



Voilà une course que j'attendais avec impatience. Après avoir bouclé de fort belle manière le parcours en 2004, je m'étais promis d'y revenir.

Valérie, mon épouse et moi-même serons accompagnés de Jérôme et Carole pour ce séjour sur cette île magnifique. Respectivement participants du Grand Raid et du trail de Bourbon.

Arrivée le lundi matin. Le soleil tranche avec l'atmosphère frisquette du dimanche soir sur Paris. L'accueil sur l'île est sympa. Punch et petits cadeaux dès l'aéroport.

Comme d'habitude, l'après-midi du mercredi se passe à St Denis sur le stade de la Redoute à la remise des dossards et des cadeaux partenaires. Nous y retrouverons Gérard, sur l'île depuis quelques temps.

Ce grand raid a vraiment pris son départ à St Gilles les Bains.

RDV à 17h05 pour le passage des navettes qui nous achemineront vers le départ. Huit cars qui se suivent, cela ressemble vraiment à une procession. Bien identifiés comme participants au Grand Raid, nous serons applaudis partout sur ce parcours qui prend des allures de départ à la guerre des combattants. Ceci donne une dimension supplémentaire à cet événement qui a des allures de fête nationale pour la Réunion.

Ce sera vraiment du temps calme pour nous. Nous en profiterons pour manger. Gatosport, gamelle de pâtes et bananes. Toujours ça de pris, départ dans 2h30.

Nous arriverons vers 20h à St Philippe où le car nous laisse au bord de la route. Impossible pour le car de prendre à droite pour descendre vers le stade. C'est complètement bouché. Un car y est déjà engagé et bloqué. Il y a du monde partout.

Nous nous dirigerons vers le stade, croiserons Jacques qui ne prendra pas le départ. Un filtrage est même en place à l'entrée des coureurs, afin d'éviter la bousculade. Contrôle des sacs, pointage.

Voilà c'est fait. Nous sommes isolés sur ce stade. Pas de pelouse, c'est terre et caillasse. 1h45 à attendre. Nous nous installerons au sol comme tout le monde, pas loin du podium où la fête bat son plein. Groupes de danse, musique locale, puis cracheurs de feu. Pour nous, ce sera derniers moments calmes. Allongés, la tête sur nos sacs, relaxation et relâchement total. Quelques têtes connues pas loin de nous. L'équipe de St Gilles, celui d'Ille et Vilaine, Patrice, son épouse, Jacques,...

Puis un soubresaut, 3/4h avant le départ, tout le monde se met debout. On ne sait pas pourquoi. On se lève, puis petit à petit, on avance. on s'approche de la sortie du stade. Sortie pas bien large, pour laisser partir pas loin de 2500 coureurs. Quelques mètres, une séparation au milieu, avec matelas en protection...

On ne réalise pas à ce moment-là le monde qu'il y a devant nous. C'est tellement serré. 1/4h avant le départ, prise de parole par l'équipe organisatrice. Jusque là, c'était plutôt animation de fête. Citation des coureurs placés à l'avant, puis attente des coups de canon.

22h00

Le départ est ainsi donné à 22h02. Dans un joyeux bordel. La sortie du stade et la remontée vers la grande route seront hyper serrées. Je crois qu'au marathon de Paris, ce n'est pas aussi dangereux. Accrochés aux sacs devant nous, mieux vaut ne pas tomber, sous peine de se faire piétiner. Les 200 premiers mètres seront vraiment chauds. Sur la route, ce sera la folie sur les premiers kilomètres. Du monde devant et loin. A se demander si tout ce monde était vraiment au stade. Une haie de spectateurs également.

Plus nous avancerons, plus cela se calmera. Dans cette cohue, avec Jérôme, nous parviendrons à rester ensemble. 3 km plus loin, on tourne à gauche pour emprunter la route forestière qui nous amènera à l'entrée du sentier du Puy Ramond. 700m+ pour ces 13km. D'abord au milieu des champs de canne à sucre, puis de la forêt. La pente est régulière, pas trop accentuée, nous en courrons une grande partie. Jérôme est un poil plus rapide, mais je garderais toujours le contact. Petit à petit, nous nous sommes extraits du peloton des coureurs, extrêmement dense au début. Nous arriverons ensemble au pointage-ravitaillement avant l'entrée du sentier.

23h46 15,9 km

Le grand raid prend tout son sens à ce moment-là. Nous venons de courir une quinzaine de kilomètres et là, c'est 1400m+ en 5km qui nous attend. Une autre dimension.

Sentier monotrAce, dans les racines, les cailloux, des 'marches' hautes. Montée à bon rythme, nous semblons à notre place, Le nez sur les talons de celui qui nous précède, nous effectuerons la montée d'une traite, hormis quelques légers bouchons en début d'ascension. Superbe montée technique en tout cas.

A l'approche du sommet, une image sublime, on devine l'éruption derrière la crête. Le ciel rouge au-dessus de celle-ci. Impressionnant déjà.

2h45 22 km

La pente se calme à l'approche de la bifurcation vers le parking du volcan. Depuis un moment, c'est terrain volcanique, rocailleux et plus cassant. Laisant sur notre droite le piton de Bois vert, lieu de notre ballade de mardi pour observer l'éruption, nous nous trouvons sur la crête de l'enclos. Et là, le volcan en éruption. Quel spectacle, tout le monde s'arrête. A 2 km, en pleine nuit, des rejets de lave et des coulées. Très impressionnant.

Puis ce sera le poste de pointage de Foc Foc, 1,6 km plus loin.

3h02 23,7 km

Pas de difficultés ensuite pour atteindre le ravitaillement Route du volcan, sur ce sentier emprunté quelques jours auparavant.

3h56 30,9 km Parking du Volcan

Premier gros ravitaillement, premier bilan. Soupe, coca, gâteaux et remplissage du camel. Au moment de repartir, je ne retrouve pas Jérôme. Je reprends le chemin. On se retrouvera un ou deux kilomètres plus loin, à la faveur d'un arrêt technique pour Jérôme.

Je serais frustré par la traversée de la plaine des sables. Il fait nuit. J'y étais passé de jour lors de mon premier grand raid (départ à 4h du matin) et la nuit, c'est nettement moins impressionnant. On n'a même pas la vision de cette montée du rempart de basalt.

Nous effectuerons cette ascension de manière soutenue toujours. Durant cette grimpe, nous aurons une vision plus haute du paysage. Le serpent des frontales en lacets au-dessous de nous avec la file qui traverse la plaine des sables aura des allures magiques.

Au sommet, je ne verrais même pas l'Oratoire Ste Thérèse. La concentration et le nuit m'en priveront.

Puis ce sera la lente descente vers Piton Textor. Sentier très caillouteux qui coupera à plusieurs reprises la route du volcan. C'est du trail plus simple comme on sait si bien le pratiquer. Ce ainsi jusqu'à la forêt de Bébourg.

5h31 40,1 km

Ravitaillement Piton textor. Soupe, coca, gâteaux, remplissage du camel. Coté digestif, ça commence à travailler dur. Après des dégazages nombreux sur la montée du volcan, dont je dois préciser, que je n'en suis pas le seul auteur, c'est un arrêt technique dans les buissons que je propose à Jérôme. Nous laisserons donc un souvenir sur cette partie de l'île.

Ensuite nous couperons la RN3 avant de rejoindre Mare à boue. Lieu où j'ai prévu de faire un bilan pour mes pieds.

C'est en trottinant et en marchant que nous y arriverons. Je me suis un peu affaibli avec ces soucis digestifs. C'est un peu dommage de ne pouvoir être plus dynamique sur cette portion de route.

7h05 50,4 km

Mare à boue.

La météo n'est pas bien engageant à ce moment-là C'est couvert, brouillard, limite crachin. Des lits sont là, nous nous y assoirons. Les couvertures sont humides, c'est pas le grand luxe ici.

J'ai un peu de mal à me restaurer. Je tenterais de manger un bout de poulet. La soupe passera plus facilement.

Je prends le temps de faire le bilan pour mes pieds. Je repasse une couche protectrice de mousse sur chaque pied. Pas de bobo pour le moment.

On ne s'attarde pas, le soleil semble même refaire surface. 12 minutes d'arrêt.

Les paysages à suivre ressembleront beaucoup à nos campagnes, des sentiers verts, très agréables. On avance, on se rapproche du col de Bébourg.

Le grand moment à venir sera une descente vertigineuse, dans une verdure impressionnante. Il faudra y mettre les mains, tellement, c'est technique et pentu. J'apprécierais beaucoup ce passage.

La grande nouveauté cette année sera cette traversée. Un sentier dans une forêt très dense.

Végétation luxuriante, des petits coins de paradis couverts d'arômes. Par contre, ce sentier se révélera très long et exigeant physiquement. Sachant ce que nous devons monter par la suite (le cap anglais), je m'astreins à ne pas céder sur cette portion. Si je fais des pauses ici, que sera la suite ! Avec Jérôme, nous continuons ensemble, à savoir se retrouver aux pointages ou ravitaillements au gré des rythmes de chacun.

Sur mon GPS, j'y retrouverais une séquence de 5,6 km effectuée en 1h27.

Nous sortirons de cette forêt par le gîte de Bélouve. Jérôme y profite de la fontaine ; Je continue et effectuerais la descente sur Hell-Bourg pensant qu'il me rattraperait.

Cette descente sera difficile pour mes pieds. Rocailleuse, elle me rappellera la descente sur Courmayeur sur la TDS. Avec les mêmes conséquences, des talons qui commencent à titiller fort.

11h39 71,5 km Hell Bourg

J'arriverais quelques minutes avant Jérôme à Hell Bourg. Il se plaint du genou, il cherche même un soutien médical.

Il repartira une dizaine de minutes avant moi. J'en profiterais pour m'asseoir et me restaurer. Soupe, coca, remplissage camel, et bidons énergétiques.

C'est LA DIFFICULTE du parcours qui nous attend. Le cap anglais.

La première heure sera parfaite, je monte bien. Je double même pas mal de monde. Cette ascension calme les ardeurs. Presque 700m+ sur cette première heure. La suite sera un peu plus compliquée.

Il va falloir y mettre les mains. Quand on pense que pour le trail de Bourbon, ils vont le descendre. Je retrouve Jérôme. Il temporise aussi. Faut dire qu'à un moment donné, on se pose tous sur un rocher afin de calmer le jeu. C'est quand même un sacré morceau que ce passage. Je continue à mon rythme. Je me dis que j'attendrais Jérôme là-haut.

Arrivé en haut du Cap Anglais, il reste tout de même 300m+ à grimper, mais c'est moins pentu jusqu'au gîte du Piton des neiges. Il m'aura fallu un peu moins de 2 heures pour avaler ces 1200m+.

15h12 81,8 km gîte du Piton

Pointage, plusieurs soupes, ça caille, je choisis de ne pas rester. Je suis trempé de sueur après cette montée sportive.

La descente du Bloc n'est pas une descente trop difficile. J'y serais malgré tout très gêné. C'est humide jusqu'en bas et ce ne sera que des rondins de bois. Impossible de poser le pied comme je le

souhaite. Ça glisse trop. Je suis obligé de poser le pied du talon. Je ne peux donc pas assouplir ma foulée. Je ferais donc une descente pourrie qui aura une influence énorme pour la suite. 1h18 de descente pour 1100m-.

Je suis heureux d'arriver en bas. Nous emprunterons la route sur quelques kilomètres. Et là, ça ne va plus. Je suis handicapé par mes talons. Je ne peux pas vraiment courir. Pourtant, c'est de la descente.

Jérôme me rattrape à quelques encablures du stade. Il vole littéralement et moi je me traîne. Nous sommes dans un état complètement opposé.

C'est dépité que je pointerai à Cilaos. Une minute derrière Jérôme.

16h55 89,9 km Arrivée Cilaos

L'organisation sur place a tout pour me déplaire.

Tout le médical est à l'entrée du stade au niveau du pointage. Nos sacs sont à récupérer au milieu de la pelouse, les accompagnateurs doivent rester derrière la rubalise. Pour manger, il faut sortir du stade, la douche et les toilettes sont sous les tribunes. Dans l'ordre, je grignoterais, j'irais me changer, lingettes prévues, douches froides d'après tout le monde et me faire soigner et strapper les pieds (talons). Jérôme est reparti, il a raison de profiter de sa dynamique.

Valérie est au bord de la pelouse derrière la rubalise. En tout, près d'une heure, pourtant sans perdre de temps. Je m'étais préparé une check-list, afin de ne rien négliger (même le changement de piles pour la seconde nuit)

18h04 Sortie Cilaos

Je regrignoterais avant de partir, accompagné de Carole et Valérie jusqu'au sentier qui quitte la route. La nuit tombera à ce moment-là.

D'abord en descente, traversée de quelques rivières, du tricotage pour trouver mon chemin. On descendra pas mal. Je ne suis pas vraiment au top sur ces portions et ce sera encore moins bien ensuite pour la remontée vers cette route que l'on traverse au ravito. Je gamberge durant ces deux heures, plus de jus.

20h13 97 km pied Taïbit

Je décide de me ravitailler. Manger du pain, du pâté, de la soupe, du chocolat. Je finis par avoir froid. Je repars, faut que je me réchauffe. Ça ira mieux. Dès que je monte, je sue énormément. Aussi dès que je m'arrête trop, la température corporelle redescend et c'est le choc thermique avec les vêtements trempés.

Ça grimpe et je m'arrête beaucoup. Je repars dès que quelqu'un passe, mais je ne peux pas suivre.

..

Depuis deux heures, mes petits calculs me font estimer à 24 heures de course pour rentrer sur La Redoute. Je n'avais pas dimensionné mon périple à cette hauteur. 35-40 heures maxi, c'est un élément de plus, difficile à appréhender. Surtout avec l'idée que mes ampoules vont empirer. Faut surtout pas oublier que c'est une bascule sur la course. Passer au col du Taïbit, c'est entrer dans Mafate. Pas d'échappatoire, Plus d'arrêt possible avant Dos d'âne.

La tête n'y est plus. J'y perdrais toute lucidité.

Après m'être trainé sur 1,5 km pour monter 300m+, je prends la décision d'appeler Valérie, logée à Cilaos à 5 km par la route. Je redescendrais au ravito d'où je viens et pointerai un arrêt prématuré sur cette course vers 21h45.

Valérie viendra m'y récupérer. Fin de l'aventure.

Du coup, j'aurais le plaisir d'accueillir Jérôme à la Possession (à 20 km de l'arrivée) et à St Denis pour son final triomphal. Bravo pour ce parcours terminé en 44h30. 395^{ème} sur 1444 cl.

Carole bouclera également le trail de Bourbon. 409^{ème} en 24h42, belle performance.

Voilà à l'heure du bilan, je ne suis pas fier. La semaine de vacances fut moralement plus facile. Un séjour sensationnel y sera pour beaucoup. La petite centaine de kilomètres effectuée n'a pas du tout perturbé la suite du séjour. Montée au Piton des Neiges, 4 jours plus tard. Le retour au pays sera plus difficile.

Le constat est accablant. J'ai arrêté au 100ème km. Pourquoi ?

Il est un fait, une très grande sensibilité au niveau du talon, que je ressentais avant le départ. Sur laquelle des ampoules apparaissaient. La descente caillouteuse sur Hell bourg a commencé à travailler sérieusement mes pieds. Talons et appuis sous le pied. Sur la route à Cilaos, j'éprouvais des difficultés à courir. Moralement, ça m'a fait très mal.

Quelques soins à Cilaos, ampoules percées et strapping ne présageaient rien de bon pour la suite. Je n'ai jamais pu me remettre dans le positif une fois reparti de Cilaos.

La tête n'y était plus.

La dégradation annoncée de mes pieds, conjuguée à une durée de course non programmée, démarrer dans le cirque de Mafate en étant mal, n'imaginant pas être capable de retrouver Jérôme, tout ça empilé explique plus ou moins mon arrêt après 100 km.

Avoir terminé dans les 200 en 2004 a sans doute mis le curseur coté performance trop haut également.

Je ne dois pas m'arrêter à ce moment. D'abord, on doit se dire que ce n'est que de la course à pied ou de la rando-course plus précisément.

De plus, le parcours que j'ai effectué est vraiment de toute beauté, particulièrement la forêt de Bélouve. Les 100 premiers kilomètres du grand Raid représentent sans doute la partie la plus difficile du parcours. Pour resituer la performance, c'est autour de la 400^{ème} place que nous avons pointé à Cilaos (sur 2500 partants). Je ne dois donc pas négliger cette performance et m'en référer pour la suite. Je referais volontiers cette course.

A l'heure où j'écris ces lignes, c'est vrai ça fait un moment que je suis revenu, faut dire que je n'avais pas digéré mon abandon, pas motivé, ni inspiré pour finaliser mon récit, j'ai rebondi sur un autre objectif pour débloquer tout ça.

Une autre course, pas ordinaire non plus, est devenue une manière d'oublier cette déconvenue. L'Origole courue le 4 décembre, parcours de 76 km en trois boucles avec un départ de nuit à 23h. C'est non sans difficulté que je bouclerais ce parcours très difficile, moins boueux que d'habitude et couvert de neige, avec les innombrables montées et descentes en vallée de Chevreuse en 11h12 tout de même (38^{ème} sur 104, 211 partants!).

Je me suis vengé, je me suis puni, je ne sais pas trop, mais finir une course, surtout celle-ci, c'est tout ce qui me fallait

Allez Jérôme, Carole, on remet ça quand vous voulez... Vacances incluses évidemment.

PS. Merci à tous qui nous avez suivi derrière vos écrans pour vos encouragements. Se savoir suivi est très motivant.