

Hubert Piel

Trail Les Hospitaliers 30/10/2011 (Nant, Aveyron)



C'est dur de se dire que l'année 2011 doit se passer sans qu'un ultra « XL » n'ait été casé dans le calendrier à tel point que je décide dans le courant de l'été, de rajouter le « festival des Hospitaliers » à mon programme trop light cette année. Ca aurait pu être les Templiers, qui offre un choix plus large de courses, et notamment l'« Endurance trail 106km », mais nous ne sommes pas libre à cette date.

Est-il utile de rappeler que Nant a été le théâtre des Templiers jusqu'à ce que la course se déplace à Millau pour tout un tas de raisons qui n'ont pas encore fini d'entretenir le buzz.....

Mais Nant, le cœur du Larzac a ses amoureux dont je suis et c'est sans amertume que ce projet mûrit gentiment au fur et à mesure des semaines d'entraînement des mois de septembre et d'octobre.

Une fois de plus, c'est le talent de Thierry qui fixe les détails de mon entraînement avec toutes les contraintes liées à mon problème de l'aorte (FCmax : 145).

A noter, un enchaînement de plusieurs dimanches dans la vallée du Couesnon pour des séances de 3 à 4 heures.

Le jour J arrive. C'est l'occasion de retrouver JB et Martine chez qui nous logeons pour chacun de nos séjours Aveyronnais (on ne les compte plus.....).

L'ambiance à Nant est plus tranquille..... La nouvelle organisation n'a pas encore l'envergure de celle qui organise Les Templiers. Mais elle redouble de bonne volonté et de gentillesse.

Dimanche matin, c'est le départ à la frontale.

L'heure du réveil m'a causé beaucoup de stress car l'heure a changé pendant la nuit écourtée....

Je reste le plus longtemps possible au café sur la place du Claux à siroter un petit noir.

Il faut pourtant sacrifier au pointage des dossards avant de prendre un départ moins bousculé qu'à l'habitude, à cet endroit.

Nous remontons également la route vers le sud-est, mais rapidement Les Hospitaliers marquent leur différence par un itinéraire original et qui n'a rien à envier à leur prédécesseur.

La partie nocturne qui nous amène à Sauclières est 100 pour 100 nouvelle et de toute beauté tout en relance, en petite trace ; ici, on dit « draille » paraît-t'il.

Les conditions de course sont plutôt bonnes. Il fait frais mais pas trop. Un peu de brouillard au passage des crêtes, mais rien de méchant.

Peu avant le passage des 2 heures de course, la vigilance peut-être relâchée sur un chemin trop facile, je me tords une cheville, la gauche comme d'habitude. J'en ai pris l'abonnement pendant 3 dimanches d'affilée. Le sentier redevient plus escarpé alors que nous redescendons vers Sauclières. Ca me permet de vérifier qu'il y a plus de peur que de mal !

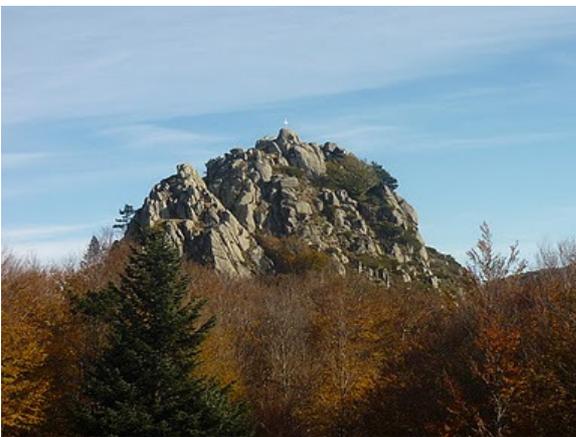
Le jour est bien là lorsque nous pénétrons la petite ville de Sauclières où tous les Templiers bipèdes sont passés pendant toutes ces années.

Rapide remplissage des gourdes avant de prendre la direction de St Jean du Bruel, innovation de l'itinéraire. C'est globalement une longue descente qui commence sur les reliefs de l'ancienne ligne de chemin de fer, avec un cadre forestier d'un bout à l'autre et des portions pour se lâcher, et s'amuser ; l'occasion de tester les cuisses en ce début de parcours.

Nous rentrons à peine dans St Jean car l'itinéraire bifurque à l'est pour la direction du St Guiral, le point culminant de la course. Je range la lampe au fond du sac et sors mes bâtons. Nous courons depuis 2h40.



L'ascension est longue mais plutôt tranquille. Il ya de nombreuses portions de chemins où il est possible de courir lorsque la pente est moins forte, mais aussi quand ça redescend. Les écarts se sont créés à la faveur de cette procession, et c'est seul que j'arrive au sommet (1300m).



Le soleil a fini par gagner la partie contre les nuages et le brouillard. Nous avons profité des splendides panoramas de cette saison si riche en couleurs Vive l'automne sur les Causses !

J'aime beaucoup le versant nord qui nous ramène à Dourbies, la forêt rocailleuse, et puis les alpages, et j'ai bien envie d'y être au plus tôt.

Je bats mon record sur cette portion : à peine plus d'une heure. Le soleil est maintenant plus haut : il sera grand temps d'alléger l'équipement à ce premier ravito.

Catherine et Mathilde sont au rendez-vous du petit pont sur la Dourbies. La prudence est de mise sur le pont de bois et les galets du sentier : c'est la patinoire avec l'humidité ambiante !



Nous atteignons la salle communale où mes petites femmes se mettent en quatre pour me fournir des vêtements secs, recharger mes poches, et me délester des effets sales ou inutiles. Le chrono affiche les 6 heures de course !

Pour gagner du temps, je repars avec une poche en plastique garnie de mon ravito : c'est plus rapide de manger en avançant !

Les organisateurs réussissent encore à nous surprendre en nous faisant emprunter un autre chemin pour escalader la crête de Suquet. Il fait presque chaud pendant les parties exposées du versant sud. La fatigue commence à se faire sentir pendant la longue et glissante descente vers Trèves. Là aussi, le cadre est connu et reconnu. C'est dans la salle polyvalente habituelle que les bénévoles nous accueillent.

En revanche, un nouvel itinéraire nous est proposé pour gagner le prochain CP. Il va falloir tout d'abord suivre un cruel sentier en balcon au dessus du Trevezel pour rejoindre Cantobre.

Les moyennes s'effondrent lamentablement sur cette trace laborieuse. Le paysage est pourtant splendide en descendant ces gorges. A St Sulpice ça se corse avec des pourcentages bien sévères pour monter vers les Bouissades par l'Aven noir. Ouf ! je suis en vue de Cantobre ! Je sais qu'une dure descente m'attend maintenant, et je m'accorde une pause assis dans l'herbe pour prévenir mon escorte du retard inéluctable.



Avec Fred, 2 ans plus tôt nous avons déjà tâté de cette raide descente. Heureusement, là, il fait jour !

Les jambes répondent encore bien pour ne pas perdre de temps dans la descente bien plus digeste à la lumière du jour !

Un dernier mur nous attend pour escalader le rocher de Cantobre par la face nord SVP ! et atteindre enfin le dernier ravito. Evidemment, je me fais gentiment sermonner, et secouer avant qu'on m'envoie me faire voir sur le Roc Nantais ! Ben oui, c'est comme ça qu'on parle aux coureurs si on ne veut pas qu'ils s'endorment !

La première partie est hyper-raide, et progressivement la pente diminue. Il est même facile de courir en atteignant Le Martoulet (850m).

Ensuite, c'est presque le bonheur ! Dévaler le Roc Nantais en apothéose d'une si belle journée, c'est absolument génial. Je trouve même le moyen de refouler une méchante crampe qui apparaît à l'amorce de la descente.

Le chrono me déçoit un peu, mais il faut que je me fasse une raison et admettre mon passage du côté des diesel : classement 136/332 en 12h09 à moins de 130 b/min.

Je savoure : c'est peut-être la dernière fois que je parcours ces fameux chemins !



Merci à Jacques Cartron pour ses photos