout sur la prévention.

Le 20 octobre sur le stade de Cap Méchant, à St Philippe, au sud de l'île, les 12 coups de minuit viennent de retentir et je ne suis pas plus effrayé que ça. Je ne me sens pas dans une forme époustouflante, je n'ai pas particulièrement optimisé la fraîcheur physique et je n'ai pas non plus fait de travail spécifique dans la préparation de cette course. Donc tout va bien !

J'ai quitté, une demi-heure plus tôt, Catherine ainsi que 2 copines Réunionnaises Marie et Sylvaine, pour entrer dans l'espace réservé aux coureurs en me soumettant aux contrôles réglementaires.

Je me range donc, très tôt, derrière la ligne de départ. C'est ma seule stratégie de course : **partir vite !**

On m'a décrit le début comme très roulant pendant près de 2 heures, une tranquillité qui précède le franchissement d'un mur ! C'est pour cette difficulté que je souhaite avoir les coudées franches, le moment venu.

Isolé devant, près de l'élite, je suis entouré exclusivement de Réunionnais. Ça s'interpelle gaiement, tout le monde se connaît. Les téléphones sont de sortie, on se donne des rencards et des encouragements dans tous les sens !

Devant nous, ainsi que sur le podium, se succèdent des groupes folkloriques et des cracheurs de feu.

Enfin, c'est l'heure du briefing. Robert Chicaud prend la parole. Si le contenu de son discours m'échappe aujourd'hui, c'est parce que la forme, elle, m'aura vraiment fait sourire !

10, 9, 8, 7,....Le compte à rebours est lancé. On dit qu'il ne va jamais jusqu'à Zéro, ça se vérifie à nouveau !

### Vendredi 1h00

Un petit chemin pour quitter le stade, et tout de suite la route. Je n'en reviens pas de voir autant de concurrents devant moi ! Nous profitons de la RN 2 sur près de 3kms de plat pour se dégourdir les jambes, et ajuster ce qui

doit l'être : lampes frontales, tension des courroies, arrimage des bidons, la routine, quoi !. Ensuite, nous tournons sur une petite route pour rentrer dans le vif du sujet. Nous traversons des plantations de canne à sucre arrivée à maturité. Les récoltes ont commencé. L'Ile est sillonnée de chargements acheminés vers les raffineries par poids lourds ou par charrettes.

Désormais la pente est douce, mais constante jusqu'au 16<sup>ème</sup> kms. La route se fait rapidement piste et décrit des lacets réguliers pour atteindre le ravitaillement du kiosque de la Route forestière de Mare Longue et des Camphriers.

### **Km 16- alt. 685m- Vendredi 2h42**

Encore quelques dizaines de mètres sur le beau chemin, le temps d'avalier ce qui vient d'être prélevé au ravitaillement, et après avoir franchi un fossé, nous nous trouvons face à ce que j'ai vu de plus dur dans ma vie de traître ou de randonneur : La pente est forte. La trajectoire est impitoyablement rectiligne. Le sol est torturé de racines, de pierres, d'obstacles répétés qui vont rendre l'ascension haletante. Bien sûr, cette brutale immersion dans la difficulté est douloureuse. Je n'ai pas fait de relief depuis l'UTMB, aussi je dois faire preuve de modération dans la gestion de l'effort.

La progression dans l'obscurité est d'autant plus difficile dans ce chaos. La tête est en mouvement permanent pour promener le faisceau de la lampe frontale afin d'appréhender l'environnement. Cette agitation perturbe considérablement mon équilibre. Il n'y a pourtant aucune goutte de rhum dans mon bidon ! C'est pendant ces moments que je ressentirais le plus cruellement l'interdiction des bâtons !

Heureusement, autour de moi, à de rares exceptions près, tous les coureurs semblent logés à la même enseigne. Les dépassements sont d'ailleurs quasi-impossibles et soumis à la bonne volonté de celui qui précède !

L'effort se poursuit, lentement et régulièrement. Je ne m'octroie pas de pauses. Je m'arrête à peine pour contempler les lumières d'une ville sur le littoral au sud-ouest. Ce spectacle s'offre à nous à la faveur d'un replat où la végétation luxuriante a fait place à un environnement genre Monts d'Arrée !

Il doit s'agir de "Petite Ile". Maintenant la pente est un peu moins forte. On ne l'a pas volé ! Ce qui vient d'être avalé, c'est pas moins que du 20% de pente moyenne !

Nous sommes, quoiqu'il en soit, à un tournant de l'épreuve. La végétation disparaît progressivement au fur et à mesure que nous nous rapprochons du volcan que nous allons longer par son flanc ouest.

Le chemin longe l'Enclos Fouqué. Il s'agit d'un énorme chaudron d'une centaine de kms<sup>2</sup>. Nous sommes, par rapport à lui en surplomb d'une centaine de mètres. C'est un privilège rare de courir dans ce cadre alors que le soleil se lève et que le ciel est éperdument bleu.

Le jour montre rapidement le bout de son nez. Il va apporter avec lui des températures qui nous obligent à nous protéger les mains et les bras du froid. L'autre changement se produit sous nos pieds. Nous progressons maintenant sur un sol volcanique. Ce n'est pas ce qui se fait de plus tendre pour les pieds ! C'est en tout cas un élément de notre environnement dont il faudra se méfier jusqu'à Piton Textor



### **Route du Volcan - Km 31 - Alt. 2320M - Vendredi 6h35**

Quelle joie d'arriver dans ce havre de réconfort !

Catherine, Sylvaine et Marie m'attendent près du stand "soupe chaude". Elles sont frigorifiées !

Comme je les comprends ! Elles m'ont attendu 2heures de plus que prévu ! Non que je me sois attardé quelque part, puisque je me situe vers la 300ème place, mais en raison d'un calculateur de temps de passage qui a zappé la difficulté du sentier vertical de cette nuit !

Le sentier se situe en plateau depuis une demi-douzaine de kms déjà. Il permet d'alterner régulièrement marche et course en fonction des raidillons qui s'enchaînent. Après le ravitaillement, nous traversons une nouvelle zone volcanique caractéristique. C'est la plaine des sables. Il s'agit aussi d'une "caldeira", c'est à dire, une zone affaissée suite à l'activité volcanique.

Une nouvelle ascension nous fait quitter cette zone lunaire et désolée. Elle nous emmène au point culminant de la course :

### **Oratoire Ste Thérèse – Km 37 - Alt 2400m - Vendredi 7h33**

A la faveur de cette côte, il a déjà fallu se débarrasser des gants et autres manches longues. La chaleur est arrivée aussi vite que le froid 2 heures plus tôt !

La descente n'est pas simple tant la roche est peu accueillante. Je ne suis pas à la fête dans ces portions !

### **Piton Textor – Km 40 – Alt 2165m - Vendredi 8h06**

Petit ravitaillement avant de poursuivre la descente dans un milieu où la végétation redevient plus terrestre. Il s'agit même parfois de bocages !

### **Mare à Boue – Km 50 – Alt 1600m - Vendredi 9h31**

Nous traversons alors la zone la plus facile de toute la course. Nous cheminons sur de bons chemins sans rencontrer de dénivelés importants.

La suite méritait bien un peu de répit. Après le ravitaillement de la Plaine des Câfres tenu rigoureusement par l'Armée de Terre, commence l'ascension du Côteau Maigre, suivi de celle du Côteau Kerveguen. Auparavant, je n'avais jamais fait de la montagne sur une éponge ! Le sol regorge d'eau sous chacun de nos pas. Il y a d'ailleurs des branchages coupés pour éviter au randonneur de trop s'enfoncer ! Côteau Maigre se passe très bien. C'est une rude et franche montée. La seconde partie est beaucoup plus technique. Il faut sans arrêt relancer. Nous devons descendre de nombreuses échelles métalliques alors que nous sommes face à la forêt Duvernay.

### **Crête Kerveguen – KM 60 – Alt 2206m - Vendredi 12h09**

On n'est pas à l'heure des bilans. Mais j'ai pu constater que je ne suis pas dans un super jour ! Je ne parviens pas à dérouler dans les descentes et les genoux deviennent douloureux. Je mange une petite soupe au bivouac de Kervéguen, dans cet état d'esprit alors que là encore, des bénévoles redoublent d'efforts pour nous rendre la course agréable.

Ce qui suit ne va pas me remonter le moral. C'est la partie que j'aurai trouvée la plus dangereuse de toute la course. Une descente vertigineuse D- 800m sur 3 Km avec une succession de marches d'escalier et d'échelles à dévaler. Je me range sans arrêt pour laisser passer des coureurs plus rapides. 70 places de perdues dans cette descente ! Les Réunionnais sont de grands descendeurs, ils dévalent à une vitesse.. !



### **Cilaos - Km 67 – Alt 1224 m - Vendredi 14h18 (Arrivée)**

La descente n'aura même pas été agrémentée par le plaisir d'un panorama qu'on nous avait pourtant promis ! Le cirque de Cilaos est recouvert de nuages !

Je découvre la ville avec beaucoup de plaisir. Une jolie bourgade dans le cadre spectaculaire d'un cirque très monumental.

Ravitaillement complet et changement de tenue au stade de la ville.

### **Cilaos - Vendredi 15h10 (Départ)**

Le parcours fait ensuite de grands détours dans le cirque et par le fond des ravines pour nous acheminer vers le pied de l'ascension suivante.

Lors de ces temps "morts", je ne peux m'empêcher de faire des analogies avec l'UTMB : La ville "base vie", c'est le Courmayeur réunionnais, et le col qui se profile, c'est leur Grand Col Ferret, etc !

Cela semble interminable d'autant plus que l'on perd de l'altitude pour passer par :

Anciens Thermes-Bras Rouge Alt 920m

Enfin, nous nous retrouvons sur une route, pour un petit ravito au niveau de la RD Ilet à Cordes.

### **RD Ilet à Cordes Départ sentier Taïbit – Km 74 – Alt 1260m - Vendredi 17h00**

Une ascension Réunionnaise classique, c'est à dire raide, nous amène rapidement à la porte de notre second cirque : Mafate.

Cette montée est marquée par le passage à l'Ilet des 3 Salazes où une association offre, lors de chaque édition, de la tisane "maison" aux coureurs. Le breuvage s'appelle «ascenseur» !, aussi semble t-il malvenu de décliner l'offre !

### **☞ Petit intermède linguistique : "Ilet"**

Le mot désigne un petit plateau perdu dans un relief accidenté. Relativement inaccessible, les îlets ont été le lieu de refuge privilégié des Noirs marrons. La possibilité de construire et de cultiver ces lopins de terre a été déterminante dans le peuplement de ces lieux inhospitaliers : d'ailleurs, des "petits blancs", ruinés, sont venus s'y installer après l'abolition de l'esclavage. Beaucoup de ces îlets sont aujourd'hui désenclavés, d'autres, par contre, ont été complètement abandonnés par leurs habitants.



### **Col du Taïbit – Km 78 – Alt 2080m - Vendredi 18h26**

Le passage au col est on ne peut plus bref : Il y souffle un vent froid que beaucoup choisissent d'affronter en enfilant leur coupe-vent. Je préfère filer à l'Anglaise, car je sais que 2 lacets plus bas, en général, il n'y a plus de vent !

Le passage au col nous offre une vue magnifique sur le cirque de Mafate, Marla au premier plan.

Je regretterai beaucoup de ne pas profiter de cette région à la lumière du jour, tant ce que nous devinerons dans la nuit peut laisser imaginer de beauté

### **Marla – Km 80 – Alt 1580m - Vendredi 19h05**

Le temps de faire la descente, et nous atteignons ce ravitaillement dans la nuit noire.

Ravito chaud, rapide et un petit convoi se forme pour se rendre groupé à : Trois Roches

### **Trois Roches – Km 83 – Alt 1220m - Vendredi 20h38**

Cette étape, comme la suivante ne présente pas de difficulté particulière. Elles se présentent toutes les 2 comme denses en éboulis et torrents. On en retient une forte sensation de tourner en rond !

C'est un nouvel îlet au bord de l'eau (rivière des galets). On devine un endroit idéal pour le pique-nique ou le bivouac !

Un passage à gué un peu délicat, plusieurs raidillons successifs pour franchir des cours d'eau, et plus loin la sensation de changer de vallée vont nous rapprocher de Roche Plate

### **Roche Plate- Km 89 – Alt 1291m - Vendredi 22h20**

Malheureusement, juste avant d'atteindre ce spot, je ressens subitement une douleur aiguë au genou gauche. C'est survenu dans un mouvement identique au précédent, rien d'imprudent ou de négligent à cet instant-là, et pourtant la tuile, une tendinite du LI.

D'abord, je ne veux pas y croire, ça va forcément passer, mais au fur et à mesure, je dois me rendre à l'évidence, je suis handicapé définitivement, et fortement pour les descentes.

Le passage au ravitaillement de Roche Plate m'apprend que je ne peux espérer aucun secours avant celui de Grand Place ! Autant dire que je ne suis pas rendu !

La nuit sera donc un long calvaire. Je n'ai plus beaucoup de souvenirs des montées. Mais les descentes sont interminables. Par chance, les étapes ne sont pas très longues et Mafate est la partie de la course, la plus adaptée pour les randonneurs, autrement dit la moins technique.

### **Ecole Les Orangers – Km 94 – Alt 950m - Samedi 0h17**

Nouvel Ilet où l'école abrite le ravitaillement tout aussi sympa que le précédent et le suivant.

Tous ces îlets semblent incongrus pour un familier des Alpes ou des Pyrénées. En Europe, les villages inaccessibles sont forcément en ruine ! Ou alors ils ont reçu la route et ils ne sont plus inaccessibles !

Le passage suivant sera le plus difficile de la nuit. C'est là où je me suis posé le plus de questions. Il est marqué par une longue descente vers la Rivière des Galets. C'est la porte de sortie du Cirque pour tous ceux qui sont mal en point et qui veulent évacuer au plus vite vers la vallée et l'abandon.

Qui dit forte descente, dit forte montée nous conduisant sur l'autre rive vers Grand-Place

### **Ecole Grand-Place les Bas – Km 99 – Alt 650m - Samedi 2h45**

J'y trouve un mini poste médical qui me propose un strapping : Banco  
Je m'allonge donc quelques minutes pendant qu'une infirmière effectue le bandage.

J'en profite illico pour m'endormir...

- Monsieur, on vous perd !!! . voilà qu'on me fait le coup d'"Urgences" !

La partie qui suit est celle que tout le monde redoute. Elle constitue en effet la nouveauté de l'année ! C'est là que l'organisateur a mis le bonus avec des kms et du dénivelé supplémentaire. Il s'agit de faire l'enchaînement de 3 îlets : "Bourse", "La Plaque " et " Malheur".

Une riche idée pour nous occuper l'esprit pendant la nuit !

Le sentiment de tourner en rond persiste. Cependant, depuis que nous avons traversé la rivière des galets, c'est dans un massif forestier épais que nous évoluons.

La nuit se termine avec une envie de dormir que je peine à combattre. Heureusement, nous arrivons à Aurère.

### **Aurère – Km 108 – Alt 930m - Samedi 6h12**

C'est donc là que je prends de quoi me requinquer : salade de fruits, joli, joli, café et c'est reparti.

Mon genou ne semble pas décidé à me suivre. Le strapping n'aura fait illusion que quelques heures.

Pour progresser, il faut un objectif, je me concentre donc sur le prochain qui est aussi une base vie.

### **Poste à 2 Bras – Km 117 – Alt 225m - Samedi 8h07**

C'est en bas dans la vallée. Nous retrouvons la rivière des galets et l'armée Française pour un gros ravito.

Je fais en premier un détour chez le kiné pour renforcer le pansement.

C'est ensuite le passage à la cantine pour un plat chaud. Mon tee-shirt "Sangliers" m'attire la sympathie du chef de poste car il arrive de la Lande d'Ouéé, près de Liffré.

Le soleil est déjà haut et chaud lorsque je quitte ce poste de ravitaillement. Ce qui est certain désormais, c'est que ma prochaine étape, c'est l'arrivée, même si ça doit prendre du temps !



## **2 Bras (Départ) - Samedi 8h51**

Le nouveau strap n'est pas miraculeux. Il faut pourtant se hisser vers le plateau de Dos d'Ane. C'est raide et il fait chaud.

Je continue à me battre pour rester dans les 400.. C'est forcément jouable. La seule inconnue serait un fort contingent de coureurs Réunionnais ayant stoppé leur course pour la nuit et qui débouleraient comme des fusées pour fondre sur La Redoute ! Qu'est ce qu'on se fait comme film ! non ?

## **Stade de dos d'Ane –Km 124 – Alt 1064 m - Samedi 11h05**

J'ai la surprise de tomber sur Catherine, Marie et Manon à l'instant même où je débouche sur la rue de Dos d'Ane. Quelle coïncidence, alors que nous n'avons pas encore fait marcher le GSM !

C'est inhabituel, une longue portion de goudron pour traverser le village et se rendre au départ du sentier vers le piton "Roche vert bouteille "

Le sentier reste sur crête pendant très longtemps cap plein nord avec un maxi à 1513m d'alti à piton Bâtard. Nous longeons la plaine d'Affouches, sur notre droite, en contre-bas.

Nous sommes à nouveau victime du syndrome Port-Navalo !

« Tu découvres une nouvelle crique au détour du sentier, et tu crois que c'est la dernière avant l'arrivée ! «

Là tu aperçois une nouvelle bosse et tu te dis que derrière, c'est sûr, c'est la descente vers la plaine D'affouches !

Et ben non, derrière, t'as une nouvelle bosse, et encore une autre... !!

Sans difficulté particulière, ce passage m'écoeure par la répétition des marches d'escalier qui ne semblent même pas justifiées tant le dénivelé est faible là où on les a posées !

Cela représente autant d'obstacles que je ne peux franchir que par la marche, alors que le relief m'aurait permis de trotter !

Enfin, on redescend vers la route forestière et le ravito de la Plaine d'Affouches.

## **Plaine d'Affouches – Km 130 – Alt 1050m**

Quelques kms sur la piste me permettent de courir un peu.

J'ai le privilège de parcourir quelques hectomètres avec Dawa Sherpa qui ralentit sa foulée le temps de me raconter ses déboires de la veille. Sa chute et son abandon près du captage des Orangers alors qu'il était 4ème.

Nous pénétrons dans la forêt, une plantation de goyaviers pour continuer à descendre vers « La Fenêtre »

C'est long, c'est dur ! La multiplication des racines rend la course impossible tant le genou est douloureux.

Catherine s'impatiente. Je la comprends ! Elle m'attend à la sortie du bois.

Nous faisons ensemble les quelques centaines de mètres qui nous amènent à Colorado.

## **Colorado – Km 138 – Alt 680m - Samedi 14h56**

Dernier ravito, dernier plein de la poche à eau.

Malgré mes mises en garde, Catherine désire m'accompagner pour cette dernière étape !

C'est donc parti, tambour battant ! D'autant que la première zone est plutôt roulante. Ça se corse par la suite au bout d'une vingtaine de minutes, mais la fin se rapproche. Nous apercevons enfin Saint Denis. Le sentier doit pourtant rester en balcon car nous sommes en amont par rapport à notre objectif que nous n'apercevons que beaucoup plus tard. Nous reprenons une à une quelques places, mais le bénéfice est vain, car des grappes de Réunionnais déboulent d'on ne sait où, et annulent le bilan !

Nous sortons du couvert de la forêt, quelques derniers lacets, un passage sous un pont routier et c'est la ligne droite qui amène au stade de La Redoute où j'arrive après 39H08 d'effort

## La Redoute Samedi 16h08

143,3 Kms – 8712 m D+

