Le Trail de Guerlédan

Par Claire Gauthier

Ce n'était pas un pari gagné pour moi de finir ce trail. Je me suis pourtant lancée à l'assaut de ce défi !! Samedi, beau temps, les coureurs des 13 et 23, à leur arrivée parlent de quelque chose qui ne semble pas facile, facile !!! La nuit a été courte, j'ai vu les heures passées…7h40, embarquement pour le site de la course avec J.C Soudieux, Catherine et Philippe Laurent. On retrouve Laurence et James Highnam, cool ….

En fin de compte, je me rends compte que je n'ai pas de stress, je suis là, je sais ce que j'ai à faire. Ne pas partir vite, s'économiser, ça va être long, très long, mais il faut finir ! J'écoute bien les heures des barrières horaires, je vais surement en avoir besoin…

Top départ !

Je me fais doubler, mais je surveille mon cardio. Je sais qu'il ne faut pas aller trop haut. On commence par le chemin de halage, puis on monte à travers la forêt. Ce n'est pas mal car les arbres nous protègent de la pluie qui continue de tomber. Le sol est très agréable, c'est mou. On monte dans les hauteurs, je m'accroche à un monsieur qui porte un bonnet, c'est plus facile (pas parce-qu'il porte un bonnet). Il fait un peu froid là-haut, il y a du vent.

C'est très beau, il y a de la bruyère, on voit le lac dans un halo blanc, c'est de la brume, de la pluie…

Dans les cailloux, lors de la descente, il y a un « cani-cross » qui se court en même temps. Si les maîtres savaient guider leur chien peut-être que l'idée aurait pu être bonne mais ce n'est vraiment pas le cas. Je n'apprécie pas du tout la cohabitation, je me demande même si un juron ne m'a pas échappé !!

Je dois confesser que j'ai également touché les fesses du monsieur à bonnet !!! Mais c'était ça où il me tombait dessus dans un petit raidillon!!

On quitte cet endroit, j'entends mon prénom !! Super !! Des têtes connues, ça fait du bien ! Ils sont trempés eux aussi !!

J'atteins le premier ravitaillement, 20 km !

Tout va bien, pas de crampes, pas de douleurs.

Au moment de partir, des spectateurs me regardent mettre mon sac. Silence. Pendant 3 secondes, je les regarde sans les voir. Le temps s'arrête. Dans ma tête, je fais un « débriefing », puis je les vois, je souris. Ils m'applaudissent, m'encouragent, je repars, tout va bien !!!

On passe sur une passerelle, on fait le tour du lac côté sud. Il faut courir, faire très attention où l'on met les pieds, il y a des pierres, et des racines, ça glisse, il pleut toujours et encore. Il faut que j'arrive avant 14h au 33ème km. A priori, ça passe, mais on ne sait jamais, une crampe, une chute, une douleur. Il ne faut jurer de rien.

Sur cette portion, j'ai testé « le coup de téléphone à un ami » !

C'est faisable mais pas pratique, mon téléphone est au fond de mon sac et pas vraiment accessible !! Par contre, je sais que je vais voir des têtes connues au 33ème !! Et ça, c'est tout bon !

Ça monte, ça descend…Dans une montée, un monsieur, tout fier me dit qu'il a 61 ans. Je fais genre « admirative » mais on a mieux !!! J.C. Soudieux avec ses 72 ans ! Je n'ai pas les moyens de frimer mais je n'en pense pas moins !!!

Passage du barrage, on monte…

Yes !! J'arrive au 33ème !!! Le staff des Tontons trailers est là !!! Ca fait plaisir. Et là, surprise, François Mignon sort de la voiture en tenue pour courir !!!! Il fait un temps de chien et il va m'accompagner les 25 derniers km !!! J'ai tout pour réussir !! Notons au passage qu'il a couru le 23km la veille et qu'il a quelques courbatures !!

Tout va bien, pas de crampes, pas de douleurs.

Un petit coup de ravito, je cherche désespérément la « sporténine » dans mon sac mais impossible de mettre la main dessus. Tant pis, ça attendra.

C'est reparti ! Objectif suivant, passé avant 17h au 53ème. On part cette fois-ci côté nord du lac. Le côté nord me semble plus ingrat car ce n'est pas droit, il y a des anses. Mes jambes deviennent un peu lourdes !! Ce qui est assez normale. Par contre, j'ai une douleur au genou, mais celle-là, je la connais, elle doit passer, j'ai juste du avoir un moment d'inattention et courir « mal ».

La douleur est effectivement passée. Par contre, le temps passe également et il faut

sérieusement se motiver si on veut passer la barrière horaire !!! Il est hors de question de ne pas y arriver, c'est trop près maintenant, il faut que j'y arrive !! François a une montre qui donne le temps, l'heure et les km, c'est pratique, la mienne dit n'importe quoi, elle ne doit pas aimer l'humidité ou bien j'ai appuyé sans faire exprès sur les boutons. Il me fait également remarqué que contrairement à mon habitude, je ne parle pas beaucoup.

On voit régulièrement des spectateurs, je prends tous les encouragements bien précieusement, c'est énorme !!

Je suis François, il faut y aller !!!! Ce n'est pas facile, une alerte à la crampe me surprend !! Ah, non, ce n'est pas le moment !! Je bois plus, elle ne viendra pas, juste quelques rappels à l'ordre de temps en temps. Je cherche désespérément des yeux la passerelle qui annonce la bonne nouvelle, mais il n'y a rien à l'horizon !!!! Il ne faut pas lâcher.

Bonheur suprême !!!!!! Yes !!!!!! Le ravito !! On est dans les temps !!!!!! Là, maintenant, j'en suis sûre je vais finir !!!! Par contre, je deviens exigeante, je veux le finir en courant !! On retrouve Francky Toutoute au ravito, il va bien. Je ne trouve toujours pas ma sporténine, ça sera pour une autre fois, je refais le plein, il ne faudrait pas caler si près du but.

On repart avec Francky qui nous lâche dans la première montée. Je prends mon temps, je

mange une barre de céréales pour avoir des sels minéraux ou autres choses qui doivent me faire un peu défaut, car je n'ai pris que 3 gels et quelques bananes depuis le départ. Cela fait plus de 8 heures et demi que je coure ! Je ne pensais pas que c'était possible !

On nous a dit qu'il y avait une grosse montée avant l'arrivée et une descente technique. En fin de compte, il y a plusieurs montées, pas facile de savoir laquelle est la dernière et à ce stade-là, elles paraissent toutes dures !! Puis on arrive sur une route, et là il faut aller à gauche !!! Pas juste, pas facile, je sais que si je vais à droite, c'est plus court comme chemin, je reconnais cette route !!!!

Tant pis, je vais à gauche, ça sent la fin. On prend à travers le village des forges où l'on a mangé la veille avec le club. C'est très beau, ça monte, c'est la dernière ? Non ! On monte, on descend, on monte, on descend, à chaque fois, je me dis, ça y est, c'est la dernière mais non !! On n'entend pas beaucoup de bruit, ce n'est pas bon signe. Ça glisse beaucoup !

Il serait temps d'arriver, j'apprécie que François soit là, ça me rassure. Puis on voit des gens sur le bord, la descente est très « casse-gueule » ça doit être ça !!! On va y arriver !!!

Bon, là, c'est sûr. J'ai juste envie de pleurer, je cours, c'est trop bon !!!! Le staff des TTs est là, près de la rivière, il faut la traverser, c'est froid mais trempée comme on est, ce n'est pas grave !! Je prends mon fils par la main et YES !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!! Je passe l'arche !!!!!!!!!!!!!!!! J'adoooooooore !!!!!!

9h20 !!!! C'est juste fou !!

MERCI !!!!!!