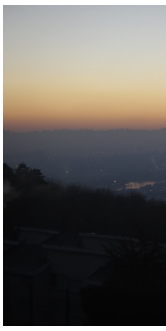
Faire partie de la 60é édition de la saintélyon ne se refuse pas surtout quand elle est demandée par la « Saintéteam des foulées » ! Course mythique par excellence, trail de nuit avec cerise sur le gâteau, de la neige tombée une semaine avant suivie d'un froid glacial, bonjour l'ambiance pour ceux qui découvre un ultra trail ! Je me replonge dans ma première participation à cette course mythique en 2003 (abandon au 46e km) la dernière en 2007 qui ne faisait que..69kms ! et 4000 au départ, cette année prés de 8000 inscrits, on se dit je suis pas le seul fou et avec autant de lampes frontales je devrais retrouver Lyon sans trop de problème….

En tout les cas l'ambiance est là, on retrouve des anciens, momo et bruno, le moral est bon et l'organisation au top. En attendant le départ on se repose, on dort, on se prépare, on compare le poids de nos camelback, je choisis de prendre tout sur moi mon alimentation et ma boisson pour ne pas perdre trop de temps dans les ravitos. Muriel, Marléne, Philippe, Jean-michel, Pierre-yves, Pascale décidons de partir ensemble jusqu'au 7e kilo. L'on sort de Saint-étienne et l'on empreinte un chemin montant qui va durer jusqu'au 10e kilo. Le sol n'est pas enneigé mais par moment l'on sent que ça glisse sous la chaussure, premiére descente et les premiéres gamelles dont celle de Jean- mi pas grave mais quand ça tombe de tous les côtés l'on se dit prudence. Les écarts se forment rapidement et je me retrouve avec Philippe et Pascale au ravito du 16e, bousculade trop de monde et l'on repart vite car pas moyen de s'alimenter.

Nous nous suivons facilement grâce à notre petite lumière sur le dos, nous sommes sur le bon tempo (8km/h), Marléne plus à l'aise dans les côtes est devant. Tout le monde a droit à sa glissade avec retour sur les fesses, 3 fois pour moi, et ENFIN la neige (Claire va pouvoir mettre ces raquettes) de la vrai poudreuse, je me sens à l'aise, j'aime bien l'ambiance, je bois et m'alimente souvent et le spectacle des frontales est féerique. Nous n'allons pas vite et j'aurais pensé que la « clique » Muriel, Pierre-Yves et Jean mi nous auraient rejoint au ravio du 30e ! Dommage. Une place sur un banc je me décontracte, mange mon sandwich au saucisson et ma boisson énergétique et je repart avec Philippe et Pascale.

L'organisation nous avait mise en garde, PRUDENCE jusqu'à Ste Catherine (30e) après ce

devait est mieux, oui pour la neige, mais le sol est toujours très glissant et la boue fait son apparition qui cache les cailloux surtout dans les descentes. Pascale et Philippe sont plus rapides dans ces portions piégeuses qui sont parfois très longues et je les perd de vue. Passage en forêt qui débouche sur les monts du Lyonnais le froid est présent, je me protége la bouche avec mon protége coup et avance d'une bonne foulée tête baissée, la lumiére de ma frontale à mes pieds et retrouve mon petit point rouge (Pascale), Philippe est avec nous quelque temps après, tous ensemble au 42e, 3eme ravito. Passage aux toilettes (je sens plus léger !), la moitié de la course est passée, montées et descentes se succèdent et le moral est au beau, le ciel étoilé est magnifique, par expérience, je sais que l'on descend sur au moins 5kms et que l'on peut se faire plaisir, Philippe préfère continuer à son rythme, Pascale toujours devant me sert de lièvre et surtout éviter les piéges, verglas racines cailloux, mais dans une portion large sur du plat en voulant passer devant je glisse sur l'herbe gelée et tombe lourdement sur le côté. Je marche doucement discute avec un coureur qui me force à recourir. Je boite un peu et au fil des kilomètres la douleur s'efface, les jambes commencent à me faire mal, décide de m'arrêter et de me masser vite fait avec du baume du tigre, vers le 50eme Pascale me rejoins venue de nulle part, magie de la course de nuit, je la croyais devant !!



Arrivée au ravito du 55e, pose boisson chaude et bonne alimentation (chocolat, madeleine, saucisson, pain….) 10 minutes chacun dans son coin et l'on repart. Le paysage est plus urbain dans la vallée, plein de lumière de petits villages proche de Lyon, ça sent l'écurie dans la tête. Les jambes sont encore là, elles répondent bien pour doubler rapidement sur les sentiers étroits, le jour se lève, l'horizon est tout rouge et des photographes mortalisent cet instant magique. Les kilométres passent en discutant avec d'autres coureurs, en parlant de la 6000D, la CCC, j'en passe et des meilleures, Pascale se sent des ailes, me fausse compagnie. Je ne pensais pas la revoir. Mais on a toujours un moment de défaillance et me voilà à côté d'elle juste avant le dernier ravito (69e). La dernière ligne droite est devant nous, mais le défaut c'est qu'elle monte sur les côteaux de Lyon, une côte à 16% qui dure et qui est dur pour les jambes et pour redescendre une série de 200 marches !!! Pascale a repris le moral et descend vers le Rhone à toute allure, je la retrouve à l'arrivée tout sourire dans avoir terminé. Je suis content mais à l'unanimité …à l'arrivée peu sont partant pour refaire cette course….de nuit !!! Merci à toute l'équipe de la SAINTETEAM, à la convivialité de nos sorties d'entraînement matinal et des compétitions faites ensemble d'avant course.