

VOIR LES GONDOLES À VENISE | cadeau de mariage ?

PTL 2015 | La nouvelle « belle » histoire céleste

CHAMONIX - BRIANÇON | Trois drôle de filles

EIGER ULTRA TRAIL | Montagne mythique autrichienne

ULTRA TOUR DU BEAUFORTIN | Petite rando

PRÉSENTATION

LES ÉTOILES FILANTES ☺

UNE FOIS ENCORE, NOUS AVONS VIBRÉ AUX RYTHMES DES DIFFÉRENTS EXPLOITS DE NOS CÉLESTES SUR LES CHEMINS MONTAGNEUX.

QUE CE SOIT AU BEAUFORTIN, SUR LA TRAVERSÉE, DANS LES PYRÉNÉES ET J'EN PASSE ... MAIS QUE DIRE SUR CETTE NOUVELLE ÉDITION DE LA PTL.

MÊME SI L'ORGANISATION EST « VICTIME CONSENTANTE » DE CETTE GROSSE MACHINE COMMERCIALE QU'EST L'UTMB, ON PEUT DIRE QUE CETTE « ORGANISATION » NOUS FAIT RÊVER ET ELLE NOUS LE REND BIEN.

UNE FOIS DE PLUS, LES COULEURS CÉLESTES, LA BELGIQUE ONT DÉMONTRÉ QUE MÊME « LE PLAT PAYS » QU'EST LE NÔTRE SAIT SE MONTRER À LA HAUTEUR.

JE NE PARLE PAS UNIQUEMENT DU RÉSULTAT. CERTES, LES ÉTOILES FILANTES FONT PARLER D'ELLES MAIS LES AUTRES ONT AUSSI DU MÉRITE. FINISHER OU PAS !

ALORS RDV EN 2016 AVEC D'AUTRES ÉQUIPES CÉLESTES AU DÉPART.

AH OUI ! VOUS LISEZ LE 20ÈME NUMÉRO ☺

CHAPI

SOMMAIRE

NUMÉRO 20 SEPTEMBRE - OCTOBRE 2015

L'ÉDITO DE P'TILOU 04

VOIR LES GONDOLES À VENISE : 05



LE BILLET D'HUMEUR DE PDM 07

PTL :
UNE BELLE HISTOIRE 08



GALOPINADES EN TOUT GENRE 12

CHAMONIX - BRIANÇON 14



LES RÊVASSERIES DU HOGON 16

EIGER ULTRA TRAIL 17



ULTRA TOUR BEAUFORTIN 18

BOLY :
UNE CÉLESTE DÉCOUVERTE 21

L'ÉDITO DE P'TILOU



Chiffre du Lotto…

Il est toujours bien difficile de choisir les bons chiffres, mais nous pouvons vous aider...

Jouez le… 08

Huitième mois de l'année... cela a porté chance à LaGrosse et au Biker Fou... Lorick squattera les podiums... mais en trail ou en VTT !!!



Jouez le … 919

C'est plus difficile, mais cela vous portera chance comme aux Patrouilleurs Célestes en 2014 et aux Etoiles Filantes en 2015… C'est le 919 route Couttet Champion à Cham... le repère des Coureurs Célestes !!

Les aventures 2015 ne sont pas finies... les autres chiffres porte bonheur arrivent... il faudra pour cela suivre le Tor... Chapi, Sim.

Et aussi le Mercantour... Glad, Natha, Campari, Boly, Buffalo Joe, Papy, Beau Caillou...

Rendez-vous en octobre...pour un loto céleste, on jouera tous les chiffres portent bonheur de l'année 2015 ☺

VOIR LES GONDOLES À VENISE

Il nous reste 5 kms à pédaler, on est sur l'autoroute ! Une sorte d'autoroute qu'on ne peut éviter et qui déverse par cars entiers des milliers de touristes. Venise nous tend les bras …. mais cette arrivée dans la sérénissime, c'est comme arriver dans un Palace par l'escalier de secours. Ces derniers kms ne sont pas comme on l'avait imaginé. Heureusement, la citation de R. L. Stevenson nous trotte en tête : « l'important ce n'est pas la destination, mais le voyage en lui-même ». Et en effet, quel voyage !



Tout a commencé par une idée de mariage. Qui dit mariage, dit – notamment - cadeaux et voyage de noces … Vu que la vaisselle en argent et les plages de l'île Maurice, ce n'est pas trop notre trip, on n'a pas mis longtemps à imaginer un projet qui nous ressemble un peu plus : on ira dans la ville des amoureux (jusque-là, très classique pour des jeunes mariés), mais on fera la route en tandem ! L'itinéraire est murement réfléchi, les bagages bien pensés, le matos et les différentes étapes (restos, apéros, nuits,…) offerts par nos familles et amis.

Nous démarrons donc de Liège le samedi 4 juillet, sous un soleil écrasant (déjà à 9h du matin), bien entourés de quelques amis courageux qui nous accompagnent sur cette première étape. Direction Bastogne par la vallée de l'Ourthe. Les premiers kms plutôt bien plats sont avalés sans forcer malgré les ennuis mécaniques des uns et des autres (heureusement pas nous !).

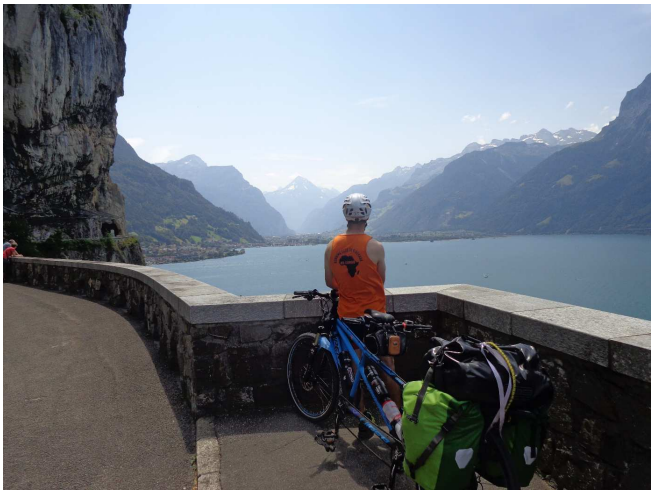


La bière étant fraiche à la ferme de Palogne, la pause de midi se prolonge un peu plus que prévu. On est tout de même en vacances ! C'est l'estomac un peu lourd que nous attaquons notre première côte du voyage vers Dochamps. L'accueil à Bastogne chez Lapin est à la hauteur des efforts de cette première journée, plus longue et difficile qu'elle n'y parait.



Après une courte nuit, c'est avec un léger mal de crâne que nous entamons la deuxième journée qui doit nous mener à travers le Grand-Duché du Luxembourg vers la vallée de la Moselle. Nos accompagnants de la veille (Fred et Jean-Phi sont allés jusque Bastogne) ont donné le relais à Michel et Edwige. Le Luxembourg nous surprend par ses

paysages bucoliques et des pistes cyclables magnifiques qui traversent prairies et forêts.
Les jours suivants, nous suivons la Moselle, sur une piste cyclable sympa et agréable, mais au final un peu trop plate. Heureusement, l'Alsace se profile à l'horizon, avec son célèbre ballon, premier col et donc premier vrai test avant la montagne. Deux joyeux potes, en voyage en vélo dans le coin, dévient de leur itinéraire pour nous rejoindre au pied du col. Ils nous accompagneront quelques jours jusqu'à l'entrée en Suisse.
Les jours et les kms défilent et bien vite, après Bâle et Lucerne, les paysages changent et les Alpes apparaissent pour notre plus grand plaisir. Bien qu'avec le tandem les montées sont plus difficiles qu'avec des vélos normaux c'est tout de même avec beaucoup d'envie et d'excitation que nous abordons la longue montée vers Andermatt et le col de l'Oberalp. Passé ce col c'est vraiment la haute montagne sauvage qui nous entoure. Cette partie de la Suisse bien que moins connue vaut pourtant le détour.



Après avoir passé l'Albula pass et l'Ofen pass nous atteignons la frontière Italienne et dévalons le Val Venosta à toute allure. Au terme d'une journée de 150 km majoritairement en descente (faut dire que c'est dans les plats et les faux plats que le tandem s'exprime le mieux) où nous retrouvons la chaleur de la vallée, c'est assoiffé que nous nous arrêtons sur une terrasse à Bolzano pour un et même plusieurs Apérol Spritz salvateurs.



Mais les difficultés ne sont pas terminées et le lendemain c'est à travers les Dolomites que nous poursuivons notre route. Les cols de Collepietra, du Costalungna et du San Pellegrino se dressent devant nous avec leurs pourcentages effrayants mais surtout leurs paysages Dolomitiques. Passé ces difficultés, la descente dans la vallée du Pô annonce tout doucement l'arrivée prochaine de notre objectif final.
Il ne nous reste plus qu'à traverser la plaine sous la canicule jusqu'à sentir les embruns de l'adriatique et atteindre les bords de la lagune.



Finalement ces 5 derniers km affreux ne pourront pas gâcher notre plaisir de l'arrivée et le bonheur d'avoir pédalé ensemble dans le même effort tout au long de ce voyage.

Caro et Fakir

LE BILLET D'HUMEUR

... DE PDM



Un après...

Qu'Arnaud, Cédric et Vincent gagnent la PTL un an après nous, Quoi de plus normal.

Que Stéphane et Isabelle gagnent la PTL un an après nous, quoi de plus normal.

Nous partageons la même passion de la montagne, nous l'aimons, nous la respectons, nous la vivons avec humilité, nous en avons peur... On a appris à la connaître... et on sait... qu'on n'y connaît rien...

Qu'un copain se fasse héliporter deux fois en un mois, ce n'est pas normal...

Non messieurs, la montagne n'est pas à vendre, n'en déplaise à cet autre copain qui trouve formidable que ces trails à haut budget rendent la montagne accessible à tout le monde...

Tout ceci pourrait porter préjudice à de futures belles aventures...

J'aurais bien voulu voir la tête du pilote de l'hélico : « encore vous ? » ☺

PTL 2015

Encore une fois !!!!
Nos couleurs célestes ont une fois de plus brillé sur Chamonix et ses environs.
La PTL, serait-elle devenue une histoire céleste ?
En tout cas le concept plait chez nous et finalement, nous lui rendons bien ☺
Flash back sur cette aventure avec les principaux protagonistes à savoir les Etoiles Filantes et le Duo Céleste.

Une petite trotte dans les étoiles

Et au bout du chemin dis-moi ce qui va rester,
De notre p'tit passage dans ce monde effréné ?
Après avoir existé pour gagner du temps,
On se dira que l'on n'était finalement
Que des étoiles filantes…

Les Cowboys fringants, Les Etoiles filantes



Comment dire ?...

Ou comment ne pas dire, car tout excède toujours ce que l'on pourra en dire…

La vie ayant repris son cours, et les mots ayant leur limite, il ne m'est pas possible de tout raconter ici. Et puis souvent, il faut du temps, du temps de recul. Alors, je n'essaierai pas. Je dirai juste ceci.



Monter descendre, monter descendre, monter pour mieux redescendre et descendre pour mieux remonter. On croit que c'est répétitif, interminable et lassant, et parfois, lorsqu'on est découragé, ça l'est. Mais ce n'est qu'une vue de l'esprit, car chaque endroit de la montagne est radicalement différent et singulier. Chaque col à franchir a son terrain propre, son orientation propre, son type de caillou ou de rocher, la stabilité ou l'instabilité de son sol, son type de cheminement, continu ou par ressauts, avec ou sans sentier, et la manière dont il se laisse aborder, deviner de loin – ou seulement de tout près. Et puis il faut encore tenir compte de l'heure à laquelle on y passe et de la couleur du ciel, qui peuvent le transfigurer totalement. Le départ de Bonatti vers le col Chéarfière avec le lever de soleil sur le Mont Blanc, les rocs à escalader pour atteindre le sommet du Luisin au beau milieu des heures chaudes du jour, l'Aiguille d'Orny et Emosson au couchant, le Cheval blanc dans la rondeur blanche de la lune et le toit du monde sur le Buet au dernier lever du soleil.
Dans le grand livre de la Terre, tout se répète et tout est toujours différent à la fois.

Plus la semaine avance, plus on se sent petits et fragiles, face à l'immensité de ce qui nous entoure, face à notre propre fatigue, et face à l'abîme de cette faille qui s'est ouverte en nous et se creuse à chaque pas. Plus nous montons, plus nous descendons en



nous-mêmes. C'est là quelque part tout au fond, comme dans les eaux noires d'un vieux lac souterrain et oublié, que nous sommes enfouis. Nous croyons pouvoir y puiser, y boire enfin, mais l'eau coule toujours entre nos doigts. Nous étions tout gonflés de notre importance et de notre confiance outrancière au départ, nous sommes maintenant devenus des atomes minuscules, tous petits points vibrant dans l'univers.

Nos faiblesses sont des gouffres et nos émotions menacent constamment de nous faire chavirer. Le dernier matin, arrivé sur le sommet du Buet au lever du soleil, Stéphan dit : « ils ont oublié d'écrire une chose dans le road book. C'est ici qu'on pleure ». Et on pleure, tous les deux. C'est bon de pleurer et de se sentir tout petits, comme lorsqu'on l'était. Ces perles de larmes sont les étoiles qui filaient devant nous et que nous cherchions confusément à atteindre, dans l'effort et le doute. Là-haut sur la montagne, on effleure du bout des doigts ce vieux lac enfoui.

Je voulais juste dire cela. Et puis aussi dire merci. Merci à tous ceux qui nous ont suivis à distance, qui nous ont envoyé des messages ou simplement eu une pensée pour nous ; merci à tous les organisateurs, les bénévoles et ceux qui sont les passeurs de ce voyage en dehors du temps du quotidien, ceux sans qui ce périple n'existerait nulle part ; merci à tous ceux qui nous ont appris à grandir, ceux qui nous ont appris à marcher, ceux qui nous ont donné des yeux pour découvrir le monde. Je pense à cette phrase, « si tu donnes un poisson à un homme, il mangera un jour, si tu lui apprends à pêcher, il mangera toute sa vie ». Cela doit être vrai d'apprendre à s'étonner, à désirer, à regarder.

Et dire je t'aime, à la vie, à la montagne, à Stéphan et à Stéphan dans la montagne, qui file, qui file comme une étoile, et moi je traverse l'espace en m'efforçant de l'atteindre, de l'attraper, de fermer ma main sur ses rayons, je n'y parviens jamais tout à fait mais quelque chose de son éclat me coule entre les doigts et les réchauffe, me donne la force de continuer la poursuite, jusqu'à plus loin, jusqu'à là-bas, et au-delà…

Isa

***PS à tous les animateurs du forum** : pendant que vous pariiez sur nos heures d'arrivée à Cham à des heures folles, nous passions tranquillement une nuit en amoureux sous les étoiles au Vieux Emosson et au Cheval blanc. Very romantic. Comme quoi, on n'a pas toujours la bière en tête…*
Mais pour ceux qui ont parié une bouteille de céleste sur notre arrivée à Cham avant minuit vendredi 28… Ou aux petites heures de la nuit… alors qu'on était aux Marécottes vers midi… On les met au défi de faire le Luisin, Emaney, le col Fenestral, le Vieux Emosson, le Cheval Blanc, le Buet, la Pierre à Bérard, le col de Bérard, l'arrête Favre, le col des Aiguilles crochues (prévoir cordes et baudriers) et la descente sur Cham … en moins de 12h. En fait, ce n'est pas une bouteille de céleste qu'on offre, mais le brassin ☺
En attendant, paraît qu'on doit un bac d'Orval à Chapi…





Suite aux différents récits lus ou entendus à propos de la PTL, l'idée d'y participer me trottait dans la tête depuis quelques années.
En fait, c'est surtout le fait que la PTL soit d'abord une aventure humaine assez brut de décoffrage qui me plaisait.
Mais trouver un ami (bien plus qu'un « simple » équipier) qui soit aussi partant pour cette aventure n'était pas si facile.
C'est lors d'un 100km « joëlette » organisé fin 2014 au profit de cap 48, que j'en ai parlé avec Bouriquet et ce dernier à tout de suite mordu à l'hameçon et ne l'a jamais plus lâché ☺
Trois mois après, nous étions inscrits.

C'est donc en tant que novices un peu insouciants, que nous nous sommes élancés pour l'édition 2015 de la PTL.
Honnêtement, nous n'avions aucun plan à part celui de profiter de la montagne, de vivre une belle aventure et de faire face aux difficultés les unes après les autres sans réfléchir trop loin.

Bien entendu, lors de nos 140 heures, nous avons été confrontés à des moments difficiles : certaines nuits nous ont semblées interminables, on a eu froid – chaud – faim – soif, on a du faire avec de petits bobos, on a de temps en temps maudit le mec qui était à l'origine du tracé (celui-là, il doit avoir les oreilles qui sifflent pendant 6 jours non stop ☺), … mais c'est le jeu et une fois la ligne d'arrivée franchie (ou quelques jours après), c'est très vite oublié.

Mais ce que je n'oublierai jamais ce sont les échanges (discussions, encouragements, entraide, …) qu'on a eu avec d'autres équipes, la gentillesse de Poulet et de son collègue, tous les messages d'encouragement reçus, l'ambiance au chalet, Philot et Alone qui nous attendaient près de l'arrivée avec une bonne bière, les derniers mètres parcourus en leur compagnie et surtout une amitié forte qui nous a permis de franchir des montagnes.
C'est ça la PTL, une aventure humaine avant tout qui restera toujours dans un coin de ma tête !

Vu par Vollegazf



Et voilà, notre défi de boucler la Petite Trotte à Léon s'est concrétisé hier.

En 139 heures, Vincent Maont et moi avons parcouru en binôme plus de 300km, 25500m de D+ et autant de D-.
Note Duo Céleste a remporté son pari pour Cap48. L'épreuve a démarré lundi à 17h sous une pluie battante.
Nous avons après quelques km été contraints d'emprunter un premier itinéraire de repli pour éviter des torrents trop puissants.

Et les ascensions et descentes vertigineuses se sont succédées sans cesse.

L'édition était annoncée comme difficile. Elle le fut au delà de toutes les attentes. A tel point que l'ascension du col de Catogne fut rapidement supprimée. Plus les kilomètres s'accumulaient, plus les difficultés se présentaient devant nous.
La gestion de sommeil (11heures au total) par tranche de 1/4 à 4 heures, la gestion de l'effort, de la chaleur, des passages difficiles de jour comme de nuit corsèrent le tout.

J'ai même été sujet à une très forte hypoglycémie samedi soir. Heureusement, j'ai pu compter sur Vincent, qui a pris les choses en main. Il m'a amené jusqu'au refuge du Barrage du Grand Emosson en Suisse, en 4 heures au lieu de 2 prévues, vu mon état et mon moral à ce moment. Merci Vincent. Nous avons été alors déviés vers un autre itinéraire de repli pour rejoindre Chamonix.

Je retiendrai de cette aventure, des paysages magnifiques, des rencontres riches d'émotion d'autres participants et bénévoles, les passages toujours plus accidentés de cette PTL, mais surtout cette complicité d'une amitié grandissante avec Vincent. Nous nous sommes toujours écoutés et entendus sur les décisions à prendre pendant la course. Nous avons parlé des heures, partagés les moments difficiles et de satisfaction après chaque difficulté. "Une après l'autre" était notre leitmotiv. Merci Vincent pour tous ses moments. Enfin, ne boudons pas notre plaisir de souligner l'exploit qu'ont accompli nos amis Coureurs Célestes, Stéphan Bero et Isabelle Ost, qui ont terminé premiers cette épreuve en 125h ! Chapeau. Nous avons dignement fêté cela avec nos amis Célestes.

N'oubliez pas que par notre réussite, nous soutenons les projets de Cap 48. Alors n'hésitez pas à faire un don pour eux.

Vu par Bourriquet











GALOPINADES EN TOUT GENRE

Le GSUT ! En exclusivité pour le Mag Céleste

3e chronique … et ça continue. Soit vous êtes réellement contents du travail fourni, soit vous sautez systématiquement ma page mais sans rien dire à Chapi. Soit mes articles ne sont jamais publiés dans le Mag !? Je devrais vérifier tient. Non pas que je ne lise pas le Mag [n'espérez même pas me prendre en défaut sur une erreur si basique – je lis tous les Mag, et avant vous, na !] mais bon. Affaire à suivre, éventuellement pour une 4e !?

L'actualité récente ainsi que la ligne éditoriale ultra-conservatrice du Mag-CELESTE m'impose, à mon grand désarroi, de changer de sujet pour cette chronique. Plutôt que « Le Grand Sondage de l'Ultra-Trail », le sujet a été revu et titra « PTL, les secret de la réussite Céleste ». N'ayant pas le temps d'interviewer les protagonistes de la victoire en 2015, je me contenterai d'une petite improvisation. N'ayant guère d'expérience en journalisme sportif, je me suis inspiré des dernières réponses lues et entendues après les matchs du Standard.

Oh ben tiens, et puis non. Encore plus facile, retournez en page 8 et vous aurez toutes les infos. Et tiens, qui pour la PTL 2016 ? La barre est placée haut. Et qui pour le petit défi Luisin > Cham' en moins de 12h ?
Voilà pour la partie politique ! Content ?! Rhooo mais non c'est impossible. J'en viens à prier pour que Chapi ne publie pas ceci. Que dire sinon que bien entendu, nous sommes fiers comme jamais de tous nos Célestes engagés sur la PTL et sur toutes les autres courses de cet été. Et que si les Patrouilleurs nous avaient déjà mis la larme à l'œil l'année passée, c'est un torrent d'émotion et une grosse boule au ventre que nous avons en voyant l'exploit de nos étoiles. Fiers ? Certainement ! Mais encore plus que tout, avouons-le, JALOUX, voilà ce que nous sommes ! Pas de Stephan. Pas d'Isa non plus. Tout simplement jaloux de ce qu'ils représentent. Un couple au sommet. Il en faudra du temps pour faire mieux. Et personne n'en parlera jamais dans les livres d'histoire de l'Ultra. Mais c'est le plus beau, et ce qui leur va le mieux.

Considérant maintenant que cet impératif de l'actualité est traité, je me permets de revenir à ma promesse initiale. Le GSUT.
*Vous l'attendiez tous avec beaucoup d'impatience ; le voici, le voilà : le **G**rand **S**ondage de l'**U**tra **T**rail. Des mois d'études et de sondages réalisés par les meilleurs chercheurs ; des milliers de croix crayonnées, raturées, validées, ~~tronquées~~ ; une base de données colossale ; le pouvoir des multinationales ; les enjeux financiers ; les sponsors aux doux yeux ; l'avenir de toute une discipline ; des élites aux anonymes ; eux-vous-toi-moi ; des questions pertinentes ; sans tabou. En bref, la vérité sur votre sport favori.*

Il va sans dire que tout ceci est strictement confidentiel. L'annonce officielle des résultats n'étant prévue que demain lors des Assises de l'Ultra-Trail. La confidentialité quasi absolue du tirage de votre Mag bien aimé me permet de voir l'avenir de manière sereine, sans risque des réelles représailles. Tout est sous contrôle.

Sondage Ultra-Trail 2015 *– extraits, analyses et commentaires by Galopin*

Protocole : *100% des réponses prises en compte ont été données par les sondés ; sondés dont 100% étaient des Ultra-Traileurs selon leur dires. Ceci permet donc d'établir avec une certitude absolue, que les réponses et opinions qui suivent, représentent 100% des avis des traileurs. Logique, tout le monde ayant été sondé.*
Avec de tels résultats, comment oseriez-vous douter de ce qui va suivre ?

Question 1 – Performance : *Le ratio entre Podium (3 premiers) et le nombre d'inscrits sur des courses (moyenne de 300), nous donne un ratio de 1% de personnes ayant déjà terminés sur une des marches du podium. A la question « Le classement a-t'il de l'importance ?», 99% des sondés répondent « Non ». Ces mêmes personnes avouent n'avoir jamais terminé plus haut qu'à la 4e place. Par contre, en creusant un peu plus, on finit par remarquer que 100% des traileurs aiment prendre part à des compétitions. Il apparait donc comme limpide que personne n'est contre de courir un peu plus vite.*
Qui l'eut cru hein !? Non mais sérieux, c'est bien vrai. Au moins un tout petit peu. J'avoue.

Question 2 – Santé : *Il ressort des chiffres que 10% des sondés, représentant pour rappel 100% des traileurs, sont actuellement en arrêt pour cause de blessure. Si 80% de ces arrêts ont été provoqués par une blessure liée à la course à pied, il est plus surprenant d'apprendre que 100% des blessures causées par la course nature, ont finalement affecté un coureur de trail. Voilà qui mets en lumière, quoique foncée, la dangerosité de notre sport. Le Trail n'est pas à prendre avec des pincettes.*
Je me souviens en effet d'une vilaine entorse … Waï !

Question 3 – UTMB *: 95% des traileurs avouent 'aimer', à des degrés divers, la course de renommée intergalactique faisant le tour du Mont Blanc en 160km, j'ai nommé l'UTMB. Ce pourcentage chute à 0,01% (probablement une erreur) si on filtre sur les résultats du petit village d'irréductibles gaulois « Les Coureurs Célestes ». Dans la question suivante, 80% des sondés ont pourtant annoncé apprécier leur sport pour ses valeurs éthiques, sportives, familiales et naturelles. Le monde du Trail doit, encore une fois selon les participants, rester aux mains de petites organisations locales. Pas de différence du côté des Célestes, si ce n'est qu'ils répondent avec un étonnant score de 100% à la question « Vous arrive-t'il de rêver de la PTL ? ». Si la psychologie n'est pas notre domaine de prédilection, il nous semble être de notre devoir de mettre en évidence un dangereux trouble de dédoublement de personnalité.*
Et le phénomène d'Amour-Haine, tu en dis quoi ?

Question 4 – Profil, descente et dénivelé : *le trail étant un sport caractérisé par son fort dénivelé, le sondage se devait d'aborder la question. 100% des traileurs avouent aimer l'ultra-trail, notamment pour ses montées et descentes. Mais 99% des coureurs admettent aussi en avoir marre, au moins une fois dans chaque course, de monter. Ils viennent alors à rêver, pour 100% des 99% précédemment cités, que la montée se termine et se transforme en descente. Ce qu'ils ignorent sans doute, c'est que traumatisés par l'impact de chaque foulée en descente, 99 autres % des traileurs finissent par détester le dénivelé négatif et rêvent, à leur tour, d'une bonne montée qui leur permettra de marcher tranquille …*

Savons-nous vraiment ce que nous voulons ? Ce que nous aimons ?

Galopin

Prochainement, et même si ça ne sert à rien de l'annoncer : Astérix chez les Celtes.

CHAMONIX - BRIANÇON

Mi-juillet, le 18 exactement, 3 drôles de filles décidèrent de s'attaquer à la mythique route « La traversée Chamonix – Briançon via le GR5».
Elles sont les premières à tenter l'aventure avec une équipe 100% féminine. Petit retour sur cette traversée qui malheureusement n'aura pas connu l'issue espérée …



Anneke :

Quand les filles me proposent ce projet en novembre 2014, je n'ai hésité que l'ombre d'un instant. Elles ont été si convaincantes et rassurantes que ma décision fut vite prise.
Vivre une aventure à 3 était pour moi une chose logique, car j'aime partager ce type d'effort.
Cette fois, le chrono doit prendre le dessus et pour moi c'est une source de stress mais nos entraînements et courses collectives m'ont réconforté dans mon choix.
Nous formerons un bon trio le jour J ☺.

Samedi 18 juillet 8 h, le départ est donné.
Joie, bonne humeur sont bien présentes.
Et je peux compter sur les bavardages de Mabia et Princesse pour faire passer le temps ☺.

La météo nous a gâtées. A peine le départ donné une pluie intense s'abat sur nous et Romain (de l'organisation) parle de nous arrêter aux Contamines car les orages sont bien présents dans toute la région. Heureusement arrivées là-bas le soleil a remplacé la pluie et nous pouvons poursuivre notre route sous une chaleur étouffante. Romain inquiet suite aux nuages noirs, nous laisse tout de même repartir du premier ravitaillement.
La météo aura eu raison de nous et nous n'aurons pas réussi notre « pari » mais qu'importe.
Nous avons partagé une magnifique aventure à 3 … que dis-je … à plusieurs car nous étions suivies par un staff exceptionnel (Duss et ptit lou accompagnés des lascards).

Voilà, c'est fini … la vie continue ☺.

Merci aux filles d'avoir partagé ces moments en ma compagnie ☺



Mabia :

A 3..c'est 3 x plus dur, 3x plus de risques, 3 x plus de coups de mou,3 x plus de pépins.. Mais surtout 9x plus de plaisir et de partage …
Je retiendrais :
- Les semaines de préparation en équipe et cette connivence croissante...
- Les pâtes aux pizzas de Ptilou la veille ..
- Les rencontres le long du parcours " Vous allez ou comme ca les filles?" " Benh, à Briancon!!"...
- Tomber nez à nez avec Sim dans une descente ...
- La beauté des paysages du Beaufortain..
- L'orage au sommet du Col du Bresson..
- L'Interminable montée vers Rosuel, et plus particulièrement la pause pour admirer les étoiles…

Mais surtout...
Anneke toujours souriante /positive/ attentionnée/ volontaire...
Princesse ...blanche comme un linge... au bout de sa vie ☺... mais silencieuse et courageuse...

Ptilou et Duss, assistants de choc.. .Oscar et Barnabé, ma sœur Justine et ma petite Suzy... sur le terrain et aux petits soins...
Tout nos amis /familles /collègues/ voisins qui nous ont encouragées et suivies ...

Une belle tranche de vie de 19h… 19h d'amitié et de complicité… poussées dans le dos, comme d'habitude, par les vents Célestes.

Merci à tous

Princesse :

Notre traversée, un défi un objectif commun relier Chamonix à Briançon en 50 heures maximum à trois !
La traversée a occupé mes pensées pendant quelques mois. Un défi un peu fou pour moi vu mon peu d'expérience en course longue et en montagne mais j'en rêve, partager une telle aventure avec deux amies Cindy et Anne (une belle nouvelle rencontre pour moi).
Quatre mois de préparation mais surtout quatre mois de partage et de complicité ...

Samedi 18 juillet nous sommes prêtes à partir sur les sentiers du GR 5...Un ciel un peu gris et menaçant, des orages violents sont annoncés.

Quelques minutes après notre départ une pluie battante tombe sur nous, pendant l'ascension du col de Voza la pluie s'arrête et le soleil fait son apparition pendant la montée du bonhomme la chaleur est de plus en plus étouffante... Je découvre les conséquences d'un coup de chaleur, nausées, vertiges, ... On continue en diminuant le rythme go go go le coup de mou va passer...
Les heures et les kilomètres passent et mon état reste le même nous faisons une pause je prends un Motilium et on repart ça va finir par passer...
Après 8h30 on arrive au ravito 1 près de notre assistance de choc Pti Lou , Dus & co! On prépare le sac pour la nuit, on se change, on essaye de manger...Moi toujours impossible d'avaler quelque chose, après 23 minutes de pause c'est reparti ! Romain l'organisateur de la traversée hésite à nous laisser repartir à cause des conditions climatiques.
On repart pour la montée du col du Bresson, les nausées, vertiges me poursuivent je m'accroche ça doit passer!!!
En montant le col les choses se compliquent un orage éclate et déchire le ciel, il tombe des cordes et mon état ne s'améliore pas mais impossible de s'arrêter les orages sont violents Cindy se met devant Anne derrière et on continue à avancer! On entame la longue descende jusque Valezan sous la pluie, on reçoit des messages de Romain l'organisateur de la traversée disant d'aller nous abriter dans un gîte car les orages vont être violents (nous les lisons trop tard)!! Arrivées à Valezan avec l'accueil de notre assistance Pti Lou , Dus et les gamins ça fait du bien de les voir!!
Encore descendre jusque Bellentre avant la montée vers Rosuel vu mon état on avance doucement , trois heures pour faire les 10 km de l'Ascension entre Bellentre et Rosuel , pendant l'ascension retour de mes nausées, vertiges et toujours impossible de manger!
On arrive enfin au ravito 2 ! Romain nous sensibilise en expliquant que la prochaine étape est assez longue 12 heures et surtout pas de réseau si on doit appeler, vu mon état il nous demande de bien réfléchir Cindy et Anne me soulagent en prenant la décision pour moi d'arrêter là !
La montagne a été beaucoup plus forte que moi ...Ma déception n'est pas mon échec mais de ne pas avoir été à la hauteur de mes deux fantastiques coéquipières enfin plutôt deux amies qui m'ont soutenues pendant ces nombreuses heures !
Un seul mot MERCI Cindy, Anne, Pti Lou , Dus & co pour cette belle aventure 😄

"La chute n'est pas un échec, l'échec c'est de rester là où on est tombé "Socrate



LES RÊVASSERIES DU HOGON



FERNAND MARÉCHAL ALIAS « LE HOGON » EST NOTRE JEAN-LUC FONCK À NOUS. BIEN QU'IL SOIT À « LA TÊTE » DE L'ASBL SOLIDARITÉ DOGON, CELA NE L'EMPÊCHE PAS DE RÊVASSER À UN MONDE MEILLEUR ET DE SORTIR SA PLUS BELLE PLUME POUR L'EXPRIMER. UN VRAI PHÉNOMÈNE !

Quand Monique me dit « Arrête Chaton », cela veut dire que je parle trop ou que j'abuse de la dive bouteille. A vrai dire, il m'arrive souvent de penser que je bois bien plus modérément qu'avant mais que je suis devenu un vrai alcoolique des mots. Bon, je cherche à me justifier et je fais appel à Nougaro : « Je ne suis bien sûr qu'un animal…j'essaie de résister au mal en jouant avec les mots ». Le bouledogue de Toulouse, il est tout de même un peu plus crédible qu'un Hogon de papier mâché.

Des mots, il m'en manque pourtant. Pas souvent mais ça arrive. L'émotion alimente l'écriture. Mais, parfois, c'est le trop plein. Quand je pense à la main du père posée sur les genoux ou à la petite tête blonde du petit-fils disparu. Alors, il ne reste que des nuages et des grandes lueurs à travers l'âme. Orages de la vie si on voulait jouer au jeu des illusions perdues, mirages sur grand écran pour populations en mal de sensations.

Heureusement, la vie n'est pas que drames et mélancolie. Mais elle vous réserve parfois des émotions inexplicables. Et difficiles à expliquer. Nous les partageons parfois au quotidien sur le fil d'un regard croisé, d'une attente, d'un départ ou d'un retour. Alors, une larme, un sourire, une étreinte, un souffle deviennent la seule manière de dire. Un peu plus étrange quand il s'agit d'un feuilleton. Celui des Célestes qui se lient au destin de la Petite Trotte à Léon (*).

L'année dernière, je l'avoue, les images de Bernard et Alain acclamés en héros sur la ligne d'arrivée m'avaient secoué la poitrine. Et voilà qu'Isa et Steph nous remettent le cœur à nu. Quitte à passer pour un voyeur, je voudrais me glisser sous la couette de leur aventure. Compagne et compagnon dans un tête à tête sur le fil des cimes, il faut oser. Il faut aimer. J'aurais voulu être sur leurs pas dans la brume et pourquoi pas assis à table, un jour comme les autres, entre le café fumant et les petits soucis du quotidien.

Quelle paire ! Quelle audace ! Moi, l'alcoolique des mots, je suis resté longtemps dans le silence face à leur image de couple vainqueur. Juste trouver cela plus beau que l'effort déjà si fort. Juste penser que l'inutile devient enfin l'essentiel. Juste penser que nous n'avons pas besoin de bouliers compteurs pour mesurer nos joies et nos misères.

(*) Si je ne me trompe (…et si je me trompe tant pis), nos équipes Célestes ont remporté quatre des huit éditions de la Petite Trotte à Léon.

EIGER ULTRA TRAIL

Comme souvent, c'est toujours autour d'un verre que les rêves commencent…
C'est ainsi que quelques jours plus tard, l'ami Claude Decorte et moi étions inscrit à l'Eiger ultra trail !

Arrivé le 17 juillet à Grindelwald, village situé au pied de l'Eiger, montagne mythique qui a marqué l'histoire de l'alpinisme, nous avions déjà une petite idée que ce qui allait nous attendre…
Nous trouvons un village de montagne en Suisse alémanique qui respire une ambiance rigoureuse et pas très festive… Tout le matériel fut vérifié scrupuleusement la veille par les organisateurs afin d'obtenir notre sésame de départ : nous avions nos dossards !
Il fut presque plus difficile de trouver un camping dans les parages que d'avoir son dossard ! (après un étonnement affolé devant les prix pratiqués en ces lieux, OK c'est la Suisse mais quand même…) !

4 heures pile le départ est donné. La température est agréable quoique un peu préoccupante pour cette heure de la nuit… la suite nous offrit un soleil torride !
Pas trop pressés, nous laissons grimperles premiers et profitons de la beauté des lieux : le trajet balisé par des bâtons phosphorescents installés par les organisateurs et par les rayons des lampes frontales dessinait un serpentin de lumière sur tout le flanc de la montagne fascinant nos yeux éblouis… Nous ne savions pas encore que ce que nous allions découvrir plus tard serait encore plus étonnant…



Apres un bout de chemin avec mon ami et un bon 1500 m de D +, je dois me résoudre à me séparer de Claude pour accélérer le tempo. Le parcourt est MAGNIFIQUE, somptueux avec des paysages à vous couper le souffle ! Tout cela avec ce que l'on désire : du dénivelé, du technique, du roulant, de la hauteur, des descentes. Oufti ! Je suis bien !

Au 40 km, la course m'offrit une compagne de route, Muriel, avec qui la course sera plus agréable à partager. Au 60 k, une chouette petite côte escarpée se dresse devant nous ! Accrochons nous dit Muriel « C'est dré dans l'pantu » comme on dit à Annecy : on prend plus de 1300m de D+ sous un soleil de plomb!
Muriel peinait et mes encouragements lui procurèrent le courage de passer le mur… au sommet de celui-ci, au ravito, épuisée elle s'était résignée à arrêter… Pour ma part, je décidais de la soutenir et de poursuivre l'aventure avec elle.
Bien m'en pris. Il était vers les 21h30 et subitement le ciel changea de couleur, nous annonçant l'arrivée de l'invité surprise ! Un putain d'orage ! A ce moment-là, nous reçûmes des textos annonçant la neutralisation provisoire de la course pour raisons de sécurité.
Facile à dire ! Trouver un abri à 2.500 m sur un somment dénudé ! La violence de l'orage fut effrayante et là, ce fut Muriel qui m'encouragea à calmer ma peur. Je ne me souviens pas avoir couru aussi vite en montagne que ce jour la… ! En suivant les indications des organisateurs, nous avons trouvé refuge 5 km plus loin dans un atelier de train à crémaillère avec d'autres participants tout aussi transis que nous ! C'était un ravito prévu ou nous retrouvâmes le mari de Muriel. Après une heure et demie d'attente, la course reprit et nous partions ensembles tous les trois. La fin fut assez chaotique avec un parcourt de repli « assez chaud » d'ailleurs et qui se termina par 6 km sur une route en asphalte qui nous niquait les pieds mais qui nous déposa sur la ligne d'arrivée en 21h56 min.



Là une bien triste nouvelle nous attendait : pas de bière et quasi rien à manger !
N'était-ce pas le plus pénible ? Je me le demande… Sacrés Suisses, va !

ULTRA TOUR DU BEAUFORTIN

La saison 2014 avait été un grand cru avec la trilogie Brevon-Restonica-Atlas, il fallait relancer la dynamique avec de beaux projets pour 2015. Bien sûr, il y avait le Tor des Géants qui squattait un coin de ma tête mais les chances d'y participer étaient très aléatoires. Le Boss propose alors un petit détour du côté du Beaufortain. Manu lui emboite le pas avec enthousiasme. C'est trop tentant et en plus germe dans mon cerveau l'idée que Nathalie pourrait se lancer sur le relais avec Claire. C'était donc parti pour l'UTB…

Samedi 18 juillet, 3h58, après pas mal de tergiversations au camping, Nathalie et moi pointons enfin notre entrée dans le sas de départ. Je comprends son stress. La partie s'annonce ardue. Juste un petit mot: « çà va aller !» et le coup de canon retentit. Une nouvelle fois, je démarre bon dernier des 438 partants en solo. La côte initiale se grimpe au train. Je profite des quelques portions de routes pour dépasser, notamment Yves. Quelques gamins déchainés nous encouragent avec virulence à l'entrée d'un hameau. L'ambiance est chaleureuse. Il fait très doux.

A 5h40, je peux déjà éteindre ma loupiotte. Le ciel est clair.



J'atteins le Col de la Roche Pourrie en 2h04. Déjà 1560m de dénivelé positif sont avalés. Le peloton s'est bien étiré mais il est toujours difficile de doubler sur ces chemins essentiellement monotraces. A droite, on aperçoit les lumières d'Albertvilles au fond de la vallée.

Pendant 14 km, nous avons droit à une succession de montagnes russes où on peut alterner marche et course entre 1900 et 2300 mètres d'altitude à travers pâturages et pistes de ski. Le passage est sympa et quelques nuages empêchent la température de décoller. J'avance bien et je rattrape du monde. Ensuite, une descente, pas très technique, nous conduit au barrage de St Guérin. Le franchissement de la passerelle est accompagné d'applaudissements nourris. Atmosphère Tour de France.

Commence alors l'ascension vers le Cormet d'Arêches. La pente est raide par endroits et certains concurrents montrent des signes de fatigue. J'arrive au Col (km 32) après 5h45 de course. La vue est splendide sur la Vanoise, au Sud, le Mont Pourri, la Grande Casse, les glaciers surplombant Pralognan, …

Cette fois, on est vraiment en montagne. L'environnement devient plus minéral et les passages en altitude se succèdent. Après le Col du Coin, Pierra Menta est désormais à portée de main et nous apercevons le Lac d'Amour et le fameux Col à Tutu. Je me sens réellement bien et franchit cette difficulté sans broncher. Le sentier est bien sec et les cordes sont justes là pour la confiance. Le refuge de Presset est en vue. L'endroit est magnifique. Je réalise pourquoi il a tant de succès auprès des randonneurs. Je ne m'attarde pas au ravito. Il faudra que j'y revienne, pour un pique-nique en famille. Ensuite, le tracé prend la direction de la Brèche de Parozan qui précède la longue chute vers Roselend. Je n'aime toujours pas ce genre de descente très raide et les Cascadia non plus. Elles ne termineront pas la course.



J'arrive au Plan de la Lai en 9h07 (km 49). Les enfants sont présents pour m'encourager. Ils courent à mes côtés sur quelques décamètres. Thomas et Fanny jouent les paparazzis. C'est un bon moment. Je préfère cependant rester à l'ombre de la tente plutôt que de le partager avec eux. Je redoute la suite. Les nuages ont pris congé et le thermomètre s'emballe. Je change de chaussures, de tee-shirt et afonne un demi-litre de Vichy Célestin. Je verse le reste dans ma poche à eau et m'élance pour la seconde étape.

Il fait très chaud, trop chaud. Le soleil est au zénith. Je surchauffe. A mi-côte, je n'avance plus. Le tunnel du Roc du Vent est un court moment de fraicheur, 200 mètres dans l'obscurité. Trop court ! De l'autre côté, on débouche sur une perspective magnifique vers les barrages du Beaufortain. J'ai envie de plonger dans ces eaux limpides. Toute la traversée vers le Col de la Croix du Bonhomme est un calvaire. Pourtant, le passage est superbe entre ciel et terre: Col de la Lauze, Col de la Sauce, Crête des Gittes. A une encablure du refuge, je croise trois gazelles bleues. Elles m'interpellent. Ce sont les Princesses Célestes (Anne, Delphine et Cindy) qui ont entamé ce matin la traversée Chamonix-Briançon. Nous nous asseyons cinq minutes pour discuter. Leurs sourires m'encouragent. C'est un court instant de réconfort en pleine galère.



Je profite de l'ombre de la cabane pour enfin me protéger du soleil. Je bois abondamment et parviens encore à manger un Snickers malgré un estomac fort nauséeux. Après 20 minutes de répit, je m'engage à nouveau dans la fournaise (nous sommes pourtant à près de 2500m d'altitude).

La descente qui suit le col est assez facile. Je ne m'autorise cependant pas à courir, de peur que mon appareil digestif ne se retourne définitivement. Des traileurs me rattrapent mais finalement pas tant que çà. J'ai l'impression que c'est l'hécatombe. Après le célèbre passage du Curé, la vallée s'ouvre sur le hameau de la Gittaz (km 64). Il y a du monde. L'ambiance est à la fête mais je suis lessivé. Il m'a fallu 3h45 pour parcourir 15 km, pourtant pas si ardus.

D'abord je m'assieds, ensuite, je m'étends sur un brancard. Les abandons se succèdent autour de moi et l'idée de rentrer en bus effleure sérieusement mon esprit. Est-il bien raisonnable de continuer ? Je reprends progressivement des forces et les encouragements des bénévoles finissent par me convaincre de poursuivre l'épreuve. Je suis très à l'aise par rapport à la barrière horaire et même en marchant jusqu'au bout, je serai dans les temps. Profitons du paysage. Le fromage et la soupe passent bien. Je repars donc après quasiment une heure de pause. Il est 18h10.

Je me sens à nouveau bien. La montée au Col de la Gittaz, d'abord raide, ensuite plus douce, se déroule sans difficulté. Je me surprends même à courir dans la descente qui suit. De gros nuages noirs apparaissent maintenant sur les sommets avoisinants. Une courte drache orageuse vient interrompre cette journée estivale. J'enfile ma veste. On aperçoit alors le Col du Joly, prochain point de ravitaillement. Je pense y être rapidement mais le tracé dévie soudain vers la droite et une bonne montée bien pentue : Sous le Col de Fenêtre. Cette petite surprise achève le moral du gars qui me suivait. Il décide de rentrer directement chez lui. A ce moment, le réseau téléphonique se réveille. J'apprends alors que Nathalie a réussi son défi. Bravo ! Bravo ! Bravo ! Espérons que Claire puisse prolonger l'exploit jusqu'au bout.



Nous sommes maintenant sur le domaine skiable des Contamines. En arrivant au ravito, j'aperçois Philippe, le frère du Boss. Il participe à la seconde partie du relais. Il est fatigué mais ira au bout. Nous discutons un peu sous la tente. A nouveau, j'hésite à repartir. La nuit va arriver et je n'aurai même plus ce plaisir de contempler le panorama. Allez ! Je continue, au moins jusqu'aux Saisies. Cette course est dans mes pensées depuis des mois. Ce serait trop dommage d'écourter ce moment tellement attendu.

Faux plats montants et descendants se succèdent à présent. Je profite encore d'une petite heure de clarté avant d'allumer ma frontale. Un petit groupe s'est formé. Nous avançons d'un bon pas et rattrapons Philippe (parti une dizaine de minutes avant moi du Col du Joly). A part quelques petits coups de cul, globalement, nous descendons, à travers les pistes des Saisies. Le parcours est ici relativement peu intéressant. De plus, il fait noir.

J'arrive dans la station vers minuit (km 91). Une intense animation y règne à l'occasion du Tour du Mont-Blanc cyclotouriste (330 km via les cols de la Forclaz, Grand et Petit St-Bernard, Cormet de Roselend et les Saisies). Un petit coin du centre sportif, tout fraichement construit, nous est réservé. Je piquerais bien un petit roupillon. Une gentille bénévole me le déconseille et m'encourage à terminer sans attendre. L'ambiance est sympa. J'y reste une vingtaine de minutes à manger soupe et fromage. C'est ce que mon estomac accepte le mieux. Je prends ensuite congé de ces charmantes personnes, leur souhaitant bon courage car elles sont là pour toute la nuit.

S'annonce désormais la montée vers le Signal de Bisanne, 300 mètres plus haut, puis encore un petit ressaut à la Croix de Coste. A cet endroit, s'en est fini du dénivelé positif. Je m'engage donc pour 10km de descente à travers la forêt. J'aurai besoin de 2 heures pour aboutir à l'arrivée. Ma cheville gauche, décidemment très instable, m'empêche de lâcher les



gaz. Une demi douzaines de trailers en profitent pour me doubler. Cette longue chute vers la vallée est interminable. Soudain, je perçois une musique, assez proche. Je déchante lorsque les bruyants noctambules s'avèrent être le dernier pointage. Il y en avait 35 à travers tout le massif, afin de garantir notre sécurité. Voilà une vallée qui accueille bien ses touristes. Chapeau ! Je mords encore un peu sur ma chique et termine lentement. Il est 3h20. Nathalie et les enfants applaudissent mon arrivée. C'est un instant que j'apprécie toujours autant. Manu, qui a malheureusement jeté l'éponge à la Gittaz, est sur le pont également pour partager avec moi quelques pintes bien méritées et le casse-croute offert par l'organisation.

Yves me suivra d'un peu plus d'une heure. Son frère Philippe terminera vers 5h30. Et, apothéose du week-end, Claire sera récompensée de tous ses efforts en bouclant son relais dans les temps. Impressionnant !

Il ne restait plus qu'à patiemment attendre l'heure de l'apéro. Atmosphère champêtre autour du plan d'eau de Queige. Un excellent repas régional servi par nos hôtes et quelques rencontres avec les célébrités locales agrémenteront de fort belle manière cet après-midi de clôture. Les conseils et expériences de Franck Picard étaient passionnants ; les mélodies du jeune accordéoniste entrainantes ; les anecdotes et le génépi de Richard tonifiants.

Malgré un chrono décevant, je garde un excellent souvenir de ce trail. La convivialité des gens, la beauté des paysages, la difficulté des chemins, … J'y retournerai…

A mes supporters, merci.

Albert Cîmes (Sim), le 31 ac

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 : **BOLY**



1. **TON IDENTITÉ ?**
   Dutz Olivier, né le 03/08/1966.

2. **COMMENT ES-TU ARRIVÉ À LA COURSE À PIED ?**
   Après 20 ans de basket, j'ai accompagné Pierrot le fou (Pierre Dumoulin) à l'arrivée du trail des Gladiateurs à Esneux en 2000. J'ai ensuite participé l'année suivante à la Fagna Run et depuis le virus ne m'a pas encore quitté !

3. **TON MEILLEUR MOMENT « CÉLESTE » ?**
   Impossible d'en ressortir un seul, mais l'arrivée des 100 miles des Nutons, en 2006, avec un certain Iron au micro et aux platines reste pour moi un grand moment Céleste.

4. **QUE FAIS-TU LORSQUE TU NE COURS PAS ?**
   Je me contente actuellement de la course à pied et de la randonnée.

5. **TON ÉQUIPEMENT PRÉFÉRÉ ?**
   J'utilise plusieurs types de chaussures, route et chemins, trail, trail de montagne et de plusieurs marques. J'emporte la poche à eau sur les épreuves où je cours beaucoup et les bidons pour les trails montagneux où je marche beaucoup plus (à l'arrière du sac). J'ai toujours une casquette, un bandana et quelques barres dans le sac également.

6. **LA CÉLESTE ATTITUDE, C'EST QUOI ?**
   Courir zen en bonne compagnie, sur de beaux parcours, à la rencontre des gens.

7. DES PROJETS ?

Un ultra à l'étranger par an tant que mon corps est d'accord. Cette année, début septembre, je vais participer à l'ultra trail du Mercantour entre Nice et St Martin de Vésubie avec quelques membres de la confrérie de la grolle céleste de Malatra. La petite trotte … me trotte dans la tête pour 2016.

8. TA SEMAINE, ELLE RESSEMBLE À QUOI ?

1 ou 2 sorties vallonnées de 1 heure par semaine en général. Trois mois avant un ultra, j'ajoute une troisième sortie de +- 2heures, voir une quatrième si j'en ai l'envie. Je ne suis pas un couche-tard donc je ne dois pas modifier mon temps de sommeil.

9. TA COURSE DE RÊVE ?

Une foulée verte avec tous les coureurs célestes, anciens et actuels au départ.

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

Quand je souffre (un peu, faut pas exagérer….) je lève le pied, j'essaye de penser à des choses agréables, je me demande ce que je fais là et jure parfois que ce trail de m…….est mon dernier et que je vais me mettre au billard.

11. TU VIENS D'OÙ ?

Je suis originaire de Chênée, j'habite à Pery-Trooz avec vue sur les collines de notre capitale.

12. TU MANGES QUOI ?

Je mange trop mais relativement équilibré (merci Domi ☺) avec assez bien de fruits et pas beaucoup de légumes. Pour le régime j'y pense et puis j'oublie…… !

13. TES HOBBYS PRÉFÉRÉS ?

Après la famille, le boulot, la maison et la course à pied, il ne reste plus beaucoup de place. J'aime bien me poser avec un magazine ou aller au cinéma.

14. TU VOUDRAIS VIVRE OÙ ?

Je suis très bien dans ma région mais si je devais déménager, la Corse serait un bon choix.

15. PLUTÔT MONTAGE OU MER ?

Bien justement, la réponse précédente me permettrait de ne pas devoir choisir.

16. UNE DEVISE OU CITATION PRÉFÉRÉE ?

Une connue reprise de temps en temps par Pierrot le fou. « Il ne savait pas que c'était impossible alors il l'a fait ! »

17. 5 TRUCS QUE TU AIMES ?

- Les gommes Haribo
- Les gommes Haribo
- Les gommes Haribo
- Les gommes Haribo
- Les gommes Haribo

18. 5 TRUCS QUE TU N'AIMES PAS ?

- Les brocolis
- Les brocolis
- Les brocolis
- Les brocolis
- Les brocolis

19. UN DISQUE, UN LIVRE, UN FILM ?

Les films un peu lourds dans le genre Benoit Poelvoorde. Pour la musique, je suis assez bon public, plutôt chanson française et un peu italienne.

20. UN TRUC QUE TU VOUDRAIS DIRE ?

J'ai la chance d'avoir pu côtoyer plusieurs générations de coureurs célestes, aussi riches et extraordinaires les unes que les autres. Ce cercle de coureurs célestes, un peu à la marge de notre monde actuel, m'a apporté et m'apporte toujours beaucoup de plaisir. J'en profite pour souhaiter une longue vie aux coureurs célestes.



PROCHAIN NUMÉRO

NOVEMBRE 2015

Editeurs responsables : P'tilou et Chapi