

AVANT :

Alexandra et Christelle, depuis très longtemps, discussions après discussions, Savent qu'elles feront leur 1er marathon ensemble
Mais lequel ?
"Un qui claque" comme n'arrêtait pas de dire Alexandra
Après moult réflexions, le 13/01/2023, les voilà inscrites à celui de Paris pour le 02 Avril.
Elles s'organisent rapidement pour la logistique (transport, logement)
Malheureusement, la semaine qui suit l'inscription, Alexandra se blesse au genoux
Mais motivée comme jamais, elle met en place un parcours santé : elle va voir un kiné du sport, Jeff pour la nutrition, etc, ...
En suivant les conseils de chacun, rapidement les douleurs s'éloignent et son entraînement se passe correctement
Christelle, de son côté, suit son plan préparé avec l'aide de Didier
Au début, elles étaient donc un peu chacune de leur côté,
Mais très rapidement elles font leurs sorties longues du dimanche ensemble,
Semaines après semaines, elles partagent tout : les questionnements, les doutes, les souffrances, les espérances ...
Elles sont quasiment au même rythme, autant physiquement que moralement
Elles se rendent vite compte que ce marathon va être THE expérience de leur vie de coureuse

Samedi 1er Avril :

Elles font leur voyage en train jusqu'à Paris.
Il y a énormément de coureurs dans le train, même le gars au micro souhaite un bon marathon à l'ensemble du train !
Elles vont porte de Versailles chercher les dossards ...
Il y a plein de stands : elles y passent presque 2 heures à traîner, se prendre en photos, profiter de l'ambiance
L'impatience commence à monter
Le soir, au gîte, elles papotent, s'imaginent à franchir la ligne d'arrivée ensemble, se rendent compte qu'elles vont bientôt vivre une sacrée aventure toutes les deux
Et que c'était une évidence qu'elles le fassent ensemble !
Nuit entrecoupée pour toute les deux !



Dimanche 2 Avril :

Réveil tranquille, petit dej' copieux, douches, ...

Puis départ du gîte ...

Elles subissent un contre temps : le métro prévu pour aller sur site ne roule pas ce dimanche matin ! Heureusement, elles croisent des bretons et mayennais (hé oui !) qui les guident jusqu'à destination via le bus

Arrivées sur site, elles cherchent les consignes ... y'a déjà tellement de monde, une ambiance de fou ...

Heureusement elles avaient prévu beaucoup de temps, car entre le bus, la marche à pied, faire la queue aux toilettes, aux consignes, ...

Départ

Christelle :

Nous voilà (enfin) dans le SAS avec une ambiance de fou : musiques, speaker, et beaucoup de coureurs excités (comme nous) de passer la ligne de départ

Alexandra :

Trop heureuse d'être là, il fait froid, le temps est pourri mais excitée comme jamais, les Champs Élysées dans le dos, la musique de Rocky au démarrage, on saute on applaudit, hâte de démarrer !!

Les 10 premiers Km :

Christelle :

Nous traversons Paris, c'est top, nous parlons, observons les bâtiments, les spectateurs, etc ... notre rythme est correct, je profite bien ...

Dans le quartier des Marais : une ambiance géniale, des spectateurs qui ambiance le peloton, j'ai même lu une affiche "cours plus vite, je viens de péter!"

Alexandra :

Démarrage tranquille, on est vraiment dans le circuit touristique surtout pour nous provinciales, l'obélisque place de la Concorde, l'opéra Garnier, Rue de Rivoli (je vérifie si j'ai ma carte au cas où 😊), les Tuileries et arrivée à Bastille, un gros coup de foule.

Du monde partout, des encouragements et des enceintes qui nous font une spéciale dédicace bretonne « si tu cherches un peu de gaieté viens donc faire un tour à Lambé... »

Du 11 au 20ème Km

Christelle :

Nous traversons le bois de Vincennes, mon genou commence à se faire sentir ... j'en informe

Alexandra qu'au 18ème km

Mais comme c'est plus que supportable, je continue sur notre rythme

Alexandra :

Ça y est nous voilà à faire le tour du bois, on constate les premiers arrêts de certains participants, et ces coureurs déguisés en Dracula, Naruto ... et même ce coureur très touchant qui pousse dans un véhicule aménagé sa maman de 90 ans.

Le château se dresse devant nous alors que retentit Iggy pop « Louie, Louie, wo baby » chanté par un groupe de rocker hissé sur un camion benne, rock n roll attitude les gars, trop sympa.

Passage devant l'hippodrome où des façades énormes exhibent des chevaux et leurs jockeys photoshoppés comme des stars de télé-réalité, énorme. J'ai une pensée pour mon enfance où j'ai passé pas mal de temps sur les hippodromes, punaise c'est loin, mais bon fini la nostalgie et ciao les bourricots, aujourd'hui les stars de la course c'est nous !

Du 21 au 30ème Km

Christelle :

La musique, les spectateurs, aidant, c'est le top, plus de douleurs, j'y retrouve un peu de vigueur (autant physiquement que moralement),

Je dis même à Alexandre "Mes jambes font le job toutes seules, je suis en lévitation" ... une très agréable sensation j'avoue !

J'appréhende un peu le "mur" ... mais passage pas trop compliqué

Il y a quand même énormément de coureurs qui s'arrêtent ... ça donne envie de faire comme eux !

Alexandra :

13h Premières odeurs de poulet grillé...

Mes enfants et mon chéri m'appellent :

Mon chéri m'indique que j'ai perdu 20 secondes au dernier kilomètre et qu'ils sont à l'apéro, tu parles d'un coach, pour qui, le dernier exploit sportif consiste à regarder une finale du XV de France en jogging sur le canapé !!

Mon fils m'a préparé un dessin à n'ouvrir qu'en cas de difficulté.

Lorsqu'il me l'a glissé avec son air solennel avant que je parte, je lui ai dit que j'avais peur que ce dernier me fasse pleurer avec l'émotion, la fatigue... Et au téléphone il me demande tout de go alors t'as pleuré ? Mais non mon petit sadique de 8 ans pas encore mais t'inquiète ça va venir certainement.

On arrive sur les quais de Seine, ça monte et ça descend, le Pont neuf magnifique !!

Du 31 au 42,195 Km

Christelle :

J'commence à être dans le dur,

Moralement je me dis qu'il ne reste plus grand-chose ... mais physiquement l'arrivée est loinnnn

Et là commence le "jeu du chat et de la souris" avec Alexandra : je ne la remercierai jamais assez de ce qu'elle a fait pour moi

Elle se positionne 5/10 mètres devant moi

Moi, je n'ai pas envie de la perdre de vue, alors je ne m'arrête pas

Je la rattrape (elle a ralenti et m'a attendu), elle me dit un p'tit message d'encouragement,

Et elle se repositionne rapidement devant

Je la vois profiter à 100% de sa course, elle tchèque les mômes, danse sur les musiques ... ça me fait plaisir, et je ne veux pas gâcher sa fête, alors je tiens !

Au 36km, j'dis à Alexandra "j'ai du plomb dans les chaussures"

Mais on continue notre petit "jeu"

J'entends de plus en plus "Allez Christelle" : nos prénoms sont sur nos dossards et les spectateurs ont dû voir sur ma tête que j'avais besoin d'encouragements

Là j'ai la tête sur la ligne verte, les baskets d'Alexandra, la ligne verte, les baskets d'Alexandra ...

Et au 41eme Km j'entends "Allez Christelle, Christelle, Christelle ..." ... là j'me dis, quand même c'est bizarre, mon prénom n'est pas inscrit sur mon dos

J'me retourne, et qui je vois dans la foule, ma petite Camille et Anthony ... Ooooo que ça fait du bien de voir des têtes connues

Et là, Alexandra vient à mes côtés, et nous faisons LE dernier Km ensemble ... et comme dans imagination, nous franchissons la ligne d'arrivée ensemble

Dans une ambiance de fou : le bruit, la musique, les autres coureurs ...

J'ai du mal à réaliser que c'est la fin ... j'ai froid, j'ai les jambes lourdes/raides ... mais je suis avec Alexandra !

Alexandra :

Je comprends enfin, après 30 bornes, l'ouverture facile des gels ... il était temps !

J'aperçois devant nous une femme qui porte un coupe-vent Acigné jogging noir et rose, je la rattrape et lui saute dessus comme une vieille copine que l'on retrouve dans une soirée. Mais ma joie fût de courte durée, elle est de Cesson... Christelle très corporate lui indiquera quand même que les foulées auront lieu le 30 Avril et qu'elle est la bienvenue.

Et on continue ça monte et ça descend, sous un des tunnels retentit France Gall, « Musique et que chacun se mette à chanter », le tunnel est aménagé avec des lumières fluo type boîte de nuit, les bras en l'air je profite du moment, j'adore les chansons ringardes !!

On aperçoit la tour Eiffel, top !! et c'est reparti

Petit moment de flottement, quand sur les quais des spectateurs sont massés près de tentes dans lesquelles habitent des personnes, peut être des familles...

Je dépasse un monsieur aveugle qui court avec un accompagnant, puis des personnes qui portent des dossards indiquant leurs luttes contre des maladies ou des êtres chers disparus.

Je vois bien que Christelle est en souffrance, son courage m'épate même si je n'en ai jamais douté.

Alors je l'attends comme on avait convenu, je l'encourage je discute un peu et je repars, je m'arrête pour échanger quelques mots, mais sans lui laisser le temps de négocier un stop éventuel 😊

Je dépasse Charly, ce monsieur de 93 ans qui finira son marathon en un peu plus de 7 heures ...

quand je pense à ma grand-mère de 91 ans qu'il faut aller chercher pour aller déjeuner chez mes parents alors qu'ils ne sont qu'à 5 km, aucun effort !

Le bout de la course se dessine mais je pourrai continuer encore, Paris m'a littéralement porté et emporté de bout en bout....

La main de ma petite Christelle dans la mienne, on franchit la ligne comme nous l'avions maintes fois évoqué, ça c'est fait 😊

Avant :



A

Et après





Et après ces 41.195 km :

Christelle :

Quel bonheur d'être allée jusqu'au bout avec Alexandra

Ca fait mal, mais on avance jusqu'à la remise des médailles, du T-Shirt

Je me couvre avec le T-Shirt, j'avais très très froid

Je suis complètement déboussolée : heureusement ma p'tite Alex est là pour me guider jusqu'aux consignes,

Je mets mon pull, ma veste ... et j'allume mon téléphone

Et là je PLEURE ... tous ces messages ...

Mon papa et maman qui me disent qu'ils sont fiers de moi (pioufff)

Puis les copines "Janviettes" qui m'ont suivi à la trace grâce à l'appli (re-pioufff)

Le club d'Acigné Jogging (re-re-pioufff)

Les collègues, les amis ... (gloups)

Je me rends compte que j'ai parlé à beaucoup de monde de ce marathon !!

Et d'être là avec Alexandra ... Waooo c'est indescriptible ... malgré les douleurs, waooo qu'est-ce qu'on est bien

QUE DU BONHEUR

Cette aventure va rester à vie gravée dans ma mémoire

C'est THE expérience de ma vie de coureuse ... et la partager avec Alexandra a été un réel plaisir !

Cette course m'a appris l'humilité, fait découvrir ma force morale, et mon attachement au mot ENGAGEMENT (tout tourne autour !) ... et j'avoue, je suis tellement fière de moi !

Alexandra :

Trop heureuse d'avoir vécu cette expérience avec Christelle, le partage de ce projet, des séances longues du dimanche, des appréhensions va rester dans ma mémoire un bon bout de temps. Je retiens de cette expérience que le voyage était aussi important que la destination... Lorsque je me suis blessée, le kiné m'a demandé si annuler mon inscription était possible, et pour moi ce n'était pas une option.

J'ai été une bonne élève et j'ai fait ses exercices, mais j'ai également suivi les précieux conseils autour de moi, que j'ai beaucoup de chance d'avoir : de belles ressources au club !

De mon côté j'ai retenu notamment les préconisations suivantes :

-Boire dès que c'est possible (j'avais déjà fait ça en soirée mais ça ne m'avait pas super réussi !)

Là, dès qu'un ravitaillement se présentait (soit tous les 5 km) je buvais une petite bouteille, j'ai d'ailleurs mangé aussi à tous les ravitos.

-Utiliser des gels énergie/barre d'amande effort longue durée, franchement c'est top @ Martine, je t'ai préparé un petit échantillon pour novembre.

(Par contre il est conseillé de tout tester avant la course le jour J et perso la dernière barre d'effort à l'amande je l'ai testée un jour de télétravail, très mauvaise idée, une vraie pile électrique...)

-Les booster bv sport -> Merci pour le récit du Connemara, il y aura réellement pour moi un avant/après dans mes expériences de course et mes jambes sont clairement moins lourdes.

Donc ils se reconnaîtront, mais merci beaucoup à Christophe, Lionel, Jeff, Eric, Christelle sans qui la course aurait été moins belle et vous tous pour vos adorables messages, vos petites attentions et vos likes dans le groupe Whatsapp.

J'ai remis mon coupe-vent post course et dans ma tête une seule envie: prévoir le prochain, moi qui pensais en faire un seul dans ma vie, me voilà piquée.

Dans mon esprit toujours la même volonté, en faire un dont la beauté, l'ambiance, et l'accompagnement me fait oublier douleur et fatigue, alors quelqu'un est motivé pour 2024 ? 😊😊😊