

CÉLESTE

LE MAG

Numéro 39

Janvier-février-mars 2019

Courir pour le plaisir : 40 ans que ça dure

La sapin de noël : j'ai les boules

Galopin : Un céleste d'ici mais surtout d'ailleurs

Gr 20 : Off corse

PRÉSENTATION

Nous voilà en 2019 !

Et comme on dit en chaque début d'année, on vous souhaite pleins de bonnes choses, des kilomètres à gogo, de prendre du plaisir … bref, de partager de bons moments 😊

Cette nouvelle année sera également l'occasion de vous proposer un « nouveau » concept mais patiente, les infos suivront sur votre site adoré 😊

Ah oui ! bookez déjà la fin août, une délégation céleste sera présente dans la capitale mondiale du trail … encore de bons moments en perspective !

Mais pour ça, il faudra user ses baskets sur les sentiers.

Dès lors, on vous donne rendez-vous à La Magnétoise le 17 février, au trail des Idylles le 20 avril, …. En attendant le 9 juin et les 100km Célestes (infos sur votre site préféré).

Sans parler du 13 octobre, l'Ultra Tour de Liège.

Bref, vous n'avez que l'embarra du choix 😊

Chapi

SOMMAIRE

Numéro 39 janvier-février-mars 2019

L'édito de Madness 04

Courir pour le plaisir :
40 ans 05



Galopin : un céleste d'ici mais surtout d'ailleurs 13



La pdm attitude 15

La sAPIN DE NOËL :
J'ai les boules 17



Les rêvasseries du Hogon 18

Gr20 :
Off corse 19



Becky:
une céleste découverte 25

Céleste game 28

L'ÉDITO DE MADNESS



Bon anniversaire !

40 ans ! C'est un fameux bail. Créé en 1978 sous l'appellation « Cross Santé », le club d'Olne a lancé bien avant tout le monde la notion de courir pour le plaisir.

Une de leurs devises, « Courir pour la forme et non pour la frime », colle bien à l'esprit céleste.

Et c'est tout naturellement que vos GOCC ont eu l'idée d'organiser une fête pour remercier Felix et son équipe de nous concocter chaque année de nombreuses courses que l'on peut réellement appeler trails.

Que de bons souvenirs à se remémorer, notamment du bon vieux chalet aujourd'hui disparu, et théâtre de quelques soirées mémorables !

Quatre décennies, c'est long. Il est temps à présent pour les plus jeunes de prendre progressivement le relais. Ce n'est pas encore vraiment le cas au niveau des organisations, mais bien sur les chemins et sentiers.

Quelques-uns ont emmené GLAD en Corse sur le GR 20, histoire de le tester…

Galopin a délaissé sa Hesbaye avec femme et enfants pour aller s'installer en montagne française, où il pourra se faire plaisir dans de gros dénivelés, à partager avec ses hôtes de passage.

De plaisir, il en était aussi question en cette fin d'année puisque nombre d'entre vous se sont retrouvés sur le difficile parcours des Gueules Noires ou sur la ludique Sapin de Noël.

L'occasion d'aussi partager un bon verre entre amis et de se souhaiter une année 2019 pleine de projets et de rêves. C'est également ce que nous vous souhaitons pour cette nouvelle année qui commence.

Madness

Courir pour le plaisir

Ce samedi 8 décembre 2018, sur les cendres du mythique chalet, Félix Mordant et son équipe de vaillants Célestes avaient décidé de marquer le coup pour fêter les 40 ans de « Courir pour le plaisir ».
Un chapiteau fut monté pour l'occaison, une ambiance de follie malgré une météo pourrie de chez pourrie.
Mais elle n'a pas eu raison des participants qui n'ont pas hésité, après avoir parcouru un semi, d'user leurs baskets sur la piste de danse et de se réchauffer la voix aux sons endiablés de Dj Marsu.
Mais au fait, connaissez-vous l'histoire de « Courir pour le plaisir » ?
Voici un historique conté par Félix alias « le Gourou » de cette fabuleuse aventure qui a commencé … il y a 40 ans !

Créé en avril 1978 à mon initiative sous le vocable « Cross-santé », le club prendra la dénomination "Courir pour le plaisir" en juin 1979 à l'occasion du 10ème anniversaire du Cercle Sportif "Le Levant Olnois".
A cette occasion, le 24 juin il y eut le premier jogging « organisé » au départ du terrain de football et gagné par Jean-Pierre Leroy.
À l'époque le club comptait une petite trentaine de membre dont il ne reste que trois survivants : Monique GILARD, Marcel BAGUETTE et …moi.
Par la suite, les séances étaient organisées au départ du cimetière tout comme les quelques allures libres ADEPS.
En mars 1984, Le Levant Olnois faisait l'acquisition de ce qui deviendra « Le Chalet Mythique » et dont la vocation première était de servir de club-house au tennis.



En avril 84 dans le cadre de la journée Sport pour tous organisée pour les 15 ans du Levant, un jogging était programmé et c'est aussi à ce moment, si ma mémoire est bonne que René Gérardy nous rejoindra.
Ce n'est que petit à petit, que les joggeurs ont intégré celui-ci bien j'y commençais les leçons d'initiation.
Cette même année, vous avions adhéré au challenge des Trois rivières. A l'issue de celui-ci en octobre 1985, et pour répondre à une critique de Pierre Bruwier, je mettais sur pied avec René les 5 Jogging d'hiver d'Olne et ce, les deuxième W-E de chaque mois de novembre à mars (hormis OSO et « arrangements » avec les Lucioles, nous respectons encore ce calendrier).
Le premier de ces joggings fut remporté ex-aequo par Léon Remont et Pierre Bruwier
Un an plus tard, le 9 novembre 1986, « A travers Olne » voyait le jour (c'était mon examen pratique d'aide moniteur de jogging délivré par l'Adeps).
Le 13 avril 1989, c'était au tour de Spa-Olne de venir gonfler les organisations olnoises.
En 1999 et 2000, Spa-Olne disparaissait pour faire place aux deux premières éditions du « Trèfle à quatre Feuilles ».
Ce 13 janvier 2019, c'était la 30ème édition.
Le 1 avril 2001, Spa-Olne reprenait sa place dans le calendrier dans lequel était venu s'incruster en novembre 96, « Olne-Spa -Olne ».

« Courir pour le plaisir », c'est un esprit, une philosophie… L'équipe de « Courir pour le plaisir » aborde le jogging comme une activité de loisir. Elle met l'accent sur l'accueil des participants. Ceux-ci deviennent des partenaires partageant le même plaisir.

« Courir pour le plaisir » a pour objectif principal d'amener un maximum de personnes à courir à l'aise, sans forcer, sans souci de performance. Le jogging est un moyen simple, accessible à tous, qui permet de (re)mettre le corps en action, de réagir contre la sédentarité mais aussi de développer ses capacités cardio-pulmonaires, de parfaire sa condition physique et de se "dé-stresser".

Faire cet effort en pleine nature et dans la bonne humeur constitue un excellent remède contre les « agressions » de la vie courante.

Courir pour la forme et non pour la frime pourrait aussi être notre slogan.

« Gagner ce n'est pas être premier. Gagner ce n'est pas battre les autres. Gagner c'est se vaincre soi-même (Kilian Jornet) ».

Chez nous, la compétition à peu d'importance, et si compétition il y a, c'est d'abord par rapport à soi-même. De manière générale, la participation prend le pas sur le résultat.

Courir doit devenir pour chaque participant un moment intense de joie, de plaisir, de relations d'amitié.

En plus de « Courir pour le plaisir » il y a aussi « Rouler pour le plaisir » et « Marcher pour le plaisir », un groupe de VTTistes et un groupe de marcheurs se sont en effet constitués, en parallèle au groupe de joggeurs.

Courir, marcher, rouler, … reculer les frontières pour avancer vers un monde de liberté, sans limite !

Comme expliqué ci-dessus, le samedi 8 décembre 2018, « courir pour le plaisir » a fêté dignement ses 40 ans d'existence en collaboration avec l'équipe des Lucioles.
Un chapiteau fut monté pour l'occasion sur le site de l'ancien chalet ! Même si le temps ne fut pas de la partie (averses à gogo, un vent à vous envoler), l'ambiance fut à la hauteur de l'événement ☺
Les coureurs ont répondu présents pour l'édition de « A Travers Olne » qui fut déplacé du dimanche matin au samedi après-midi 15h.
Plusieurs anciens en ont profité pour se montrer ☺
La soirée fut longue, l'équipe en cuisine et au bar ont assuré, une nouvelle fois ☺
Sans oublier la présence de St Nicolas qui a récompensé tous les coureurs sages présents ☺
Bravo à Félix et longue vie à « courir pour le plaisir » ☺

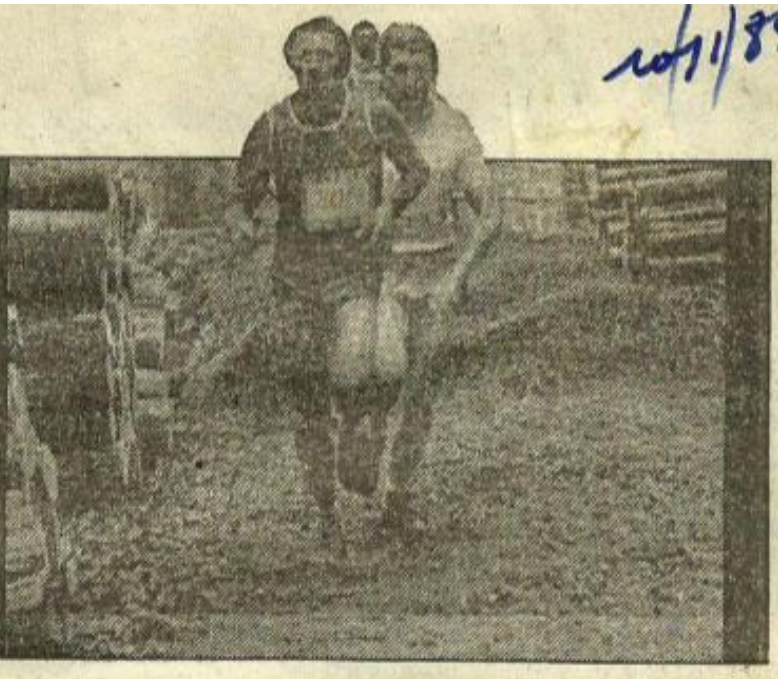




Ci-dessous quelques articles d'époques

10/11/85

Courir à Olne : le bon exemple



La saison 85 des courses populaires nous a valu une abondance de joggins. Avec des bonnes organisations, des moins bonnes... et de déplorables.

Souvent, il faut le dire, l'esprit d'une course de qualité n'est pas respecté. Souvent aussi, la course pour le plaisir se mue en une véritable compétition.

A Olne, une petite équipe continue à montrer l'exemple. Animé par Félix Mordant, le Levant Olnois se soucie d'abord du bien-être des coureurs.

Chaque dimanche, il accueille débutants et initiés pour des sorties par groupes de coureurs de même force. Les débutants y sont reçus avec le sourire... et avec respect.

Quand on parle de compétition, Félix Mordant n'insiste pas. Il organise cinq joggings pendant l'hiver, bien sûr, mais dans un esprit de fête et de sport santé avant tout.

Pas de prix mais une volonté d'encadrement des coureurs avec un échauffement dirigé, un encadrement pour l'initiation, des étirements et une aide dans la course (accompagnateurs éventuels et panneaux indiquant les temps moyens de passage pour proposer des cadences).

L'exemple à suivre...

F.M.



ATHLETISME • *Olne*

184 coureurs sur le Trèfle pour un marathon original

En fait, ce sont quatre boucles à la carte que disputent les coureurs à ce marathon d'Olne qui rencontre chaque année davantage de succès de participation.

À OLNE, le jogging « le Trèfle à quatre feuilles » n'est pas comme les autres.

Organisé par « Courir pour le plaisir », il propose une course marathon en quatre boucles, et chaque participant, selon sa forme du moment, peut choisir en cours d'épreuve s'il effectue une, deux, trois ou quatre boucles. Total : 12, 23, 32 ou 42 km.

L'an dernier, ils étaient 158 à l'arrivée. Ils furent cette année 184 au départ, et 172 à l'arrivée. Avec, bien sûr, divers vainqueurs par boucle. À l'interview, Claudine Fafchamps, 1re dame du 23 km qui, la veille, avait terminé... 2e au jogging de Blegny, battue au sprint par la Flémalloise Renée Menten.



Au ravitaillement... (Photo Le Jour-Le Courrier)

« Habituée des joggings d'hiver d'Olne, j'avais déjà effectué une longue distance, les 4 cimes de Battice achevées en un peu moins de 3 heures.

Ici, je venais pour gagner les 2 boucles, et j'en suis bien heureuse. D'autant plus que ce le fut avec la bénédiction de mon époux Yvon qui, relevant de blessure, n'a effectué que la première boucle du trèfle. Prochains rendez-vous : les joggings de la province de Liège et les chemins verts. »

Autre sportif en vue, mais après 3 boucles, Luigi Costabeber, un autre habitué des épreuves olnoises puisque déjà classé 5e à quatre reprises du Olne-Spa-Olne.

« J'ai fait du triathlon pendant 10 ans, mais si j'ai progressé en vélo, j'ai beaucoup perdu à pied. D'où un retour aux courses à pied. J'étais venu pour faire les 33 ou 42 km.

Mais après la 3e boucle, je ne sentais plus mes jambes. Alors, j'ai arrêté. Je pense que je vais tenter le marathon de Visé. »

Classements

12 km (49) : 1. Roger Maréchal, 50.54 ; 2. Philippe Lejeune ; 3. Jean-Marie Demonty ; 4. Serge Guerin ; 5. André Novoseluk ; 16. Sarah Balancier.

23 km (44) : 1. Luc Martin, 1.38.40 ; 2. Marc Basson ; 3. Jean-Louis Degueldre ; 4. Pierre Bruwier ; 5. François Mathus ; 23. Claudine Fafchamps.

33 km (26) : 1. Wally Walraff, 2.42.28 ; 2. Gilbert Lequeu ; 3. Luigi Costabeber ; 4. Willy Devos ; 5. Patrick Bika ; 19. Claude Cornil.

42 km (53) : 1. Jan Vandendriesshe, 3:07.32 ; 2. Philippe Lismonde ; 3. Bernard Nottet ; 4. Bertrand Verlinks ; 5. Alain Charlier ; 38. Isabelle Hennebresse.

J.P.D.



Claudine Fafchamps. (Photo Le Jour-Le Courrier)



Luigi Costabeber. (Photo Le Jour-Le Courrie

Léon Remont au 1er jogging d'hiver d'Olne

no 11/8

L'organisation du cercle « Le Levant Olnois » a obtenu un bon succès sportif et un autre fort apprécié aussi de sympathie. Pourquoi? Tout bonnement parce que cette fois, beaucoup de vrais joggeurs étaient au rendez-vous. Les « gros bras » avaient certainement jugé futiles les efforts particuliers des organisateurs pour accueillir les moins forts et les débutants. C'est un peu court de leur part. Car, il faut féliciter les responsables, MM. Mordant et Senden, d'avoir souligné les vertus et la technique du vrai jogging : échauffement dirigé, encadrement pour l'initiation et panneaux indiquant les temps moyens de passage pour proposer des cadences de courses. Du beau travail en vérité et qui mériterait d'être imité par pas mal d'organisateurs. Quand on sait qu'ils ne réclamaient que 50 F d'engagement restitués sous forme de T-shirt pour les participants qui auront disputé les cinq épreuves et dont la prochaine est fixée au 15 décembre prochain (10 h).

Preuve que l'épreuve fut disputée dans une belle ambiance sportive est qu'il furent deux à terminer dans le même temps, Léon Remont d'un rien devant Pierre Bruwier. Leur plus proche adversaire, Fernand Maréchal, était capable de terminer plus près s'il n'avait dû – amour marital oblige – tenter d'entraîner son épouse Monique dans son sillage. Maurice Dimblon en vétérans 1 et Edmond Demonty en vétérans II firent un parcours tout de régularité et en Dames, Marie-Louise Milazzo et Monique Gilard terminèrent avec leur sourire habituel.

F. Rd.

LES ARRIVÉES

1) (Ex aequo) Léon Remont et Pierre Bruwier, les 10 km en 37'29; 3) Fernand Maréchal, 39'17; 4) Roger Mossey, 39'31; 5) Jean-Louis Fransen, 40'26; 6) Maurice Dimblon (1 V.1) 40'26; 7) Hubert Lousberg (2e V.1) 40'27; 8) Claude Guidosse, 40'37; 9) Francis Decoster, 40'38; 10) Edmond Demonty (1er V.2) 41'07; 11) Jean Cabay, 41'50; 12) René Gérardy, 42'05; 13) Serge Fraiture, 42'21; 14) Serge Oncelet, 42'28; 15) Christian Tombeur, 42'40; 16) Georges Delhez, 42'48; 17) Alain Maréchal, 42'52; 18) Michel Drops, 42'55; 19) Alain Nagels, 43'34; 20) Jacques Donnay, 43'35; 21) Henri Camal, 43'36; 22) Philippe François, 43'43; 23) Michel Lheureux, 44'06; 24) Henri Hardy, 44'33; 25) Ray. Haas, 44'38; 26) Christian Geurts, 45'15;

DIMANCHE 21 AVRIL 1996

SPA - OLNE

30 KM



La course à nulle autre pareille...

La course tout terrain par excellence...

Une vraie course de montagne...

Un parcours exceptionnel sur un relief typiquement ardennais...

PROVINCE DE LIEGE SPORTS

Sous le haut patronage de
Monsieur J.P. GRAFE, Ministre des Sports.

Organisation : *Courir pour le plaisir*, **rue Froidbermont, 4 - OLNE**
Renseignements : René GERARDY - 041/58.98.37
Félix MORDANT - 087/26.88.58

Avec l'aide de la Province de LIEGE et de son service des sports.

LA MEUSE-LA LANTERNE
MARDI 19 AVRIL 1994



● *Qui, au départ de Spa-Olne, a osé crier: « Le baudet n'est pas celui que l'on croit... » ?*

Spa-Olne (Henri Herbet vainqueur): la course qui ne veut pas de Dominique Bonfond

« Je suis maudit. »

Ces trois mots résonneront sans doute encore longtemps dans la tête de Dominique Bonfond.

Dimanche, pour la troisième fois de sa « carrière », ce grand gaillard a en effet terminé deuxième. Lorsque l'on sait qu'il s'est également hissé à deux reprises sur la troisième marche du podium, on mesure mieux encore l'étendue de sa déception.

Son vainqueur du jour? Henri Herbet, un néophyte sur ce parcours.

Comme d'habitude, l'ensemble des participants ont apprécié le tracé du parcours.

Une particularité amusante: le vainqueur du « 30 » a été plus vite que celui du « 20 », qui lui-même a été plus vite que celui du « 10 ».

Pierron venu de l'arrière

Sur les 32 km, deux gros bras s'affrontaient. Et d'emblée, le Reidois Robert Zaradski (2e des Crêtes de Spa) prit les devants, pour mener jusqu'au 31e km. C'est alors que, revenu de l'arrière, le Sérésien Olivier Pierron lui brûla la politesse pour le dépasser, terminer avec une bonne vingtaine de secondes d'avance, et pulvériser le record de l'épreuve établi par André Malherbe voici quelques années en 2 h 03.48, l'amélioration étant de plus de quatre minutes.

« J'ai rattrapé Zaradski dans la côte des Gollet. En fait, je ne l'ai guère perdu de vue si ce n'est quand il y avait de très courtes lignes droites. Au départ, je l'ai laissé partir, parce que je savais que si je l'accompagnais, il allait à chaque fois relancer le rythme. Dans la dernière côte, j'ai senti que j'avais encore du jus, et je l'ai dépassé. Mais quelle magnifique journée: la victoire, un temps splendide, le record de l'épreuve battu et de la belle musique (U2) à l'arrivée. Génial. Cela étant, j'apprécie ce genre de course, où on peut mieux gérer son effort. J'aime de moins en moins les joggings de tous les dimanches. Je sens que je vais m'orienter vers les semis, et, pourquoi pas, vers les marathons. »

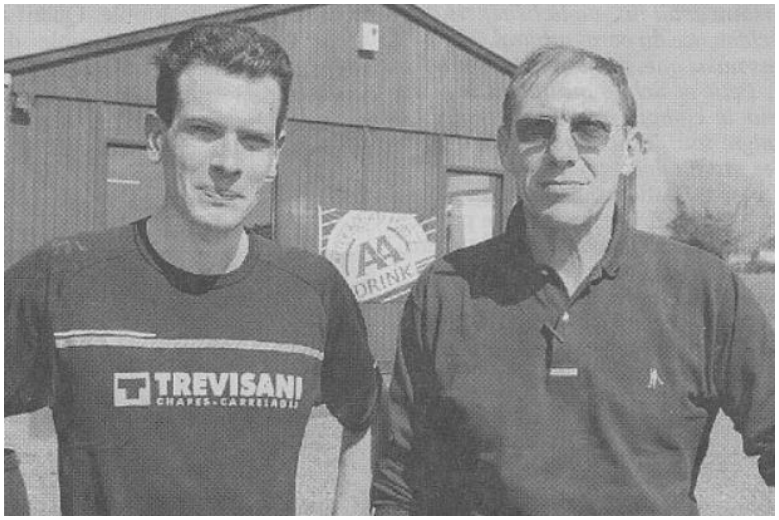
Quant à Robert Zaradski, visiblement déçu par la tournure des événements, il préféra tourner les talons et éviter l'interview tout comme la photo. Mais pas son poursuivant immédiat, le Fouronnais Raphaël Brabants, pourtant 2e l'an dernier ex aequo avec Paul Beckers du Olne-Spa-Olne.

« Oui mais aujourd'hui, les deux autres étaient sur une autre planète. Moi, je suis heureux de terminer 3e et d'avoir battu Coura. »

Classement

1. Olivier Pierron, 1h59.30; 2. Robert Zaradski, 1h59.57; 3. Raphaël Brabants, 2h15.32; 4. Yves Coura; 5. Didier Piron; 6. Eddy Tonka (Fouron-St-Martin); 7. Werner Kerris; 8. Bernard Mathieu (Sart-lez-Spa); 9. Philippe Lismonde; 10. Rainer Lutkehus; 12. Robin Kupper (La Calamine); 15. Michel Cramillion (Welkenraedt).

Jean-Pierre DOBBELSTEIN







Un céleste d'ici mais surtout d'ailleurs

Olivier Dawirs alias « Galopin » habitait du côté des talus monstrueux de la Hesbaye ! Il est le fils de notre Mercator adoré ! Sa passion est la montagne et sur un coup de tête, le voilà dans le Champsaur … Explications :

Qu'est-ce qui t'a « poussé » à t'expatrier ?

La vie … tout simplement. Une multitude de petites choses anodines (ou presque) qui, misent bout à bout, forment ce qu'on pourrait appeler le destin. Au plus loin, il y a sans aucun doute l'amour des montagnes, découvertes des Alpes durant nos vacances familiales chaque été ou presque. Ensuite il y a eu des études en Gestion Hôtelière, l'envie de travailler dans le monde merveilleux de l'hospitalité. La rencontre d'Amélie, sur les bancs de l'ISGH et de la Citadelle, avec l'envie sur le long terme d'avoir notre établissement à nous ; petit hôtel, restaurant, chambres d'hôtes …
On en rêve sans trop y réfléchir. Et enfin, Arabelle et Clémentine qui sont venues pimenter notre vie ; avec pour nous jeunes parents l'envie de leur offrir un splendide cadre de vie. Alors quand la chance de reprendre des chambres d'hôtes dans les Hautes-Alpes s'est présentée, sans que nous n'y pension même plus, nous avons étudié le projet … et puis préparé nos valises !



Peux-tu nous retracer le parcours de ton départ et surtout ce que tu fais là-bas (et pourquoi avoir choisi cette région) ?

Tout a commencé en juillet 2018 lorsque les parents d'Amélie sont revenus de vacances dans le Champsaur. Ils apprennent dans la foulée que les chambres d'hôtes dans lesquelles ils ont logés sont à vendre ; nous en parlent, et puis hop ! S'en est suivi un long chemin (mais on aime ça les longs chemins quand il s'agit de trail …) remplis de démarches et d'embuches avec les banques, l'administration, le notaire, les propriétaire, l'agence pour vendre en Belgique, …
Et les paperasseries ne sont malheureusement pas encore finies !
Quoi qu'il en soit nous sommes installés depuis le mois de Juin, dans 'notre' Champsaur-Valgaudemar d'adoption. Déjà une première saison derrière nous avec un été plein de travail pour accueillir nos premiers hôtes, nous installer et découvrir la région. Le choix de la région … est dû au hasard. On ne connaissait pas le Champsaur, au Sud du massif des Ecrins. Au final, c'est un endroit magnifique qui mériterait beaucoup plus de mise en avant touristique. Mais nous n'avons ni le Mont-Blanc, ni les Pyrénées à traverser … Au Sud des Alpes, nous profitons d'un superbe ensoleillement, de magnifiques montagnes jusqu'à 3163m avec le Vieux Chaillol et surtout d'une montagne qui a su garder son côté sauvage et naturel. Un véritable petit paradis que nous vous invitons, évidemment, à venir découvrir.

Comment se passe une journée type ?

Tout dépend de la saison … en haute saison (été / hiver), les journées sont bien rythmées … 6h : réveil pour préparer le petit déjeuner. 7h : nos deux petits anges débarquent pour les petits-déjeuners aussi. Ensuite service du PDJ pour nos hôtes et rangement.
Il est déjà facilement 10h. Nettoyage des chambres, bricolage, et courses (alimentation, vin, bière … et Genepy quand ~~Glacé~~ Genepix, Chapi et Grand Parrain sont là …).
Si j'ai un peu de temps libre, c'est souvent en début d'après-midi. Alors évidemment, je saute dans mes chaussures et pars à la découverte des sentiers. Je n'en dis pas plus, de peur de jalousies extrêmes J. 16h, c'est l'heure du goûter et le retour de nos hôtes d'une belle journée de rando. Casse-croute, thé, bière, … tout y passe. Je profite un maximum avec les filles. Pendant ce temps-là, Amélie s'escrime en cuisine pour préparer le repas. 18h, repas en famille avec les filles. 19h30, service à la table d'hôtes. 22h, rangement … 23h … dodo !
En saison basse c'est évidemment plus calme. On adapte le planning avec : siestes, sorties longues, ski, rando, shopping, piscine, dessin, bricolage, … Tout ce qu'on n'a pas trop le temps de faire quand c'est chaud.



Et au niveau du running, c'est le paradis ?

Je pense que je ne suis pas à plaindre … Nous sommes au pied des montagnes, des sentiers de tous côtés. D'immense espaces naturels à découvrir et sillonner. On peut alterner les pratiques à souhait : parcours rapide « ardennais » à flanc de montagne, circuits vallonnés sur les crêtes alentours, dénivelé maxi' vers les cols et sommes, et un peu d'Alpi-Trail – nouvelle discipline que je viens d'inventer – course / trail en 'marche' d'approche pour un sommet choisi suivi d'un mode plus escalade / alpinisme pour grimper les derniers mètres du sommet choisi. Plaisir 200% garanti !
Un petit bémol ? Faut faire des km pour trouver une piste d'athlétisme et une bonne séance de VMA J Hahahaha !
En hiver, on peut ajouter de la raquette, du ski ou ski de rando. Je n'ai pas encore tout testé.

As-tu des anecdotes à nous raconter depuis ton arrivée ?

Plein … évidemment … La folie de notre première semaine pour tout ranger avant d'ouvrir ; la folle visite de quelques Célestes ; les comparatifs d'expressions belges & françaises 'huit' et 'oui' 😊, les petits bonheurs en tout genre ; ma première sortie longue … sans rien à manger aïe ; le patinage sur glace outch ; … et tout un tas de choses sur nos clients que nous ne publierons pas dans un Mag' avec une telle audience.

Les frites ne te manquent pas ?

Champsaur vient de Champs d'Or. Le bocage champsaurin … On cultive ici ! Les pommes de terre sont très bonnes, et nos petites mains belges n'ont pas oublié comment faire de bonnes frites. Venez les gouter ! Bon c'est vrai qu'à notre retour en Belgique pour Noël, on s'est fait le plaisir en allant chercher un paquet au fritkot. Ca ici, c'est inconnu … Un marché à prendre pour qui veut venir s'installer !

Pour conclure ?

On vous attend tous avec impatience ! Pour des vacances, un weekend choc, un Off au long cours … Ce sera avec plaisir. Et la cave est encore remplie de Céleste & bières belges importées. Pour le plaisir de les partager avec des amateurs.
Donc … www.chambres-hotes-le-cairn.com … Ah oui, la réfection du site web est en cours … Suivez nos petits aventures aussi sur Facebook : https://www.facebook.com/LeCairnCharbillac

La PDM attitude

Première fois

Il y a des premières fois, il y a des dernières fois…

Je me rappele de mon premier séjour en Afrique, entouré de nombreux amis, avec Amélia mais surtout et c'est pourquoi j'en parle aujourd'hui, avec mon ami… un homme qui en m'incitant à l'accompagner a contribué à changer ma vie…

Je me rappele de mon dernier séjour en Afrique, entouré d'un peu moins d'amis, avec Amélia mais surtout, toujours avec ce même ami… pas un voyage sur ce continent sans lui et ils furent nombreux, des millions de souvenirs en commun… des sacs entiers (on ne voyageait jamais sans des sacs de la poste remplis de vêtements à distribuer) d'idées partagées avec une complicité inaltérable…

C'est la première fois que je voyage sans sac de la poste, entouré de trois amis, avec Amélia… et sans mon ami…

Je t'aime Louis, nous allons passer un magnifique séjour, j'ai mis mon beau t-shirt et la première goutte de l'apéro ira aux ancêtres…

On sera bien… et ce ne sera pas la dernière fois…

ZONE DE QUIÉTUDE

J'ai pris pour habitude, lorsque je suis seul à midi de me trouver un but, de m'inventer un espace, un endroit dans la nature où je me téléporterais bien… je m'arrange pour que cette téléportation soit réalisable moyennant, au pire et au grand détriment de mon empreinte carbone, quelques minutes de voiture… je me stationne ce lundi là de manière à n'atteindre mon but qu'en cours de promenade et je sors de ma virtualité… la trace n'est pas établie mais je sais par où elle passera… Il pleuvine, un temps à ne pas mettre un sanglier dehors, encore moins un chevreuil mais qu'importe… je déambule dans les chemins, personne… je passe un échalier, tiens, il est nouveau… on a retracé ce chemin, l'homme permet à son semblable de pouvoir franchir ces prairies sans ramper sous les clôtures… l'homme est bon… je sors de ces prairies, je descends un large chemin puis sur ma droite, un autre chemin, un écriteau… propriété privée… je touche au but… un grand espace dégagé dans lequel s'engage ce chemin herbeux bordé de part et d'autres de zones de prairies bien entretenues (lisez fauchée) avant la forêt… Un deuxième écriteau attire mon attention… accès interdit, zone de quiétude, veuillez respecter ces lieux pour le bien-être des animaux… mais je ne leur veux rien de mal… et tout à coup dans la brume, j'aperçois un, non, deux miradors…

Zone de quiétude avaient-ils annoncé… mais pour qui ? L'homme est-il Bon ?

j'ai poursuivi ma route, pardon, mon chemin… puis non, je suis sorti du chemin tracé par l'homme et pour l'homme et j'ai rejoint mon point de départ hors sentier, et je n'ai pas vu le temps passer…

LA sAPIN DE NOËL

Le calendrier est saturé !
Ca, c'est pas une constatation, c'est un fait avéré !
Alors quand la fin d'année arrive, on se dit tous : « ouf, on va pouvoir respirer ! ».
Mais en 2010 (déjà !), un certain Cédric Joie mieux connu sous le pseudo céleste « Sapin » (faudra un jour qu'il nous explique publiquement le pourquoi de ce pseudo 😉) à l'idée de de créer un moment convivial entre les fêtes de fin d'année, une période où il est à Liège … comme il dit 😉 (En effet, Sapin crèche du côté de Millau - cfr le mag n°5-), ça donne une course d'orientation, une chasse à la balise ! pardon ! une chasse à la boule de Noël dispersée un peu partout dans les environs du QG.
180 minutes et pas une de plus (enfin si mais alors on est pénalisé), un pur bonheur, un moment ludique, un moment partager par équipe de 3.
Après, pas de douches, de la bière (plusieurs sortes), un foodtruck, … des sourires, de la bonne humeur, bref un moment bienvenu dans ce monde qui perd la tête !

Mais Sapin, pourquoi avoir organisé cette sAPIN ? :

« J'avais participé à une course sur ce format il y a bien longtemps, organisée à Esneux par Henry Legros à l'époque des Night Raids, Raid de la St Valentin, …
La première édition, en 2010, s'est déroulée à Fontin. La salle est devenue trop petite au fil des années, enfin c'est ce que nous pensions. Nous avons alors mené une analyse de fond pour nous apercevoir qu'en réalité la salle ne rapetissait pas mais que nous recevions de plus en plus de monde. Nous nous sommes donc déplacés à Plainevaux pour trouver une salle mieux équipée et plus spacieuse. Mais ce n'est pas du définitif.

Quand au format : chasse à la balise de 3h en équipe et de nuit. Au bout de 3h tout le monde rentre, le raideur confirmé comme le parfait novice. On n'attend pas le dernier qui arrive 4h après tout le monde.



Quand à la date : entre les fêtes de famille c'est un moment que nos fidèles attendent pour aller prendre l'air, voir des potes et boire des bières avec un bon repas.
Quand à la l'équipe : je m'occupe de la com' sur la page de l'évènement, et de l'application qui nous permet de flasher les balises. Arnaud (Salmon) apporte la structure à l'organisation (prise d'inscription, salle, brasseur, food truck, traçage et impression de la carte). Mais n'allez pas croire que je manque de structure !!
Le bilan de cette superbe 9ème édition ? Notre plus grand plaisir est d'avoir des potes qui ne sont pas du tout coureurs se lancer de nuit en orientation alors qu'ils ne font pas ça le reste de l'année !
Et pour conclure, j'ai lancé le 12 janvier la première édition à Millau, sur le Larzac !

Bref, rdv en décembre 2019 pour la prochaine édition ! »



Les rêvasseries du Hogon



Fernand Maréchal alias « le Hogon » est notre Jean-Luc Fonck à nous. Bien qu'il soit à « la tête » de l'asbl Solidarité Dogon, cela ne l'empêche pas de rêvasser à un monde meilleur et de sortir sa plus belle plume pour l'exprimer. Un vrai phénomène !

Pour avancer dans la vie, faut bien viser devant.
Même si, au fil de la progression, il nous arrive de temps en temps de vouloir mettre la marche arrière.
Tout petit, d'abord réussir ses études. Etre poli et, en même temps, gentil. Surtout avec ses parents.
Un peu plus grand, diplôme en poche, trouver un bon boulot. Pour prendre sa place dans le trafic. En adulte ?

Puis, coup d'œil à gauche, coup d'œil à droite, chercher à se placer.
Trouver un bras droit, une épaule bienveillante, ... Et tout doucement construire sa vie. Un peu de briques, beaucoup d'amour, un peu de fric, surtout de la tendresse. Enfin, on voit plutôt les choses comme cela. D'autres ont tendance, trop souvent, à vouloir inverser l'ordre des priorités. A chacun sa route...

Facile à programmer. Plus dur à réaliser. Y a souvent plus d'impasses que de boulevards. Et quelques murs à escalader.
Heureusement, de joyeuses réussites en fulgurants échecs, y a toujours un chemin à parcourir. Et, Dieu merci, une nouvelle trace à découvrir.
Et, quand on se rend enfin compte qu'on n'arrivera pas au bout de l'aventure, à profiter du moment présent sans plus miser sur l'objectif à atteindre.

En course à pied, comme dans n'importe quelle autre activité, il n'y pas davantage de solution miracle.
Le marathonien essaie d'abord d'arriver au bout de ses 42 kilomètres 195, puis de battre ses records, puis, quand les ans s'accumulent, de faire de son mieux. Tout simplement.
Avant de passer à autre chose...

Au jour d'aujourd'hui, je peux vous dire que c'est un grand bonheur de poser ses petits pieds fatigués dans un peu de boue, de se sentir chavirer après trois célestes et de découvrir que certaines sexagénaires ont un sacré sex-appeal.

Et de finir par confondre une soirée d'après-course balayée par le vent avec une folle soirée disco en boîte de nuit.
Ca s'est encore passé hier, du côté d'Olne.

Et cela se passera encore sous peu, au fil des trails à l'ancienne...

GR 20 : OFF CORSE

Jour 1 (William) Calenzana- Ascu Stagnu : 22,1 km 3.239 m+ 2.127 m-

Quoi de plus beau comme cadeau qu'une revanche sur le destin (et le GR20) ? Tel était le présent des gamins célestes à Glad à l'occasion de ses 50 ans. Alors que l'été voit approcher son crépuscule, notre célèbre gladiateur entame le fameux GR20 avec ses quatre prodiges. Parmi ceux-ci, nous retrouvons : Toitoi (Antoine), l'éclaireur ; Rere (Renaud), le photographe et cameraman ; Toto (Thomas), l'accompagnant et Wiwi (William), l'infirmier. Tonton Glad est bien entouré avec ses quatre neveux.

Au petit matin, dans le village de Calenzana, le quintet foule donc les premiers mètres du célèbre GR corse. Rendez-vous dans 5 jours à Conca ! Nous partons avec le strict nécessaire (vêtements, un peu de nourriture et de la gnôle, sans oublier les clopes de Glad). Antoine prend directement les commandes et impose un rythme soutenu. Thomas gerbe le pastis mal digéré de la veille. Glad ralentit l'allure du groupe. Renaud et William tentent de se réveiller. Vers 8 h, nous arrivons à la Bocca a u Saltu dans les temps dictés par l'estimateur de Mercator.

Le jeune quinqua trouve l'endroit parfait pour une pause. Tout le monde dépose les sacs, Glad allume sa première cigarette. Excellente initiative, car la suite du tracé se transformera en enfer pour lui. En effet, les portions techniques et minérales commencent. Les gamins s'en donnent à cœur joie tels des mouflons, mais le gladiateur n'est pas de la race des chamois. Gambader dans les pierriers, s'aider des chaînes, sauter de rocher en rocher, très peu pour Tonton Glad. Or, nous ne sommes qu'au début !

Nous rejoignons le premier refuge vers 10 h, celui d'Ort di u Piobbu, dans le respect du timing. Pause déjeuner avant de repartir dans le technique. Malgré le désamour qu'éprouve Glad envers ces passages, il admet tout de même que les superbes paysages valent le coup de passer à travers ces satanées portions rocailleuses. Nous passons de bocca en bocca et tutoyons les 2 000 mètres d'altitude.



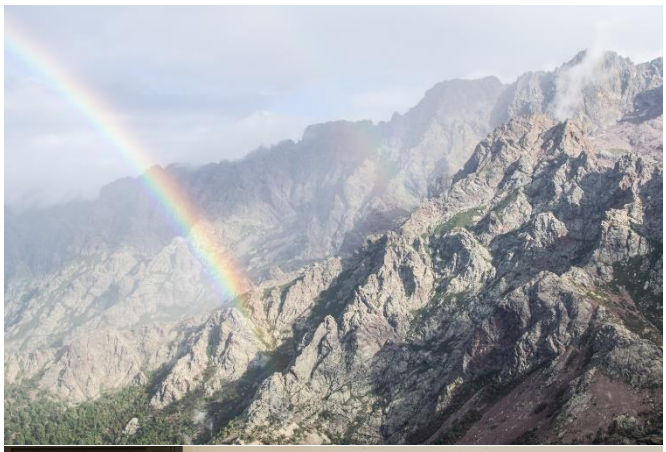
Nous descendons seulement pour nous rendre au refuge de Carrozzu, légèrement en retard sur l'estimateur. La première pluie de notre périple nous accueille à notre deuxième halte de la journée. Omelette et Coca (à défaut de Pietra) pour tout le monde, clope en supplément pour le gladiateur. Pas le temps de s'attarder, il faut respecter le timing. Nous redémarrons illico presto à l'assaut des boccas. Le balisage nous emmène d'abord à la passerelle de Spasimata afin d'enjamber le ruisseau éponyme avant de gravir un somptueux canyon dans une vallée encaissée.



Ensuite, nous continuons notre périple dans les sentiers minéraux, au grand plaisir de Tonton. Antoine est le premier de cordée, les autres suivent. William et Thomas, en fin de cordée, font connaissance avec les flatulences méthaniques de Glad. Alors que nous

atteignons la Bocca di a Muvrella, nous subissons la seconde averse de la journée. À peine le temps de sortir les ponchos qu'elle s'estompe déjà. Tant pis pour le panorama au sommet du col, les nuages en ont décidé autrement.

Nous poursuivons donc notre chemin vers la Bocca di Stagnu et le refuge Ascu Stagnu. Comme nous sommes en retard sur le timing, Antoine décide de passer la deuxième afin d'arriver à notre lieu de villégiature avant la fermeture. Le reste de la troupe avance à son rythme. Une fois arrivés à la Bocca di Stagnu, nous apercevons le refuge en contre-bas, mais, surtout, un arc-en-ciel qui surplombe la vallée ainsi qu'un troupeau de mouflons sur une crête rocheuse. Renaud dégaine immédiatement l'appareil photo et la GoPro. Il capture définitivement cette scène qui figurera dans notre top 5 du GR20.





Après cet instant photographique, Tonton Glad et ses trois neveux descendent au refuge rejoindre Antoine. Apéro-time avec des Pietra, suivi du souper avec un plat typique corse (pâtes, légumes, champignons et pancetta) Pour terminer avec le pousse-café (Pastis). Nous papotons avec d'autres randonneurs croisés sur le parcours avant d'aller dormir. Sous les conseils du gardien, nous partirons une heure plus tôt demain.

<u>Jour 2 (Renaud) Ascu Stagnu – Manganu : 38,0 km 2.991 m+ 2.812 m-</u>

4H30, premier émerveillement du jour : l'étalage militaire des équipements de Glad sur la table (désormais baptisé Glad la Chipotte), occupé à compartimenter chaque objet. Beaucoup de ces objets me sont mystérieux, mais je sais que Glad, en véritable pakistanais me sauva la mise concernant le papier Q plus d'une fois (à ses dépens hihi), je ne me moquerais donc plus jamais de ce trait si particulier à notre cher tonton pouvant se révéler salvateur.

On plonge dans l'immensité obscure, percée dès lors par les 5 loupiotes cheminant le long de ce torrent en fond de vallée discernable par sa mélodie remplie d'écho, faussant l'image que l'on s'en fait. Un moment, boum, 90 degrés à gauche on traverse et on entame une belle grimpette de 1200m vers le secteur du Cintu. Les crépuscules en montagne ont tendance à me plonger dans une certaine sérénité admirative. D'abord le noir profond bleui, permettant à notre rétine, lorsqu'elle vagabonde hors du halo, de percevoir le gros des reliefs avoisinant. Ce moment se révèle parfois vertigineux, en contrebas le trou noir, en hauteur les silhouettes écrasantes du plus haut coin de l'île. À mesure que nous escaladons, le voile se lève doucement, visuellement, on rentre dans un moment terne et ombrageux qui a quelque chose d'onirique.

On distingue maintenant la sublime vallée en col qui s'impose comme le seul chemin possible. De grosses dalles en pierriers, avec quelques paliers, je pars un peu devant dans ma bulle. Les couleurs s'accentuent, le soleil jaunit la rocaille grisâtre, le bleu profond du ciel annonce la belle journée. Au détour d'un visu, Thomas, plus bas, m'annonce que Glad fait une pause microsieste dont il a le secret. Les photos témoigneront d'un homme en position fœtale endormi dans les cailloux, deux bâtons en oreiller. Quelques dizaines de secondes plus tard, l'homme semble refait et redémarre.

Arrivé à la bocca, c'est-à-dire tous ces hauts de col précédant une bascule en descente, on voit le Cintu, la tête dans une masse nuageuse dense qui nous découragera d'aller le titiller. Mais waw, l'endroit

resplendide, dominant et perché, le GR continue un peu à flan des hautes crêtes avant de trouver la bonne vallée dans laquelle plonger. Bien mis en jambe par l'ascension, la gravité débridant, on jouera à courir quelques sections avec Thomas et Antoine. Pas simple, mais fun, de retrouver une position et des appuis confortables avec un sac de 6kg !



Petite pause en bas, puis on repart sur une montée plus douce, mais néanmoins technique, avec pas mal de franchissements, déjà nombreux les premiers jours, ceux-ci nous font douter sur l'adéquation des bâtons qui deviennent souvent encombrants (je pense qu'on remarque plus vite les moments où ils nous gênent, faussant peut-être cette perspective, le sud se révélera assez bâtonnable). Glad à un gros coup de mou, moment de doute, il traîne, mais en haut retrouve un second souffle assez impressionnant, il ne nous inquiétera plus du séjour.

La suite nous mène à une remarquable plaine de gazon tracé d'une courbe d'eau sinuant vers un lac à ras du sol dont les doux contours ondulés contrastent avec les angles tranchés des montagnes nous encerclant. Ce premier vrai plat fait bizarre, Antoine accélère, anticipant l'heure tardive d'arrivée qui pourrait nous valoir notre souper non réservé. Il disparaît. Ce moment roulant est ponctué par un abri rempli de gens, nous nous y méprendrons en pensant être arrivé, l'hôte pointe une construction à l'autre bout de la prochaine vallée : « Le voilà votre refuge ».

Le soleil commence à décliner, nous invitant à ne pas nous attarder. On repart dans une longue plaine, avec en bout de mire notre refuge grossissant. Enfin arrivé, un brin en retard par rapport à l'horaire conventionnel.

Les négociations d'Antoine, déjà changé, furent fructueuses, les repas sont prêts à point. Ce soir on s'allège du Whisky, mais le gardien en bon inflexible nous chasse de la pièce de vie.

On ira cussoyer sur la terrasse accueillant le vent mordant de la vallée par laquelle on arrivait, engaillardi par cette chaleur diffuse nous envahissant à mesure de gorgées, et de conscience du moment. L'ambiance est si bonne, que tout le bon peuple endormi du dortoir à du le comprendre à notre retour indélicat. On sait, au fond, qu'on sera reparti le lendemain avant de pouvoir entendre la moindre réprimande !

Jour 3 partie 1 (Renaud) Manganu-Vizzavona 27,7 km 2.326 m+ 3.007 m-

Si ce n'est de légers relents, l'eau du torrent et l'air de la montagne font vite oublier la mauvaise facture du whisky de supermarché de la veille. Avec tout ça un p'tit dej bien placé. On repart à la frontale vers ce versant en ubac à monter, technique, qui nous fait vite oublier la fraîcheur frissonnante de l'aube. Le soleil se lève de l'autre côté à en juger par la silhouette d'ombre mouvante monstrueuse tapissant le décor dans notre dos. On grimpe vers un passage appelé la Bocca alle Porte. La porte.

C'est réellement ça, un portail naturel, large de quelques mètres, incurvé dans la muraille infranchissable qui se dresse. Je pointe en haut en premier, quel blast. À peine passé le visage au-delà du dernier rocher pour mirer enfin la suite, qu'un vent puissant me prend mêlé à l'éblouissant rayon de lumière du soleil nu pile en face. Une pichenette divine. Je me surmonte et me déplace de quelques mètres latéralement et en instant, le vent n'est plus. Une rivière invisible de vent débite sa puissance dans cet étroit passage. En attendant les autres, je joue à en cerner ses limites invisibles, en palpant.

C'est fascinant cette différence d'intensité en quelques centimètres. Niveau panorama on a un cirque abrupt où repose au fond deux lacs. Le chemin nous fera prendre le contour du cirque sur la droite par les crêtes, superbe section. J'aime beaucoup ces endroits qui font, je crois, un des charmes du GR20, où la trace pédestre disparaît pour ne laisser qu'une montagne nue avec un marquage idéalisant une direction, mais laissant une liberté subtile.



Une descente courte et raide nous dépose au refuge suivant tenu par un authentique, l'homme âgé et loquace nous éclaire sur l'histoire du GR20 et ses origines alors qu'il n'y avait que 7 étapes, il nous rappelle les difficultés d'époque et nous explique son système de ravitaillement du refuge, à dos de mule ou en hélico. Après quelques grandes plaines peuplées de chevaux et de moutons on aperçoit le refuge d'Onda précédant un prochain gros col.



<u>Jour 3 partie 2 (William)</u>

Le dîner au refuge d'Onda était copieux, voire bourratif. 400 gr de pâtes par personne, le cuistot n'est pas avare avec les quantités. Nous repartons, l'estomac bien chargé, vers la dernière Bocca de la journée, celle de Muratellu. Le groupe doit fournir un effort supplémentaire dans l'ascension, car la digestion se révèle plus longue que prévu. Une fois arrivé au sommet, Glad suggère une courte pause. Elle est acceptée à l'unanimité.

Nous redémarrons et entamons la descente vers Vizzavona, localité du gîte. Le début est, de nouveau, très rocailleux. Séance de jeu pour les quatre jeunes, ils sautillent d'une pierre à l'autre et essaient de ne jamais toucher le sol. Glad, lui, s'abstient. Après la portion technique, le décor hange : les paysages deviennent plus boisés.

Le sentier longe un joli ruisseau, ainsi que des vasques et des cascades. Tout le monde a envie de se baigner, mais il faut résister à la tentation si nous voulons rejoindre Vizzavona avant le coucher du soleil. Dès que nous sortons de ce magnifique passage, les chemins s'élargissent et le terrain s'aplanit. Glad enclenche le pilote automatique dans cette partie interminable. Lesneveux suivent péniblement. Heureusement, le village d'arrivée se rapproche.

Là-bas, nous profitons d'un beau gîte spacieux. Nous buvons d'abord quelques Pietras sur la terrasse où nous rencontrons des Olnois. Ensuite, juste après une douche revigorante, nous soupons au restaurant. Burger corse pour tout le monde. Un plat différent après trois jours de pâtes sauce tomate, c'est bon pour le moral. Enfin, nous prenons un dernier verre avant d'aller nous coucher. Le quatrième jour sera long.

<u>Jour 4 (Renaud) Vizzavone – Usciola 41,5 km 3.322 m+ 2.492 m-</u>

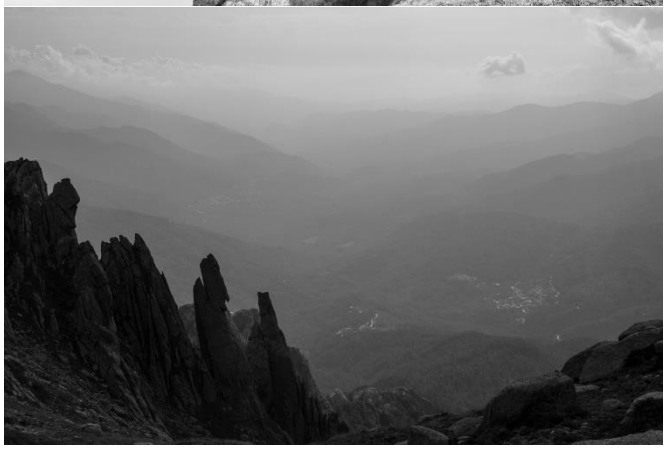
La fin de nuit se déroule sur un sentier forestier partant de Vizzavone vers les dernières hauteurs de l'île, dans l'âpreté de la fatigue accumulée, on s'arrête 5 minutes pour que Glad fasse sa micro sieste quotidienne. On débouche dans le minéral dégarni vers la première bocca sous l'éphémère ciel rose/violet offrant des reflets surréels aux belles montagnes avoisinantes. Le haut de cette Bocca reste l'une des plus belles images de ce séjour. Un lever de soleil coloré sur une première vision du bout de l'île, la ligne d'horizon plane de la mer en mire, moment symbolique.

Cette étape sera forestière, puis en haute plaine avant de retrouver un massif montagneux. La montagne là-bas est différente, tapissée de gazon avec des formations rocheuses aux formes courbes et étranges. Dans ce décor celte, les rochers aux formes inhabituelles semblent veiller sur lieux de façon mystique. On s'offre un sommet

hors GR, surplombant un amas d'énormes rochers lisses très ludiques à gravir. Là-haut, au-dessus des nuages, une autre vision d'un pan de l'île corse. Plus loin sur ce secteur, une vue sur une série de monolithes dressés naturellement qui scrutent la vallée à la manière des moaïs.

On fait une pause mise au point de l'état des troupes dans ce secteur. Will à des problèmes de ventre qu'il contient depuis quelques kilomètres, quelques vomissements, de l'acidité. On décide de diviser le groupe, on laisse Thomas, qui étoffe spontanément le rôle d'accompagner les marcheurs en coups de mous depuis le début du séjour, avec Glad et Will, et, quant à moi, je passe en mode ultra avec Antoine pour aller chercher le refuge. Nous caressons les crêtes avec vue en mer de nuage et nous distinguons la suite de l'étape. Une longue dorsale rocheuse retenant une congère de nuage, le chemin part la longer côté nuage, du coup on pénètre dans cette masse brumeuse à bonne allure. Une bonne heure à bonne allure dans le brouillard sur un sentier en montagnes russes, pour basculer sur la dernière descente vers le refuge d'Usciola





On est bien à l'heure, et prenons le temps de sympathiser avec le jeune tenancier très sympathique.

Le refuge est très sympa, après quelques marchandages concernant le souper et les heures commerciales, on s'installe sur l'une des deux tables intérieures pour se détendre, quelques pietra aidant, en attendant les autres que nous avons laissé deux ou trois heures plus tôt. Ils arrivent à la tombée du soir, nous leur préparons un accueil digne avec un endroit où se poser, à boire et le souper imminent, une marmite énorme de pâte en surplus. Le tenancier nous offre de la myrte, une liqueur corse à base de baies bien requinquante.

La soirée se déroule au rhum cette fois, demain dernier jour, alors qu'on commence à se sentir chez soi dans cette belle montagne. Le dortoir est plein à craquer, je me retrouve à dormir au milieu du jeu de quille dans le couloir, mais peu de choses incommodent un sommeil de GR20…

<u>Jour 5 (William) Usciola – Conca : 43,1 km 2.215 m+ 3.713 m-</u>

Dernier jour de notre périple. Glad et William partent à 5 h, car le premier ne se sent pas en grande forme et le deuxième était malade la veille. Les autres, qui ont vécu une soirée bien arrosée, partiront une heure plus tard. Le sentier nous emmène directement vers une longue crête rocheuse. Dans la nuit noire, le duo suit difficilement le balisage dans cette énième portion technique. Heureusement, ils arrivent finalement à en sortir sans se perdre.

La crête rocheuse débouche sur la Bocca di Agnone où il est possible de prendre une variante du parcours officiel. Glad et William arrivent les premiers. Grand moment d'hésitation, car certaines indications n'apparaissent pas sur les cartes. Par défaut, ils décident de suivre les lignes rouges et blanches. Antoine, Renaud et Thomas prendront la même décision. Nous nous rendrons compte plus tard qu'il en fallait en fait prendre la variante (qui constituait un raccourci).

Les deux groupes poursuivent donc leur route sur la trace officielle. Changement de physionomie, les chemins deviennent plus larges et plus roulants. Tonton Glad, marcheur depuis sa plus tendre jeunesse, est dans son

élément. Il commence à marcher à 8 km/h. William tente de le suivre, mais tire la langue. Vers 10 h, ils atteignent le refuge de Croci.

Pause déjeuner et regroupement général de la troupe. La gardienne du refuge, d'un caractère et d'un physique très sympathique, nous sert comme des rois. Ça sera, de loin, le meilleur déjeuner du séjour. Après avoir repris des forces, le quintet retourne à l'assaut des sentiers en direction du refuge Asinau. Il faut d'abord rejoindre un col par une montée facile puis se farcir une descente très technique dans des éboulis pour finalement rallier la deuxième halte du jour. Par la même occasion, nous retrouvons le tracé prévu sur nos cartes.

La pause ne sera que de courte durée, le refuge est fermé. Nous arrivons rapidement à la bifurcation pour aller aux aiguilles de Bavella. Renaud, Thomas et William décident de passer par là, Antoine et Glad préfèrent suivre la trace officielle. La montée vers ce lieu emblématique corse est raide et éreintante, mais la vue au sommet est tout bonnement somptueuse. Elle vaut amplement les grosses gouttes de sueur qui ont perlé sur nos fronts. Le panorama coloré avec la mer à l'horizon ne laisse personne insensible. Renaud prend mille clichés. La descente vers Focce di Baveda est si pentue et si rocailleuse qu'elle nous oblige à jouer les chamois. Le groupe se reforme à l'entrée de Foce di Bavedda.

Là-bas, nous en profitons pour dîner avec nos tartines du déjeuner. Au loin, l'orage se fait entendre. Nous espérons pouvoir l'éviter. Peine perdue, les premières gouttes tombent dès nos premières foulées sur les sentiers. La pluie s'abat rapidement et ne fait que s'accentuer au fur et à mesure que nous nous approchons du refuge de Paliri. Une fois sur place, c'est le déluge. Antoine et Renaud voient la foudre de très près. Face à ces trombes d'eau, nous décidons de nous abriter et de guetter l'accalmie. Alors que nous attendons tous à l'abri, nous voyons Glad chipoter sans raison dans son sac.

L'averse s'atténue légèrement, nous reprenons donc la route en direction de Conca, village d'arrivée du GR20. Les chemins se sont transformés en ruisseaux. Nous essayons en vain d'éviter de nous mouiller les pieds. Dans la brume ambiante, le paysage adopte une forme mystérieuse, voire lugubre. Des rochers proéminents surgissent de nulle part dans le brouillard. Au même moment, nous rêvons tous d'une Pietra à Conca.

Cependant, le tracé semble interminable. La pluie n'est plus aussi drue, mais elle ne s'estompe pas pour autant. Nous pensons voir Conca après chaque colline, sauf que nous en apercevons d'autres à chaque fois. La nuit tombe, Antoine et William tentent d'avancer comme ils peuvent malgré leurs lampes frontales défaillantes. Finalement, vers 20 h, nous passons dans un étroit passage entre les rochers (la fameuse porte du GR20) et voyons enfin les premières lueurs du village. Un quart d'heure plus tard, nous débouchons sur une route et bénissons la plaque Conca qui se trouve juste devant nous.

Nous nous arrêtons à un bar pour commander cinq Pietra et trinquer à notre arrivée. Nous prenons une photo devant la pancarte qui annonce la fin du GR20. Au refuge, nous profitons d'un bon repas et buvons plusieurs Pietra. À minuit, nous commandons 5 liqueurs de myrte afin de fêter l'anniversaire de Renaud. Finalement, Glad aura pris sa revanche sur le destin. Ce dernier s'était pourtant montré coriace avec la côte et l'orteil cassés, mais un gladiateur ne s'avoue jamais vaincu.



Renaud et Wil

Une céleste découverte

Lors de chaque numéro, nous nous intéresserons de près à un(e) coureur(se) céleste.

20 questions pour tout savoir.

Place à : **Becky**



1. **Ton identité ?**
   Beckers Vincent - Cassius pour le forum Céleste.

2. **Comment es-tu arrivé en célestie ?**
   J'ai couru 1 an ou 2 fin d'humanités, puis stop (études, puis travail, famille, ...). J'ai repris doucement à 39 ans. En 2011, Guillaume Devillers m'a convaincu de rejoindre la Ligne69, où je connaissais également PDM, mais pas sous ce pseudo ! J'ai ensuite fait connaissance avec les Célestes !

3. **Ton meilleur moment « Céleste » ?**
   Je pourrais citer mon 1er ultra (les Gueules Noires – depuis, j'ai couru toutes les éditions, ça passe dans mon jardin, ou presque), ou mon 1er 100 bornes (les Bières du Diable). Beaucoup d'émotion pour moi et pour beaucoup de ceux qui m'ont accueilli à l'arrivée. Mais je retiendrais celui-ci : le 1er 100 bornes auquel j'ai assisté, la Moulinette !
   Quelques semaines avant, je ne savais même pas que ça existait des courses pareilles !
   Premier vrai contact avec la Célestie. Après avoir tenu le ravito 1 avec la Ligne 69, nous avons croisé la course en courant entre le ravito 3 et le ravito 2, j'ai été fasciné par tous ces coureurs et par la petite lumière qui brillait dans leurs yeux ! Je me suis dit que je voulais faire ça un jour.

4. Que fais-tu lorsque tu ne cours pas ?
Pas d'autre sport régulier, hormis de la rando, notamment en vacances et du ski l'hiver …

5. Ton équipement préféré ?
Short ou corsaire, je réserve le long au froid polaire.
Bidon ou flasque, pas fan des camelbacks !

6. La Céleste attitude, c'est quoi ?
Accueil, entraide, partage, amitié ; on ne juge pas les autres, on les accepte comme ils sont !

7. Des projets célestes ?
Suivre sur place les équipes engagées sur la PTL, et être finisher de la CCC.

8. Ta céleste semaine, elle ressemble à quoi ?
Boulot la semaine, sauf le vendredi après-midi ; entraînement Ligne69 le mardi ; entraînement seul ou avec d'autres en congé le vendredi après-midi et le dimanche ; talus en saison.

9. Ta course de rêve ?
Un 100 bornes, ça y est, c'est fait ! Surtout plein de offs en bonne compagnie !

10. Tu penses à quoi quand tu es en pleine souffrance ?
À l'arrivée, et au pas suivant !

11. Tu viens d'où ?
Originaire de la région liégeoise, j'habite Saint Remy, près de Blegny, depuis une vingtaine d'années.

12. Tu manges quoi ?
Je suis omnivore, je mange et je bois de tout ! Je suis addict aux chips au sel. "Avant les courses, on ne change pas ses habitudes" comme dirait qui vous savez !

13. Tes hobbys préférés ?
J'adore le foot, je vais au stade avec un pote ! Je suis des cours d'œnologie depuis de nombreuses année.

14. Tu voudrais vivre où ?

À la montagne, dans les Alpes du sud par exemple, ou dans le Valais (car montagne + météo agréable !).

15. Plutôt montage ou mer ?

Montagne !
Mais certaines îles permettent d'associer les 2, avec beaucoup de plaisir !

16. Une devise ou citation préférée ?

Y'a pas d'hélice, hélas, c'est là qu'est l'os !

17. 5 trucs que tu aimes ?

- Les vacances ;
- Les amis/la famille ;
- La montagne ;
- La réhydratation après une bonne sortie entre amis ;
- Un bon repas.

18. 5 trucs que tu n'aimes pas ?

- L'hypocrisie, les faux amis ;
- Les détritus abandonnés sur les courses ; comprend pas comment c'est plus compliqué à transporter quand c'est vide ;
- Les taupes qui bouffent le fil de ma tondeuse robot ;
- Me lever le lundi matin ;
- Les départs de course à 5h du mat'

19. Un disque, un livre, un film ?

Fan de U2 que j'écoute depuis l'adolescence.
Les romans de Ken Follet, en particulier Les Piliers de la Terre et les suites.
La grande vadrouille; et de nombreux Walt Disney, vus et revus avec les enfants (vers l'infini et au-delà !).

20. Un truc que tu voudrais dire ?

Merci de m'avoir accueilli !!

CÉLESTE GAME

Madness vous invite à vous « casser la tête » sur le célèbre Céleste Game !
Et la traditionnelle mais au combien convoitée … bouteille de céleste (75cl) pour celui qui remportera le jeu.

Le règlement, on le rappelle pour ceux qui n'ont pas suivi ☺ :

1. Il suffit de remplir les grilles ☺

2. Et de l'envoyer à l'adresse mail : gocc@lescoureurscelestes.be .

3. Vous avez jusqu'au 28 février 2019 pour répondre.

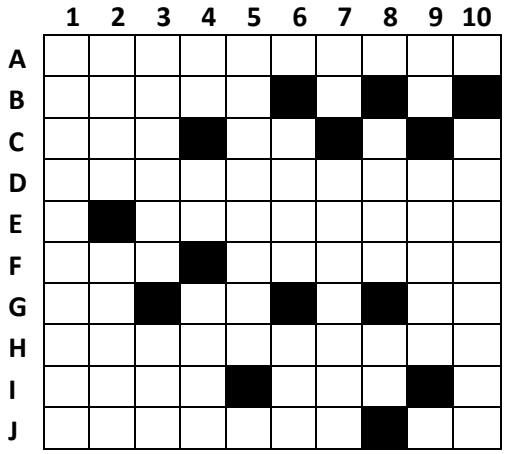
4. Inutile de vous presser car il y aura un tirage au sort avec, nous l'espérons, toutes les bonnes réponses. Le nom du gagnant sera publié dans le prochain mag.

Good luck ☺ et Mister Magouille veille ☺

Réponses du mag précédent :

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
A	U	L	T	R	A	T	R	A	I	L
B	T	I	R	A	G	E	■	P	L	I
C	I	M	A	G	E	R	I	E	■	M
D	L	A	C	E	S	■	M	U	R	I
E	I	C	■	S	■	S	P	R	A	T
F	T	O	N	■	S	A	L	E	R	A
G	A	N	E	E	■	P	A	■	E	T
H	I	■	U	R	G	E	N	T	■	I
I	R	E	V	E	■	U	T	■	N	O
J	E	T	E	■	G	R	E	L	O	N

Nouveau mots croisés



HORIZONTALEMENT :

A. Cantatrice céleste
B. Arbre à faînes
C. Mesure de superficie – Divinité égyptienne
D. Persistante
E. Amorcées
F. Possessif – Habitant de certaines îles
G. Occitanie – Début de dictionnaire – Union européenne
H. Gaélique
I. Poitrine – Indien d'Amérique du Nord
J. Apprécies – Fleuve du nord

VERTICALEMENT :

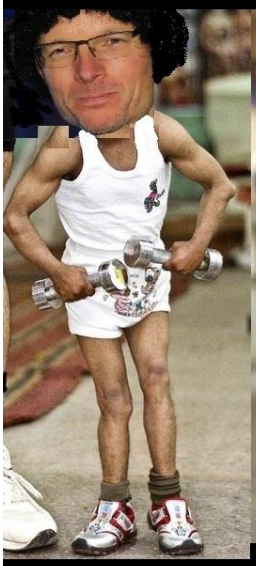
1. Course chère à Gada et Chapi
2. Ventilé – Argiles jaunes ou rouges
3. Volumes de bois – Couche
4. Petit tour – Manganèse – Femme du raja
5. Ventilation
6. Relatif au rectum – A payer
7. Dans le vent – Etats arabes
8. Charge de baudet – Abréviation latine
9. Filet d'eau – Minces
10. Stoppera

Les GOCC's vous souhaitent



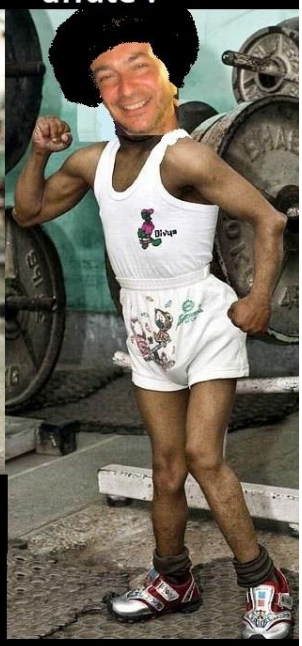
une bonne année...

Ils mettent tout en oeuvre pour rester affûté !











Prochain numéro

Avril 2019