

## EUSKAL TRAIL ULTRA 132kms 8000m D+

Jour 1 vendredi 11 mai 2018

Départ 5h00 de St Etienne de Baigorri, le stress du départ, de l'inconnu.  
Course avec Miguel, Benj n'ayant pu prendre le départ, d'ailleurs il restera dans notre tête tout au long de la course.

Début de course à la frontale pour une première ascension de 800m, nous partons prudemment avec pour leitmotiv « profitons et allons au bout ».

Nous faisons donc fi du classement et suivons le peloton les 20 premiers kms, malgré mon envie d'avancer vite, Miguel me tempère.

Peloton qui nous distancera après le 2<sup>ème</sup> CP (Check Point) Gaztigarlepoa, endroit où je commence à m'inquiéter de mes pieds qui commencent à chauffer, Miguel me passe du Compeed prédécoupé, j'en avais emmené mais sans ciseaux, ce n'est pas pratique et pas de podologue pour le moment aux ravitos.

Nous repartons direction Ispegi CP3 au 30<sup>ème</sup> km, le soleil s'est levé, la météo est belle, nous commençons à découvrir les magnifiques paysages du pays basque.

L'euphorie du trail est présente, je me sens en pleine forme, on rigole, on discute, on échange avec les autres traileurs sur leurs expériences passées, dont un qui a fait une semaine d'hospitalisation après cet Ultra l'année dernière, certains viennent de Nouvelle Calédonie, d'autres de St Fulgent en Vendée, ils pensaient en voyant mon maillot bleu de RandoRaid 85 que je faisais parti de l'association sportive ARPV du Poiré Sur Vie, on discute de la finale des Herbiers en coupe de France.

Arrivés à Ispegi, un bon ravito exposé au soleil nous attend, Miguel en profite pour se gaver de son carburant préféré, le saucisson basque, pour ma part mes pieds continuent de me soucier, le pansement n'a pas tenu avec la transpiration et toujours pas de podologue en vue, je serre donc mes chaussures au maximum pour éviter les frottements et nous repartons vers les Aldudes, le CP4, km44.

On repart comme depuis le début avec le sourire et la pêche, Miguel a badgé avant moi au départ du ravito en prenant 100m d'avance, tout ça à cause de belles jeunes femmes qui le regardait sur le bord de la course (lol), je le rejoins gonflé à bloc en lui faisant une tape sur les fesses, il m'annonce qu'il compte me battre en faisant l'arrivée de la course au sprint, on n'en n'est pas là pour le moment ☺.

La montée vers Autza fait 700m de dénivelé, on a les jambes, on double beaucoup de monde, qui nous rattrape étant donné que nous prenons beaucoup de photos et prenons le temps d'admirer les paysages. La descente vers les Aldudes CP4 se fait bien, les premiers podologues font leur apparition, j'en profite donc pour faire un contrôle technique et recevoir les premiers soins, mon binôme prend soin de moi, me fait sécher mes chaussettes, me ramène à manger et à boire à l'infirmerie mais n'oublie pas de me prendre en photo pour chamberer sur Whatsapp.

Avec mes soins nous nous arrêtons 30 minutes sur ce stand, temps important au regard des BH (barrières horaires) assez courtes sur la première partie du parcours, je reste vigilant sur ce point, je préfère conserver de la marge en cas d'imprévu.

On décolle à 15h30 avec 1 heure d'avance sur la BH, il ne faut pas moins, direction le CP5 Urkiaga, c'est simple aucun de nous deux avons étudié le parcours avant de partir, mais on sait qu'après chaque ravito on a le droit à une ascension derrière. Nous nous dirigeons donc vers les 60kms, dans un virage on aperçoit un coureur isolé au loin qui se trompe de chemin, on le siffle pour lui signaler son erreur sinon il repartait pour un tour direction les Aldudes, nous sommes toujours en forme, à la cool, on discute de tout, Miguel me fait un cours sur l'anatomie, les ischios, les quadris..., moi je lui

*explique les eaux minérales gazeuses, on échange aussi sur des sujets plus personnels, chacun se confie, ça fait du bien aussi.*

*Il est 18h30, nous arrivons à Urkiaga 60<sup>ème</sup> km, au tour de Miguel d'avoir des ampoules, donc à mon tour de faire le serveur pendant qu'il se soigne assis à l'arrière d'une fourgonnette, le temps pris est nécessaire pour repartir serein et gérer les bobos qui peuvent rapidement gâcher l'aventure. Sur ce ravito, j'entends qu'ils annoncent l'abandon du dossard n°4030, , coup de stress, je regarde mon ventre...j'ai le n°4031, ouf.*

*On reprend le chemin dans la forêt, on sait que derrière il y a une ascension étant donné qu'on sort d'un ravito, 3kms plus loin nous attend selon les bénévoles, la plus grosse difficulté du parcours, on redouble toujours les mêmes personnes qui nous rattrapent toujours lors de notre pause photo et selfies, la montée se fait très bien avec pour objectifs Urepel au km72 CP6, étape importante pour nous étant donné que c'est la base de vie, on y arrive à la tombée de la nuit vers 21h30.*

*La fatigue commence à se sentir après 16h30 de course, on en profite pour se doucher, se changer et bien manger, avec un repas servi à table, le top.*

*On repasse tous les deux par notre stand préféré qui est celui des podologues, on commence à bien se connaître, on y recroise aussi un couple de vendéen de Sigournais, ils en profitent pour nous chambrer devant les bénévoles en disant que nos ampoules sont dues au fait de courir dans le sable.*

*Sur la base de vie, des lits sont à disposition, nous avons 1h30 d'avance sur la BH et la pluie est annoncée pour 3h00 du matin, nous décidons donc de reporter la sieste au prochain CP.*

## Jour 2 samedi 12 mai 2018

*Il est 23h00, j'ai l'impression d'un second départ, nous sommes propres, changés avec des nouvelles chaussures en direction du prochain point de passage 20kms plus loin, nous repartons avec la lampe frontale et la lumière rouge à l'arrière du sac pour 4h00 d'ascension, on ne fléchit pas, il faut serrer les dents et se dire qu'on aura fait le plus difficile et passé 5000m de dénivelé + au prochain ravito de Burgete au km92.*

*On y arrive au CP7 vers 3h00 du matin, sans pluie, des coureurs en profitent pour se reposer, on conserve la même marge sur la BH. A ce niveau je commence à ressentir une grosse fatigue, je m'assois sur une chaise et ferme les yeux 3 minutes montre en main, me disant que nous n'avons pas le temps de nous poser plus longtemps, je prends un petit ravito, un coup de Nok, oui les irritations arrivent aussi.*

*Il est 3h15, direction Ergantza CP8, km100, la pluie fait son apparition à 3h30 du matin, en arrivant à Roncevaux, une bonne douche digne du pays basque et là 2 montées nous attendent, dans la nuit, sous la pluie battante, on voit les lumières rouge au loin, un peu décourageantes en prenant conscience du dénivelé, on grimpe toujours aussi motivés au sommet à 1500m d'altitude, il est 6h00, l'épisode difficile du froid commence. Le vent souffle fort en altitude, nous sommes au dessus du brouillard, le sommet des montagnes nous donnent l'impression d'îles au milieu de la mer, c'est magnifique.*

*Le froid nous envahit, nous sommes trempés par la pluie de la nuit, à cela s'ajoute le vent, le brouillard et la fatigue, la descente vers le prochain ravito CP8 Ergantza est interminable, les abandons se succèdent, à cet endroit nous sommes en Espagne, ce sont donc les pompiers espagnols qui prennent en charge ceux qui décrochent le dossard. Au milieu de cette descente, une petite cabane de berger est ouverte avec du feu et une soupe chaude à l'intérieur, on y loge à 7 ou 8 maximum, nous nous y arrêtons 5 minutes et reprenons la route, on n'avance plus, on est frigorifié et on dort en marchant, à plusieurs reprises j'ai des hallucinations, les pierres se transforment en animaux, Miguel me dit qu'il s'endort lui aussi, il est temps qu'on se pose.*

*On arrive à 7h00 à Ergantza, ravitaillement dans une petite cabane également, on y retrouve toujours les mêmes coureurs que précédemment mais dans un état différent, beaucoup sont en hypothermie,*

les bénévoles les aident à se confectionner un habit de fortune avec leur couverture de survie. A cet endroit on en profite pour dormir 15 minutes, enfin dormir un bien grand mot, Miguel s'est trouvé un lit en fond de grange et moi je pose ma tête sur la table avec le dos dans le courant d'air.

Toujours cette put... de BH qui nous fait redécoller, on garde 1h30 d'avance, mais cette pause et le stress d'arriver au prochain pointage avant 10h15, nous réchauffe, on repart en courant, à travers la montagne, on fait une partie de la descente séparément, j'accompagne une femme dont le mari avait abandonné au bout d'1h30 de course, on en profite pour discuter, je savais qu'en partant devant, Miguel me rejoindrait, nous voilà arrivés à Arnegi CP9 km111, dans la vallée petite pause technique, petit ravito et là je vois mon compagnon de course en train de s'installer dans un lit, je lui dit « qu'est ce que tu fais ? on repart ! »

Pour ne pas changer après une pause, on repart pour une ascension de 10km et 1000m de dénivelé dixit le gérant de la station service d'Arnegi, la pluie s'est arrêtée, on refait une photo pour la route, la montée se fait bien jusqu'au km115 où avec l'altitude, le froid refait son apparition accompagné de la grêle et ce ravito situé au km121 qui n'apparaît pas, c'est interminable, les gants sont trempés on a les mains gelées, on est obligé de courir pour se réchauffer, les jambes répondent encore présent malgré les petits bobos liés à la distance, enfin nous arrivons à Ehuntzaroi CP10 km121, pour surtout prendre une soupe chaude, d'autres coureurs sont en état d'hypothermie.

Nous ne nous attardons pas, plus qu'une dernière montée et 11kms avant l'arrivée, à cet endroit les parcours du 2x40kms et du 130kms se rejoignent, sur un sentier monotrace, rendu très boueux par la pluie et le passage. Dans la descente, j'ai cru que j'étais accompagné de Philippe Candeloro, à 3 reprises Miguel chute de son 1m92, ce serait dommage de se blesser si près du but. Même si les autres coureurs nous encouragent, cette portion du parcours n'est pas la plus intéressante, trop de monde avec des rythmes différents, nous sommes en décalage (même si parfois on arrive à courir et donner le change au participants du 2x40).

Nous glissons donc jusqu'à l'avant dernier CP, le 11, Aharza il reste 5kms avant le graal, le 2x25kms nous rejoint ça commence à faire du monde, on ne s'y arrête pas, si près du but avec l'envie d'en finir, il est 13h00.

On avale la dernière portion assez roulante, en courant, l'émotion est là, avec la prise de conscience du chemin parcouru, on est euphorique, en plus on a les jambes.

Ayant fait le 2x40 l'année dernière, j'arrive à me repérer, l'arrivée est proche, alors on continue, on arrive à St Etienne de Baigorri sous une légère pluie, moins de public que l'année précédente à cause de la météo, les balustrades, la dernière ligne droite, je surveille le départ au sprint de mon pote, en vain...Stef et Bruno, nos 2 supporters sont là, avec Miguel on termine bras dessus bras dessous pour passer la ligne d'arrivée et claquer le drapeau basque, au bout de 132kms, 33heures de course, il est 14h00, quelle émotion, on l'a fait, c'est fort et grand, quelle fierté.

Pour finir, les remerciements, tout d'abord aux 400 bénévoles de l'association Euskal Raid, tous formidables et agréables, on sent qu'ils sont passionnés, merci également à ma femme et mes 2 enfants qui ont été d'un soutien sans faille durant la préparation de cet Ultra, de tout façon je ne pouvais pas abandonner, j'avais les dessins de mes enfants et la photo de ma femme dans mon sac, merci tout particulier à mon partenaire de course et ami, sans qui rien n'aurait été pareil ainsi qu'une pensée pour le grand absent Benj, ce n'est que partie remise. Pour finir merci à la famille, amis, collègues qui m'ont suivi et encouragé pendant les 33 heures de cette belle aventure humaine et sportive.

Ca donne envie d'en refaire, c'était l'objectif 2018, on verra l'année prochaine.

Matt