

## **1<sup>ère</sup> partie : Millau, tu y viendras un jour !**

Sans que je ne le sache vraiment, le défi millavois commence pour moi en 2006, alors que je suis hébergé chez un couple d'amis qui vont m'accompagner pour mon premier marathon, celui de Vannes. En cette veille de course, je découvre la fameuse pasta party, en petit comité, mais très conviviale, ainsi que des anecdotes de mes hôtes qui sillonnent la France pour participer à des épreuves de course à pied. C'est ainsi qu'ils me parlent de leurs courses toutes aussi insolites les unes que les autres, marathons, raids, 24 heures ... et le mythique 100 km de Millau dont j'avais entendu parler. J'avais encore du mal à imaginer qu'on puisse courir une telle distance quand mon pote me dit : « tu y viendras un jour ».

Suffisamment préoccupé par mon marathon du lendemain, je ne prête pas plus attention que cela à cette petite phrase. Je cours donc mon marathon et réalise ainsi le rêve que je n'osais imaginer quelques années auparavant alors que j'accusais 102 kilos au compteur de la balance, descendus à environ 80 kg en 2005 suite à un programme diététique. Malgré tout, j'ai toujours pratiqué la course à pied, avec plusieurs 10 km (meilleur temps avec quintal embarqué : 55 mn) et « Paris - Versailles » (18 km environ) qui représente à l'époque ma course la plus longue courue.

Après ce premier marathon, je mets le doigt dans un engrenage addictif mais très agréable, le besoin de courir et de me lancer des défis. Donc, un 2<sup>ème</sup> marathon couru en 2008 (de nouveau Vannes, pour les ravitaillements), un 3<sup>ème</sup> en 2010 (La Rochelle, pour le coupe vent), Rennes en 2012 (pour la proximité), encore Vannes (pas bien vu les côtes les 2 premières fois) en 2013 avec Stéphane (loin devant) et enfin le marathon du bout du monde (le marathon français le moins lointain de New York) en 2014 avec Serge (loin devant aussi). Série en cours ...

Entre-temps, en 2010, je prends mon adhésion à Acigné Jogging en même temps que Gérard et Alain avec qui je courais ... enfin, derrière lesquels je faisais l'élastique lors de nos sorties nocturnes du mercredi soir et nos sorties en forêt du dimanche matin. Avec de telles pointures, déjà marathoniens à l'époque, j'apprends pas mal de choses sur la course à pied. Au sein d'Acigné Jogging, j'apprends encore beaucoup avec les coachs et au contact des autres coureurs. Je découvre surtout cette ambiance club où il y a des sportifs de tous niveaux, de différentes conditions et qui aiment à se retrouver pour courir, pour s'encourager, pour accompagner, pour conseiller, mais aussi lors d'événements festifs. En résumé, une vraie ambiance de ch... qu'on s'efforce de maintenir ...

## 2<sup>ème</sup> partie : le défi fou

Il me semble que le déclic soit venu du trail de Belle-ilee que plusieurs joggers du club ont couru en septembre 2014. Nous étions quelques-uns à avoir suivi leur périple de 84 km sur internet et cela nous a certainement inspiré. Mais rendons à César ce qui est à Stéphane car c'est lui qui a lancé cette idée folle, peu de temps après, un jour autour d'une table ou d'un verre ou les deux ou bien peut-être lors d'un entraînement. Bref, ce dont je me souviens, c'est d'avoir levé le bras ou d'avoir parlé avant de réfléchir. Il y a des moments où il ne faut pas trop réfléchir et c'était ce moment-là. S'en sont suivis tous les préparatifs, trouver un hébergement pour tous ces gugusses (oui car il y a plusieurs joggers fêlés chez Lustucru jogging), organiser le déplacement, les plans d'entraînement, etc ... Ça c'était à peu près à l'automne 2014.

Je me doutais que l'affaire n'était pas encore gagnée car je savais bien que la date de mon certificat médical de la saison en cours n'allait pas jusqu'au 26 septembre 2015, date de la course. Je me rends donc chez mon médecin à qui j'avoue vaguement que je souhaite m'inscrire à une longue course qui aura lieu dans le sud de la France. Il déjoue la feinte le bougre, il tique un peu puis me prescrit un test d'effort que je passe avec succès et cela semble le rassurer.

Entre-temps, je parle de ce défi fou à Yvon, mon ancien pote de fac, qui vit et travaille à Lannion et qui me fait part de son souhait de se joindre à nous. Yvon, c'est une pointure également. Ancien triathlète dont la spécialité était le vélo, il s'est « reconverti » avec succès dans la course à pied. Il est régulièrement sur le podium V2 des courses auxquelles il participe (m'énervent un peu tous ces cadors ...).

Peu de temps après l'ouverture des inscriptions, muni du fameux sésame, un petit clic me permet de me mettre les 100 km de Millau dans la tête. Il va falloir maintenant intégrer toute la préparation physique concoctée par Thierry.

Dans cette préparation, il y a des jalons qui sont des compétitions devant nous permettre de nous étalonner sur des parcours de plus en plus longs et difficiles. Le premier est le trail de la traversée de la baie de Saint-Brieuc fin mai 2015. Plusieurs distances sont proposées et je choisis la plus longue (34 km). Le parcours est très varié et vallonné, de difficulté moyenne je dirais. C'est la 2<sup>ème</sup> fois que je cours cette distance sur un trail.

Quelques jours avant, j'ai savouré avec émotion le 35<sup>ème</sup> anniversaire de mon ancien club de tennis de table en région parisienne car j'y ai retrouvé plusieurs anciens coéquipiers venus des quatre coins de la France ainsi que des jeunes que j'avais entraînés il y a 20 - 30 ans de cela et qui sont devenus eux-mêmes parents pour certains. Nous nous sommes remémorés les bons moments passés ensemble, la belle ambiance, la construction de ce club avec des joueurs ayant acquis pour certains un classement parmi les 200 meilleurs joueurs nationaux. Une belle réussite sportive mais surtout, là aussi, une belle aventure humaine.

Pourquoi cette digression me direz-vous. Tout simplement parce que je retrouve ces émotions et ces valeurs humaines que seul le sport, quel qu'il soit, à mon avis peut procurer.

En cette journée à Saint-Brieuc, ce sont presque 20 joggers acignolais, accompagnés de plusieurs supporters, qui sont inscrits sur les différentes distances. Tous les futurs 100 bornards sont présents et c'est là, je pense, que s'est formé « l'esprit cent bornards ». Malgré la météo maussade, c'est l'une des plus belles journées de ma « carrière » de jogger. Course prudente pour ma part ... enfin pas vite ... bref à mon rythme. J'ai de bonnes sensations car je suis allé voir mon thérapeute manuel qui m'a « décoincé » mes chevilles délicates et mon dos. C'est la fin de course qui fût monumentale car, tout d'abord, Yvon, qui avait couru le 21 km (classé 2ème V2), est venu à ma rencontre et a couru à mes côtés le dernier km. A 300 mètres de l'arrivée, c'est une ola bruyante à souhait des copains d'Acigné Jogging qui m'accueille (j'en ai encore des frissons dans le dos). A 20 mètres de l'arrivée, c'est la haie d'honneur des organisateurs qui scandent mon prénom (re-frissons dans le dos). Ensuite, c'est le traditionnel pique-nique, tel le banquet d'Astérix et Obélix, où les organisateurs nous font une place à leur table et à l'abri de la petite pluie costarmoricaine.

Le deuxième jalon est le trail du bout du monde, dans le Finistère, début juillet. Alors là, ça ne rigole plus : c'est 57 km, c'est un parcours difficile durant les 37 premiers kilomètres sur les magnifiques mais très escarpés chemins côtiers autour de la pointe Saint Mathieu. Une autre particularité de ce tracé, c'est que, le 37ème km correspond à l'arrivée de l'épreuve des 37 km (logique) ainsi que celle des 57 km. Pour cette dernière, il faut faire une boucle supplémentaire de ... 20 km ... bien ! Vous suivez ! L'intérêt de cette 2ème boucle est de nous forger un peu plus le mental dans l'optique du 100 km de Millau, qui comprend également une 1ère boucle (de 42,195 km, un marathon quoi) qui nous fait revenir quasiment au point de départ pour repartir vers une 2ème boucle de 57,805 km (forcément).

Et encore une fois, les copains d'Acigné Jogging sont là, et là, et encore là. Ils sont partout tout au long du parcours, à des endroits où on les attend pas, à des endroits où on se demande comment ils s'y sont rendus, et c'est fantastique. Cette fois, nous sommes partis la veille de la course (ben oui, faut aller au bout du monde), répétition pour Millau avec mobiles homes pour l'hébergement et repas de veille de course en commun (le fameux banquet gaulois, encore). Cette course fût plus difficile que je ne l'avais imaginée, avec quelques instants furtifs, bien connus du coureur à pied qui se lance des défis et qui se dit « qu'est-ce que je fous là, qu'est-ce que c'est que ce sport de m ... », notamment lorsqu'on court trempé de sueur avec le Camelbak scotché au dos sur une plage au milieu de naïades légèrement dénudées. Néanmoins, ce jour là, joyeusement prémonitoire, tous les coureurs d'Acigné Jogging terminent leur course, mais on vient d'avoir un échantillon de ce qui nous attend dans l'Aveyron.

Un peu de récup et viennent ensuite 2 mois et demi de préparation spécifique, débutant pendant mes congés dans le Quercy, vallonné à souhait, à raison de 4 séances par semaine.

### **3<sup>ème</sup> partie : jusqu'au bout de la nuit**

Pour une bonne préparation millavoise, il faut des entraînements mijotés longtemps à feu doux par coach Thierry, saupoudrés d'étirements et de gainage. Pour rehausser les saveurs, on peut ajouter des soins pédicures, massages, séances de somatopathie et boisson de préparation et de récupération (naturelle je précise). Et quoi qu'on en dise, tout cela est très digeste et permet de se présenter sur la ligne de départ dans les meilleures conditions possibles.

Mine de rien, la tension est palpable et augmente quelque peu les derniers jours. Un indicateur : un de mes collègues s'est cassé le pied en se levant de sa chaise (véridique). Pourtant le dénivelé de la moquette n'indiquait pas de chausse-trappe. Depuis, je regarde où je pose chacun de mes pas, j'allume toutes les lumières lorsqu'il fait sombre, ce serait trop bête de se blesser maintenant, après des mois de préparation.

On a fait la route la veille, le vendredi et on s'est tous retrouvés à Millau dans le charmant petit camping prévu, non loin du Parc de la Victoire, point névralgique de la course (avec les départs et arrivées ainsi que la jonction entre les 2 boucles du 100 km). Il y a là Jean-Michel, Rémy, Lionel, Stéphane, Pascale, Yvon, Thierry, Loïc, Marc et votre serviteur, les inscrits aux 100 bornes. Il y a aussi celles et celui qui vont ajouter un marathon de plus à leur palmarès : France, Valérie et Eric (notre Iron Man, inscrit de dernière heure, avec qui je vais partager plein de choses, à commencer par le lit). Il y a également et surtout nos supporters et accompagnateurs : Cathy et Eric (celui de Cathy), Fred (sans Laurence, qui n'a malheureusement pu venir), Joël, Murielle, Jeanine et les parents de Thierry.

#### **KM - 2**

Il y a un rituel à Millau. Tous les coureurs partent « en cortège », et en marchant, du parc de la Victoire pour rejoindre la ligne de départ située à 2 km de là. Si on ajoute les 3 km pour venir du camping (plus l'aller - retour de la veille pour venir chercher les dossards), on a déjà une dizaine de bornes dans les jambes alors que la course n'a pas encore débuté. Mais ce rituel est bon enfant et permet de nous décontracter quelque peu avant de partir. Et puis, il y a « la télé » qui est là et qui filme notre musicien Marc, joueur de basson à l'Orchestre Symphonique de Bretagne, dans le cadre d'une association. Je vous conseille de regarder ce très beau film d'une dizaine de minutes (sur le Facebook d'Acigné Jogging). Le départ est imminent, on y est, ça fait des mois qu'on attend ce moment, on s'encourage mutuellement, on veut aller au bout et on le dit, on le crie même.

#### **KM 0**

Ça y est, les chevaux sont lâchés, ainsi que mes coéquipiers que je laisse partir un par un pour prendre mon rythme de course. Cette première boucle nous emmène vers les magnifiques gorges du Tarn. Pour moi ce tracé marathon est la plus belle partie de ces 100 km.

#### **Le petit breton**

Le maillot vert d'Acigné Jogging, on l'aime ou on ne l'aime pas, mais il a un avantage : le petit drapeau breton imprimé dans le dos. Pour avoir un petit effet régional supplémentaire, j'avais accroché un fanion « Gwen ha du » à mon porte

bidon. Et lorsque vous êtes hors de vos frontières, ça vous donne tout de suite une notoriété incroyable. D'autres coureurs, bretons ou pas, vous saluent d'un « bonjour le breton », vous demandent d'où vous êtes en Bretagne, tapent la discute pour d'autres (et le Cricri il aime bien ça), certains même vous acclament (si, si, des bretons installés à Millau qui avaient sorti un immense étendard devant leur jardin). C'est ainsi que je fais un bout de chemin avec 2 mayennais fort sympathiques et que je vais régulièrement (jusqu'à Saint Affrique) doubler et me faire doubler par 2 jeunes femmes (la coureuse à pied et son accompagnatrice vélo) qui vont me surnommer « le petit breton ».

## **KM 20**

Jeanine et Eric sont là dans une petite côte. Ils m'ont fait le même coup dans le Finistère. On est en plein cœur des gorges du Tarn, ils ont dû en faire des km, même en voiture, mais ils sont là, ils nous encouragent, même moi qui suis le dernier acignolais (déjà) à passer et ça fait du bien.

## **KM 30**

Sur un marathon, c'est à partir de là (ou un peu avant ou un peu après) que la fatigue, les maux de toute sorte et le coup de barre peuvent survenir. Sans forfanterie aucune, je me sens bien, la foulée va bien, pas trop rapide et je passe toutes les côtes en courant (sauf une où je vois beaucoup d'autres coureurs marcher donc prudemment j'en fais de même). Je m'arrête un peu à chaque ravitaillement pour m'alimenter et boire. A ce propos, vous savez que j'attache une grande importance à la qualité des ravitaillements (hors course également) et ceux de Millau étaient particulièrement bien diversifiés, suffisamment fournis et de bonne qualité. Il y avait notamment des petits sandwiches au pâté assez savoureux (et qui passent très bien à certains moments de la course) ainsi que des toasts avec du fromage. Région oblige, il y en avait au Roquefort mais qui, sous l'influence du soleil et de la chaleur, avaient pris une petite teinte vert de gris, plus verdâtre que grisâtre d'ailleurs. Au final, ils étaient très bons ... les petits toasts au Saint Môret.

## **KM 42,195**

5 h 30 de course, j'ai rejoint le parc de la victoire et juste avant, à hauteur de notre camping, je retrouve de nouveau Jeanine, Eric ainsi que Joël. Je croise également Marc et Murielle qui partent pour la 2ème boucle et on s'encourage de chaque côté de la rue. Je fais une pause au ravitaillement et j'en profite pour goûter le café au miel (délicieux), je discute (eh oui, encore) mais l'heure passe et il reste un peu de distance à faire. Il est environ 16 h lorsque je repars mais je vais vite déchanter. En effet, les douleurs de mes chevilles se réveillent (un arrêt buffet trop long ?) et je décide prudemment d'alterner course et marche. En ce milieu d'après-midi ensoleillé de fin septembre, la circulation est dense dans Millau et surtout n'est pas filtrée donc on se retrouve à courir au milieu des voitures. C'est le point le moins agréable de l'organisation et il me tarde de retrouver le calme et la beauté des paysages avoisinants.

## **KM 50**

Je n'y suis pas encore et les premiers de la course me croisent déjà. Je les trouve très marqués, la foulée claudicante pour certains. Cela devrait m'inquiéter mais

je me sens plutôt rassuré de constater que eux aussi souffrent. Dans l'intervalle, un jeune homme de 72 ans arrive à ma hauteur dans la côte sous le viaduc et il engage la conversation (à moins que ce ne soit moi). Il vient du département voisin du Gard et il me raconte un peu l'histoire de cette course (initiée par Serge Cottereau, qui l'a gagnée plusieurs fois), du palmarès des grands champions comme Bellocq, visiblement le préféré de mon compagnon de course, qui détient 2 records : le nombre de victoires (7) et le meilleur temps de l'épreuve (6 h 28 en 1990). Bref, ce jeune homme de 72 ans m'explique qu'il fait aujourd'hui son 31ème Millau, qu'il le fait désormais en marchant et que son petit plaisir, c'est de se payer une bière bien fraîche à la terrasse d'un café à Saint Affrique (parce que celles du ravito officiel ne sont pas bonnes) avant de repartir vers Millau.

Lui parlant de mes douleurs aux chevilles qui m'empêchent de courir pour l'instant, il m'indique qu'il y a possibilité de se faire masser au prochain ravitaillement et je décide de m'y arrêter.

## **KM 55**

J'ai rudement bien fait de me faire masser les chevilles (ainsi que manger et boire) car ça va mieux et je mets de nouveau à courir. A partir de maintenant, je vais commencer à croiser mes camarades et on va, à chaque fois s'encourager mutuellement et chaleureusement. Je vois Jean-Michel en premier, puis Loïc et Thierry.

Dernier ravito avant la côte de Tiergues. J'y retrouve Jeanine, Eric et Joël. Ils sont partout je vous dis.

La côte de Tiergues est la grosse difficulté de l'épreuve, à franchir dans un sens puis dans l'autre. Dans la montée, je marche dès les premiers mètres et un carcassonnais va taper la discute avec moi (j'aurai pu faire un Facebook spécial Millau avec tous mes nouveaux amis).

La nuit est pleine maintenant, ainsi que la coupe de mon carcassonnais qui sermonne vertement son accompagnateur vélo qui était parti conter fleurette à la côte de Tiergues. Cela me fait penser qu'Eric (notre Iron man) m'a proposé de m'accompagner en vélo sur la 2ème boucle, de ne pas hésiter à l'appeler si j'avais un coup de mou, de l'appeler si ça n'allait pas, de l'appeler même si ça allait ... Bref, je ne l'ai pas appelé. C'est qu'il est fier le Cricri, il ne montrera pas et ne dira pas qu'il en bave, il ne lâchera rien. Un peu bête le Cricri parfois ...

Alors que le sommet se rapproche (on se croirait à l'Alpe d'Huez, sans le soleil, sans le public en délire ... sans dopant), je croise Rémy puis Yvon et Pascale et Stéphane, mais point de Lionel et de Marc pour l'instant.

Interminable ... cette descente vers Saint Affrique. Pourtant, il a fallu monter l'autre versant ... qui m'a paru moins long. Je sens maintenant nettement la fraîcheur sur mes épaules, j'ai froid aux mains et je n'y vois pas grand chose (je me guide grâce aux frontales des coureurs que je croise, qui sont encore nombreux). Mais mon sac de ravitaillement contenant des affaires de rechange (sans les gants) et ma frontale est au 70ème km et il ne viendra pas à ma rencontre. Plusieurs fois, je crois arriver enfin à St Affrique alors que j'aperçois un réverbère, une lumière, un lampion, que sais-je. Au milieu de ma torpeur,

j'entends tout à coup des voix : « Christophe, c'est Christophe ? ». C'est Muriel, à côté de son vélo, et Marc (à côté de ses pompes ;-)) qui m'ont reconnu dans la nuit noire sans m'entendre, c'est fort. Cela me fait un bien fou de les voir, de discuter avec eux, de s'encourager mutuellement. D'ailleurs, à partir de maintenant et jusqu'à la fin, tous les coureurs qui me croisent, qui me doublent et que je double, me souhaitent « bon courage » et j'en fais de même.

## **KM 70**

Alors que les lumières de Saint Affrique se profilent, je vais avoir une belle surprise : mon Eric sur son vélo électrique, qui remonte la côte de Tiergues. Il est parti de Millau, tout de suite après avoir terminé son marathon (excusez du peu) et pris sa douche. Depuis, il me cherche, il m'a téléphoné, il m'a laissé des messages (mais le Cricri, le fier, n'a pas regardé son téléphone). On a dû se loucher alors que je me faisais masser au 55ème. Eric, c'est un concentré de technologie à lui tout seul : son ordinateur, son téléphone, son vélo et ... lui-même. C'est aussi un formidable booster, je vais l'apprendre à partir de maintenant. Afin de ne pas me rater, il s'est attablé à la terrasse d'un bar à l'entrée de Saint Affrique, a discuté avec les autres clients, leur a parlé de la course, de lui, de moi, tant et si bien que lorsque nous sommes passés devant cette fameuse terrasse, j'ai eu le droit à une véritable ovation. Un moment magique ! Ça regonfle à bloc et j'en oublie presque la fatigue malgré l'heure tardive (on est peut-être déjà dimanche, mais je n'ai plus trop de notion horaire à ce moment là).

Il me reste à récupérer mes affaires au point de ravitaillement. Je n'ai pas très faim et l'odeur du potage qui domine dans la salle, que j'aurai certainement apprécié en d'autres circonstances, m'écœure quelque peu et je préfère me diriger vers le coin massages pour détendre mes gambettes, les chevilles tenant étonnement bien le coup. Eric est aux petits soins avec moi et m'apporte du café sucré, la seule boisson que je vais pouvoir ingurgiter à partir de maintenant.

Les massages sont efficaces, je me sens prêt à repartir mais au moment de me lever de la table de massages, je vacille, ma tête tourne et je m'allonge de nouveau sur la table, submergé de fatigue. Dialogue surréaliste avec Eric qui me demande si ça va et je lui réponds que je vais dormir un petit quart d'heure avant de repartir. Il me répond qu'il me laisse 5 minutes, qu'il chronomètre et qu'on repart après. Ça me pique au vif, je me relève au temps imparti, enfile des vêtements propres et chauds ainsi que ma frontale et surtout une paire de gants qu'Eric avait par devers lui.

On remonte la côte de Tiergues, en direction de Millau, tout en discutant de différents sujets. On se connaît bien avec Eric, tout d'abord par nos garçons respectifs nés en 1998 (quelle belle année où la France a été championne ... d'Europe de tennis de table), bien évidemment par Acigné Jogging (ce convoiturage vers le marathon de la Rochelle en 2010, les entraînements et quelques courses) et enfin par des orientations professionnelles communes. De quoi discuter un petit bout de temps, le tout entrecoupé de points téléphoniques avec coach Thierry qui reste en contact avec ses ouailles et qui nous informe des arrivées des uns et des autres. Cela renforce encore un peu plus mon envie d'aller au bout, malgré un nouveau coup de fatigue et une douleur dorsale qu'Éric apaise par un massage avec un onguent très efficace (quand je vous disais que nous n'avions pas partagé que le lit). On fait aussi la conversation avec tous les concurrents qui nous rattrapent et que nous rattrapons, tel cet italien qui

s'est efforcé de parler en français avec nous. Ainsi, je ne dirais pas que le temps est passé très vite car je marche (le vélo électrique d'Eric se demande à quoi il sert) mais on engrange les kilomètres, même à un train de sénateur.

A la borne du 85ème, Eric me prend en photo, mais on ne voit pas ma tête, impossible de prouver que j'y suis passé, tant pis on continue. Mine de rien, Eric arrive à me pousser à repousser mes limites, de fatigue et de douleurs mêlées, grâce à son expérience accumulée sur les courses extrêmes qu'il a faites, ses conseils tout en nuance et son soutien indéfectible (alors qu'il a certainement envie d'aller se coucher, car il a couru un marathon la veille tout de même).

Thierry, lors d'un énième point radio, nous informe que Lionel, dont on n'avait plus de nouvelles, a franchi la ligne ainsi que Marc. Tous les acignolais sont rentrés au bercail, il ne reste plus que moi et je me dois de terminer, encore plus qu'avant, pour que la réussite d'Acigné Jogging soit totale. Thierry demande à Eric de le prévenir lorsque nous serons sur le point d'arriver car il annonce qu'il viendra nous chercher.

## **KM 90**

On fait une pause à ce ravitaillement / poste de secours. Je m'y étais arrêté à l'aller pour me faire masser les chevilles et je m'aperçois qu'il y a encore pas mal de monde à se faire soigner et masser. Certains dorment sur des lits de camp, rattrapés par une hypoglycémie ou fourbus de fatigue. Comme il y a pire que moi, je mange un morceau, je m'hydrate et on repart.

## **10 km de silence**

Arrivé au 90ème km, on pourrait être tenté de se dire « plus que 10, le plus gros est fait » sauf qu'il y a déjà un peu plus de 2 marathons dans les jambes et qu'il reste cette dernière côte qui passe sous le viaduc. Bien avant de se retrouver sous ce magistral ouvrage d'art, le dénivelé est déjà important et je sens de plus en plus le cumul de fatigue et de douleurs, notamment au pied droit qui s'avéreront être 2 grosses ampoules. Et là se produit ce que bon nombre d'adhérents d'Acigné Jogging n'ont jamais connu : le Cricri silencieux. Plus d'énergie sauf celle qui me permet de marcher mécaniquement, à un assez bon rythme toutefois. Ce silence inquiète Eric qui me demande régulièrement si ça va, si j'ai besoin de boire ou manger, si je souhaite qu'on fasse un selfie sous le viaduc de Millau ...

Mais le Cricri a juste envie de terminer au plus vite, même s'il est largement dans les délais. Enfin, l'entrée dans la ville de Millau, quasi déserte à cette heure, toutefois quelques passants nous applaudissent et nous encouragent.

## **KM 99**

Eric me dit de savourer mais j'ai plutôt envie d'en finir. Malgré la fin de course proche et mon célèbre « finish », j'ai l'impression de ne plus avancer. Quelques coureurs me doublent même.

## **KM 100**



Enfin, le 100ème, je passe la ligne, j'ai la banane, on fait des photos avec Eric que j'embrasse pour tout ce qu'il m'a apporté lors de ces 30 derniers kilomètres. On fait presque un pacte, un autre pari fou : on inverse les rôles pour Millau 2016, lui court, je pédale. En attendant Thierry, je passe quelques SMS et, regardant Eric, je lui demande où est mon téléphone ... que j'ai dans la main ... Grosse fatigue :-))

A ce moment là, je ne réalise pas vraiment que je viens de terminer un 100 bornes, c'est Thierry qui, en arrivant, tout sourire, me fera quelque peu prendre conscience de ce que j'ai réussi à faire, moi l'ex 100 kilogrammes qui a parcouru 100 kilomètres ...

### **Millau, l'épilogue**

Ça y est, l'objectif est atteint : j'ai terminé ... nous avons terminé ... les mythiques 100 km de Millau et pourtant, je ne réalise pas encore. Les 3 km pour atteindre le camping auraient été les plus difficiles du week-end si coach Thierry n'était venu me chercher en voiture. Il s'est levé spécialement pour moi (et pour Eric bien sûr, mais son vélo ne passe pas dans le coffre ;-), alors qu'il a lui même couru les cent bornes et qu'il a accueilli les autres acignolais. Encore chapeau maître Thierry.

Arrivés dans notre mobile home, les autres cents bornards se lèvent pour nous accueillir. Pas de grosses effusions, on est tous rincés, mais une tape amicale, un regard, un geste suffisent en cette fin de nuit. Une douche bien méritée et au lit ... avec Eric. Peu voire pas de sommeil avec des images plein la tête et des courbatures plein le corps.

### **Les coins coins**

3 heures plus tard, tous les mobiles homes se réveillent doucement, les cents bornards encore plus doucement, avec une démarche particulière qui fera nous auto-surnommer « les coins coins ». On fait quelques photos, on savoure ces instants. Certains de nos accompagnateurs qui sont allés en ville faire quelques emplettes nous indiquent qu'il y a encore des concurrents qui arrivent. Respect !

Le midi, de nouveau ce fameux banquet gaulois qui symbolise cette ambiance et qui renforce les liens des coureurs acignolais et de leurs accompagnateurs. Il fait beau, tous les visages affichent de larges sourires, on prend connaissance et conscience des nombreux messages d'encouragement reçus sur les téléphones des uns et les autres, et maintenant des messages de félicitations. Certain(e)s à Acigné se sont couché(e)s tard pour nous suivre sur internet. Merci à toutes et à tous.

La route du retour nous prenons et plein de souvenirs nous emportons. Les effusions d'avant départ sont chaleureuses car des liens se sont tissés voire renforcés dans ce groupe et parce que nous allons repartir chacun de notre côté ... ou presque. En effet, sur les 4 véhicules qui remontent vers Rennes, trois s'arrêtent sans concertation aucune sur la même aire d'autoroute. Instinct grégaire, pas envie de se quitter, pas tout de suite, pas si vite. Dans le même état d'esprit, les occupants du 4ème véhicule, parti devant, nous proposent de nous retrouver à Tours pour dîner ensemble. Ce n'est pas un resto gastronomique, mais on savoure de nouveau le plaisir d'être ensemble.

### **Crevés**

Heureusement que les acignolais étaient plus gonflés que les roues des voitures. En effet, 2 crevaisons le dimanche dont une sur le parking d'un centre commercial de Tours vers 22 h avec une douzaine de réparateurs acignolais dont 3 qui ont bossé, 8 qui ont regardé et 1 qui prenait tranquillement son dessert à l'intérieur.

### **La suite**

Le lundi : séance de massages pour éliminer les courbatures et soins pédicures pour éliminer les ampoules. Le mardi : envie de courir. C'est grave docteur ?

La faute probablement à une accumulation d'endorphines qui m'a fait rester très longtemps sur une espèce de petit nuage de béatitude et surtout qui m'a procuré un sentiment d'indestructibilité.

Nourri par tout cela, j'ai désormais le souhait d'accompagner d'autres coureurs et coureuses à mon tour, histoire de redonner un peu de tout ce que j'ai reçu durant ce fameux week-end millavois et de leur faire profiter de mon expérience, tout en continuant la pratique de la course à pied.

Alors, que faire après une telle épopée ? Quel nouveau défi se fixer ? Le Graal est-il atteint ?

Autant de questions qui n'ont pas encore trouvé de réponses.