CÉLESTE
LE MAG

Numéro 3

novembre - décembre 2012



CÉLESTIE | ma capitale

TOR DES GÉANTS | tout simplement géant

OFF CORSE | un off pas comme les autres

PTL | voyage voyage

UTAT | un trail émouvant

RAID IN FRANCE | un truc pour malade

REMEMBER MY | la transpy 2010

PRÉSENTATION

L'HIVER FRAPPE À NOS PORTES !

LE NOIR, VA FALLOIR S'Y FAIRE !

ALORS VIVE LES CRAPAHUTAGES VISIBLES UNIQUEMENT À LA LUEUR DE NOS FRONTALES, VIVE LES SENSATIONS QUI S'EN DÉGAGENT.

LE NOIR, C'EST PAS FAIT QUE POUR DÉPRIMER ...

MÊME SI THE JHONNY HALLIDAY CHANTAIT : « NOIR, C'EST NOIR, IL N'Y A PLUS D'ESPOIR ! » ET BIEN MOI JE DIS QUE L'ESPOIR EST EN NOUS.

Y'AURA QU'À LUI DEMANDER DE VENIR À OSO ACCUEILLIR LES DERNIERS FINISHER'S, OU DE VENIR DÉFIER LE DIABLE SUR SES TERRES !!!! IL VERRA CE QUE C'EST D'ÊTRE ET SURTOUT D'ATTENDRE LE NOIR.

ET POUR CELLES ET CEUX QUI OSERONT RATER CES RENDEZ-VOUS, IL FAUDRA SE SECOUER. ET HOP C'EST PARTI ! CAR LES LUCIOLES N'ATTENDRONT PAS LES RETARDATAIRES !

L'HIVER FRAPPE À NOS PORTES ET LE NOIR, ON S'Y FERA ...

ON SERA BIEN !

CHAPI

SOMMAIRE

NUMÉRO 3 NOVEMBRE - DÉCEMBRE 2012

L'ÉDITO DE P'TILOU 04

CÉLESTIE : MA CAPITALE 05

TOR DES GÉANTS
TOUT SIMPLEMENT GÉANT 07

ASTRO - UN CÉLESTE D'ICI MAIS
SURTOUT D'AILLEURS 17

OFF CORSE
UN OFF PAS COMME LES AUTRES 19



PTL : VOYAGE - VOYAGE 27

UTMB : COUP' GUEULE 33

ROCK N'ROLL MARATHON 34

LE DICO DE JEAN-RO 35

LE BILLET D'HUMEUR DE PDM 36

REMEMBER MY : TRANSPY 2010 37



LES 24H DE LIÈGE 45

UTAT : UN TRAIL ÉMOUVANT 46



FAMEUX GAILLARD CE WALTER 48

TRAIL DES HAUTES FAGNES
OÙ LE SOMMET DE LA BELGIQUE 49

LA CHAPINOISE
BALADE CHRONOMÉTRÉE 51

LA MINUTE PHILIOT'SOPHE 52

CÉLESTIE ET SA CONSTITUTION 38

CÉLESTIE ET SA CONSTITUTION 38

MADNESS
UNE CÉLESTE DÉCOUVERTE 41

L'ÉDITO DE P'TILOU



UN COURRIEL D'UN AMI ET UNE MAUVAISE NOUVELLE ME RAPPELLENT QU'IL EST TEMPS D'ÉVOQUER LES SOUCIS DE CALENDRIER.

Je commence par la mauvaise nouvelle, en 2013, il n'y aura que 52 week-end...
Il y a 3 ou 4 ans, en janvier, avait lieu le même week-end, le Trèfle du Gourou et les Lucioles d'Amé et PDM. Pourquoi ? et bien, par distraction... les organisateurs avaient choisi le même week-end et ne s'en sont aperçus que bien tard. Ce qui n'a pas empêché le Gourou de passer nous faire un petit coucou et le lendemain...en démontant le chapiteau...on encourageait les courageux trailers qui terminaient leur balade par Soiron...
Cette année...malgré eux... le Hogon avec son Rock & Roll Marathon et Fonfon et son 24h de Liège ont squatté tout le week-end du 22 septembre. Le Hogon est maintenant soutenu par la Jeunesse de Julémont et il ne s'est plus 'adapter' sa date, et Fonfon... a été OBLIGE par la Ville de Liège de modifier sa date...le Parc de la Boverie étant réservé par une autre organisation.
En 2008, les Caracoles et les 100 bornes Céleste étant fort...proches, l'Empereur et son équipe ont organisé l'épreuve jumelée...les Caracoles Célestes...
Comment élaborer un calendrier ? Les paramètres à prendre en compte sont nombreux : la distance, le dénivelé, les trails mythiques, le repos entre deux épreuves, nos courses fétiches, nos z'amis organisateurs... et c'est pour toutes ces raisons que le GTLC et les 100 bornes Céleste seront proches, qu'il faudra choisir entre le 20^{ième} anniversaire de la Grande Course d'Iron et la Zatonienne en Croatie... et plus loin... PTL et Tor, UTMB et GRP, Orval et Céleste, ...
Que faut-il faire ?
Le mieux à faire !! c'est de garder en mémoire l'échange de post sur le forum entre Fonfon et le Hogon !!

***Fonfon** : « Cette année hélas les 24 heures vont percuter dans l'agenda le Rock and Roll Marathon et ce bien malgré les souhaits des organisateurs respectifs ! Comme vous le savez, les 24 heures sont organisées pour récolter des fonds afin d'aider des asbl qui en ont besoin, et cette année nous avons décidé de soutenir l'Afrique. Trois projets ont été choisis lors de notre dernière réunion: « Keur Moda » un projet de développement agricole au Sénégal, « Twizerane » (Faisons- nous confiance en kirundi) un projet agro-pastoral au Burundi et … **Solidarité Dogon** au Mali qu'on ne présente plus! Ce n'est qu'un juste retour pour notre Hogon favori qui a chaque fois répondu présent aux 24 heures. Donc le week-end des 22-23 septembre nous allons tous courir dans le même sens que ce soit sur les hauteurs de Julémont qu'en bord de Meuse. Biz à tous et où que vous soyez, soyez bien ! »*

***Le Hogon** : « la force des gens qui s'aiment est de savoir qu'il en sera toujours ainsi même si le fleuve de l'amitié doit bien chercher son chemin à travers la montagne; sous le soleil du 22 septembre, personne ne sera à l'ombre; on sera juste un peu trop loin les uns des autres; un court instant...pour mieux se retrouver et, surtout, en sachant qu'on ne se perdra jamais; merci à Fonfon de penser à l'Afrique et plus spécialement à Solidarité Dogon; comme P'tit Lou, je ne sais trop que dire de plus...sinon, je vous aime ! »«*

P'tilou

CÉLESTIE : MA CAPITALE ?



Jean-Marc Debaar, Guy Wlodarczak (Août 2012)

MON BEAU CHALET

ROI DES JOGGEURS
TU RESTERAS À JAMAIS
GRAVÉ DANS NOS CŒURS
MALGRÉ TA MODESTIE
TU FUS CAPITALE DE CÉLESTIE
AUJOURD'HUI TU N'ES PLUS LÀ
MAIS CAPITALE TU DEMEURERAS

FLASH BACK … LE FORUM CÉLESTE : *Lorsqu'on nous a annoncé la mort du chalet, on a beaucoup pleuré... on lui a d'ailleurs, prématurément, proposé un enterrement de première classe... Le chalet est désormais délivré de ses dernières souffrances... on ne pleure plus car son âme subsiste, le Gourou est plein de ressources et saura faire persister cette infinie étincelle qui a fait sortir plus d'un d'entre nous des sentiers battus... Certain que la mémoire du sourire de Ric l'aidera à faire perdurer cet esprit... longue vie à Ma Capitale... éternelle...Je l'aime... quoiqu'elle devienne...* PDM

Belle initiative du Gourou ce vendredi 31 août 2012 pour faire les derniers tours autour du chalet avant que les pelles mécaniques n'entrent en action demain matin... Quelle émotion avec la dizaine de participants au sweet flocké "Ric50"....sûr que de là-haut tu as dû apprécier ce moment. Même après le passage des engins destructeurs, l'âme de notre capitale y subsistera...éternellement. Et vive la Célestie !

KARPOV

MAIS COMMENT EN EST-ON ARRIVER LÀ ?

Un peu d'histoire ….

Le Cercle Sportif Le Levant Olnois a vu le jour fin mars 1969 sous la houlette de Félix MORDANT. Quatre ans plus tard, la section Cercle des Marcheurs Olnois(CMO) venait s'ajouter à la section gymnastique. En avril 1978, le CMO s'orientait vers le jogging en créant « Courir pour le plaisir ». Les premiers « membres » se donnaient rendez-vous devant chez Félix tous les dimanches à 10h00.En mal de local d'accueil, Félix et Ghislain Senden envisagèrent de construire une salle

Une longue route pleine d'embûches commençait. Au vu des tergiversations de l'autorité communale(AC) du moment, nos deux hommes se mirent à la recherche d'un bâtiment préfabriqué.

Sur les conseils d'un moniteur de tennis, le duo accompagné d'un architecte se rend à Weyler, non loin de la frontière luxembourgeoise. Le club local vendait son chalet pour faire place à un hall.

Une brève discussion suffit et l'affaire était dans sac …ou presque.

Encore quelques soucis avec l'AC, puis se fut l'expédition pour aller démonter ce qui allait devenir notre chalet.

Mi-mai 1984, il arrivait à Olne … en pièces détachées. Le temps de convaincre quelques bénévoles et la reconstruction commençait .Elle allait se terminer fin août de la même année.

L'inauguration, avec fanfare, eut lieu lors de la fête à Olne.
D'abord club-house du tennis, il devint très vite le lieu de rendez-vous des joggeurs du club.
Et puis, puisqu'un local existait Félix, René et Jean Marc se lançaient dans l'organisation de courses mais en gardant l'esprit « Courir pour le plaisir ».
C'est dans le Chalet que naquit le Challenge des Chemins Verts, puis vinrent Les 5 joggings d'hiver d'Olne, Spa-Olne, le Trèfle et le petit dernier Olne-Spa-Olne.
Au fil des ans, le Chalet ne devint plus seulement le chalet des membres du club mais le chalet des joggeurs.
Le 3 novembre 2007, un groupe des « Coureurs célestes » à l'issue d'un parcours appelé « Tour de Célestie » décida de nommé notre Chalet Capitale de Célestie, pays imaginaire où on est bien.
Cet endroit était devenu mythique pour beaucoup d'entre nous : la convivialité qui y régnait en avait fait un lieu de rencontres pour coureurs débutants aussi bien que pour coureurs aventuriers à la recherche de leurs limites.
Et puis il y avait son comptoir accueillant avec cette Leffe réconfortante, ses douches où on se bousculait parce que trop exigües et dont la température de l'eau pouvait varier en fonction du nombre de participants.
Au niveau des anecdotes on peut pour les plus anciens rappeler le camion douches dont l'emplacement changeait au gré des travaux d'aménagement, le premier chauffage à l'aide
de poêles à pétrole que j'allais demander « en démonstration» avant chaque jogging d'hiver, la troisième mi-temps qui s'achevait quand l'eau du robinet du comptoir ne coulait plus car gelée dans les tuyaux….

Je pense que toute personne ayant fréquenté le Chalet a gardé au fond de sa mémoire le souvenir de moments mémorables.
Aujourd'hui, une page s'est fermée, une nouvelle page s'ouvre. C'est à nous tous qu'il revient de l'écrire avec les mêmes mots et dans le même esprit.

Le Gourou









ENDURANCE TRAIL DELLA VALLE D'AOSTE

330 KM – 24000M D+

9 – 16 SETTEMBRE 2012

EN CE DÉBUT SEPTEMBRE 2012, LA PTL À PEINE TERMINÉE, D'AUTRES « FOUS » PRENNENT LE DÉPART DE CE QUI RESTE POUR LE MOMENT, LA COURSE À NE PAS MANQUER POUR LES FÉRUS DE KILOMÈTRES EN MONTAGNE. IL N'AURA PAS FALLU LONGTEMPS AUX TRAILEURS DU VAL D'AOSTE, LES ORGANISATEURS, POUR FAIRE DE LEUR COURSE UN MUST AUQUEL TOUT LE MONDE VEUT PARTICIPER. POUR CETTE 3ÈME ÉDITIONS, LES 600 INSCRIPTIONS SONT PARTIES « COMME DES PETITS PAINS ». DE NOMBREUX BELGES ÉTAIENT DE LA PARTIE … DONT MARCASSOU … RÉCIT DE CETTE MAGNIFIQUE AVENTURE HORS NORMES.

« Salut les gars, bonne m….bandes de malades», nous prenons la route vers le départ de notre périple. Nous quittons Grimentz et le Valais où nous avons fait une halte chez le copain Dodo. Les lacets s'enchaînent , Le soleil est présent. Il y a un silence de plomb dans la voiture. Le grand (Frédéric Lembrée) est tout aussi pensif que moi. « Dernière étape avant le départ de l'objectif…pfff…330 bornes en montagne, c'est quand même pas rien. J'arriverai jamais au bout enfin du moment que j'en prends plein les yeux, le reste on verra ». Les km défilent et je suis là immobile, dans ma bulle…

Nous arrivons dans le col du Grand St Bernard et l'ambiance se détend. Nous admirons le paysage et nous décidons de passer par le col…. C'est beau, c'est grandiose même…





Au sommet se passe une petite anecdote que je vous raconterai mais uniquement après quelques verres de Célestes ;-)

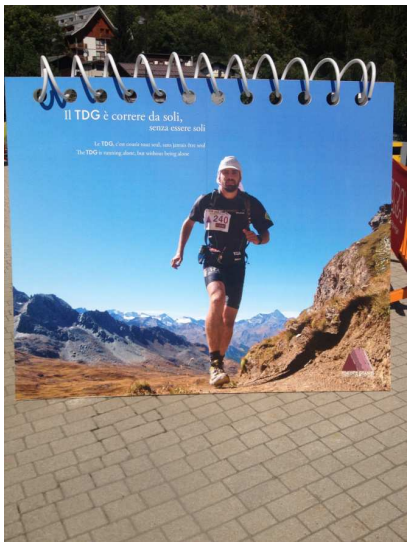
Nous voilà en Italia…Valle D'Aosta…descente vers Saint-Rhemy-en-Bosses. Ce village prendra une importance toute particulière dans quelques jours….

Peu de temps plus tard, nous voici de retour dans le théatre de nos aventures de 2010 : COURMAYEUR. Comble du hasard nous trouvons une place de parking à l'endroit exact de cette photo .



CCC2010 (oui je sais Utmb,gna,gna,gna…mais c'est mon CR alors taisez vous et lisez ☺!). Souvenir, souvenir, nous voilà reparti…

Nous devons attendre 14h avant le retrait des dossards et sacs, nous nous promenons dans les rues piétonnes . Quelques achats plus tard, nous voilà attablé à une terrasse devant quoi…ben un plat de pasta pardi. On entend parler français, ce sont eux : Alone, Boly et Alpi sont à la même terrasse que nous.



Nous échangeons les quelques mots d'usage puis nous filons au sport center, pas de stress …mais quand même une certaine nervosité ! Nous y sommes ! Une magnifique photo d'un Céleste, quel bel hommage !

Arrivée au refuge Monte Bianco à cinq minutes du sport center. Bonjourno à Graziella ! Prises des clés, visite des lieux puis réunion céleste sur la terrasse ensoleillée pour le transfert des sacs. Une petite bière , ambiance décontractée mais on sent l'impatience, une certaine nervosité, quelques questions à Alone « le récidiviste ». Derniers réglages, dernières interrogations, quelle veste, quelles godasses ? Le sac est un peu plus petit que prévu, il faut faire un tri. Il est fermé c'est bon ! Une autre petite bière, discussion sur les temps de repos, sur les barrières horaires, « nockage de pied », douche et l'heure du souper sonne, personne ne s'attarde et veut profiter des quelques dernières « bonnes heures » de dodo avant longtemps…suis éclaté de ma nuit précédente , je m'endors comme un bébé alors que certains dégustent un breuvage trappiste « endormant » arrivé spécialement de l'Ardenne profonde.

Jour J, ça y est, on va enfin en découdre, Je suis boosté gonflé à bloc, bien dormi.Déjeuner,dépôt des sacs,dire l'arche de départ, l'ambiance est top, cost traditionnels, musique entrainante, ils savent y fair italiens.Comme tout bon Céleste nous nous plaço l'arrière et nous tombons sur Frenchie ,le Breton et compagnie qui ont préféré le plan camping. Quelques photos et quelques échanges, encouragements, pronostics, blagues, rencontres et boum c'est parti…tout le long des rues de Courmayeur des gens applaudissent en lançant un « bon voyage ». On se regarde avec Epi et Boly interrogatifs. On descend vers le sport center et nous voilà dans le vif du sujet le col d'Arp (2571m). le peloton fait place à une longue file humaine, on se fait des politesses, ça déconne l'ambiance est vraiment conviviale ..tant mieux…Tous les coureurs savent pourquoi ils sont là et ils savent que la route est longue. Un balai d'hélicoptères nous survole…tout est mis en œuvre pour nous…

Sommet, descente, ça court .Premier ravito on ne s'attarde pas et on dégringole vers la Thuile. Petit bouillon avec pâtes et c'est reparti…Le peloton s'étire doucement et une longue procession se dirige vers le col Passo Alto mais d'abord le refuge Deffeyes. Jusque là tout allait bien mais dans la montée, Boly et Epi me distancent. Jai le souffle court, au bout de quelques minutes mon ventre me fait mal…ça ne passe pas, plus… je bois du coca mélangé avec de l'eau, je ne sais rien avaler…je commence à m'inquiéter…je n'arriverai pas à tourner comme ça pendant 5/6 jours. De plus, j'ai toujours le souffle court et la montée vers le sommet est rude….J'ai mal, je doute,pfff, mais bon je l'ai voulu, je dois me battre…

Descente vers le refuge Promoud, ils proposent de la soupe aux légumes..on va essayer…on fait le point, il nous reste le col de la Crosatie 800m de D+ en un peu plus de 2 km…. Ca grimpe sec, entre temps, on a été rejoint par Etienne un copain d'Alpi. Il grimpe comme un chamois en coupant les lacets…c'est qui ce gars là ? il crie d'un peu plus haut « Allez la Belgique ». A ce moment, je me dis encore une grande G….de français (sorry Frenchie ;-)), erreur, c'est un belge, je l'apprendrai plus tard. Ça m'apprendra à juger les gens avant de les connaître mais il m'énervait à grimper comme ça alors que je souffrais ;-). Boly accélère et arrive à lui emboiter le pas. Je reste dans les fesses d'Epi (Fred) sans trop lever la tête…Ouf le sommet ! « Hé Fred, regardes un peu à droite ». Oh p…., eh non ce n'est pas le sommet…on continue notre calvaire…A cet endroit la montée est aménagée en escalier ! Il y a des marches ? Plus tard on apprendra que c'est un roi qui avait fait aménager la montagne pour…

,

la chasse,nous dira-t-on ??? Nous nous approchons du sommet et une belle surprise nous attend. Une musique ? Un italien blotti sur un bloc de pierre joue l'air de la panthère rose avec sa flûte ! ça nous met du baume au cœur. Boly et Etienne nous attendent au sommet et nous descendons dans un pierrier vers la première base vie , Valgrisenche! Mon ventre me fait mal, mais au fait, j'ai du Motilium dans mon sac…

Fred se lâche dans la descente et prend un peu d'avance, plus de traces d'Etienne, je reste avec Boly, on descend au petit trot. La nuit commence à tomber, Boly s'arrête pour mettre sa lampe, j'en ai marre, j'ai mal, j'ai pas envie de prendre ma lampe. Je continue dans la trace d'un coureur. On arrive au ravito tous les trois ensemble. J'avale une eau teintée de Coca et j'y vais doucement. Il nous reste plus ou moins 5 km avant la base vie , il doit être aux alentours de 22h. Les autres me rattrappent, j'accélère le pas, ils ont du mal à suivre mais j'ai hâte d'en terminer avec cette journée et je ne pense qu'à me coucher. Arrivée à Valgrisenche, je fonce vers mon sac que j'empoigne d'un coup et je me dirige vers les dortoirs, on me trouve rapidemment un lit, deux cachets de Motilium et hop dodo. M….dans ma précipitation, j'ai oublié de faire le point avec les deux autres ! sms, départ fixé à 3 heures, rrrrrrrrrr. 2h15, debout, on se rafraichit, soins de pieds+nok tout va bien, le ventre va mieux dirait-on. Je m'efforce de m'enfiler des pâtes + mon liquide qui est devenu précieux. 2h50, c'est reparti à l'assaut du col suivant . Petite pause au refuge de l'épée où on est accueilli par de vrais montagnards en grosse chemise à carreaux (j'aime). Col de la fenêtre, on descend vers Rhêmes –Notre- Dame que nous atteignons vers 6h30. Ambiance glauque, têtes dépitées au ravito, ça va être long. Notre trio tient la forme et nous progressons gentiment, nous doublons en côte, col de l'Entrelor où nous attends une autre surprise. Un gars dort sur un rocher à l'abri du vent, il se retourne…Alpi. Nous voilà à quatre, on dévale la pente, Alpi nous met en garde sur le col suivant. Les sms commencent à fuser de toute part chez Boly et chez moi. La Célestie est là…on fait une petite pause soleil face à ce fameux col LOSON.

Eaux Rousses, plein soleil, ambiance décontractée, mes petits soucis sont derrière, tout passe, je ne me risque quand même pas à prendre le gros Magnum que les trois autres s'offrent…c'est ça aussi le TOR



A l'assaut du toit du TOR le col Loson ! Petite grimpette et puis la nature fait son travail … pause obligatoire….



Gauche ,droite, gauche,droite et enfin nous voici à 3299 m. Les hélicos nous ont quitté et on profite vraiment de dame montagne. La descente sera plus rude. 13 km pour atteindre Cogne, deuxième base vie. Splendide rencontre avec des bouquetins et des chamois qui broutent paisiblement à moins de 50 m de nous.Petit arrêt au ravito, Boly et Alpi repartent, il commence à pleuvoir. Je descends tranquillement avec Epi. On se rejoindra à Cogne.

Douche réparatrice , repas, puis plan de course. Alpi veut repartir à 00.30h – 1 h max. Epi.. « pas question, je dors au moins jusque 2-3h ». Je repartirai avec lui. Je vis maintenant cette aventure avec joie, je suis dans une bulle , c'est bon. « On est bien ».

Le grand me réveille. Je saute dans mes godasses et on repart, on doit chercher un peu la trace . Direction Fenêtre de Champorcher. Je chemine un peu devant. Un peu avant le sommet, on arrive au refuge Sogno…Quel accueil ! un véritable buffet sur

la table, des patates et des rondelles de saucissons dans du bouillon, de la soupe aux légumes…un régal. Sans nul doute la médaille d'or des ravitos de ce Tor. On progresse, sommet, direction Champorcher, on reçoit un sms, nous sommes à moins d'une heure des deux autres. Dans la descente, j'ai ressenti une douleur au genou droit mais rien d'allertant. Le grand a lui mal aux pieds, il commence à douter sur son choix de chaussures . On vient tout de même de s'enfiler 1000 m de D- et c'est pas fini…On descend jusque Pontboset où nous attend un ravito où comme chaque à fois l'accueil est sympa

Le chemin qui nous mène à Donas est sympa c'est plus ou moins plat du moins au début. On est sur une corniche en plein bois, on se croirait en Belgique. La descente qui suit nous rappellera qu'on est bien en montagne

Le genou fait mal, je traverse la vieille ville avant d'effectuer quelques kilomètres le long d'une grand route et sur l'ancienne voie romaine pour rejoindre la grande salle de la base vie. Les italiens nous acclament et nous applaudissent à notre arrivée. C'est vraiment un peuple chaleureux !

Boly et Alpi sont là, ils sont ravitaillés. Epi arrive, on discute un peu avec eux. Mes semelles m'ont meurtri les pieds et j'ai de grosses cloches sur le côté du talon. Je vais me faire soigner. Manger, apprêter son sac et on repart…

Petit tour gratuit avec dénivelé positif direction Saint-Martin, Les italiens prennent soin de nous en nous faisans faire un peu de tourisme…



Perloz, nous sommes accueillis par une assemblée d'enfants munis de cloches. C'est super sympa et on retrouve toujours cette chaleur. On n'a quand même du faire un peu de dénivelé , d'abord dans les vignes, puis en forêts pour y arriver. Nous entamons une longue ascension vers le refuge Coda. Le grand coule une bielle. C'est la fringale. Je lui pousse deux de mes gaufres au sucre et je l'amène au ravito suivant. Une personne sur place nous informe que le refuge Coda se trouve à +/- 1h15 de marche. Il nous faudra finalement pas loin de 2 heures. Au sommet d'une crête, je découvre au loin le refuge adossé sur une autre crête à un gros km à vol d'oiseau, juste en face de moi. C'est beau, le commun des mortels n'a pas toujours la chance de connaître ça. On décide de se poser et de manger. On s'enfile une assiette de purée viande + une assiette de pâtes. On discute un peu , le gardien du refuge nous informe que nous pouvons dormir maximum 2h30. Il n'y a pas grand monde à table. On profite encore qq instants avant de gagner la chambre. 130 minutes plus tard, allez goooo , le vent souffle et une petit pluie qui mouille,je claque des billes . Boly m'a dit à Donas que la partie que nous allions entamer était particulièrement lente car hyper technique. Je prends mon rythme, puis j'accélère un peu car j'ai froid. Technique, je ne vais pas être déçu…ça grimpe, ça descend , ça serpente, des roches des pierriers, de la caillasse une première fois et ensuite une seconde fois, le tout de nuit. Des « abris bus » déposés par hélicoptère font office de ravitos. Commence la descente vers Niel par un énorme pierrier que l'on descend d'abord de haut en bas puis de gauche à droite. C'est long…J'ai rattrapé Alpi qui faisait un ptit somme. Je le laisse à un abri bus car il est dépité ! Je continue ma progression vers Niel, mon genou me rappelle à l'ordre dans la grande descente mais ça passe. Arrivée à Niel, il y a un hélico qui fait des allers et retours . Il transporte du matériel par câble. On dirait un chalet en pièces détachées qu'il amène dans la montagne. Je ne m'attarde pas trop. Je monte le col de Lasoney par une espèce de voie romaine. A ce propos, j'ai vraiment été surpris et séduit pas l'entretien et la propreté tout au long du parcours . A ce moment, je pense que Boly est devant et je fais le forcing pour revenir dessus. Je descends comme un sauvage. Je n'ai pas mal quand je cours. Un groupe de 3 coureurs du dimanche m'accroche et me suivent, je veux les laisser passer mais ils ne veulent pas. Ils m'encouragent et ils me suivent. Ça me motive et j'y vais de plus belle, je n'ai aucune douleur aux jambes. Je n'ose pas y croire, je me demande comment c'est possible. J'ai les larmes aux yeux tellement c'est bon. Je ne me pose pas de question et je dévalle. J'atteins le ravito Steina. Les gars me félicitent et me demandent si j'ai des arbres à la place des jambes ;-). Je blague un peu avec eux puis je repars …en courant. Tout se paye…après 2 km la descente devient beaucoup plus technique et pentue. Même pas 500m et c'est cash. Deux pointes au niveau des genoux, plus je descends , plus j'ai mal…

Moment de doute, sms à PDM. Il y a quelque chose à faire ? Je me remets en route et je m'arrête. Gressonay n'est plus très loin. Je vais voir un Toubib qui me parlera de ligaments des genoux , que je devrais arrêter. Je refuse, il me dit d'essayer jusqu'au prochain point mais de ne pas forcer…on verra. J'apprends que Boly est derrière moi et qu'il va arriver. Il a fait une pause morphée à Niel ,le bougre. Je mange, je prends une douche et le voilà. Il souffre du pied mais est motivé, on va repartir ensemble. Allez gooo et tanpis pour ces genoux. A ce moment, j'ai une petite pensée pour Sapin qui m'avait envoyé : « Là tu vas apprendre à dire Merde à ton corps. » Je crois que le moment est venu ! Je prends des nouvelles de Fred qui est du côté de Niel , ça va ! On repart. On discute , on en veut c'est bon ! Rencontre improbable en montant le col : On



dépasse un gars du coin qui nous fait un petit cours de géographie. On le croisera à différentes reprises et il nous en apprendra sur sa région dont il est fier ! Il connaît aussi la Belgique et …non pas sa bière mais ses belles filles…On lui répond qu'en Italie, elles sont pas mal non plus…Il nous rétorque qu'en Italie , elles sont jolies mais c'est blablabla bla. Il est accompagné d'une copine…on les laisse s'arranger ;-)

On arrive au sommet, le vent souffle et il fait froid. C'est ça aussi la montagne. Descente difficile et douloureuse pour les deux vers le refuge Crest. Accueil super sympa. Le gars nous explique qu'il a fait un peu de trail mais que maintenant il s'occupe de plusieurs refuges donc plus le temps. On reprend des forces et on repart. La nuit commence à tomber. Direction Saint Jacques, on passe à proximité des pistes de ski avant d'entamer une descente pleine de pierres. On n'avance pas vu la douleur mais ça passe. Pointage et on repart vers le refuge « Gran Tournalin ». Plus on monte, plus le vent est violent. Boly a donné le rythme au départ du col, je prends le relais, j'accélère, Boly suit. On est pressé d'arriver, il doit être près de minuit et ça souffle. Je scrute l'horizon au sommet de chaque petite bosse mais pas de lumière…il est où ce p…de refuge. Enfin voici les lumières au même moment retenti des sons déchirant le souffle du vent.



On a réveillé un troupeau ou quoi ? Et bien pas du tout… Le sens de l'accueil ces italiens ! On reprend des forces puis Dodo. 4h Debout prêt à repartir une silhouette se dresse dans la porte. « Vous allez où » me demande-t-il ? Ben, on repart. « Pas possible, la course est neutralisée. Tempête. Normalement vous pourrez repartir vers 8h ». Ok, allez hop dans les plumes et une nuit de 7h30. Ça fait du bien…

9h les fauves sont lâchés, je garderai un bon souvenir de ce refuge tenu par la maman et les deux fistons. Toute petite portion en montée avant de basculer vers Valtournenche et de nouveau une descente interminable mais bizarrement je n'ai plus mal qu'à un genou. Le concert des sms célestes repart de plus belle. La fin se rapproche…on commence à y croire… Valtournenche, je vais voirun toubib qui me confirme ce que le premier a dit sauf que celle-ci, c'est une superbe blonde style suédoise ☺. Elle veut m'empêcher de repartir. Je lui réponds avec humour que la plus belle des femmes ne pourra pas m'empêcher d'aller au bout de cette aventure…elle me répond avec le même humour… « je l'aurai parié, vous êtes le troisième aujourd'hui » ! Fringuant comme des pinsons hum, hum,.. nous repartons avec Boly direction refuge Barmasse. Sans le savoir, nous venons de nous engager dans la plus belle partie du parcours (toujours très subjectif puisque certaines parties sont faites de nuit)! Nous montons vers la fenêtre d'Ersaz (col du Tsan). Les décors sont somptueux, petits torrents , lac d'altitude, nous déambullons dans un énorme cirque , nous marchons sur une crête, chemin en corniche. Nousavons la chance de découvrir cet endroit début d'après midi et au coucher du soleil…c'est énorme. C'est aussi dans cette partie du parcours que nous croisons deux bivouacs. Du fait de l'exiguité des lieux, ça les rend encore plus chaleureux, je suis dans un rêve…La nuit tombe peu à peu et le coucher du soleil nous offre des superbes couleurs.

Boly s'active à gauche, à droite en levant le bras pas de réseau…sa Dulcinée est là en bas…elle attend le guerrier…il arrive à dire deux mots puis coupé….

Il arrive enfin à lui transmettre notre heure d'arrivée probable . Petite pause au bivouac Clermont, 300 m de D+ pour atteindre le sommet et nous entamons la longue, longue descente vers Closé 9km…Pour moi, la plus dure parce que la plus traumatisante pour mon genou…c'est interminable ! Boly accélère un peu le rythme et c'est bien normal…sa belle est là à quelques km. Enfin nous entendons les cloches de l'église et Dominique est là venue à notre rencontre…il est 00h05. Je reste un peu en retrait …. Nous pénétrons dans la salle qui n'est pas une base vie. Un concurrent nous a dit plus tôt qu'il y avait moyen de dormir…Oui mais il y a seulement une dizaine de couchage et ils sont tous pris. En attendant, pasta, nok, petit décrotage à l'évier. Boly a sauté dans un lit qui se libérait. Je sens que je n'ai pas sommeil et que même si un lit se libére, je ne saurais pas dormir.

Je repars avec mes bâtons de pélerins à l'assaut du Col de Brison, direction base vie d'Ollomont. Seulement 1000m de D+ et de D- ça commence à devenir de la routine ;-). La montée du col se passe Nickel. Je pense cependant à la descente de l'autre côté en espérant qu'elle ne sera pas trop longue, ni trop pentue…je serais vite fixé et pas déçu…le début est pentu et la fin est un large chemin en lacets qui n'en fini pas…cerise sur le gateau, je me fais sermoner par la gars au ravito parceque je veux boire du coca et que celui-ci est presque gelé . Ca devient long, j'ai mal, je commence à parler à mes batons, à mon genou, j'engueule une branche parce qu'elle pendait sur le chemin et je lui balance un coup de baton, puis je m'excuse…je suis parti dans un monologue délirant…qu'importe, ça me distrait, ça fait passer le temps et la douleur. Ça fait des heures que je vois des lumières au loin et j'ai l'impression qu'elles sont toujours aussi loin…Enfin au détour d'un de ces satanés virages (j'ai l'impression qu'il y en avait 100 les mêmes), j'aperçois des lumières proches. Ollomont est là enfin. Je vais pouvoir m'écrouler…

Au réveil, message de l'organisation…course écourtée à Saint Rémy…pffff et M… c'est pas possible, déjà en 2010 lors de la CCC écourtée à Vallorcine…Je ne verrais pas Bonatti, ni Bertogne…je me lève, je fais le point, il me reste 23 km…je relativise, j'en aurais qd même fait 300…et 23 cols sur 24… A ce moment j'ai une pensée pour les finishers des autres années. En cheminant derrière eux, leur dossard étant facilement identifiable, je me disais, il faut être complètement tarés pour faire ce truc -ci deux fois, voir 3 fois !!!! et là, « de toute façon, je reviendrai un jour ». Ca y est ma folie d'hier soir n'est pas guérie, je suis taré !!! yesssss(cf le corsaire)

Message à Boly qui me répond qu'il est là, coup de téléphone à Epi qui descend sur Closé. Il n'est pas bien :« je vais voir les toubibs mais pas sûr de continuer ». Il est là de l'autre coté du col, il doit lui rester 30-35 km. Je ne ne peux pas le laisser arrêter…mon sang ne fait qu'un tour, « je t'attends, tu es trop proche du but. Viens ici et on finit nous deux. Allez mec, goooo ,courage tu y es presque. …. ». Je vais voir Boly, il est avec Dominique et Alpi, ils veulent que je parte avec eux. « Non j'attends Fred , il va peut-être arrêter et il est trop près du but surtout maintenant que c'est écourté ». Ils s'en vont et l'attente commence.



Il viendra par là….

L'attente, l'attente, 1h -2h, j'en profite pour rassurer mes supporters et ma famille et bien entendu La Célestie. Je vais manger, je parle avec différents coureurs, je vais me faire soigner, je vais me coucher au soleil , je rebrousse un peu chemin, il fait chaud, je m'installe au coin d'un batiment un peu comme un clochard « céleste » avec en face de moi la fin de la descente du col de Brison…Le grand arrive enfin.

Onze heures sur place, onze heures d'échange et de repos…Petit Yeti reste recordman…

Ravito , je remplis son sac, petit somme d'1/2h et après lui avoir mis deux,trois coups de pied au fesses, j'arrive enfin à avoir le double mètre sur le chemin de l'arrivée.

Il nous reste un col ! un petit col et une longue descente , et la ligne ! Rien que d'y penser et les larmes me montent…j'y suis presque, on y est presque !

Sommet ! il y a un photographe quelques clichés avec vue sur le Mont Blanc et on s'engage dans la descente …Chaque pas et on est un peu plus proche…J'ai des fourmis dans les jambes, j'accélère un peu…il doit nous rester 5 km, je ne tiens plus, je me mets à courir…j'entends le micro….je sors du bois…je traverse un village…à la sortie, j'hésite , c'est pas possible je me suis gouré, non je repars…voici des gens qui m'encouragent et m'applaudissent, je cours…je me fais rappeller, je me suis encore trompé…pas facile de courir et repérer le flèchage les yeux plein de larmes ! l'éclairage public…j'arrive tout près d'un plus gros attroupement, qui me tape dans la main ….ça yest, c'est fait ! on me tape dans le dos et on m'indique là droit devant…comment je n'y suis pas encore ? vu que la course est écourtée, je m'attends à une petite arrivée…Je repars de plus belle et 300-400m plus loin au détour d'un virage…elle est là la ligne tant espérée surmontée d'une belle arche et d'un public plus que chaleureux et accueillant….Cette fois-ci c'est la bonne, j'y suis, je l'ai fait, on l'a fait…C'est la fin…Je ne réalise pas…

Je m'assieds sur un banc, je chope une bonne bière au passage et je plane….Je ne suis sûr que d'une chose à ce moment-là… « Je reviendrai ».
Je ne peux pas conclure sans vous dire merci….
Merci Isa, Duss, Delphine, Chapi, Le Corsaire, Capitaine,Touareg, Pdm, Ptilou et Anneke, Gladiateur, Oli, Boly, Fred, Alpi, Alone et merci à toute La Célestie.

Merci à mes parents, mes enfants et un merci tout particulier à Mabia qui nous a suivi, boosté et bien plus….
Ce fut un voyage inoubliable…et tellement émouvant…on n'en revient jamais vraiment .



MARCASSOU septembre 2012

MAIS IL N'Y AVAIT PAS QUE MARCASSOU POUR VIVRE CETTE MERVEILLEUSE AVENTURE …

OLIVIER DUTZ « BOLY » *46 ans, je me suis inscrit au TOR pour la beauté de la région, la chaleur de l'accueil. Un défi personnel et la curiosité de savoir si j'étais capable de réaliser ce beau voyage. Mais je savais que je m'étais embarqué dans un truc pas comme les autres dont j'allais probablement sortir un peu différent. Mon TOR fut tout simplement fantastique et merveilleux. Une vraie boucle qui a du sens (le tour du val d'Aoste) des chemins en bon état (mis à part une étape épouvantable dans la caillasse), des traversées de villages, des cols, des torrents, des bouquetins, des chamois, des cascades etc…. et bien entendu des cols très durs comme l'Entrelor (3000M,) sauf que le Loson (3300M) qui suit ne vaut pas mieux et que donc l'enchainement des deux est assez terrible. J'ai découvert qu'à partir de 2600-2700M je commençais à vraiment sentir l'effet de l'altitude et que cela devenait plus difficile pour moi.*



L'organisation est nickel et à la hauteur de l'épreuve. Il y a tout ce qu'il faut sans excès. Le balisage est impeccable, pas besoin de gps. J'ai connu quelques coups durs, un très gros en fin de deuxième nuit, merci les sms d'encouragements, et un petit en fin de quatrième jour. Je pense avoir dormi +-15H au total et en 6x. Jamais je n'ai pensé mettre un terme à mon Tor.
Pourtant, je n'avais pas planifié de stratégie. Etant néophyte sur le Tor j'avais décidé d'être prudent et patient en gardant bien sur les barrières horaires à l'œil. Tout ça m'a permis de vivre une très grande joie lorsque j'ai passé la ligne d'arrivée évidemment. Cela faisait longtemps que je rêvais de ce Tor et voilà c'est fait, c'est gagné, YES. Un regret également malgré toute cette joie, celui de ne pas avoir pu franchir le dernier col de Malatraz et de ne pas avoir vu la ligne d'arrivée à Courmayeur. Mais bon, j'ai vécu un rêve géant qui a débouché en un magnifique voyage. Maintenant, je crois que j'ai envie d'y retourner, de recommencer l'année prochaine pour revivre cette ambiance et de découvrir le col de Malatraz et l'arrivée à Courmayeur. !

FRED LEMBREE « EPI » *; 29 ans ; concepteur de vannes et ma passion, le sport bien évidemment ! Je me suis inscrit au TOR pour en prendre plein la vue ! Cette décision n'a pas été vraiment réfléchie, j'ai vu les photos des éditions précédentes et j'ai foncé !! Doublement motivé quand Marcassou (Marc Bernard) m'a rejoint sur ce programme ! Mais … j'avais sous estimé la difficulté. En fait, çà monte et çà descend tout le temps ! Mais le parcours est magnifique et surtout les gens, les bénévoles sont d'une gentillesse, d'un accueil incroyable de jour comme de nuit et durant les 7 jours de l'épreuve. Un grand bravo à ces personnes de tout âge qui nous offrent de leur temps pour que nous puissions profiter de notre passion dans les meilleures conditions !! Car des coups durs, j'en ai connu. On n'est pas des machines. Dans chaque descente mais surtout des coups de boost lors des SMS d'encouragement envoyés par les fans ☺ Je dois avoir dormi moins de 15h et rêvé +- 133h. J'ai plusieurs fois envie d'abandonner mais je suis fixé la base vie suivante comme objectif ! Etape par étape… et ça a marché. La ligne franchie, sur le moment, j'étais heureux que cela se termine car je dégustais vraiment avec ma tendinite au tendon d'Achille. J'étais aussi un peu frustré de passer la ligne la nuit…j'ai envie de passer une fois la ligne le jour pour voir l'ambiance dans la ville… ce sera pour une prochaine fois ! Mais ce fut une expérience humaine exceptionnelle passant également par la connaissance de soi. Maintenant, mon prochain objectif sera le semi marathon des Célestes à Soiron ☺ …*



BERO STÉPHAN « ALONE » *41 ans. Je suis informaticien. Je me suis inscrit au TOR car le format de la course semblait me convenir. Grosse distance, gros dénivelé, le coin est formidable et puis surtout, humainement parlant, pas trop de monde et un accueil extraordinaire. Le parcours est magnifique à tous les points de vue. Le col le plus dur fut l'Entrelor, j'y suis passé de nuit, très fatigué et pour être honnête, j'y dû m'y arrêter pour faire un micro sommeil de 5 minutes, merci à Sardine de m'avoir initié. C'est la première fois de ma vie que je pionçais dehors à 2900m; grandiose. Cette petite pause fut vraiment salutaire, j'ai pu avaler les 200D+ restants sans soucis et surtout bien m'éclater dans la longue, très longue descente m'amenant à « Eaux Rousses ». Quant aux « micro sommeil », au vu du résultat de l' Entrelor, j'en ai usé et abusé par la suite… deux moments m'ont vraiment marqués. Le premier, c'est lorsque j'ai réalisé que je n'avais personne à « pacer », et que dés lors je devais fixer moi-même l'objectif et la raison de tous ces efforts. Ca a vraiment été très difficile de comprendre que je faisais cela uniquement pour moi….Merci à « La grosse » pour son soutien… Le second, c'est en quittant Donas, j'ai explosé un bâton. Pour avoir abandonné la première édition dans le coin (LargoVargno), j'avais déjà de sérieuses appréhensions, et surtout un goût amer en bouche en quittant Donas. Le fait de perdre un bâton, n'allait pas arranger les choses. Mais la Célesite fut plus que présente et c'est empli d'émotions que je passai au refuge Coda. Quant à « Largo Vargno », je ne m'y suis assis que quelques minutes, tellement j'avais envie d'en découdre avec la suite. Le bâton cassé et mes appréhensions ne furent plus qu'un mauvais souvenir à mon arrivée à Gressoney. Même si je dois bien avouer que la dizaine heures sans bâton a quelque peu entamé mon capital physique. En tout cas, le val d'Aoste est vraiment une superbe terre d'accueil. Je suis arrivé à 20h30 à Courmayeur et l'ambiance était grandiose. J'ai profité un max de ces instants magiques, mais cela manquait cruellement de Célestes. Donc perdu de ne pas voir de frères, perdu de ne pas pouvoir partager…perdu de se demander ce que je vais faire demain. Par contre, le moment qui m'a le plus marqué est le passage entre Bonatti et Bertone, tu sais que c'est bon, tu vas rentrer et le paysage y est magnifique. J'en ai profité pour passer quelques coups de bigophone …immenses émotions. Le TOR est une extraordinaire expérience qui a changé ma vie.*



WISLET CHRISTOPHE « WISTI » *43 ans, employé PME. Je me suis inscrit au TOR car j'adore la montagne et j'avais envie de découvrir une course avec gestion de sommeil. J'ai suivi une préparation dans ma région pas trop spéciale. Mon seul objectif était d'arriver au bout. D'ailleurs, je n'étais pas trop stressé. J'étais confiant car météo positive s'annonçait. Le parcours était varié, superbe et … dur. Très dur, hyper dur ... bref pas de répit. Le col du Lozon aura été très pénible car le plus haut et que j'ai connu une grosse fatigue. J'ai connu d'autres moments plus difficiles, un moment, j'avais chaud puis froid puis de la fièvre puis sinusite puis maux de tête … non ça a été.J'aurai dormi en tout et pour tout 10h30. L'arrivée ? Un goût de trop peu, il m'a manqué 25km. J'étais quand même soulagé que ça se termine ! Après avoir vécu un truc pareille, je ne vois plus la vie et les gens de la même façon ! quelque chose a changé en moi. Maintenant ? je rêve d'aller en Himalaya !*



ALEXANDRE PIERARD « ALPI », *36 ans et je suis architecte. Ma présence au TOR est un fameux concours de circonstance. En effet, j'en avais parlé à un ami, Etienne Scolas, l'année passée autour d'une trappiste quelconque. Et c'est d'ailleurs lui qui m'a inscrit ! Je me suis retrouvé sur la ligne de départ sans pression étant donné que ma préparation fut … inexistante. Je me disais juste que j'allais passer un bon voyage en montagne, 1, 2, 3, jours, on verra bien ce que les délais et mon corps m'autorisent à faire. La plus grosse difficulté fut pour moi le Col Fenêtre. En approchant du col je sentais que j'avais un peu trop forcé. Il faisait froid mais je devais absolument m'asseoir. Je trouve une pierre inconfortable et je sors toutes les couches, y compris ma couverture de survie. Ecroulé contre la pierre, j'avais pas très fier allure. Après 1h, finalement, je me remets en route. A ce moment là, des frissons énormes traversent tout mon corps. Une demi-heure à frissonner jusqu'à l'arrivée en haut du col. Et là, comme par magie, je me sens mieux. Ca devait être une mauvaise blague de mon esprit qui m'a fait croire que je devais abandonner. Heureusement je ne me suis pas fait avoir, pas cette fois. Autre coup dur, le démarrage après Donnas, où on a vraiment l'impression qu'on nous fait tourner en rond, sous une chaleur écrasante et des marches de géants ... heureusement que Boly était avec moi à ce moment là. J'ai dormi 3 heures par jour/nuit. En fait, j'avais fait un planning précis. J'ai pris 2 heures d'avance sur ce planning au début et après, je l'ai respecté assez bien. C'est la première fois que je préparais un planning si précis d'un trail. C'est sans doute ça qui m'a permis de gérer et de passer cette ligne d'arrivée. Et de me dire : Zut déjà fini. Petite frustration d'avoir été arrêté à St-Remy mais quelle joie de tous se retrouver, tous ces compagnons de voyage. Le TOR c'est une aventure où rencontre rime avec solidarité. Bon c'est pas tout ça mais quelque chose d'encore plus dingue m'attend … Un petit garçon ☺.*









DENIS TOUZEAU « FRENCHIE » *57 ans Dessinateur Industriel.*



L'inscription au TOR n'a pas été de ma propre volonté mais plutôt insisté par Yves Buan alias Le Breton complément fasciné par cette aventure, et je me suis inscrit dans l'esprit de l'accompagner. Ma préparation fut chaotique. Pas moyen de terminer une course de + de 50km. Arrivée sur cette fameuse ligne de départ, je n'avais pas d'appréhension réelle ni anxieux, ni stressé. J'avais juste envie de commencer mon album armé de mon appareil !! C'est partie pour le meilleur et le pire surtout le pire, je m'attendais à faire au plus 70 bornes et encore. D'ailleurs, mon 1er coup dur est survenu au franchissement du 1er col au 8ème km ! le col ARP. Dans cette course on croit toujours avoir passé le col le plus dur mais en fait c'est celui qui est devant toi et celui que tu es en train monté qui est le défi et quand tu bascules, tu te dis « et encore un de gagner ». C'est cette manière de penser qui ma fait tenir jusqu'au bout. Raconté comme ça, ça paraît facile ! J'ai bien dormi mais pas plus de 2 heures mais souvent comme toujours à la limites des barrières horaire des fois 15 minutes mais cela me suffisais pour la récupération. Sauf a Valtourmenche ou j'ai vraiment pris mon temps et je suis parti en dernier position sans le savoir. Jusqu'au moment où je comprends que la dame qui m'accompagne est le serre file de l'épreuve. A ce moment là, mon amour propre en prend un coup et je décide d'accélérer la cadence … Je ne serais plus dernier. Enfin, l'arrivée, je m'étais imaginer durant la course franchisant la ligne à Courmayeur le samedi après-midi. Puis nous apprenons que nous nous arrêtions à St Rémy. C'était comme un soulagement mais une grande frustration de ne pas avoir boucler ce Tor et faire partie des 73 premiers. Je suis arrivée à 8 heure du matin en ayant pris le soin de ne pas arrivée trop tôt dans la matinée comme beaucoup de trailers. Nous sommes partis tous ensembles du dernier refuge, nous avions 2 heures d'avance sur la barrière. L'émotion était la par l'animation de l'organisation, mais pas aussi grande qu'une arrivée à Courmayeur. Voilà ! en tout cas, je ne conseille à personne de suivre mon exemple pour faire une telle épreuve sans entrainement et sans préparation!! Pour l'instant je suis bien calmé, quinze jours pour récupérer, impossible de faire des nuits complètes, mal de ventre les premiers jours du retour, déshydratation, Si je ne résous pas mon problème de bien m'alimenter et m'hydrater les ultras c'est terminé. J'ai pu terminer aussi par l'expérience des ultras précédents.











UN CÉLESTE D'ICI MAIS SURTOUT D'AILLEURS

XAVIER KURZ ALIAS « ASTRO »

PRÉSENTATION

XAVIER KURZ ALIAS « ASTRO » EST UN VÉRITABLE BOULINGUEUR. NON SEULEMENT, IL USE SES SEMELLES AVEC TOUS LES KILOMÈTRES QU'IL PARCOURT GRÂCE À SA PASSION MAIS IL USE

CM : Salut Astro, qu'est-ce qui t'a « poussé » à t'expatrier ?
Je travaille dans le domaine de la surveillance des médicaments et depuis 2005, je travaille à Londres pendant la semaine et fais donc partie de la cohorte des navetteurs qui prennent l'Eurostar deux fois par semaine, le vendredi soir et le lundi matin. Pourquoi suis-je là-bas ? C'est une suite logique de mon parcours professionnel, ce qui est intéressant se fait au niveau européen et l'Agence européenne des médicaments se trouve à Londres. A 47 ans j'ai dû faire un choix : rester en Belgique avec un travail moins passionnant ou m'embarquer pour Londres, avec des avantages sur le plan professionnel et des inconvénients au niveau familial. C'était aussi l'occasion d'avoir, pour la première fois, un contrat de plus longue durée que ceux d'un ou deux ans dont j'avais toujours disposé.

CM : Peux-tu nous retracer le parcours de ton départ et surtout ce que tu fais là-bas ?
Quitter la Belgique ne fut pas trop difficile car ma carrière professionnelle fut variée et me fit voyager : Congo ex. Zaïre (3 ans), Montréal (3 ans), Mali, Inde, Bengladesh, Rwanda, Ethiopie,…Londres, c'était donc la porte d'à-côté.

CM : Comment se passe une journée type ?
Mon travail à l'Agence européenne des médicaments consiste, en gros, en la surveillance des effets secondaires des médicaments ayant reçu une autorisation européenne de commercialisation, comme les nouveaux médicaments issus de la biotechnologie, les nouveaux vaccins, les nouveaux médicaments anti-cancéreux ou anti-diabétiques. Nous disposons pour cela de bases de données et supervisons des études épidémiologiques. Je m'occupe aussi d'un programme de recherche sur de nouvelles méthodes de surveillance.

CM : Et au niveau du running, c'est le paradis ?
Le principe est de pouvoir continuer à m'entraîner malgré une grosse charge de travail. Mes déplacements se font donc soit en courant (le plus souvent) soit à vélo. Horaire typique quand je cours : lever à 5h20, départ à 6h00, arrivée entre 7h00 et 7h30 en fonction de la longueur du parcours, douche, déjeuner et début du travail vers 8h00. Pour le retour, départ entre 18h30 et 19h00, arrivée entre 20h00 et 21h00, douche, souper, nouvelles à la TV (BBC News) puis dodo. Cela ne me laisse donc pas beaucoup le temps de participer à la vie sociale londonienne. Mais j'ai découvert récemment que

mon appartement est situé à côté du Royal Festival Hall où se produit le London Philarmonique Orchestra, et ce n'est pas trop difficile d'obtenir des places.



CM : Peux-tu nous décrire ta ville ?

La vie à Londres est à agréable…quand on ne doit pas se déplacer en voiture ou en métro. L'attrait principal en est la multi-culturalité, la richesse et la variété de la vie culturelle, la sensation que tout est possible, le peu de contraintes sociales. Par contre, c'est une ville (très) chère, où une famille aux revenus moyens a des difficultés pour subsister. Ce qui est bien, c'est que de plus en plus de personnes se rendent à leur travail à vélo ou en courant. Londres en deviendrait presque une ville verte…

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

L'expérience la plus « crasy » ? Probablement emmener un groupe de Coureurs Célestes courir la Thames Path Ultra (course de 80 kms le long de la Tamise entre Reading et Shepperton) un jour d'inondations. Les récits et les images de cette course totalement folle ont déjà beaucoup circulé, notamment par le compte-rendu de Boucanier dans le magazine Ultrafondus, et je ne vais plus les répéter. Mais je vais raconter une anecdote cocasse de l'après-course. Installés autour de bières anglaises dans le lobby de l'Holiday Inn de Shepperton, lieu d'arrivée de la course, nous vîmes débarquer, dans leur équipement rose et gris, les joueurs de rugby du Racing Club de France, club de première division, venus à Londres jouer un match de coupe d'Europe. Ils furent bientôt rejoints dans un salon de l'hôtel par des demoiselles court-vêtues, avant d'en ressortir deux par deux pour gagner, nous le supposions, un lieu plus discret. Ce faisant, chaque couple devait immanquablement passer au milieu de notre groupe qui, immanquablement, charriait chacun d'eux avec des holà ! pour fêter la prise du joueur. Malheureusement, nous n'avons pas assisté au chemin de retour, car le dernier train de la soirée ne nous attendait pas.

Indéniablement, les trois éditions de la Thames Path Ultra et les deux éditions de l'Off Tour de Londres (parcours de 45 kms autour de Londres rejoignant les monuments principaux par les parcs, canaux, ruelles et chemins de hallage, mis au point lors de mes pérégrinations) en compagnie des Célestes furent des moments forts de ma vie londonienne. Ceci me fait penser qu'on pourrait bien relancer une nouvelle édition.



CM : Les frites ne te manquent pas ?



Le plus dépaysant est la bière. Alors que dans presque tous les pays du monde on trouve au moins une bière blonde locale agréable, les anglais semblent être les seuls à ne pas savoir en brasser une. Ce n'est pas faute d'avoir essayé, pourtant, notamment avec les Célestes. La bière la plus exécrable fut la Spitfire, bue dans un pub près de Convent Garden.

OFF CORSE 2012



ETIENNE ○ MERCA ○ GLAD ○ LA SAUTERELLE ○ MUSTANG GLACÉ ○ CHIMEL ○ JET ○ GANDHI ○ LA CASTA

Jeudi 13 : Plein Sud



Plaisir de retrouver toute l'équipe à l'aéroport de Charleroi. Tout le monde est bien à temps.

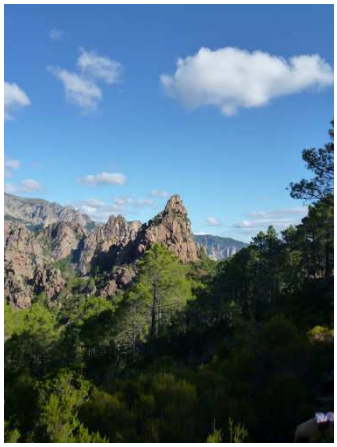
Visiblement, personne n'a envie de rater l'avion ;-).

Empaquetage des bâtons dans le sac commun en soute – un superbe sac de Gandhi taggé « Police de l'environnement ».

Figari sans encombre, même pas un atterrissage d'urgence Ryanair pour manque de carburant. Bus jusque Porto-Vecchio. La conductrice reste accrochée à son GSM tout le trajet. C'est vrai qu'il faut en profiter quand il y a du réseau, ce ne sera pas le cas partout en Corse et le beau blog de GlaCé ne sera pas souvent mis-à-jour. Bouchons à Porto-Vecchio, ce n'est pas le ring de Bruxelles, mais pas loin.

Le plan Bus + Navette du Gite à Conca n'est pas top. 8 places seulement dans la navette. J'attends le second service avec Glad et Chimel. Mais il nous faut encore attendre le bus d'Ajaccio – en retard – qui amène deux autres personnes. 2 taxis directs de Figari jusque Conca n'auraient pas couté plus cher. Il fait nuit quand nous arrivons au gite de Conca. Le reste de la troupe nous attend pour souper. Vivement la montagne demain.

Vendredi 14 : Conca – Refuge d'Asinau



Départ à 6 heures exactes comme prévu. Retrouver l'habitude de faire rapidement son sac et de déjeuner vite fait. Le GPS aide à traverser Conca pour trouver le début du GR.

Petite photo devant le panneau qui nous félicite d'avoir terminé le GR – ben oui, rien n'est prévu pour les ploucs qui font tout à l'envers. Nous attaquons ensuite la montée par 1 km de bitume, il n'y en aura pas beaucoup plus loin.

Grosso modo, ça monte jusqu'au Refuge de Paliri où nous avons prévu de casser la croute. Le vent a vite chassé les brumes matinales. Il fait beau mais pas trop chaud. Parfait. Le gardien du Refuge ne daigne pas ouvrir. Nous continuons jusqu'au Col de Bavella pour manger un bout.



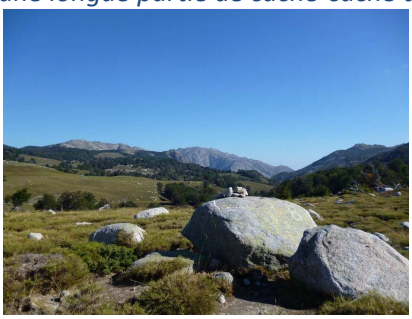
J'ai choisi de continuer par la variante dite Alpine. Ça monte raide et il y a beaucoup de promeneurs partis du Col de Bavella. Chimel accuse un peu le coup.
La Sauterelle et moi restons derrière avec lui. Il ne faut pas longtemps pour que le peloton de tête quitte la trace. La blonde au GPS n'explique pas tout, les 6 autres n'ont pas vu non plus qu'il n'y avait plus de points jaunes. Cela nous permet de repasser en tête. Première chaine sur une longue dalle en descente. Regroupement général. L'occasion d'admirer des techniques différentes. Premières traces d'usure à l'arrière des shorts.
Après la chaine, les 2 groupes se reforment. Nous arrivons les derniers au Refuge d'Asinau, juste quand une fine pluie se met à tomber. Raté pour une Pietra au soleil en terrasse.
Le refuge est vraiment sommaire. Cela ne me dérange pas du tout mais c'est assez étonnant comparé aux refuges qu'on trouve dans les Alpes en France. Evidemment, ce n'est pas le même pays ;-)
Le soir, le gardien me montre les lumières au loin dans la nuit. C'est la côte de Sardaigne qui est visible là-bas tout au loin.

Samedi 15 : Refuge d'Asinau – Refuge de Prati



Montée facile jusqu'au Monte Incudine. Vue panoramique. Ensuite, il faut faire attention de prendre l'ancien tracé puisqu'il parait qu'il y a maintenant 16 étapes et que les anciennes balises sont repeintes en gris.
En fait oui, mais le gris est lui-même recouvert de nouvelles balises rouge et blanc. Vous suivez ? Une balise RB, cachée par un carré de peinture grise, qui sert de support à une balise RB. Moins par moins donne plus pour ceux qui se rappellent de leurs cours d'arithmétique.

Descente et passerelle suspendue pour passer la rivière. Puis nous remontons doucement vers le Bocca di Agnone par une superbe vallée. Quelques chevaux en liberté. Ensuite nous attaquons une crête pour atteindre la Punta di Scadatta et continuer vers le Refuge Usciolu. La dernière partie avant le refuge est une longue partie de cache-cache avec les rochers.



Le GR continue sur la crête. Quand ça ne monte pas, ça descend, et inversement. Des parties faciles, d'autres un peu moins.

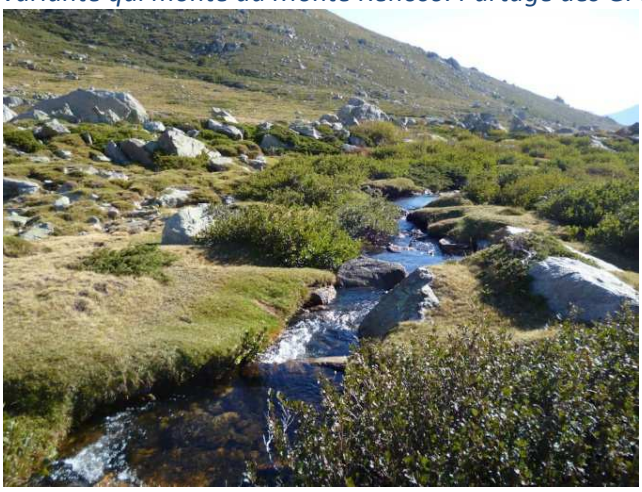


Les nuages s'accrochent au bord de la crête mais nous restons au soleil. Encore une fois, quand nous croyons arriver au refuge, il faut encore contourner de nombreux rochers avant s'y arriver. Douche froide pour les amateurs.

Dimanche 16 : Refuge de Prati - Vizzavona

Début de journée tranquille avec la descente sur Bocca di Verde où nous croisons une route. Dans le bois qui suit, cinq cochons mi sauvages dorment serrés les uns contre les autres. Puis ça remonte doucement vers le Col de la Flasca.
Nous avons entamé la journée sans trop avoir décidé si certains partiraient sur la variante comme prévu ou non. Arrivés au point de séparation, je crains un peu les tensions dans le groupe mais finalement chacun décide selon sa préférence et deux groupes se

forment facilement. Chimel, Mustang, Jet, GlaCé, Glad et La Sauterelle décident de prendre le GR normal. Je me retrouve avec Etienne, Casta et Gandhi sur la variante qui monte au Monte Renoso. Partage des GPS



et des cartes et c'est reparti.
La variante n'est pas balisée, seulement caïrnée. Petit coin de paradis après les Bergeries des Pezzi où la rivière serpente dans un tapis de mousse. Il ferait bon bivouaquer là, et facile de garder les bouteilles de Céleste au frais.
La trace se perd au peu dans la montée qui suit mais il suffit d'attaquer vers la crête qui ensuite nous mène au Monte Renoso. Petit passage rocheux plus technique. Suivi de centaines de chèvres qui broutent une herbe improbable dans un décor lunaire. Puis le sommet facile du Renoso avec une fois de plus une vue imprenable. Je ne regrette pas le détour.
Descente sur le Refuge E Capanelle. Petite station de ski en bout de route, mais je vous conseille plutôt le Mont des Brumes, je ne suis pas spécialiste mais je crois qu'il offre plus de possibilités. Petite pause alimentaire. Le patron est sympa. Un SMS de Glacé nous signale qu'ils sont repartis une heure avant nous. Seulement 1 heure. Ils se la coulent douce on dirait …
Restent 15 km assez faciles jusqu'à Vizzavona. Sans grande montée mais une longue descente dans la vallée. Gandhi part devant de dérouiller les jambes. Etienne, Casta et moi nous contentons de filer d'un bon pas. Certains vieux arbres sont magnifiques. Combien de randonneurs ont-ils vus défiler ?
Un peu de jardinage à Vizzavona pour trouver le Gite. Au programme de la soirée : douches chaudes, Pietra, souper, liqueur de myrte.
Le patron qui avait terrorisé Casta lors de la réservation par téléphone est un pur Corse qui croit à l'indépendance pour bientôt. Il m'entraine dans la cuisine pour me montrer les cèpes qu'il a cueillis le matin. Pas question de me révéler où, même si ce n'était de ma part que pure curiosité cartographique. Nous nous offrons une première tournée de myrte. Les suivantes – combien au fait – 5, 6 ? – les estimations divergent – seront offertes par le patron. Une terreur, Casta nous avait prévenus.

Lundi 17 : Vizzavona - Refuge de Pietra Piana

2 variantes possibles aujourd'hui. Pour la seconde, entre Onda et Piana, qui est un peu plus courte mais plus technique que le GR, tout le monde est d'accord. Pour la première, les mêmes groupes se reforment. Séparation rapide après un quart d'heure. Montée raide dans la forêt de pins, puis dans les bouleaux et les éboulis. Environ 1500 mètres à grimper jusqu'au Monte Oru. Avec un beau couloir raide de 150 mètres où il vaut mieux ne pas trop faire rouler les cailloux.





Puis à nouveau un petit coin de paradis au pied du sommet. Quoique un peu froid pour la nuit peut-être. Le sommet est facilement atteint par une petite cheminée. Après une petite pause, il faut bien redescendre. Oui mais par où ? Des cairns improbables mènent vers une face plutôt verticale. Pas de trace du passage qui rejoint le GR. Nous redescendons un peu par où nous sommes montés, cela semble la seule voie non alpine. La cheminée en descente se révèle un peu plus difficile. Pas pour Etienne qui a décidément le pied montagnard.
50 mètres plus bas, nous rejoignons le collet sous le sommet. Nous finissons par découvrir les points jaunes qui indiquent la trace vers le GR. Mieux indiqués pour ceux qui parcourent le GR et la variante dans le sens Nord-Sud, le bon sens…
Beaucoup de rochers, puis une sente facile qui nous mène à un petit col. Reste 600 mètres pour rejoindre

le GR mais la trace est plus bas. Je plaide non coupable, le tracé n'est pas carté. Et personne n'a vu le départ de la trace. C'est juste l'occasion d'une descente dré dans l'pentu. Retour sur le GR à la Pointe Muratello et longue descente vers le Refuge de l'Onda. Les 6 puristes qui ne prennent pas les variantes attaquent la montée après le refuge juste quand nous terminons la descente. Au refuge de L'Onda, Nicole et Jean-Ro nous accueillent. C'est du moins ce qui est indiqué sur l'affiche. Que dire ? Sinon qu'en guise d'accueil, tous les Jean-Ro ne se valent pas.

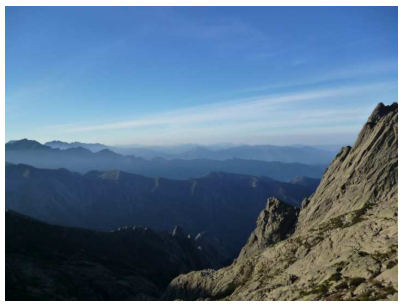


La pause fait quand même du bien. Nous partageons quelques réserves alimentaires. Puis c'est reparti pour la longue montée vers la Pointe Pinzi Corbini qu'on voyait déjà dans la descente. Un bon chemin alpin. Qui monte bien mais où on peut poser le pied sans trop réfléchir. Petit contournement de l'arête par le bas pour ralentir le rythme. Puis la brume qui nous enveloppe sur la crête finale. J'adore cette ambiance.
Les derniers mètres n'en finissent pas. Le GPS indique pourtant le refuge à moins de 600 mètres de trace. Des blocs, encore des blocs à passer. 300 mètres et toujours rien en vue. Je commence à douter. On est bien sur le GR mais j'ai peut-être mal encodé la position du refuge. 180 mètres et toujours rien. Puis tout-à-coup le nez sur le refuge. Tiens ça me rappelle un peu une arrivée Céleste. Ou était-ce encore ?
Pasquale est le maître des lieux. Humour à revendre, mais pas sûr que sa dame apprécie chaque fois. Surtout quand il renverse par mégarde le café sur les plats de fromage qu'elle vient de préparer pour le souper. Mais de toute façon, il n'y a plus de souper pour nous. Les puristes ont acheté des pâtes. Ce sera bien bon également. Dessert de la maison : crèmes brûlées. Gandhi manie le chalumeau avec dextérité.





Mardi 18 : Refuge de Pietra Piana - Refuge Ciottulu a i Mori



L'étape s'annonce longue, environ 12h30 sur le planning. Départ à 6 heures moins quart. Montée à la frontale au Bocca Muzzela. Sans grandes difficultés. Ensuite descente bien raide dans les rochers et traversée des crêtes jusqu'au Bocca a e Porte. Une petite chaine en passant si je me souviens bien. Le paysage est grandiose une fois de plus. Vues plongeantes sur le lac de Melo et sur le lac de Capitello. Jet essaie de retrouver l'endroit d'un passage quelques années plus tôt.
Viens ensuite la descente sur le Refuge de Manganu. Petite pause pour recharger les batteries. Nous sommes bien en retard sur le temps prévu.
La suite est facile. Un sentier roulant comme nous n'en avions plus vu depuis longtemps. On fleurte avec le 7 km/h. Il n'en faudrait pas beaucoup pour qu'on courre. Chimel est décroché. Il nous dit de ne pas attendre. Il ne risque rien sur ces sentiers faciles. Sur le chemin de ronde qui mène à Castellu di Vergio, Mustang et moi fermons la marche. Malgré une allure plus que soutenue, pas moyen de rejoindre La Casta et les autres qui tracent devant.
Arrivés à l'hôtel, nous sommes largement en avance sur l'horaire prévu. Sandwich et Pietra sauf pour Casta qui comme d'habitude se contente d'un milli chouias de barre énergétique et repart directement avec Gandhi.



Pour la dernière partie qui monte au Refuge Ciottulu, chacun y va à son rythme. Le refuge est sous une pointe qu'on reconnait de loin à son trou dans la face. Je monte avec Jet. Le Golo découpe des vasques dans la roche ou il serait tentant d'aller se baigner. Quoique l'eau est peut-être froide. Nous nous retrouvons tous au refuge. Chimel arrive en dernier mais en meilleure forme que les jours précédents.



Mercredi 19 : Refuge CiotTulu – Ascu

Pas de chance, c'est le gardien qui avait raison point de vue météo. La pluie ne tardera pas. On passe rapidement au Bocca di Fuciale puis la descente n'est pas difficile. Sauf pour Glad qui est tombé et s'est probablement froissé ou cassé une côte. Il a dû passer son sac à Etienne. Il souffre en silence. La Sauterelle a fait son diagnostic. Inapte – mais c'est à Glad de décider. Il est coriace le bougre, pas question d'abandonner. La descente passe mais dès le début de la montée la souffrance se fait trop forte. Je le sens qui bascule. Rage d'impuissance. Que faire sinon pleurer avec lui. Nous atteignons les Bergeries U Valonne sous la drache. Glad repartira en 4x4 vers Corte. Pierre l'accompagnera.

Quelques pompiers sont à la Bergerie. Ils déconseillent vivement de passer le Cirque sous la douche. Mais l'après-midi devrait réserver une éclaircie. Peut-être. Et demain ? Beau. Peut-être.

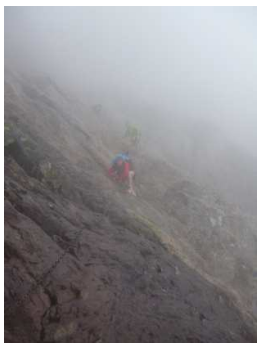


Nous montons rapidement jusqu'au refuge Tighjettu. Attendre. Que faire ? Pas d'infos fiables sur la météo. Il peut pleuvoir 3 jours, dixit le gardien.

Et pas question de dormir ici pour attendre demain, plus de places. On mange un peu. Sudoku pour Jet. On cherche un plan B. Je n'ai même plus mes cartes au 1-100000 que j'ai laissées à La Sauterelle qui doit nous rejoindre à Ascu. C'est possible de monter au Cinto et de descendre sur Ascu. Le gardien pense qu'on est fous. Il peut neiger et faire moins 10 là-haut. Et dans le brouillard c'est paumatoire. Je veux bien croire. Surtout sans cartes. L'idée d'un contournement du massif par l'est prend forme. Probablement une cinquantaine de km par la piste et un col plus bas pour rejoindre la route qui monte à Ascu. Pas vraiment jojo. Mais sinon c'est attendre, attendre encore. Il ne pleut plus mais 50 mètres au-dessus du refuge, c'est le brouillard complet.

Nous tombons d'accord pour le contournement. 4 heures d'attente un refuge, ça commençait à faire long. Remettre les sacs, les chaussures. Petit coup d'œil dehors … et miracle … le ciel est bleu. Incroyable. Changement de cap, nous montons vers le Cirque. Le vent souffle fort. Une bonne chose pour sécher la roche. Au Bocca Minuta, nous replions les bâtons. Les mains seront plus utiles. Début de descente raide mais facile. Ce n'était donc que ça … Puis viennent les premières chaines sur des dalles assez pentues. Sèches mais pas tout-à-fait. Un peu de brouillard ajoute à la fantasmagorie des lieux. Gandhi prend une cordelette pour assurer Casta qui n'aime pas trop le cirque.





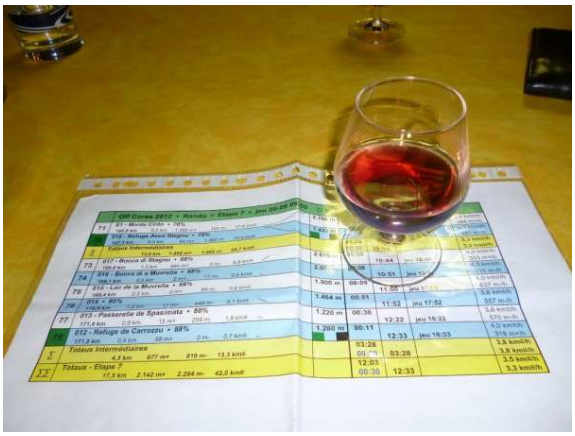


Fin de la descente.

Longue dalle en traverse avec encore pas mal d'eau qui coule dessus. Maladroitement, je fais le clown. Petite glissade et je m'accroche à la chaine pour traverser sur le ventre. Raté, ça ne fait rire personne. Surtout pas Jet et Glacé qui suivent. Après ça remonte enfin. Raide mais pas difficile. Une dernière chaine et nous voilà au Bocca Tumasginesca. Un peu plus de 2 heures pour la traversée. Kilian avait mis 22 minutes parait-il.

Descente sur Ascu ou nous rejoignons Pierre qui a laissé Glad entre de bonnes mains. Vraie douche, presque chaude. Souper au resto. Glacé, Mustang, Jet et Chimel feront l'impasse sur le Cinto. Etienne négocie l'ouverture du resto pour déjeuner à 6 heures plutôt que 6h30. Le patron est sympa. Et nous pouvons lui laisser quelques kilos superflus – je parle du sac uniquement - le temps de l'ascension.





Jeudi 20 : Ascu – Cinto – Ascu – Refuge de Carrozzu

Seulement 6 km et demi pour le sommet du Monte Cinto, point culminant de l'ile de beauté. 8 heures A/R d'après le topo-guide. La même chose dans mes estimations.



Les 2 premiers km sont faciles, à plat. Ça risque de



monter raide ensuite. Effectivement. Quelques dalles. Alternance des bâtons et des mains. Sauf pour Gandhi qui a décidé depuis longtemps de laisser ses bâtons au chaud dans son sac. Longue montée dans la caillasse. La face nord du Cinto se dresse fièrement devant nous. Encore de la caillasse, beaucoup de caillasse. Un peu comme dans une carrière, différents calibres suivant les sections. Claude, un français de Mulhouse rejoint au début la montée, nous accompagne. Pensionné comme son homonyme. Le pied montagnard. Un peu moins rapide dans les passages faciles mais pour le reste, il ne traine pas.

Nous atteignons le Col de Eboulis vers 2600 mètres. Reste 800 mètres de trace sur l'autre versant pour atteindre le sommet par des gros blocs et des dalles. 2 tours de piste, dis-je à La Sauterelle, 3 minutes environ. Descendre 50 mètres, les remonter bien sûr, et encore, encore une fois. 50 minutes pour atteindre le sommet. Le patron en bas avait annoncé 1 heure. Bien vu.

Du haut de la Corse, la vue est magnifique. Je resterais bien là mais ce n'est pas fini, il y a encore une étape du GR à faire aujourd'hui. Glacé, Mustang, Jet et Chimel doivent être loin déjà. Presque 4 heures pour la descente. Retour à Ascu pour récupérer nos affaires et manger un sandwich-piétra.



Reste l'étape jusque Carrozzu. Etienne part devant. Il n'a pas envie de fermer la marche cette après-midi comme il l'a souvent fait. Pas qu'il soit lent, au contraire, mais sa force tranquille est rassurante pour les derniers. Gandhi et Casta restent ensembles, bien sûr. La Sauterelle est moins sautillante. Nous fermons la marche. La montée jusqu'au Bocca di Stagnu passe encore bien mais la descente est bien longue pour Pierre que a laissé des forces dans le Cinto. Qu'importe, nous ne sommes pas très pressés. Autant profiter du paysage qui est superbe une fois de plus. Le sentier domine le torrent qui dévale vers Bonifattu. Belles dalles, bien sèches. Rester attentif avec la fatigue, pas question de tomber. Puis la passerelle suspendue de Spasimata qui apparait dans la nuit tombante. Un dernier bout de descente, puis quelques centaines de mètres et nous voilà au Refuge de Carrozzu. Tout juste avant la nuit.





La gardienne a accepté de nous faire à souper plus tard que l'heure normale. Il y a toujours moyen de s'arranger.

Vendredi 21 : Refuge de Carrozzu – Calenzana

Départ à 6h35. Il y a du laisser-aller. Il est temps que la rando se termine ;-). Une dernière montée vers le Bocca Innominata. Restons modestes, ce n'est que 600 bons mètres de D+. Puis une longue traversée bien rocheuse jusqu'au Bocca di Pisciaghja. C'est la fin de la montagne. Nous ne repasserons plus les 2000 mètres.



Encore une descente casse-patte. Là je commence à en avoir marre. Mes pieds sont moins sûrs. Je dois me poser 5 minutes. Le temps de boire un peu de lait concentré. Nous nous retrouvons tous au Refuge Ort di u Piobbu, fin de la première étape pour tous ceux qui font le GR dans le bon sens.

Pas moyen d'acheter un coca ou une Piétra. « La clé n'est pas arrivée » dixit le gardien. No stress, c'est du Corse typique. 3 minutes plus tard, les volets s'ouvrent. Alors, « combien de cocas, combien de Piétras ? ». Je discute avec le gars, bien sympa tout compte fait. Mais c'est la fin de saison. Le gardiennage du refuge se termine.

La file du Off Corse 2012 repart. Promis, cette fois, ça descend jusque Calenzana. Enfin, à quelques dizaines de mètres près. Encore un beau passage rocheux à passer. Puis une sente de petits cailloux. Nous dominons Calvi au loin. Calenzana se découvre presque à la fin. Encore quelques mètres et la Fontaine qui marque le début du GR.

Nous errons un peu dans Calenzana, croyant trouver pour la photo une plaque officielle du début du GR, comme il y en a une pour la fin à Conca. Il n'y a rien. C'est normal quand on fait le GR à l'envers. Et pour le Gite d'étape, aucune indication. A 200 mètres près du Spar. Ben mince, si j'avais donné des estimations aussi précises, je ne serais plus vivant à cette heure.



Un saut à Calvi, Chimel et moi pour prendre nos voitures de location. Retour au gite.
Pas de repas au Gite. Heureusement, un resto judicieusement nommé « le GR20 » nous accueille pour l'apéro et le souper.

Mais quand même, combien des gens sur terre pendant ce temps qui déjeunent la peur au ventre parce que les balles qui passent sous leur nez ne sont pas à blanc. Folie des hommes. Folie du pouvoir, des conquêtes. Sommes-nous toujours plus sages ?



Samedi 22 : Retour

Mercator – Off Corse – Septembre 2012

Rien de bien spécial ce samedi. Contour de la Corse en voiture pour récupérer le sac laissé au gite à Conca. Diner sur la route de Figari à Sossa. Je vous recommande les Liguine aux Supions, excellents. Mais n'y allez pas en juin l'an prochain, le patron ferme pour faire le GR20. Puis Figari, son aéroport et enfin celui de Charleroi.
J'oubliais le plus cocasse. Quand on se lève pour aller déjeuner au « GR20 » on entend des pétarades dans tous les sens. Pendant le déjeuner, c'est la guerre. 600 légionnaires s'exercent à la prise de Calenzana. Nous sommes au cœur du combat. Les douilles voilent dans tous les sens. Spectacle. On rigole bien.







L'Ultra Trail du Mont-Blanc fêtait sa 10ème édition. Plus de 6.000 traileurs ont pris part aux 4 courses qui étaient proposées. Une d'entre elles sort complètement de la médiatisation « mondiale ». C'est la PTL. Elle est quelque part le « parent pauvre » !!! Mais finalement, n'est-ce pas mieux ainsi ? Pour cette 5ème édition, la PTL réunissait 3 équipes « célestes ». Dans l'ordre, dossard 10007 : l'AMY TOR 2011 – dossard 10016 : Fagn'Hard Team – dossard 10042 : Les raiders Célestes. Tous avaient 1 seul objectif : Finisher. Les 3 équipes auront réussi leurs paris. Elles n'auront pas été épargnées par les conditions météo mais la montagne n'épargne rien. Elle se mérite. Vous allez découvrir le témoignage de chacun, leurs coups durs, leurs joies, bref ce qui leur a permis d'être finisher et de mériter de déguster une bonne céleste sur cette place du Triangle de l'Amitié.

DOSSARD 10007 AMY TOR 2011





composé d'Anneke (Anne Demoulin 38 ans) – La Mule (Yves Andries 40 ans) – Le Sanglier (Marc Cabano 48 ans et fan de la Marseillaise plutôt que de la Brabançonne ☺)

Quand on leur demande pourquoi ils se sont inscrits ensemble à la PTL, les deux hommes disent « à cause d'Anneke » et elle rétorque « l'aventure par équipe me tentait ». Plus sérieusement, ils ont terminé le Tor des Géants ensemble en 2011 et c'était, pour eux, une suite logique, d'où le nom A(nneke)M(arc)Y(ves) TOR 2011.
Concernant leur préparation, ça c'est fait d'une manière « personnelle » car pas facile de goupiller des sorties communes, surtout quand on habite dans des régions assez distantes l'une de l'autre mais ils se sont quand même retrouvés ensemble fin juillet à Chamonix pour une reconnaissance partielle du parcours.
Quand aux dernières heures qui ont précédé le départ : Anneke et Yves étaient chez Boudou, le Sanglier au camping, tout seul, comme un vieux sanglier solitaire, il aime être seul quand un grand évènement se prépare. Ils se sont vu dans Chamonix le dimanche après midi pour boire « une mousse ». Le soir P'tilou et ses 2 compagnons d'aventures (Gada et Capitaine) ont préparé un super couscous, et ils ont commencé à penser à la course...
Après le dodo, ils se sont retrouvés chez Boudou le lundi après midi, ils ont essayé de faire la sieste, mais impossible de dormir. Alors ils se sont levés plus tôt que prévu, et ont terminé les préparatifs...
Juste avant le départ, chacun est dans sa bulle et gère

le moment présent de manière … différente ; Anneke « Bizarrement, j'étais très cool, de toute manière il était trop tard pour stresser » La Mule « j'étais dans le même état d'esprit qu'un étudiant devant la porte du prof avant un examen! Je voudrais tout revérifier, revoir le parcours, refaire mon sac, m'entraîner, mais il est trop tard ! Alors j'attends sereinement que la porte s'ouvre. Dans la cohue, je me suis isolé deux ou trois fois pour me concentrer, respirer, ne penser à rien, juste profiter du moment présent, me dire que "je suis bien". C'est un moment bizarre, le calme avant la tempête. » Le Sanglier « J'avais hâte d'en découdre, après un an d'attente. Aucun stress, aucun doute, je savais que j'allais en baver, mais je savais que je ne serai pas tout seul pour cette aventure, je pouvais compter sur mes AMY ».

Le départ donné, il ne « restait » plus qu'à avaler les 300 km proposés. Bien entendu les coups durs se sont accumulés. Les montées également ! Pour Anneke et La Mule, le plus dur fut le col de l'Âne : « Le col de l'Âne passé de nuit sous la pluie, en perdant le chemin à plusieurs reprises, mais c'est surtout la descente avec les échelles qui nous ont le plus impressionné. Nous entendions les séracs du glacier craquer et des cailloux dévaler une pente juste à côté de nous, l'endroit était vraiment inhospitalier, on sentait le danger...Les échelles et les câbles étaient détrempés. » Pour Le Sanglier, c'était sans conteste Le Buet : « j'ai eu un coup de mou terrible, comme souvent la première nuit, en plus nous l'avions fait en reco, et je savais que ça allait être long ».

Dans ces conditions, difficile de ne pas penser à l'impensable « l'abandon » ! Anneke « Oui, j'y ai pensé lorsque nous sommes arrivés à la bergerie de Youla, après avoir passé une journée et une nuit sous la pluie, j'étais a deux doigts de téléphoner à P'tilou ». Au contraire de ses 2 compagnons ! La Mule « Abando.... quoi ? » et même chose pour Le Sanglier « Je n'y ai jamais pensé, et pourtant ».

Au niveau de la nourriture, c'était assez varié et traditionnel entre barres énergétiques, biscuits, du super gâteau salé de Anneke (elle compte le commercialiser, overstim n'a qu'a bien se tenir), eau claire et la polenta au refuge Elisabetta... bref tout ce qu'on pouvait trouver en plus, on en a profité !

Après avoir bien mangé, il fallait penser à dormir … La Mule : « Nous avons dormi en tout et pour tout 10h30 sur les 138 heures de course. Nous avons monté la tente une seule fois pour y dormir 2 heures. 30 minutes sur des bancs, le reste en refuge et base vie. Mais jamais du grand confort, (on regrette les refuges du Tor) ».

Mais au fait, y'avait-il une stratégie planifiée dès le départ ? « Non on avançait au coup par coup, le plus dur était de convaincre Le Sanglier que nous n'avons pas le temps de dormir ☺ et cela à plutôt bien fonctionné » dixit Anneke.

Et comment ! les voilà finisher … comment se sent-on ? Anneke : « Oups c'est déjà fini ». La Mule « Le sentiment sur la ligne d'arrivée est un mélange d'incrédulité, (On l'a fait), de joie, de larmes, de bonheur intense, on voudrait que cela dure toujours. J'en ai des frissons rien que d'y repenser. Et puis il faut revenir sur terre, c'est cela le plus dur pour moi, on vit des émotions tellement fortes. Le Sanglier « Un grand soulagement, et beaucoup de bonheur. J'étais heureux et fier de l'avoir fait avec Anne et Yves, et de partager avec eux ces sensations ».

Et maintenant (nous étions début septembre) ?

Anneke : « REPOS ». La Mule : « Je suis ouvert à toute proposition ! On parle d'une PTL à 300 bornes, une amie me retitille avec le Tor, je rêverais d'une Transpyréenne (en off).... vraiment, j'adore le long, très long ! ». Le Sanglier : « Euh, demander la nationalité Belge... ☺ ».





DOSSARD 10016 FAGN'HARD TEAM





Compsé de GG (Michel Van Laar 46 ans) – Timon (Olivier Beaumont 44 ans) – Pumba (Eric Vervier)

Pourquoi vous êtes vous inscrit à cette PTL 2012 ? Nous étions de la partie en 2011, malheureusement, nous avons abandonné ! il nous fallait absolument "clôturer" ce dossier encore ouvert. Nous adorons tous les 3 la montagne, nous sommes amis depuis 10 ans et prenons toujours plaisir à courir toute l'année ensemble. Le nom vient de la création d'un groupe d'amis (nous sommes huit) qui adorons le trail et nous avons créé la Fagn'Hard Cool Team. Nous partageons, outre pas mal de kilomètres, un goût commun pour le trail, les Fagnes et...la bière. Entre autres. Niveau prépa, trois semaines avant la PTL, nous sommes venu à Chamonix pour reconnaître les 100 premiers km en 4 étapes pour se familiariser avec la parcours et pour ce faire une semaine choc.(4 sorties de 25km avec 2500 D+ et 1500de D- en +/- 6 Hrs et sierre Zinal pour finir la semaine :-) sinon pour le reste, prépa habituelle.

Nous sommes arrivés la veille de la course pour nous poser au gîte Fagot (QG des Célestes dans la vallée de Chamonix) nous avons un peu vagabonder, manger, étudier les cartes (surtout GG et Pumba), se reposer et le jour de la course nous avons récupérer nos dossards et fini de préparer nos différents sacs, celui de la course et ceux de délestage. Et tout doucement on se dirigeait vers le départ après avoir partagé un dernier repas dixit Timon. Et Pumba d'ajouter « nous étions aux côtés notamment de l'Amy Tor et d'un grand mal rasé qui faisait le clown et semblait bien connaître Anneke. Prépa idéale ».

Juste avant le départ … GG « j'étais un peu anxieux en pensant à la longueur de l'épreuve mais excité aussi d'en découdre et de découvrir des paysage fabuleux ».

Timon « Enfin de retour sur cette foutue ligne de départ mais surtout d'arrivée (enfin je l'espérait intensément), je ferai tout pour de ne pas décevoir mes compagnons de route. J'attendais surtout de passer quelques étapes : la première nuit, puis les 40 premiers kilomètres (ceux où mes douleurs de pieds sont arrivés l'année dernière) puis les 60 km (lorsque j'ai abandonné), puis la 1ère base vie, puis les 100 km et puis on verra bien... ». Pumba « Aucun stress, juste l'envie d'enfin y aller. » Ce qui nous a le plus marqué ? GG « Le cols des Fours car il y avait 70 cm de neige molle qui nous ralentissais beaucoup ». Timon « le col du Buet est sans fin, il arrive très vite dans la course (la première nuit vers 2h du matin), il est fort "pentu" et en plus suite à une belle chute dans la descente précédent l'ascension du Buet où je me suis un peu explosé la cuisse sur une pierre, entaillé le genou et comme démit le bras j'ai subit un coup de mou juste au moment de commencer. Alors le Buet s'est transformé en une véritable punition ! » Pumba « Je dirais la descente du col des Guides, pour redescendre sur Champex. De nuit avec ma vue de taupe, j'ai pas mal rigolé. Mes pieds beaucoup moins ». Sur une telle épreuve, les coups durs apparaissent et le spectre de l'abandon également mais tout cela fut balayé car le mental et l'esprit d'équipe a primé … GG « il suffisait de voir Pumba qui souffrait à chaque pas pour oublier nos douleurs, nous devions l'aider au mieux et l'encourager à tout moment ». Timon « d'énormes cloches pour notre ami Eric à partir du 100ème kilomètre qui l'ont obligé à aller loin, très loin dans ses ressources physiques et

psychologiques. Arrivé au col de la Seigne j'étais convaincu que cette fois-ci on irait tout les 3 au bout ». Pumba « J'ai commencé à avoir des ampoules sous les plantes des pieds un peu avant le 100è km, et cela n'a fait qu'empirer. Sans mes 2 amis et ma tête en bois, j'aurais sans doute mis le clignotant dès Bourg Saint Pierre ».

Pour ce qui est de la nourriture, rien de spécial, des pâtes, des sandwichs, de la soupe aux refuges, des chips, un bounty, … Rien que du classique !

Après avoir mangé, il fallait penser à dormir ; GG « on a dormi 3h la première et la deuxième nuit, 5 heures la troisième et 6h la quatrième nuit car bloqué par la météo (tempête de neige) au refuge Elisabetta.

Lors de notre préparation, nous avions élaboré comme stratégie d'atteindre la base vie de Champex après 25h-26H de course environ, ce qu'on a fait, et d'ensuite voir en fonction de notre état dixit Pumba.

Tout ça a permis à la Fagn'Hard team de franchir la ligne d'arrivée. GG « Quelle aventure pour nous pour nos femmes, nos enfants, nos amis, ceux qui était avec nous à Cham et ceux qui étaient resté en Belgique et qui nous encourageaient en envoyant des sms ». Timon « En franchissant cette ligne, un savant mélange de satisfaction, de soulagement, de fierté, de devoir accompli, de bonheur, d'esprit de clan, de relâchement, de plaisirs et même un goût de trop peu me tirant des larmes qui me rappelaient la naissance de mon fils ». Pumba « Un mélange de beaucoup d'émotions parfois contradictoires. Le soulagement de l'avoir bouclée ensemble, d'abord mais aussi, et assez vite, une pointe de regret que ce voyage hors-norme (pour notre humble niveau) soit fini. Ce qui est d'autant plus bizarre que, les 90 dernières heures, je n'ai pas particulièrement bandé ! ».

Et s'ils devaient retenir quelque chose de ce périple, GG « Une aventure sportive et humaine hors du commun où des limites sont repoussées au delà de ce que l'on croyait possible (Demandez à PUMBA...:-), mais aussi des moments intense de partage, d'émotions qui seront gravés à jamais dans nos mémoires ». Timon « Cette phrase est celle que j'ai écrit à mes 2 meilleurs amis lors de notre retour vers la Belgique lorsque nous nous sommes séparés pour la première fois après notre semaine en commun : "Loin des des résultats, loin des exploits, loin de la fatigue ou des ennuis physiques, cette semaine en votre compagnie m'a fait prendre conscience que je ne vous connaissais pas réellement. J'ai pu découvrir de nouveaux territoires de votre personnalité, découvrant ainsi un pays de sourires, de miel et d'amitiés. Ce voyage grandiose laissera en moi l'empreinte de moments chargés d'émotions intenses, d'images fabuleuses, de courts et moins courts instants de chaleur humaine. Soyez sûr que vous êtes des personnes d'exception à mon cœur et que vous m'avez beaucoup apporté depuis des années et "du" un peu plus concentré sur ces quelques jours. Je peux dire que je suis riche de mes amis. Merci infiniment et j'ai mal mes pieds... Bordel on a raté la tartelette de P'tiloup ». Pumba « résumé notre aventure en une phrase, c'est impossible. Mais en un mot je veux bien essayer : inoubliable ».

Mais après tout ça, que faire d'autre ? GG « On pense à faire pour commencer un 4000 en Suisse avec un ami de SIERRE et puis on verra ». Timon « Sur le moment c'est à dire durant ces 5 jours, je me suis dit c'est la dernière folie! Maintenant au repos ayant récupérer je ne sais pas vers quoi on pourrait aller mais certainement en quête de nouvelles aventures : une course loin de chez nous, un raid, une randonnée XXL, un jogging de 10km sur tarmac ». Pumba « Très honnêtement, la PTL est loin d'être dingue. Il ne faut pas se la raconter (ce qu'aiment pourtant faire pas mal de coureurs d'ultra...rien que ce terme d'ailleurs... Mais je me disperse) : une bonne condition physique, deux excellents amis, un poil de chance, tu mélanges le tout et c'est prêt, tu peux goûter ».





DOSSARD 10042 LES RAIDEURS CÉLESTES





Particularité de cette équipe, elle se composait de 2 amis, Flamboyant (Olivier Machiels 26 ans) et Le Dahut (Pierre Eyen 42 ans)

Pourquoi participé à cette PTL ? Flamboyant « C'était un objectif depuis un petit temps comme le best of du trail pour un grand amoureux des Alpes comme moi et je suis venu au monde du raid et du trail via Pierre avec qui on s'entend super bien et avec qui on se connait aussi pas mal. Ca paraissait évident pour moi de le faire ensemble». Le Dahut « Complètement sous le charme de ce type d'épreuve après l'avoir testé lors de la 1e édition en 2008 avec Bugs et Gladiateur. Je pense qu'on ne peut se lancer dans cette aventure qu'avec des gens que l'on connaît bien. Olivier (Flamboyant) est un ami tout comme Fakir (Jean Damien Schenkelaar) qui devait nous accompagné mais il a succombé à l'appel d'autres horizons … ».

Au niveau de la préparation, pas d'improvisation. Flamboyant « Pour la première fois depuis que je fais du trail, j'ai orienté toute la préparation de l'année sur cette seule course et ça n'a pas trop mal fonctionné. Des points positifs glanés sur mes quelques épreuves tests avant et la prise en compte suffisament tot de quelques points faibles repérés à la moulinette ont aidés à se forger l'envie et le mental ». Le Dahut « participé plus régulièrement à des moyennes ou longues distances (30 km ou plus) : 6666 Occitane en relais, Ronda del Cims en juillet, Nisramont, Flémalle ».

Mais même avec une telle préparation, les moments de doutes subsistent. Flamboyant « Des doutes ? Un peu pendant la moulinette pendant que je dormais dans divers fossés victime de la chaleur. Mais le fait d'être malgré tout arrivé au bout était plus fort ». Le Dahut « Le seul moment de doute est venu après 2 heures de course au trail de Flémalle ou j'enchainais Andorre, les 30 km de Nisramont et les 30 km de Flémalle. Je me suis dit que je manquais de jus. J'ai complètement levé le pied jusque fin août ».

Mais le moment fatidique arrive … On est arrivé la veille et on a été vraiment tranquille retrouvant assez vite nos marques de montagnard. L'envie d'en découdre montant progressivement.

Juste avant le départ, Flamboyant « Et kwé on part??? bizarrement malgré tout le monde autour de nous j'étais assez dans ma bulle. J'ai pas mal pensé à mes proches qui me rejoindraient sur la ligne d'arrivée ». Le Dahut « Un peu stressé. T'as vu son sac, trop gros, trop petit, le mien trop lourd. Bravo les gars. Ben non, on n'a encore rien fait. Ça marche comment le GPS ? Où est ma frontale ? Ah oui, sur mon front… T'as vu les autres Belges ? On court un peu ensemble ? Ja, t'es où ? Bisou, à tantôt, ah non, pas à tantôt, on verra…. Mesdames Messieurs avancez vers la ligne… euh, il faut vraiment ? On part à droite ou à gauche ? la carte dit à droite, le GPS à gauche. Merde, c'est parti, ça va à gauche ! gauche gauche gauche et on recroise nos fidèles supporters avant de disparaître dans la nuit… ».

Et les cols dans tout ça ? durs? non ... les descentes horribles ça oui. Le pire moment physiquement ça a été la descente sur Morgex (interminable) et mentalement la descente sur Champex (Fatigue, stress, peurs) dixit Flamboyant. Pour ma part, Le Dahut, J'ai eu un moment de profonde solitude vers 3 heures du mat' la première nuit dans le mur sous le Buet. Flamboyant me devançait et m'attendait à

chaque épingle. Il avait l'air de marcher à plat et moi à 40°.
Même s'ils ont terminé 2ème, les coups durs (l'abandon ?)ne les ont pas épargné, Flamboyant « Le plus dur était en arrivant à Champex avec l'impression qu'il restait encore tant de chemin à parcourir et que la fatigue était déjà présente. Franchement je ne misai plus grand chose sur une fin heureuse. L'esprit est faible ... mais l'équipe est plus forte ». Le Dahut « En fait, avant la course (oui, j'ai considéré que la PTL était une course : des équipes, des dossards, un chrono, des arrivées dans l'ordre du temps mis à effectuer le parcours, etc), je n'y ai jamais pensé. Tout le monde a des moments de moins bien, des petites blessures, des doutes. Il faut aller au-delà de ça, de ce qui n'est pas très grave. Aller où c'est important pour nous. Oui, on a évoqué l'abandon. Oui, on a balayé d'un revers de main cette idée ».
Au niveau de la nourriture, rien de spécial, « Tout ce qu'on voyait, on mangeait. J'ai porté 1.5kg de mars et autres twix que je n'ai pas mangé mais en arrivant dans les refuges, les omelettes et autres soupes posées devant nos compagnons de galère semblaient incontournable. La nourriture emmenée ne m'a servi que sur la fin du parcours faute de ressources financières (la suisse ne sera pas endettée après notre passage) » dixit Flamboyant. Pour le Dahut « Mon alimentation, c'était la panoplie de barres, gels, gatosport, sandwich fromage, et ce qu'on peut trouver en refuge : omelettes, pates, soupe. Sur du long comme ça, tout ce qui peut se rapprocher d'une alimentation « normale » est le bienvenu. Sans oublier le succulent Red Bull aux bases vie… ».
Après avoir mangé, il fallait penser à dormir. On a essayé de dormir mais pas évident avec l'envie d'aller gambader. Si la première nuit de 2h30 à Champex nous paraissait plus que nécessaire, la deuxième fut ramenée à 1h de demi sommeil avant de se dire ... bon on serait pas mieux dehors à avancer? ... Enfin la 3ème et dernière nuit (on a fini par une nuit blanche) fut ralongée à l'insu de notre plein gré de 2h à 6h.
Au niveau planning/timing, sur papier (les cartes !), le Dahut a fait une estimation des temps de parcours. Ils correspondaient d'assez près à l'estimation faite par l'organisation pour la colonne « + rapide ». Oooops, mis la barre trop haut ? Mais il me semblait réaliste quand même. Les endroits de pause aussi. J'ai aussi estimé un autre programme plus ambitieux, qui était d'aller au lieu de repos plus loin. Finalement, nous sommes restés dans le planning réaliste, sauf à partir de Morgex, où on s'est fait arrêter. Malheureusement, les finlandais se sont emparés de notre programme ambitieux et l'on suivi à la lettre !!!
Ils finirent à une très belle 2ème place … Flamboyant « Passer cette ligne, je me suis dit : Ouf je peux m'écrouler dans les bras de mes proches. Retirez-moi de ce spectacle que je puisse m'effondrer ». Le Dahut « le sentiment sur la ligne d'arrivée n'était pas pour moi une explosion de bonheur. Evidemment, c'est un profond soulagement. Par contre, j'ai eu 2 ou 3 fois dans le dernier tiers de course ce sentiment de joie, dans des moments beaucoup plus intimes. Entre 4 yeux ».
Et après tout ça ? Flamboyant « J'ai une petite idée beaucoup plus folle. Mais comme seul on ne peut rien ... je pense la soumettre à tous amoureux des Alpes d'ici 1 an ou 2 ». Le Dahut « Encore plus dingue ou plus extrême? Je ne sais pas. Un marathon, ou encore plus fou : les 20 km de Bruxelles… ».





INSTANTANÉS D'UNE VIE DE COUREUR

UTMB 2012 - COUP DE GUEULE !

Ethique, sport, entraide, nature, aventure humaine, … Où sont passées les belles valeurs de l'ultra-trail ? Même si ce billet d'humeur ne vise que quelques personnes, ce sont souvent ces imbéciles qui se font le plus remarquer. Fort heureusement, beaucoup parmi vous ne se sentiront pas visé ! Merci à vous, qui avez su promouvoir les belles et vraies valeurs qui font notre sport.

Moi je … Moi je … Où est donc la solidarité et le respect des quelques règles ? Nous sommes nombreux, vendredi à 15h00, à espérer monter dans la navette à Courmayeur : quelques bénévoles, une poignée de coureurs et un foule d'accompagnants. Lorsque le bus arrive, c'est la débandade, chacun pour soi ! On joue des coudes, ça se bouscule, tous les coups sont permis. Au final, pas de place pour les coureurs : quatre héros de la PTL, ma belle et moi-même. L'ordre d'embarquement est pourtant clair : 1) Bénévoles 2) Coureurs 3) Accompagnants. Je le signale au bénévole sur place ; fort dépourvu, il ne peut rien faire pour nous. Dans le bus, je revendique mon droit : j'aimerais deux places pour me rendre à Chamonix et prendre le départ de l'UTMB. Personne ne bouge. Pire, je me fais presque traiter de con : « Départ UTMB est à 19h00, tu as encore bien le temps avec la navette suivante. Nous, nous devons aller à Champex ! » me lance un accompagnant, confortablement installé à la 4ème rangée du bus. Merci monsieur pour cette belle leçon d'égoïsme. Difficile de faire mieux. Et si moi, je voulais simplement arriver à Chamonix cool, pour me préparer tranquillement avant le départ ? Mais ça, sans doute, vous n'en avez que faire … Pauvre … !

Moi je … Moi je ne respecte pas les règles et passe devant tout le monde ! Le départ de l'UTMB, tout le monde le sait, ce n'est pas facile : 2500 coureurs qui doivent sortir d'une place en forme d'entonnoir … ça bouchonne inévitablement à un moment ou l'autre. Alors les coureurs réfléchis anticipent. Une heure avant le départ, nous sommes déjà nombreux à attendre derrière les barrières. A 30 minutes du départ, nous sommes serrés au point que cela en devient inconfortable. Alors pourquoi, et de quel droit, certains coureurs se permettent-ils d'enjamber les barrières pour dépasser tout le monde ? Est-ce cela que vous apprenez à vos enfants ? Quand la file est trop longue, il suffit de dépasser, de tricher ? Car nombreux ont été les enfants à se faire bousculer sans comprendre … Et les femmes qui restent auprès de leur bien-aimé : tout juste risquent-elles de se faire écraser ! Alors quand les paroles s'ajoutent au cinéma, cela en devient risible : « Dégage ! » me lance un homme, accompagné d'un regard à vous glacer le sang ; « Aller, fais pas le con, c'est le jeu » ajoute un autre. Le jeu, quel jeu ? Pour moi, la partie tourne au vinaigre ! Gardez vos forces pour la course, idiots ! Amis traileurs, si vous vous reconnaissez … remettez-vous en question et arrivez plus tôt. Sinon, prenez place derrière. UTMB … Sommet de la course nature ? L'UTMB est la première course où l'on me remet une pochette pour récupérer mes emballages. Belle initiative, mais les coureurs savent-ils s'en servir ? Nous sommes en montagne, dans une nature innocente qui ne demande que du respect. Nous ne sommes pas en ville à courir un marathon (et même en marathon, tout n'est pas excusable !).

Pourtant, j'ai du mal à y croire tant les déchets abandonnés sont nombreux. De quel droit abandonnez-vous vos ordures derrières vous ? Jetez-vous aussi vos papiers à terre dans votre salon ? Et que l'on ne me fasse pas croire que tout cela est tombé par mégarde !? Il y va là d'un acte volontaire ou, au mieux, d'un défaut de prévoyance ! Nos sacs et vêtements sont truffés de poches, alors pourquoi jeter nos crasses à terre ? Trop lourd ? Perte de temps ? Si ces arguments vous semblent valables, alors vous ne méritez pas de profiter de la beauté de la montagne ! Le top 3 de ce malheureux palmarès : 1) les goupilles de gels énergétiques 2) les gels énergétiques 3) les emballages de barres énergétiques.

Merci à tous ceux et celles qui ne parviendront pas à s'identifier dans cet article (et heureusement, vous êtes – nous sommes - encore nombreux !)

LE ROCK N'ROLL MARATHON

C'est par une belle après-midi ensoleillée qu'a eu lieu le Rock'n'roll marathon à Julémont. Organisé de main de maître par notre ami Hogon et sa fine équipe toujours aussi accueillante !

Un petit mot sur la course:
L'apéro de Hogon 3km et un chouia de notre Prince bien aimé! accompagnées de 2 côtelettes de P'ti Lou le tout arrosé d'un somptueux ravito et la cerise sur le gâteau une équipe de pointage digne de ce nom...
Que demander de plus !

L'équipe du Capitaine:



Je tiens à féliciter la "Dream Team Céleste" qui vit le jour, pour sa participation et l'effort quelle a fourni !
Ils ont été admirables, chacun a tenu son poste. Bravo!
Merci pour cette magnifique journée passée ensemble.

Après la course:
Celui qui le souhaitait pouvait déguster 2 plats "saveurs Maliennes" préparés par Amélia.

Remise des prix:



Vous connaissez la musique! Le plus important c'est la remise du chèque de l'équipe de AMY TOR 2011 à Monsieur Fernand Maréchal au profit de Solidarité Dogon.

La soirée:
Une soirée très animée : les Célestes qui sont restés savent pourquoi !

On était bien!

Capitaine

16 heures de Rock'N'Roll Marathon !

35 équipes, du soleil et une "Nuit du Rock" qui s'est terminée à 5 heures du mat: vous avez bien assuré au Rock and Roll Marathon! Tout bénéfice pour notre santé mentale et, surtout, pour nos projets. D'autant que nos fidèles sponsors (Entreprises Liégeois, Renault et Ville de Herve) étaient aussi au rendez-vous. Sans parler de l'équipe des Célestes, rage et enthousiasme dans le sillage de P'tit Lou et Amelia. La Jeunesse de Julémont nous avait ouvert les portes de la guinguette et ce fut l'occasion d'un joyeux brassage entre villageois, jeunes et moins jeunes, et coureurs de tout poil ; y compris nos amis du monde politique en pleine charge électorale. Mais le sport et la sérénité des paysages du plateau étaient les inévitables vainqueurs du débat.
Ce seul événement nous permettra en tout cas d'équiper en matériel (bancs, armoires, matériel scolaire,…) la nouvelle école technique que nous avons pu faire construire dans l'enceinte de l'internat de Bandiagara. D'autant que, lors de cette belle journée, nous a réservé un carton plein d'émotions avec les cadeaux de l'équipe d'Anneke , d'Isabelle et de Fonfon.
Anneke et son équipe ont profité de leur participation à la Petite trotte à Léon (Alpes Françaises) pour se faire parrainer. Bilan : 2710 € ! Isa nous a offert la prime gagnée au Trail d'Andorre (750 €) ! Et Fonfon nous rétribue une partie des bénéfices des 24 Heures de Liège. Des pareils, vraiment, on n'en fait plus. Sans parler du bonheur de voir les Célestinettes se transformer en groupies incontrôlables au passage sur scène de Smooth and The Bully Boys.On se réjouit d'être en janvier…pour l'après-course des Lucioles.

Le Hogon

LE DICO DE JEAN-RO



LE DICO DE JEAN-RO VA CERTAINEMENT DEVENIR UN « OUVRAGE » DE RÉFÉRENCE EN CÉLESTIE.

EN EFFET, NOTRE PARLER, NOS PENSÉES, … OU TOUT DU MOINS LES SIENNES, DÉCRIVENT OU NORMALISENT UN LANGAGE PROPRE AUX CÉLESTES.

JEAN-RO VA NOUS FAIRE DÉCOUVRIR LORS DE CHAQUE NUMÉRO, QUELQUES DÉFINITIONS BIEN DE CHEZ NOUS … ATTENTION, C'EST PARTI …

Ligne 69 *: Groupuscule céleste se réunissant tous les mardis. Adeptes des sorties courtes et des BarBQ en été. Dirigé d'une main de velours par un Président à vie, non élu, et subissant un ou deux coups d'état fictifs par an.*

Jogging*: .....?*

Lucioles *: petit plaisir nocturne, en général très raide et pratiqué à la lampe de poche dans la neige et sous la pluie.*

Marathon *: randonnée pour civils et non initiés.*

Pdm *: pot de miel, pic du Midi ?*

Pompes *: ce qui nous sert de pneus existent en version route, pluie, montagnes, rochers, boue et même pour frotter les parquets. Les avis sont multiples et versatiles. Les meilleures sont les Mizuno, Uniroyal et Michelin.*

Pseudos *: moyen incompréhensible de se reconnaitre et de faire en sorte que nos femmes en perdent leur latin. Certains en possèdent plusieurs, mélangés à des surnoms, diminutifs, sobriquets enzovoorde.*

Single track *: trace d'une fouine dans un roncier, servira de prétexte à un nouveau parcours.*

Talus, se faire un talus *: entrainement de base pour maso.*

Tirer, se faire par un copain *: contrairement à ce que l'on pourrait croire, signifie" remorquer" un ami en difficulté; se pratique à l'aide d'un petit câble élastique.*

Trail *: terme parfois un peu galvaudé, plaisir sain et tonique, par monts et par vaux, dans les ronces, les pierriers, les ruisseaux. D'habitude, le trailer jure que c'est la dernière fois et ne rêve que de bières à l'arrivée.*

La suite dans le prochain numéro …

LE BILLET D'HUMEUR

... DE PDM



ECHANGE DE MAIL, IL EST 6H51 UN DIMANCHE MATIN, JE VÉRIFIE LES MAILS POUR M'ASSURER QUI N'Y AIE PAS DE DÉFECTION... TIENS, C'EST CHAPI QUI ME L'A ENVOYÉ HIER APRÈS-MIDI... "JE TE RAPPELLE QUE TU AS JUSQU'AU 15 OCTOBRE POUR ME TRANSMETTRE TON BILLET D'HUMEUR..." JE RÉPONDS: " MAIS TU ME METS LA PRESSION UN DIMANCHE ANODIN À 6H51..." LA SURPRISE À 6H53:"6H51!!! MAIS TU DOIS ÊTRE À HOUFFALIZE À 8HEURES...."
NOTRE CÉLESTIE SE LÈVE TÔT LORSQUE L'ENVIE EST LÀ...

L'envie de quoi ? l'envie de faire découvrir un nouveau terrain de jeu, inconnu, l'envie de partager une aventure, l'envie de partager ses envies... Un lever de soleil entre amis, la tête encore un peu embuée par les excès de la veille mais qu'importe, c'est ça ma célestie....
Et les coureurs célestes, c'est quoi au juste? une secte? D'aucun le pense... Mais non... Un groupement d'amis qui a envie de sortir des sentiers battus... et quand ils sont trop battus, on prend des chemins de traverse, on invente ce chemin et on en fait profiter d'autres, c'est ça aussi ma célestie...
Les coureurs célestes, ce sont des individus qui ont envie d'évoluer ensemble, faisant souvent fi de leur propre individualité mais pas forcément... c'est tout un paradoxe... Pas de cotisation, pas d'asbl, juste apporter ses envies ou profiter de celles des autres en y apportant sa contribution... Prendre part à la discussion, s'inventer ou se faire attribuer un pseudo... Aider les autres en s'y retrouvant... Je donne... et en ricochet, tu me donnes... Pas besoin de courir vite... même pas besoin de courir... c'est un état d'esprit... Tu y mets ton petit grain de folie, de sérieux parfois, de bonne humeur toujours...
L'aide est intuitive, spontanée... Tu anticipes ce dont l'autre a besoin et on est mutuellement immensément reconnaissant, souvent tacitement.... Alors on boit un verre... mais ce n'est pas obligatoire, on se retrouve sous une tonnelle, sous une tente, en pleine nature et ça se termine parfois par un calumet... de la paix, de la bonne entente, de l'amitié... on est bien!!
Du coup, on a envie de recommencer... on se demande qui va avoir l'idée de la prochaine aventure et si elle ne vient pas assez tôt... on la propose...
On parait hermétique à certains... peut-être... mais tant pis... C'est qu'ils n'ont pas compris qu'il ne suffit pas de courir... mais d'aimer...
Et ça donne de la force ... Sur les longues épreuves que beaucoup de coureurs célestes apprécient pour ses moments d'introspection, pour ses moments de partage, on n'a pas envie d'abandonner, on se sent porter par cette énergie commune et communicative... Car à l'arrivée, toute la célestie t'attend, présente ou non... On le fait aussi pour ceux qui aurait tant voulu être là, qui vivent ton aventure par procuration avec la même envie que toi que tu aies au bout dans ton accomplissement et c'est eux qui te remercient quand tu leur renvoies ton ressenti... Tout le monde en profite...

On est bien...



REMEMBER ME :

TRANSPY 2010

Voici le 2ème volet de cette fabuleuse aventure. Le récit est reproduit tel quel. Merci à Marco pour ces moments « magiques ».

-11/12/13/14/06/2010 – Super we choc dans le Queyras chez Fred et sa famille

Comme j'avais rien écrit à notre retour du Queyras et que les autres avaient bien travaillé, je n'ai eu qu'a compulsé, coupé, mixé, les textes de mes camarades. Merci à eux.

1er jour par Alone

… « Il est 5h, le réveil vient de sonner, bref passage dans la salle de bain, un café, et c'est parti… On retrouve Eric dans le hall de l'aéroport et nous voilà réunis tous les 7. Seuls les patrouilleurs connaissent la destination, pour nous, Célestins, c'est la grande question. Distribution des billets, Torino, c'est donc probablement dans les Alpes que nous allons préparer cette transpy….

Voyage sans encombre,… Le Queyras, c'était tellement logique…Eric, stoppe net mes réflexions, il a des nausées … c'est vrai que quand PDM s'essaye au rallye sur asphalte, c'est comme pour tout, il le fait à fond…. Un peu passionné le garçon. Arrêt pipi pour tout le monde.



On reprend les voitures pour s'arrêter 5 minutes après devant le Chalet Viso.

Endroit magnifique, purée que la montagne est belle….

Le soleil est au rendez-vous, nous faisons nos sacs devant le chalet… Nous enfilons nos sacs après un bon diner. Fred, l'heureux et très speedé proprio du chalet Viso, prends la tête pour nous guider. Premier passage de gué, et merde, j'ai déjà les pieds mouillés… Les sentes s'enchainent aux chemins un peu 4×4, bifurcation sur des singles tracks, et cela fini en apothéose, dru dans le pentu dans un sens comme dans l'autre. Pour ceux qui ne sont pas habitués à la montagne, la prise de contact et rude. Qu'est ce que cela fait du bien d'être là - perdu - dans la montagne, loin de notre société

… Eric prends un raccourci pour mieux nous retrouver quelques dizaines de minutes plus tard

…. Fred nous quittera un peu plus tard, on ressent assez bien que ce n'est pas de gaité de cœur, mais l'homme a un gite à faire tourner.

Notre petite boucle à 6 terminée, nous retrouvons Eric pour passer le col et descendre sur Villargaudin. C'est là que Jup réalisera qu'il a oublié la mini camera lors d'un arrêt pipi. Son moral en prend un gros coup. Nous mettons le cap sur Les Moulins où Eric nous quittera afin d'assurer l'intendance du chalet d'alpage dans lequel nous passerons la nuit.



Il est approx 19h30 lorsque nous quittons Les Moulins. Nous traversons la D902 pour attaquer droit dans la pente, c'est comme qui dirait, rude de chez rude. Les patrouilleurs ont les jambes et la cadences qui va avec et je suis fier de pouvoir les suivre. Nous aurons la chance de croiser la route d'un magnifique cerf juste avant d'atteindre le belvédère… Magnifique moment. Petit tour du lac de Roue, on sent que certains organises sont atteints, la route est cependant encore longue. Nous empruntons une magnifique crête, sur notre gauche Arvieux, La Chalp et sur notre droite Soulier. On monte, on monte, pour croiser enfin le sommet de la remontée mécanique, je me dis que nous allons alors progresser en relance sur cette magnifique sente. Cela sens bon, j'ai envie de courir, d'autant plus que cela descend très légèrement depuis le dernier pilonne de la remontée, mais que nenni, nous attaquons un nouveau mur. Il est prés de 22h lorsque nous nous équipons pour la nuit. Dessus long et frontale pour tout le monde, on repart en courant histoire de se réchauffer. Nous nous arrêterons quelques minutes après avec Bernard pour échanger les piles des GPS. Les piles de son GPS viennent de rendre l'âme. Pas le temps de fouiller dans le sac, je lui file les piles du second GPS, on se les caille grave, enfin je devrais plutôt dire, je me les cailles grave….. Bernard ne semble pas très atteint par ce putain de vent qui me glace les os. C'est vrai que nous avons fait cela comme des débutants…. 100 m plus bas nous aurions été à l'abri ….

Quoiqu'il en soit, piles à peine changées, je dégage rapidos pour foncer sur le reste du groupe, objectif se réchauffer au plus vite. Les guibolles vont super bien, je prends mon pied sur ce sentier à flan de montagne… Je récupère assez vite les compagnons pour



glisser en tête de groupe avec Marsu… J'adore descendre avec Jup, il est quelques mètres devant moi ….Que pourrais-je demander de plus, descendre de nuit avec mes potes, …j'adore descendre.

On croise la D902 au col de la Plâtrière, petite pause, les piles de nous venons d'échanger viennent elles aussi de montrer des signes de faiblesse. Bernard glisse la main dans une poche….et en ressort un paquet de piles neuves. L'opération durera qq petites minutes. On bascule de l'autre côté de la D902 dans une sente qui nous amènera droit dans le torrent du col de l'Izoard. TM a pris la tête, je me rends décidément compte que la descente est vraiment mon péché-mignon et que TM est un excellent compagnon de jeu. Quel pied pour moi ….et quelles jambes pour TM.

Pour Jup et Marco, cette descente sera également un moment très fort que malheureusement je ne pourrai livrer ici, par souci de camaraderie, une drôle d'histoire de laisse, de lune, …un truc bizarre.

Traversée de Brunissard, purée, il est où ce pont … C'est bon, on traverse le torrent via le pont et on attaque un mur qui nous amènera au pied d'un premier névé. L'ascension s'avère cependant longue et dure, après 1h de montée, on traverse enfin le pied du pied du névé, la fatigue se lit sur les vissages, il est 0h10. On se regroupe pour affronter la dernière côte, pas longue mais assez rude. Dernier regroupement avant de traverser le dernier névé, on le traverse à l'horizontale, c'est relativement impressionnant dans le noir. Je suis bien, même très bien. Même le fait que la portée de ma frontale ne me permet pas de voir le fond du névé ne parvient pas à me stresser, j'ai confiance en ce groupe…Jup et TM ouvrent la route, on sent que l'on a tous envie de poser le sac et de sortir nos victuailles afin de passer un bon moment. La pluie a fait son apparition et je ne l'apprécie gère en ce moment… je n'ai pas envie



d'avoir froid, mais je n'ai pas envie de suer sous ma veste… Je bouge donc un max pour me réchauffer. La traversée de Clapetto se fera rapidement afin de localiser notre destination au plus vite, c'est bon, on entrevoit la frontale d'Eric qui nous attend.
A peine la porte ouverte, on se sent bien, Eric a fait du feu, je devine du fromage et de la charcuterie sur la table, l'eau frémi dans la casserole… Je dépose mon sac et me tape sur une chaise. Il est approc 1h30. On vide nos sacs afin de trouver du change sec et chaud. Certains visages sont très marqués, les corps ont été mis à rude épreuve. Pas évident de vouloir manger après ces heures d'efforts. PDM nous remet dans le droit chemin, pas question de passer ce repas… son expérience et ses compétences seront écoutées. L'apéro sera royal, Pastis, saucisson, fromage et tucs seront au menu ….Jean-Ro et Marco seront ravis de trouver du Martini (des vrais gonzesses, du Martini… et pourquoi pas du Pinaud tant que l'on y est !). Nos lyophilisés passeront bien, le rouge aidant. Je me retrouverai dans mon sac à viande à 2h30, tout habillé, et un peu bourré. C'est vrai que n'aillant pas vraiment l'habitude, le simple fait de renifler la bouteille de Pastis me suffit parfois.



Bonne nuit les gars. » ***Alone***

« Merci aussi à Fred, nous avons été reçu comme des amis, pas comme des clients. Le parcours que tu nous a concocté, même si la neige empêchait l'accès à certains cols, était de toute beauté et conçu avec plein de subtilité, du vrai spécifique pour les Pyrénées, des montées droit dans le pentu, des - à travers tout - tels qu'on en rencontrera, des genêts accrocheurs pour habituer nos mollets à la sauvagerie de ces montagnes, des zones à cagnards pour nous faire transpyrer, des gués pour nous apprendre à gérer nos pieds, des repères conviviaux pour nous souder …
Bref un vrai lieu de stage en montagne mais surtout d'amitié ce Chalet Viso
A bientôt SpeederQueyrasGump. » ***PDM***

Le 1er jour du Petit Suisse.

… « 22 h 06: j'ai récupéré mon sac au chalet. Je l'ai mieux rempli et il me semble plus facile à porter. Fred me conduit jusqu'à un point en forêt d'où je pars vers notre hôtel de haute montagne pour préparer leur arrivée.
Je descends et la voiture de Fred s'éloigne dans la nuit. Sans me retourner je gravite les premiers mètres du chemin qui doit me mener au refuge. Le sac est effectivement plus confortable et la montée est incroyablement légère. Le ciel est clair et je n'ai pas besoin de ma frontale. Marcher la nuit est fabuleux. Les odeurs, les bruits, la lumière, tout est différent et mon imagination me fait voir ou entendre des choses qui n'existent pas. Je pense aux heures passées aujourd'hui et je m'en veux de ne pas avoir eu autant de caractère que mes amis Célestes pour continuer avec eux. Nous formons une équipe formidable, unie et prête à se lancer dans ce défi unique de la Transpy. D'autres nous soutiennent, mentalement, physiquement ou financièrement. Aucun ne devra être déçu et personne ne le sera. Cette petite solitude m'en a convaincu.
23 h 14: après avoir rebroussé chemin à une première étable, j'arrive à l'entrée d'un replat. Il me reste un kilomètre à faire. Je devine notre humble demeure qui est la dernière bâtisse de ce hameau inhabité. La pluie qui tombe depuis une dizaine de minutes s'est transformée en neige fondante. Je saute le petit torrent, n'ayant pas trouvé le petit pont que Fred m'avait promis. Pas de plouf cette fois. Enfin, je peux sortir de ma poche la clé du paradis. Une fois à l'intérieur je m'autorise une gorgée d'eau. Ma frontale me fait découvrir ce lieu rustique où la convivialité colle aux murs. Vite, un petit feu. Tout est prévu, papier, petit bois, allumettes. Ça-y-est, ça prend ! La fumée qui s'échappe un peu du poêle a les odeurs de mon enfance, ma mère qui nous réveillait après avoir allumé la cuisinière.
Je m'organise un peu. Ma montre a rendu l'âme et mon portable n'a presque plus de batterie. De toute façon, y a pas de réseau et c'est tant mieux. Dans moins de deux heures ils devraient être là. L'apéro est au frais et il me faut de l'eau pour les pâtes.
« Tu dois monter un peu et ensuite tu te diriges vers le

bruit du torrent pour de l'eau » m'a dit Fred.
OK, j'ai trouvé deux belles et grandes casseroles avec des anses. Je sors et je cherche le bruit du torrent. Je monte, je vais un peu à droite, un peu à gauche et voilà que je l'entends au loin. Ma petite frontale m'y amène rapidement. En une fraction de secondes mes casseroles sont remplies à ras bord. Retour, 10 litres à gauche, 10 litres à droite. Mais, merde… où est le chalet, par où suis-je passé ? Je monte, je vais un peu à droite, un peu à gauche, disparu. Je ne veux pas déposer ma précieuse cargaison et je tente tant bien que mal de m'orienter. Je tourne en rond et après un petit quart d'heure de jurons et autres bons mots en tout genre, je retrouve la porte d'entrée et la fumée qui s'échappe de la cheminée. Que la montagne est belle.
01 h 01: j'ai essayé de me reposer un peu, surtout pour passer le temps, mais je n'y suis pas vraiment arrivé. Je me lève pour voir si la petite lumière que j'ai posée à l'extérieur fonctionne toujours. Et là, au loin, 6 petits points lumineux qui sortent du bois. Formidable, ils sont là ! J'agite furieusement ma frontale et je reçois une réponse. Bientôt ils rentrent. Marco, Jupal, Alone, Jean-Ro, PDM et TM. Mouillés par la pluie, mais des visages heureux et soulagés. J'avale la boule que j'ai dans la gorge. » ***Eric***

2em jour par Marsu, accrochez vous ca va secouer

« Où en étions-nous restés ? Ah oui, Jup Al ronfle déjà ! Oui Jup Al ronfle car la fatigue accumulée durant les dernières semaines se font sentir.
-1ère leçon à retenir de ce w-e prépa : il faudra emmagasiner le repos pour être au 'top' le 17juillet.



7h du mat et TM se mue en réveil matin, une fois n'est pas coutume, Le réveil est tranquille et petit à petit, cela grouille dans le seul gîte habité dans ce petit village fantôme. L'un prépare l'eau, un autre commence à



débarrasser les restes de la veille et les patrouilleurs s'affairent autour de leur sac version 'transpy'. Un petit déjeuner tous ensemble pour profiter encore un peu de ce qui sera notre quotidien durant plusieurs jours dans les montagnes pyrénéennes un mois plus tard. 8h déjà et nous nous élançons dans ce parcours 'commando' concocté par notre QG. Nos célestins, quant à eux, se mueront en femme de ménage pour remettre notre hôtel 5* au net.
L'entame de parcours donne directement le ton avec la traversée d'un gros névé qui nous mène au sommet du 1er col de la journée. Petite séance photo au programme et surtout une descente vertigineuse qui se présente devant nous.
Plus que des paroles, les images sont plus explicites pour vous résumer le topo.
La caméra fait un 360°, la montagne est majestueuse. D'un côté le village fantôme en contrebas traversé de toute part par un torrent et de l'autre une longue pente enneigée relativement raide qui mène à un petit lac aux couleurs vertes et bleus pour poursuivre sur une forêt de Mélèze. Gros plan sur Tm & Marsu qui réajustent leurs sacs à dos. Marsu s'apprête à enfiler la veste quand Tm l'interpelle : »Que fais-tu ? … On ne te demande pas de la mettre, fermes les poches et viens ». Une bulle apparaît au-dessus de Marsu « ???!!! » Mais vite l'incompréhension se mue en excitation. Marsu reste dans ses pensées et exécute. Une nouvelle bulle apparaît « Ils sont vraiment malades ces 2 gars-là mais je les aime ». Fin de la scène.
Avant même que je n'ai eu le temps de réaliser, Pdm est déjà entrain de dévaler la pente assis sur sa veste suivi illico presto par Tm (qui s'octroie quand même une séance photo afin d'immortaliser le moment). Je décide de profiter de la trace pour dévaler à mon tour, quelle belle idée çà. Le terrain ainsi damé n'est que plus glissant, et là les fesses trinquent. Un pierrier

servant de frein à ma progression.
Les 3 gosses arrivent à hauteur du lac en moins de temps qu'il ne faut pour le dire, les yeux brillants de plaisir. Un grand moment de plus qui restera gravé dans nos mémoires. La descente se poursuit le long d'un torrent, l'allure est excellente, un réel plaisir. A peine nous croisons des 'autochtones' pioches à la main qui ont eu écho de notre balade à travers le Queyras, que nous approchons du chalet Viso … que nous laisserons de côté pour grimper une sorte de pâturage clôturé et électrifié (oui je vous l'assure). Pas de chemin, juste de l'à-travers tout comme me l'avais susurré hier QG « j'ai godonisé le parcours » et c'est le moins que l'on puisse dire Nous avançons à bonne allure et l'altimètre défile 100m – 200m – 300m-800m. Nous atteignons le magnifique lac de Roux, le névé nous empêche de trouvé la trace directement mais il ne faut pas longtemps à mes 2 guides pour nous remettre sur le bon chemin. -2ème leçon de ce we prépa : Je n'ai aucune inquiétude à me faire avec ces 2 mecs-la. Nantis de cartes et du GPS, je les suivrai au bout du monde s'il le faut et sans jamais me perdre !
Et on repart de plus belle pour une très belle descente durant laquelle nous croiserons quelques marmottes, certaines un peu plus vieilles qui nous demandent si le lac est encore loin et d'autres plus touffues qui se précipitent dans leurs tanières à la vue de nos 3 *silhouettes.*



…La croix au loin nous signifie que la prochaine montée n'est plus très loin. Et c'est reparti pour un peu plus de 600m de D+. Un très beau sentier serpente cette très belle montée dans les bois mais Pdm soucieux de ne pas perturber le travail des fourmis nous emmène dans le plus court des chemins pour arriver au sommet : la ligne droite ! Notre ami des animaux est très affuté et nous le prouve en imprimant un bon rythme. Malheureusement la chaleur et mon manque de fraîcheur ne me permettent plus de suivre. L'ascension se fait de plus en plus difficilement mais j'avance. Il ne reste plus que 150m de D+ (plus qu'un talus et on y est. Le talus étant devenu la dimension officielle de notre aventure Transpy).
…Le sentier est bien tracé et est entrecoupé par d'innombrables torrents que nous prenons la peine d'éviter très habilement (Houba houba). Comme pour la montée, nous décidons de prendre la trajectoire la plus directe et malgré la chaleur et la fatigue, nous gardons une très belle allure jusqu'à un nouveau torrent juste un peu plus large et un peu plus gros que les précédents. Après quelques hésitations (on enlève les chaussures ? oui, non ?? On enfile le maillot ? Non, non ???) On file droit devant, les pieds dans l'eau, la chaleur fera le reste… » ***Houba houba Marsu***

Plus moyen d'arrêter le Petit Suisse, voici son 2em jour.

… « Après un petit-déjeuner revigorant, nous nous préparons pour une activité particulière: une Via Ferrata. Situé autour du Fort de Queyras, le parcours est intéressant, sans être particulièrement difficile. Dès le départ me voilà accroché à la paroi rocheuse. Comme nous l'a montré Fred, je déplace les mousquetons l'un après l'autre en veillant à être toujours bien sécurisé…
…Après une petite heure d'escalade et de sensations agréables, nous nous retrouvons à la terrasse de la Paillote du Guil en contrebas du Fort de Queyras.
….L'ambiance est canon et chacun de nous apprécie cette convivialité et cette fraternité. Les non-initiés pourraient croire que nous sommes nonchalants. Que nenni ! Les préparatifs se font de façon minutieuse et chacun de nous aura un rôle bien défini. Tout en étant accompagnés d'un bon verre, nos discussions préparatoires sont sérieuses et nous sommes soucieux du moindre détail. Des checks-lists de matériel sont établies, des horaires sont mis en place et les points de rendez-vous sont choisis avec précision. La technologie aussi nous accompagnera: GPS, liaisons satellite, PC avec internet. Deux véhicules solides et confortables seront en permanence sur le parcours. Les repas seront choisis et préparés en fonction des envies de chacun et des besoins du moment. Et une pharmacie bien achalandée pourra à tout moment soigner les petits bobos. Evidemment, nous ne pouvons terminer cette journée sans refaire une dernière balade dans les environs de La Chalp. Plein de courage, nous remplissons une dernière fois nos Camelback e t nos

gourdes. TM propose de monter le long d'une piste de ski et de redescendre par un autre versant. Tout le monde est d'accord. Comme tous les autres jours, ça se passe très bien. L'ambiance est au top, des vannes sont lancées par nos habituels boute-en-train et sans que je m'en rende vraiment compte, nous arrivons à peine essoufflés au sommet de cette montagne. Une photo pour la postérité, une gorgée d'eau et nous voilà repartis dans la descente, Célestins devant.



Bien trop rapidement à mon goût, nous retrouvons le GR5 qui serpente dans la forêt et nous ramène au Chalet Viso. Nous nous réunissons une dernière fois devant ce qui reste de Pastis et de saucisson. Le moment approche de préparer les bagages. Demain matin il faudra que nous soyons sur la route à 6 hrs du mat. L'accès à l'aéroport de Turin un lundi matin ne sera pas des plus faciles. J'ai piqué la clé de contact à PDM. Pour le retour les lacets de l'Izoard seront de mon côté. Nous profitons pleinement des largesses culinaires de Laurence et Fred et c'est la peau du ventre bien tendu et la tête gonflée d'images merveilleuses que je retrouve mon matelas pour une dernière nuit à La Chalp. Je dors comme un bébé et la route se fait comme dans un doux rêve. Dans l'avion je somnole et je paraphrase Alphonse Karr qui a dit: « La première partie de la vie se passe à désirer la seconde; la seconde à regretter la première ». Ces quatre jours, que j'ai âprement souhaités et qui ont passé trop vite, ont été la vie, ma vie, notre vie. Merci à tous ». ***Eric***



JeanRo égal à lui-même mais c'est comme ca qu'on l'aime.

« Retour de vacances dans le Languedoc: bronzage, vélo, 300 pages de lecture par jour, et puis je découvre cette pluie de commentaires sur notre site préféré. Que dire de plus? La nostalgie de l'effort, du merveilleux, de l'amitié me revient en un coup et m'attriste aussi car je me dis que dans un mois, une année de complicité va s'achever et nous serons tous orphelins. J'ai adoré cette plongée progressive dans la nuit, cette solitude vécue en groupe, cette entrée dans le noir comme à travers un entonnoir, plongée dans une immense matrice, dans un liquide amniotique qui nous réchauffe, qui nous met dans un état second malgré le froid que je ne sens pas. Nous sommes face à nous mêmes et le danger n'existe pas puisque nous n'apercevons plus les rochers, les falaises, la vallée…Montée verticale, exercice de remorquage avec un câble, oublier les bâtons lorsqu'ils nous freinent en descente. Je m'appuie trop et PDM distribue ses conseils. Le temps n'existe plus, un pied devant l'autre et ne pas réfléchir. Lorsqu'arrive un premier chalet nous pensons y être. Suivi d'un deuxième, d'un troisième, d'un dixième: il suffit de marcher et de marcher encore.
La récompense viendra; avalé un lyo sans gout, nous passerons aux choses sérieuses. Puis certains montent. Je soulève le cubi de rouge qui n'est pas vide, j'en fais la remarque à PDM et TM « pourquoi crois tu qu'on reste » et je me rassieds.
Demain nous recommencerons. » ***Jean ro, le mustang, le sioux.***

-15/06/2010 – Tournage par Télévesdre du remake des drôles de dames.

Commentaires trouvés sur le forum célestes.

. « Petit reportage fait par des Célestes (Manu et Jessss) pour d'autres célestes. »PDM

. « Tiens JupAl à changé de nom et prénom. Allez les filles, » Charlie

. « Charlie, c'est maiden ? Le patron qu'on ne voit jamais ;-))) me rappelle plus bien de tous les intervenants de la série.... » PDM

. « Sacré JupAL heu Marco heu ,!!!merde je ne parviens plus à suivre la série non plus, j'ai du rater des épisodes…franchement, les images avec la montée avec Bâtons, on dirait les majorettes de Soiron ;-)) Quoi de neuf sinon? Tout est dans le bon timing pour la Transpy?
Bises. » Speedy Queyras Gump

-22 /06/2010 – Entrainement Ligne 69 -

Mardi soir comme d'habitude entrainement de la Ligne 69, pour une fois peu de monde et nous voila partis PDM et moi pour une sortie qui allait prendre innocemment les chemins de notre enfance. J'aime bien courir avec PDM, c'est vrai que le gars est très fort et qu'il va très vite mais quand il court avec un mec « normal » comme moi il sait toujours se mettre au niveau, réduire la cadence et tout faire pour trouver le rythme qui conviendra à tout le monde. En plus de cela on trouve souvent de quoi parler, discutailler de trucs de mecs, s'envoyer des blagues de vestiaire, préparer la transpy et /ou refaire le monde à notre sauce…bref j'aime bien. Autre avantage quand on court ensemble on n'a jamais besoin de se prendre la tête pour le parcours, on part au gré de nos envies, une fois à gauche la suivante à droite et souvent à travers tout…jusqu'a ce pré immense, fauché depuis peu et couvert d'une épaisse couche de foin prêt à être emballotté, quel plaisir de le traverser de part en part en courant, sautant au dessus des rangées de foin…je me suis revu l'espace d'un instant gamin courant derrière le tracteur de mon grand oncle, innocent mais déjà bien conscient que la fenaison annonce pour nous gamins des campagnes la fin de l'école et les vacances toutes proches à la ferme…un vrai bonheur que cette sortie et voila comment une anodine sortie d'entrainement se transforme en merveilleux voyage dans le temps…décidément cette transpy sera bien plus qu'un long défilé de kms et de D+…mais qui en doutait encore ?

-02/07/2010 – Entrainement de la patrouille – Un cycle se termine par Marsu

« Et voilà que se termine notre dernière sortie talus à 3 avant notre méga sortie gros gros talus de dans 13 jours. Je ne sais pas pourquoi mais cette dernière a été beaucoup trop vite … j'aurai aimé que le temps s'arrête un moment. Non sans le vouloir, cette sortie a été un peu spéciale pour moi … peut-être parce que c'était la dernière et que la pression est montée d'un cran … ou peut-être parce que ces sorties talus vont me manquer … ou peut-être … ou peut-être … mais en tout cas, ce dont je suis sûr, parce que courir avec ces 2 gars-là est un réel plaisir. Pour cette dernière, nous nous sommes retrouvés en bord de Meuse et le terrain d'entraînement de Marsu .. (Marsu, Jup Al, Marco, l'orienteur du groupe, chochotte .. bon nombre de pseudos qui m'ont été attribués durant cette



préparation mais c'est de loin Marsu qui me plaît le plus). Les talus ne font que 80 à 90 m de D+ mais c'est de l'à travers tout et du bien raide ... Et ce pseudo de Marsu, je me dois de le faire honneur dans ces talus alors je bondis et dévale les pentes avec un plaisir ... houba houba … et quel plaisir quand mes 2 compagnons se mettent au diapason. Une petite heure de réel bonheur qui se termine, comme à chaque fois, autour d'un bon Aquarius … ou plutôt Leffe (Tiens mon éditeur me dit qu'il ne connaît pas ce mot Leffe ... je m'empresse de le rajouter au dictionnaire).

Et puis vient le moment de se quitter … gloups … Et là, mon ventre me tiraille et une sensation de stress et d'excitation grandit en moi … c'est la dernière …

L'éternelle question que l'on nous pose prend tout son sens ... « Sommes-nous prêts ? » ... « Prêts » ... oui nous sommes prêts ... les jambes tournent pas mal même si … mais nous sommes surtout prêts mentalement.

Oui ce sera dur, oui il y aura des moments de doute, oui il y aura certainement de gros coups de mou et alors ! Je suis avec eux et nous ne formons qu'un tant l'osmose dans l'équipe est parfaite et c'est bien cela qui me fait dire que nous sommes prêts.

Merci les gars de me permettre de vivre de tels moments, je vous en serai éternellement reconnaissants. Houba Transpy Houba. »

Marsu

« Salut gars, je crois que tu vas enfin être délivré de ce maudit pseudo - jupal - et que tu vas pouvoir accéder à une nouvelle vie grâce à ton nouveau nom. Comme les Peaux Rouges sortant de l'enfance par un rite d'initiation, tu vas connaitre l'adolescence et rayonner sous ton nouveau totem.

Les coureurs du monde entier te connaitront comme étant le seul, l'unique Marsu(pilami), les auteurs de bandes dessinées en viendront même peut être à s'inspirer de ton personnage…etc etc. » ***Jean-ro mustang*** Sacré JeanRo, il n'y a pas toujours que de l'eau claire dans sa gourde. Marsu, le pseudo, je ne suis pas peu fier de l'avoir trouvé celui-là.

-9/08/2010 Petit message d'Alone sur notre site

« J-6 pour le bonheur ….

J-6 pour ne plus devoir paraitre et juste pouvoir être…

J-6 pour retrouver ma vraie nature …animale??? Non juste vraiment humaine !

J-6 pour me fondre avec mes frères et n'être plus qu'un…

J-6 pour m'emplir de cette nature sauvage …

Bientôt J-5. » ***Alone***

-11/08/2010 Dernière rencontre de préparation chez Danièle et Marco

« Chaleur assommante ce dimanche âpres midi pour une dernière réunion avant le départ. Eric en Suisse, PDM au Portugal, les cinq autres se concertent pour accorder les violons : réceptionner le formidable motor home, énorme que Alone va devoir driver. Trier les casseroles, assiettes, papier wc, k way, tentes, malles en fer, packs de Jupiler mais surtout comparer les cartes, les anoter, marquer les étapes et les points de rencontre. Tout se déroule dans la bonne humeur, l'efficacité et surtout le calme. Le projet est mur, le travail de base bien accompli. Il suffit d'attendre.
Encore trois fois dodo. » ***Mustang***



BON BEN MAINTENANT LES GARS FAUT Y ALLER …

Camping d'Urrugne- vendredi 16/08/2010

… « Voilà tout est fin prêt pour partir …

Notre dernière base avant le départ prévu demain matin vers 6h / 6h30 se situe à quelques pas d'Hendaye. Les derniers réglages ont été effectués et même Pdm a pris une dernière douche.
On a tous hâte que cela démarre.
La météo est relativement clémente, pas de pluie, pas de grosses chaleurs mais le ciel est bouché et les prévisions pour demain nuageux...
temps idéal pour se … perdre.
Mais définitivement l'ambiance est au beau fixe… »

Mustang



La suite … dans le prochain numéro …

LES 24 HEURES DE LIÈGE

Le Hogon disait après l'édition 2006 : ''Dans nos sociétés hyper-performantes, tourner en rond est bien la pire des choses, alors vous pensez, tourner en rond pour le plaisir de tourner en rond, voilà qui frise l'incivilité mais ces 24 heures ne seraient ce pas seulement pour se laisser aimer par tous ces gens venus vous offrir leur enthousiasme, leur émerveillement, leur amitié … comme si tout le monde n'avait jamais été qu'un partage de saines envies et de caresses répétées''



Aujourd'hui au sortir de ces 24 heures 2012, ces mots j'en comprends vraiment le sens ….
Comment réussir en solo des 24 heures sans entraînement ? Comment se lancer dans une telle aventure en ayant 62 km dans les jambes en 3 mois ? Ne dit-on pas que l'entraînement paye ?
Comment ?
Avec le soutien inconditionnel du public et des autres coureurs, sans leurs amitiés, sans leurs amours, je n'aurais pas pu avancer, je n'y serais jamais arrivé.
D'année en année ces 24 heures de Liège prennent une dimension supplémentaire, les courir c'est atteindre le surnaturel.
Quelle liesse populaire, quelle fraternité, quelle douceur, quel bonheur, de vraies valeurs enfin retrouvées.
A chaque passage dans la tente d'arrivée, les encouragements des organisateurs et bénévoles font chaud au cœur.
A l'arrivée, on voudrait que ce moment n'arrête jamais, les larmes viennent, la communion avec les spectateurs et les autres coureurs peut continuer.
Quoi de plus merveilleux pour un père de voir dans les yeux de sa fille des larmes d'admiration.





GRAND MERCI à ''Fonfon'', sans qui ces 24 heures n'existeraient pas, GRAND MERCI à ses amis et ses rotariens, une organisation sans faille, j'espère de tout cœur que les bénéfices obtenus seront au-delà de leurs espérances afin que la fête soit belle aussi pour les moins chanceux de la vie.

''On choisirait ces moments là pour régler nos comptes avec la vie, ceux qui comprennent ont compris depuis longtemps et les autres ne comprendront jamais''
FM le H

Vivement l'édition 2013, pourvu que ça dure !!



''Le Cinglé''



Un trail émouvant … vu par laGrosse

J'aime me mettre sous la dent un « petit » trail de fin de saison après un été céleste. Ayant reçu des échos élogieux de la part d'Irina M. à propos de l'Ultra Trail Atlas Toubkal, je m'inscris à cette course sans hésitation.

Contrairement à mes habitudes, je ne fais pas appel à l'agence « Philiot, merci pour ton temps » mais bien à une agence française qui se charge du voyage, du séjour et de l'organisation de la course. Cette formule, dont les offeurs sont généralement peu adepte, me donne quelques craintes. Espérons ne pas atterrir dans une organisation où les mufles se bousculent sur la ligne de départ et où… Et bien non ! Sur ce coup là, l'organisation en aura bluffé plus d'un(e) [tonton…].

Veille de la course : transfert de Marrakech, « la fournaise », vers OukaÏmeden, « station de ski » située à une centaine de kms de là et à 2600m d'altitude.



Changement radical de décor : grands espaces herbeux et montagneux au milieu desquels sont plantées une quarantaine de tentes. C'est là ainsi que dans le refuge voisin que dormiront tous les participants (les offeurs (10%), les tontons (10%), les mufles (1%), les Dawas (0.5%), les Oscars (0.5%),..et les traileurs (78%) !). A la tombée de la nuit (qui « tombe » d'un coup sec dès 18h30), nous assistons au briefing et à la tagine party.

Jeudi 4 octobre, au levé du jour (6h00), nous débutons la course par une première petite grimpette à 3100m d'altitude. La piste est roulante mais mes jambes, elles, ont du mal à rouler car l'altitude se fait sentir. Je ne me tracasse pas, c'est dans mes habitudes de démarrer doucement. Après le premier col, nous traversons quelques villages. Là, premiers moments d'émotions : de nombreux enfants m'accompagnent en courant, les femmes m'applaudissent et les hommes m'encouragent en français ! Je suis très touchée.



Après 30kms, nous rentrons vraiment dans le vif du sujet. Les sentiers deviennent étroits, raides et plus caillouteux. Je continue mon tour de l'Atlas en montant vers le col « Amenzel ». Durant mon ascension je dois me faire moins grosse pour pouvoir croiser ou dépasser des mules-) Je me sens de mieux en mieux et me trouve dans un état d'enchantement lors de chaque nouvelle rencontre, que ce soit avec une chèvre, une villageoise, des mules ou un traileur ! Mon allure aisée me permet de revenir sur Janick et Pierre au 48^{e} km. Nous grimpons ensemble jusqu'au col « Oumchichka » situé à 2900m d'altitude et d'où nous admirons la beauté du Toubkal un peu enneigé. Encore un beau moment d'émotion… Ensuite, Janick et moi prenons un peu d'avance sur

Pierre qui digère mal la PTL ou l'eau du ravito précédent…Nous atteignons le ravito du 65e km affamées (le ravito solide antérieur se situait au km 20). Nous choisissons le repas « avec pataaates » et repartons avec Pierre pour entamer la partie la plus raide du parcours.



Lors de l'ascension du col suivant situé à 3100 d'altitude, Janick faiblit. Nous ralentissons la cadence…mais voilà que surgit un trio d'Espagnols (malheureusement pas Oscar…bien loin devant)…dont une Espagnole…J'ai beau avoir du sang de offeur…j'ai aussi un côté…comment dire ? flingueur (sans le tonton !) ? ou championnat de Belgique ? aie…je vais perdre mon pseudo céleste…Bref, je regarde Janick qui pense de même mais qui est incapable d'accrocher. Je continue donc seule à la poursuite de l'Espagnole…Poursuite facile car je la rattrape avant le sommet. Mais qu'en sera-t-il de la descente ? D'autant plus que je suis « alone » sans mon super pacer descendeur ! Je me retourne…surprise : personne à l'horizon ! Je continue d'un bon rythme et me sens tout simplement heureuse d'être là…

L'ascension suivante me mène au point le plus haut de la course : le col « Tarharate » situé à 3550m d'altitude. Je reste seule durant toute cette montée où le vent et le froid augmentent à chaque mètre d'altitude supplémentaire. Au sommet, de courageux bénévoles m'encouragent et me stoppent quelques secondes pour m'avertir d'une descente très technique. Aie, je n'aime pas ce genre de nouvelle ; d'autant plus que je suis seule et que la nuit tombe. Je m'engage (trop) prudemment dans la descente qui s'annonce longue, très longue (de 3500 à 1700m). Mais après la Ronda, cette descente n'est pas si terrible techniquement. Par contre, ce qui est terrible, c'est son interminable longueur !

Mon rythme ralentit méchamment…et déjà j'entends les bavardages de Janick et Pierre dans mon dos. J'arrive fatiguée au ravito du km 88 à Imlil, village où nous croisons pas mal de touristes. Nous prenons le temps de souffler et de nous ravitailler.

Courage LaGrosse, il ne reste que 17 petits kms ! Nous repartons tranquillement dans la vallée mais mes forces commencent à m'abandonner. Je me sens très fatiguée et nauséeuse. Mon rythme diminue fortement. Je demande à mes compagnons de continuer sans moi car je déteste cette sensation de devenir le « boulet » ! Pas question pour eux de m'abandonner ! Je m'accroche tant bien que mal pour les deux dernières ascensions. La dernière montée, de 1700 à 2700m d'altitude, est interminable mais aussi tellement belle, même de nuit ! Le sommet est enfin en vue… Il faut tout donner mais je n'en peux plus! Il ne reste plus qu'une courte descente de 100m négatif sur 1km pour clôturer cette magnifique course…. Je le répète : que d'émotions, que de plaisir…j'étais bien !

Après l'accueil chaleureux des bénévoles restés éveillés dans le campement, nous courons (enfin façon de parler !) à la douche (hé ouii moi j'en prends !) avant de déguster un délicieux thé à la menthe…suivi bien sur d'une bonne bière !

Le lendemain, couscous party avec tous les participants au milieu d'une ambiance berbère. Je suis à nouveau touchée par l'atmosphère familiale et simple qui règne dans ce campement monté de toute part juste le temps d'un Ultra…





LaGrosse

FAMEUX GAILLARD, CE WALTER

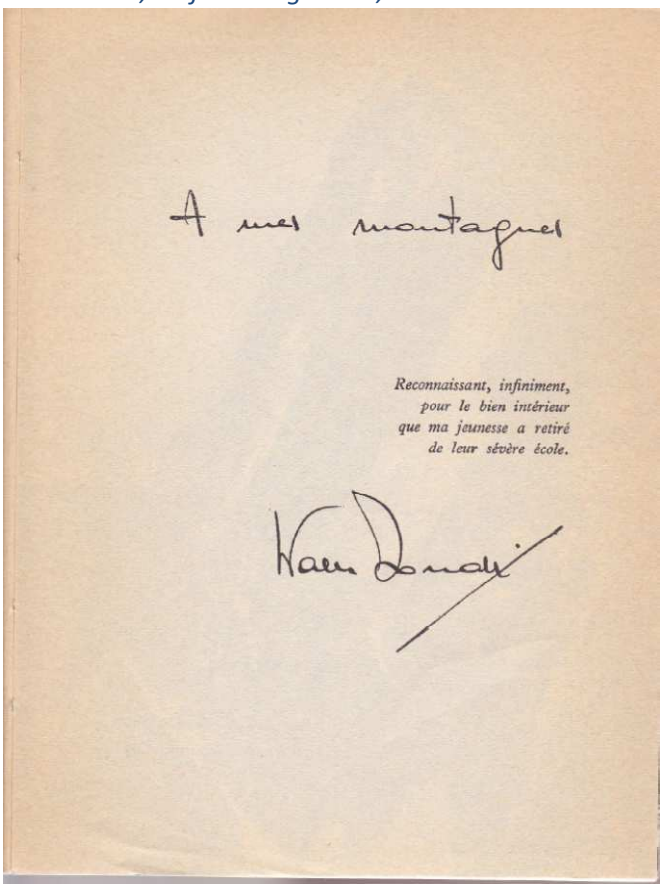
IL ARRIVE PARFOIS QU'UN ÉVÉNEMENT INATTENDU ILLUMINE NOTRE JOURNÉE, UN PETIT MOMENT DE BONHEUR OÙ L'ON SE DIT QUE, FINALEMENT, LE DESTIN DISTRIBUE ÉQUITABLEMENT SES JOURS DE CHANCE ET DE MALCHANCE.



En novembre 2011, je découvrais dans une Foire aux livres un vieux bouquin de 1963 intitulé « A mes montagnes » écrit par Walter Bonatti. Le nom de cet alpiniste et guide de montagne à Courmayeur m'était familier : il fut donné au refuge bien connu des participants à l'UTMB, CCC, PTL, TDG, etc. Comme les 5 euros demandés semblaient un prix raisonnable, « A mes montagnes » rejoignit la pile de livres à lire quand j'aurai le temps. Le moment venu, c'est avec l'émerveillement d'un gamin que je l'ai découvert. Première surprise, cet exemplaire est dédicacé par l'auteur lui-même. C'est aussi une lecture captivante pour les passionnés de courses de montagnes, les mordus de dénivelés, les amoureux des efforts inutiles, les férus d'exploits solitaires, les fanatiques du matériel ultra-léger. Car Walter Bonatti



fut un castard, dont les performances physiques, sans assistance, avec un sac à armature métallique, de gros souliers et des vêtements en laine, peuvent se mesurer à celles des champions actuels. J'en cite deux : un parcours de 18.000 mètres de dénivelé (montées et descentes) effectué en soixante-deux heures de marche ou d'escalade effectives (avec un total de quatre jours et demi de vagabondages effrénés dans la montagne pendant lesquels il tailla au moins deux mille cinq cent marches dans la glace vive), et la traversée hivernale de la chaîne des Alpes à pieds et à skis (et une Fiat 600 pour l'assistance) dans toute sa longueur, du Monte Canin à la limite extrême des Alpes juliennes italiennes jusqu'au col de Nava dans les Alpes maritimes, soit 1.795 kilomètres, 146.386 mètres de dénivellation, 66 jours de marche, y compris l'ascension du Mont-Blanc et d'autres sommets. En alpinisme, ses exploits font l'admiration de tous, une simple recherche sur Google le démontre. Il fut le spécialistes des hivernales en solitaire. Dans son livre empreint de modestie et d'humanisme, il l'explique par une particularité physiologique : il aurait les doigts peu sensibles au froid, lui permettant de grimper à mains nues là ou d'autres ont besoin de gros gants en laine. Assurément, un fameux gaillard, ce Walter !



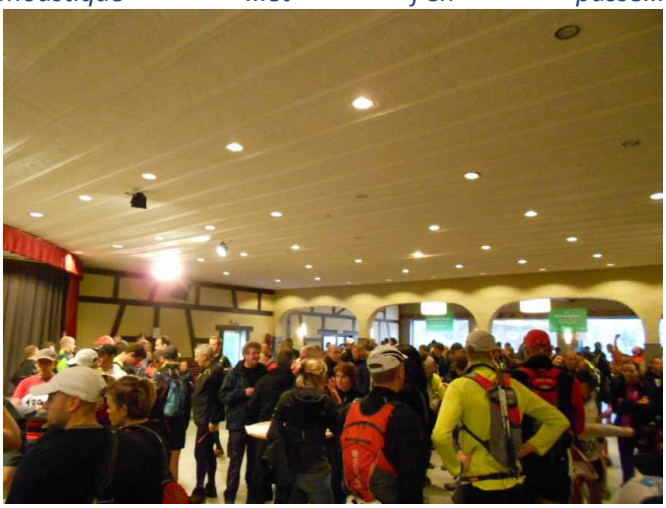
ASTRO



THF..DANS LES COULISSES

by mabia

En charge des inscriptions, je ne vous cache pas que je ressens toujours une once ...un chouia... de stress face au fichier d'inscriptions à remodeler la semaine précédent l'épreuve.
186 coureurs en 2005..
953 coureurs en 2012…
Entre les coups, on a eu le temps d'affiner les listings, de s'améliorer, de simplifier, bref, de briefing en débriefing, d'être au top pour que le jour J, tout le monde dispose d'un numéro de dossard correspondant à son nom et surtout d'un nom correspondant à son nr de dossard. Le tout sans faire patienter ceux qui doivent s'échauffer, s'étirer, se relaxer, se gominer les cheveux, se masser, se mettre du réflex spray, de l'anti-moustique ...et j'en passe...



Les inscriptions sont clôturées…J'exporte le fichier, vérifie les dates de naissance, liquide les colonnes " inutiles "…supprime les doublons, trie par distance puis par ordre alphabétique, permute les coureurs qui changent de distance à la dernière minute ou qui payent la veille ou encore font un versement mais sans s'inscrire sur le site…bref.. quelques heures plus tard, le tour est joué, et j'expédie le tout chez Glacé.
J-2..Souper arrosé : Sms de Glacé. Quelques mises au point, je rallume mon pc. Un bref coup d'œil à la liste du Grand Trail pour me donner bonne conscience: Alors... je compare avec le site..Auquier Gery, nr 9 ..ok..Bastin Michel, 14..Brumagne Simon..46..mais pas de nr dans mon fichier ???…et pareil pour Lacrosse..inexistant… Stapelle..pas affilié…
Pas de panique…je raisonne...inutile de tenter de modifier ce listing à cette heure tardive ...et encore plus avec le nombre de verres de vins que j'ai dans le coco.
Commence la nuit la plus longue de ma vie…(bon là j'exagère un peu:-)).
Je cauchemarde.. quoique finalement ça pourrait aussi être un rêve ;-)
Tous ces coureurs, champions et futurs champions affiliés à la ligue perdus dans la nature…incognito, clandestins et sans nr de licence.
Un arrivée bâclée, sans grands tralalas..bon,pas au point des premières années d'Oso avec juste un mec barbu aux cheveux bruns mal coiffés qui scandait le nom des coureurs ;-) , mais bâclée quand même..
Le championnat de Belqique gâché, gaspillé, foutu, pourri...



Jano en pleurs, Charles en rage…les juges de la Fédé dépités..Pol Defays sans médaille, le drapeau de la Belgique déchiré, le vinyl de l'hymne national rayé...

6h : Le réveil me rappelle à la raison.
Je me rends vite compte qu'en effaçant les doublons, je n'ai, en fait, juste pas tenu compte de la dernière colonne fatidique et au combien primordiale… " NR LBFA" !!!!!
Distraction, acte manqué, pulsion inconsciente .. l'ordre a cependant été vite rétabli.



33 affiliés, un rapide coup d'œil en zig zag, 2 ,3 coups de souris et toutes les brebis égarées pouvaient partir à la conquête du graal.
Pour la suite, c'était une magnifique journée…
Météo au beau fixe, bonne humeur, parcours plaisant, superbe ambiance.. des éloges, des compliments, des gens qu'on aime...



Y'a pas à dire, la réputation de ce trail n'est plus à faire, et le Team Nelles sait y faire.
Quelques Célestes, mais pas trop..même si il n'y en a finalement jamais trop..peut être étaient ils à l'Eco Trail... ?



Puis l'anniversaire de Ptilou, un apéro royal, des bouteilles de Céleste en suffisance..euh abondance .... Le tout sous un air de brabançonne..au loin, tout là-bas, des podiums, des médailles, des chronos, un peu embrumés…

Admettre…les lauriers du côté masculin, ou les 2 places d'honneurs respectaient la logique, même si le 6e recevait la médaille de bronze... Peut-être avouer le ridicule, même sans « à priori » de sacrer la 5e femme championne de Belgique, sans lui enlever bien entendu, son mérite…même si la vice championne de Belgique « non officielle » a failli mettre une droite au juge LBFA qui lui demandait si elle était licenciée..ou confesser l'ironie de baptiser championnat de Belgique une épreuve au sein de laquelle sur 953 traileurs, 33 à peine se prennent au jeu...
"On en reparlera le 30 septembre " disait il..
A présent se pose la question pour la cuvée 2013..si certains pour 2012 se disaient "pourquoi pas " , pour le futur ne faudrait-il pas plutôt se demander "pourquoi"?

(Dommage que La Grosse n'ait pas totalement assommé le gars de la fédé en passant la ligne... ça aurait réglé la question... :-))

Chapinoise

balade chronométrée dans un esprit céleste



Le pays de Herve, situé juste au sud de la région frontalière belge, est connu pour son fromage puant explosif, son sirop de poire et sa bière locale, la Val Dieu.



Avec Stéphane, Philippe et Nicole, nous quittons notre région de Den Haag (P-B) pour mettre le cap dans un petit village situé dans cette région à savoir Melen où une course était organisée.



Six heures et demie, l'heure du départ est assez inhabituelle. C'est un parcours de 28 km qui nous a été concocté par « Chapi », l'organisateur de la Chapinoise. Il décrit son épreuve comme une « balade chronométrée ». Lors du briefing, il insiste sur le fait que nous partirons pour une promenade à travers champs, chemins et prairies. Et le tout dans un esprit made in célestie. L'esprit céleste peut signifier plusieurs choses. Il est en tout cas bien loin de cet esprit qu'on peut voir dans le monde entier avec des épreuves telles que le TMD, UTMB, CCC, TDS, GRR, etc …
Cette balade nous mènera vers un ravitaillement où de la bière Céleste (leur propre bière), du Pequet (une boisson locale), des gaufres au sirop de poires (des lacquements), des fromages locaux (du herve bien piquant et du fromage de chèvre produit par un coureur céleste), de la musique, un feu et des torches (car il faisait nuit, bien sûr) nous permettra de passer un moment inoubliable.



Dans de telles conditions, difficile de repartir pour boucler sérieusement les 4 derniers kilomètres et de viser une performance. Qu'importe, la balade annoncée mérite d'être savourée.

Et même les portions d'asphalte parcourues étaient vraiment très agréables car les chemins et prairies avaient été rendus très boueux avec les conditions climatiques des derniers jours.



La Chapinoise était très agréable, un bon équilibre entre une promenade et une atmosphère made in célestie. Toute l'équipe d'organisation (bénévoles et les scouts locaux) mérite des éloges. Une bonne gestion sur les points délicats (traversées de routes), un repas de pâtes qui s'apprécie … le tout pour un prix démocratique …
Bref, La Chapinoise mérite son titre de « balade chronométrée !!! dans un esprit céleste ».



Michiel Panhuysen
TZ Den Haag
Nederland

LA MINUTE PHILIOT'SOPHE

Terre !

Terre. Dizaines, centaines, milliers de kilomètres engloutis. Millions de pas franchis. Les parcoureurs célestes tracent, sillonnent, strient la Terre dans tous les sens, ses coins et recoins, proches et lointains.
Terrain. Terrain accidenté, terrain de jeu ou terrain vague, seul ou ensemble. Seul, l'aventure du tracé à choisir, l'écoute du silence ou du ruissellement d'une goutte d'eau, l'émerveillement d'un chevreuil débusqué ou d'un rayon de lune sur la blancheur de la clairière. Les pieds épousent le sol, en écorchent les aspérités. Une mise au diapason du dedans au rythme du dehors. Ensemble, simplement être bien, entre paroles échangées et non-dits qui disent tout, souffles qui s'unissent, et les souffrances aussi. Courir ensemble, le partage d'un regard jeté sur la Terre, partage du plaisir d'un parcours qu'on aime et fait aimer, la connexion des désirs de découvrir.
Terre mère. Courir, apprivoiser l'espace et se l'apprendre. Créer du connu en faisant reculer les frontières de l'inconnu, le plaisir de reconnaître, le besoin d'odeurs familières, rémanences et réminiscences, pouvoir toucher l'espace les yeux fermés.
Terre étrangère. La recherche de l'espace inapprivoisé, sauvage et inhumain. Sortir des sentiers battus et de la carte des routes déjà tracées, abandonner la seule perception d'un espace structuré et quadrillé par les chemins. Regarder l'espace autrement, Terre nue et lisse, opposer le hasard au déterminé, laisser résonner en soi le frisson de l'inconnu, l'à travers tout qui me traverse, désir indompté d'une liberté sans concession ni compromis.
Terreau. Origine, identité, racines de l'existence, terre qui t'a nourri et que tu as pétrie enfant. Là d'où tu viens, le lieu de tes ritournelles, un lieu qu'on quitte pour respirer, où l'on revient pour se retrouver. Un départ et son retour, un sommet et sa vallée, l'océan et la terre habitée, terre singulière du foyer.
Terrifiant. Peur de l'inquiétante étrangeté du monde, le monde si vaste qu'on s'y perd. Nécessité de repères et leurre des frontières, leur illusoire. Terreur de l'autre et de la différence, terreur de l'envahissement de ma terre. Contre la peur, l'appel, appel du large, du lointain et de l'altérité.
Territoire. Tentation de s'approprier la terre. La propriété privée, le lopin qui s'achète et se vend au plus offrant, terrain clos, terre à soi. La pulsion de posséder l'espace, de le retenir dans ses mains, enfermer et clôturer la terre, et la pulsion de posséder les choses et les êtres, faire de l'autre que j'aime ma terre, mon propre, mon territoire inviolé.
Déterritorialisation. Renoncer à poser son empreinte, effacer ses traces. Terre qui n'appartient à personne, à laquelle tout le monde appartient, là où s'estompent les identités, terre des multitudes. Avidité de l'impropre et de l'errance, ascèse de la dépossession, ouvrir les mains, lâcher prise, l'aimé qu'on laisse être et laisse partir.
Littéralement. Résistance de la terre qui se solidifie au creux du poing, immatérialité de l'air qui la traverse. Dans l'air flottent les idées et les mots, que l'on s'approprie mais qui ne se retiennent, sont à tous lorsqu' ils sont à chacun. La lettre, littoral entre matière et air, sillon de la pluie qui balafre la terre, comme les ratures de l'encre ravinent le papier.
Terrestre. Touche le ciel, terre céleste, au-delà de soi, illimitée et sans frontières.

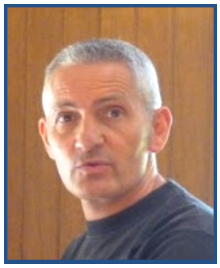
Philiot

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 : **MADNESS**



PARTICULARITÉ : PASSER UNE SOIRÉE AVEC LUI VOUS RUINERA ☺. IL VOUS PROPOSERA TOUTE LA PANOPLIE DE CE QUI PEUT SE FAIRE EN TERME DE COUVERTURE EN ASSURANCE !!

1. **TA CÉLESTE IDENTITÉ ?**
   Eric NAISSE, né le 09/11/1961, marié à Fabienne, père de 2 filles (Amandine et Pauline) et grand-père de Selim. Je suis scorpion (et fier de l'être…) et employé dans le secteur « assurances ».

2. **COMMENT ES-TU ARRIVÉE EN CÉLESTIE ?**
   Je suis venu à la course à pieds suite à une grosse blessure encourue au foot en 1990 (fracture des sinus frontaux). De fil en aiguille, je suis monté progressivement sur les grandes distances à partir de 1999 (La Grande Course, organisée par Iron)

3. **TON MEILLEUR MOMENT CÉLESTE ?**
   Terminer mon premier 100 km (Les Gladiateurs de l'An 2000) restera toujours un grand moment, bien sûr, mais les meilleurs moments sont à chaque fois les retrouvailles d'après-course au bar entre célestes. C'est là qu'on refait le monde ou qu'on lance des projets un peu fous…

4. **QUE FAIS-TU LORSQUE TU N'ES PAS EN CÉLESTIE ?**
   Pas d'autre activité sportive en dehors de la course à pieds… quoique le pastis-pétanque en période estivale, ça a son charme.

5. **TON ÉQUIPEMENT CÉLESTE PRÉFÉRÉ ?**
   Pour les chaussures, BROOKS et ASICS. Sur les trails courts, j'emporte le bidon mais la poche à eau reste indispensable sur le long. Dans mon sac, j'emporte toujours des biscuits salés (TUC) et un peu de coca pour la fin de parcours. Jamais de boissons isotoniques, rien que de l'eau.

6. **LA CÉLESTE ATTITUDE, C'EST QUOI ?**
   La céleste attitude, c'est avant tout un état d'esprit. La camaraderie, l'entraide et le souci de l'autre dans et en-dehors de l'effort priment sur la performance chronométrique.

7. DES PROJETS CÉLESTE ?

Je collabore à l'organisation du prochain 100 bornes mais le parcours doit rester secret encore pour quelques mois… A titre personnel, pas de véritable projet à court terme sinon celui de revenir en condition correcte après 3 ans de galère…

8. TA CÉLESTE SEMAINE, ELLE RESSEMBLE À QUOI ?

Une semaine-type en temps normal est composée de 3 à 4 sorties d'une bonne heure. En vue d'un objectif particulier, je peux passer à 5, 6 voir 7 par semaine mais jamais au-delà de 120 km/semaine. Par contre, je ne change rien à mes habitudes alimentaires, et encore moins … apéritives et festives.

9. TA COURSE CÉLESTE DE RÊVE ?

Si je pouvais organiser une course de rêve, ce serait un 100 km en ligne dans les Ardennes, avec ravitos obligatoires à la bière spéciale tous les 20 km. Celui qui ne boirait pas serait pénalisé. Mais ce qui me freine pour l'organiser, c'est que ce serait encore PDM qui gagnerait largement J

10. TU PENSES À QUOI QUAND TU ES EN PLEINE SOUFFRANCE CÉLESTE ?

Souffrir en course ? Peut-on réellement parler de souffrance par rapport à des gens qui sont atteints d'une maladie grave ? C'est un peu indécent, non ? Bien sûr, on endure des « coups de mou » et ce n'est pas agréable mais je me dis toujours que ça va passer et bien vite, je n'y pense plus. Et puis, c'est aussi un choix et donc si on a du mal, on l'a un peu cherché.

11. TU VIENS D'OÙ ?

J'habite la banlieue de Liège, à Rocourt. Pas idéal comme région pour s'entraîner, a moins de rallier les Coteaux de la Citadelle. Mais on en a vite fait le tour.

12. TU MANGES QUOI ?

Niveau alimentaire, surtout pas de régime. Je mange de tout et à volonté. Idem pour les bières spéciales. J

13. TES HOBBYS PRÉFÉRÉS ?

J'aime bien jardiner, même si je ne pratique pas aussi souvent que je le voudrais. A mes moments perdus, j'aime aussi les mots croisés et fléchés.

14. TU VOUDRAIS VIVRE OÙ ?

Etant originaire des Ardennes, j'aimerais bien sûr vivre à la campagne. Mais comme j'aime aussi le soleil, je me verrais bien en Italie, dans la région des Cinque Terre. J'y profiterais du soleil, de la mer et du dénivellé. Aller courir dans l'arrière-pays très vallonné et ensuite faire une sieste sur la plage avant de prendre un verre et un bon repas, ce serait idéal.

15. PLUTÔT MONTAGE OU MER ?

Voir la réponse à la question précédente.

16. UNE DEVISE OU CITATION PRÉFÉRÉE ?

Il y en a plutôt deux : Ne craignez pas d'être lent, craignez seulement d'être à l'arrêt (Ca résume bien mon actualité) et il faut toujours viser la lune car même en cas d'échec, on atterrit au milieu des étoiles (Oscar Wlde).

17. 5 TRUCS QUE TU AIMES ?

Ma famille - la bière - m'isoler pour lire le journal - Anderlecht (je sais, ça va en faire grimacer certains…) et courir (c'est plus qu'indispensable…)

18. 5 TRUCS QUE TU N'AIMES PAS ?

Faire de l'intervalle - les lèche-culs - les lendemains (de veille, de course,…) - le mensonge - les égoïstes

19. UN DISQUE, UN LIVRE, UN FILM ?

Je ne suis ni très cinéma, ni très télé. J'aime la musique mais je n'ai pas vraiment de type musical préféré. Par contre, j'aime lire. Un livre must que tout coureur doit avoir lu : La Grande Course de Flanagan (je peux prêter le bouquin à qui le souhaite) Un de mes auteurs préférés est Amélie NOTHOMB.

20. UN TRUC QUE TU VOUDRAIS DIRE ?

Je crains l'évolution du trail. Quand je vois le nombre de « grosses machines » avec des règlements, des prix, des droits d'inscription exorbitants, je me pose des questions. Je lance un appel à toutes les bonnes volontés pour organiser des offs ou des trails sympas à petit budget mais où « l'esprit » reste présent.

FIN



PROCHAIN NUMÉRO

JANVIER 2013

Editeurs responsables : P'tilou et Chapi