

J'ai réalisé mon rêve

C'est encore avec beaucoup d'émotions que je commence à écrire ce récit. Celui de la réalisation de mon rêve : courir un marathon.

Je ne suis pas une grande coureuse, j'ai de biens piètres performances malgré les entraînements avec le club. Je sais juste que je suis une endurante dans la vie face aux épreuves.

Ce rêve qui n'a pas pu aboutir en 2019, suite à une fracture de la cheville, a failli ne pas voir le jour non plus en 2023. La course de Saint-Pol-Morlaix en novembre 2022 s'était terminée dans la douleur avec le fameux syndrome de l'essuie-glace. En janvier 2023, je ne courrai toujours pas alors que l'entraînement de 16 semaines pour le marathon commençait début mars. Finalement, la kiné et les séances de yoga avec coach Jeff m'ont été bénéfiques.

J'ai enchaîné les entraînements sans grosses douleur, et j'ai même réussi à battre mon record au semi-marathon. D'ailleurs, à la fin de ce dernier, je me demandais comment j'allais enchaîner sur un autre semi 6 semaines plus tard.

Et pourtant nous y voilà, le 25 juin 2023!





**5h45**: après une soirée tranquille avec un beau coucher de soleil dans nos vans avec sir Yoyo, le jour se lève et me réveille naturellement. Je profite encore 15 minutes de ma couchette douillette pour déverrouiller les cervicales comme à mon habitude.



**6h** : c'est parti. Je me mets en tenue avant de sortir pour prendre le petit-déj tranquillement avec Yoyo. Pas de stress, nous profitons de ce moment de plaisir simple avec le calme de la nature. Je n'oublie pas mon porte-gourde avec son porte-bonheur (le fameux trombone de Cricri :D)

**7h15**: nous fermons les vans et nous dirigeons vers le parking des navettes pour rejoindre la ville de départ Plouescat.

Nous laissons passer la 1ère navette car plus de place devant. Condition sine qua none pour que Caro ne soit pas malade dans le car :D Ce serait dommage de ne pas pouvoir prendre le départ du marathon à cause d'un bête mal de transport.





**8h**: arrivée à Plouescat. Direction le gymnase. P'tit café pour Yoyo, verre d'eau pour Caro. Etirements et pendant que Yoyo fait la sieste (ben oui comme d'hab :D), je fais la connaissance d'une coureuse du coin qui se prénomme Anne (enfin je ne saurai son prénom que bien plus tard).

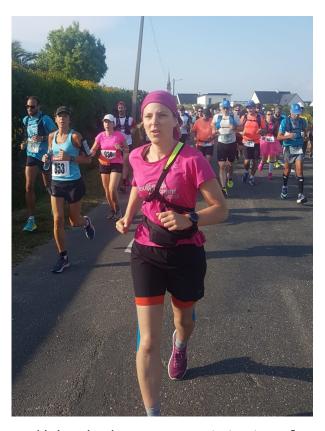


**8h35** : il est temps de rejoindre tranquillement la zone de départ.

Quelques photos prises pour envoyer à notre groupe Whatsapp et à la famille, puis c'est l'attente.

Recommandations du speaker pour la chaleur, celle qui peut me poser problème et m'empêcher d'aller jusqu'au bout.

8h55 : l'émotion me gagne. Je n'y crois pas : je suis au départ du marathon !



**9h** : c'est le départ. Je déclenche la montre, puis je tiens fermement la main de Yoyo pour passer l'arche avant qu'il ne la lâche quelques mètres plus loin pour que je fasse MA COURSE comme il me l'a toujours conseillé.

A partir de maintenant, je parlerai en kilomètres car je n'ai plus aucune notion de l'heure.

Les premiers kilomètres, je me dois de gérer la FC et de retrouver l'allure marathon de mes entraînements pour mener à bien le premier semi.

**4 km**: je reconnais le premier sentier côtier que j'avais vu quelques jours auparavant dans une vidéo sur Youtube retraçant la course. Il y a une petite brise appréciable.

**5 km**: premier ravito. Déjà ?! Pas question d'en louper un seul. Même si je n'ai pas soif, je bois. De l'eau, un quartier d'orange. La météo est clémente. De gros nuages cachent le soleil, sans pour autant être annonciateurs de mauvais temps. Au moins, il ne fait pas chaud. Je vois le fameux hippocampe que Yoyo a pris en photo la veille. Petite pensée pour lui, j'espère que tout se passe bien.

**7-8 km**: on a quitté le sentier côtier, retour sur le bitume. On se croise les uns, les autres. Pendant que je cours vers le 7ème, de l'autre côté les coureurs atteignent le 8ème. Je cherche le coq jusqu'au dernier moment, mais non, snif je dois continuer ma route.

**10 km** : je pense à Martine qui m'avait dit dans son message de soutien, qu'elle préférait voir le marathon comme 4x10 km :D Je remercie les spectateurs qui encouragent à notre passage.

**11-14 km** : c'est parti pour une bonne tranche de bitume où le magnifique poids-lourd aux couleurs de la Transléonarde domine en haut de la côte.

Un ravito sympa où un gars au micro m'encourage en m'appelant par mon prénom. Mais comment il sait mon prénom? Ah mais oui, il est sur le dossard!:D Toute fière, je scande avec le sourire que c'est mon premier marathon. Alors il m'encourage de plus belle.

Comme à chaque ravito, je plonge mon buff dans l'eau pour me passer un coup sur le visage, les bras, la nuque. Je bois, je mange. Je vois la borne 14 km, je me crie un "Yes" haut et fort pour m'encourager et c'est reparti.

**15 km** : Yoyo m'avait prévenu, j'attaque les 4 kilomètres de route droite bitumée pas sympa jusqu'à Goulven. Et effectivement, on est vite dans le dur.

Au bout de 2 kms, je double un coureur et lui dit "purée qu'est-ce que c'est chiant !", il me répond par l'affirmative. Vivement que je retrouve la côte et le chemin. En plus, je commence à avoir un peu faim. Mon allure est plutôt pas mal mais la FC est un peu dans le rouge.

Je vois des gyrophares au loin sur le bas côté. Gloups ! Ça c'est pas bon signe. Je passe devant, une coureuse déguisée en mère Noël qui nous avait demandé de la prendre en photo la veille est debout avec une perfusion. Re-Gloups ! La course est finie pour elle.

**19 km**: Première victoire! J'arrive à Goulven après 2h15 de course. Trop heureuse! J'y suis arrivée. Ravito: j'ai toujours un peu faim. Je vais essayer les Tuc. Je prends également du pain d'épices et j'essaie le chocolat (mon péché mignon). Je mange, tout en marchant. Ma FC étant un peu dans le rouge, je ralentis le rythme. Maintenant, je peux me détendre et

aller au bout, qu'importe la performance.



**20 km**: allez je me sens bien une petite photo pour le club!:D

Je retrouve Anne, la coureuse avec qui je discutais au gymnase avant le départ de la course.

Elle s'était arrêtée pour discuter avec quelqu'un. On repart ensemble et elle me dit en rigolant "quand on est d'ici, on croise toujours quelqu'un que l'on connaît":D

Nous voilà parties pour faire un bout de chemin ensemble.

**21 km**: en voyant la borne je dis à Anne, "c'est là que les choses sérieuses commencent". Parce que faire un semi c'est déjà pas mal, mais en enchaîner un second c'est là que les douleurs vont commencer à se faire sentir. Anne me demande si ça va de ce côté là, je lui réponds que oui, juste quelques petites douleurs aux genoux mais rien de méchant.

**24-25 km**: les nuages se sont dissipés, il fait chaud, les jambes s'alourdissent. Nous sommes dans des chemins de sable, je vois des racines. Aïe, attention de ne pas chuter comme à Brocéliande car Yoyo n'est pas derrière moi pour me relever. Vivement que je retrouve le bitume (euh je n'ai pas dit l'inverse, il y a 10 bornes :D).

Nouveau ravito, je fais remplir ma gourde qui est presque vide. Ça veut dire que je m'hydrate correctement. Un bon point pour la suite. Je trempe le buff, j'essuie le visage, les bras, la nuque et c'est reparti.

Anne semble s'être arrêtée un peu plus longtemps car je ne la vois plus derrière moi. Zut ! Où est-elle ?

Soudain, j'entends la voix familière d'un spectateur devant moi. Mais oui c'est bien lui, "Oh Cricri tu es là !". Je suis trempée de sueur mais j'ai besoin d'un câlin. Tellement heureuse de voir un visage familier sur le parcours. Il me dit qu'il a raté Yoyo, mais les bénévoles au ravito l'ont vus : "le poulet est mort mais le bonhomme en-dessous avait l'air d'aller bien" :D

**30 km** : ravito, je refais un peu le plein, Tuc, pain d'épices avec du chocolat fondu, sans oublier mon rituel d'épongeage.

Mais où est Anne?

En attendant, je retrouve un panorama admiré lorsque Lionel avait participé à l'édition 2019 de la Transléonarde.

Nous retrouvons le bitume et j'entends Cricri qui crie derrière moi "ah voilà sœur Anne !". Soulagée, je lui dis que je suis désolée de l'avoir laissée tout à l'heure. Elle me répond tout naturellement "mais non il n'y a pas de souci c'est normal".

Nous faisons un bout de chemin à 3. Cricri nous encourage à chaque borne kilométrique passée.

Par moment, j'ai la tête qui tourne un peu. Je vois un petit peu flou. Les côtes sont dures à monter. Je marche pour les gravir.

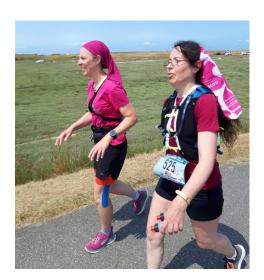
Je commence à être vraiment dans le dur et à dire n'importe quoi : "où est Yoyo? Je veux voir Yoyo", "Je n'y arriverai pas Cricri".

**35 km**: Meneham, le fameux village dont m'a parlé Guillaume. Enfin le voilà! A peine le temps de regarder, j'entends quand même Anne, qui est du coin, raconter à Cricri que c'est un ancien village de pêcheurs où se tiennent désormais des expositions dans les maisons. Il faudra que je revienne voir cela...sans courir.

Je ne sais quoi prendre au ravito. Je pars sur des raisins secs. Je mâche, je mâche, rien à faire je n'arrive pas à avaler. Je laisse tomber.

Je marche, je cours, je marche, je cours...

Pour la première fois de ma vie, ma tête est débranchée. Mes jambes pilotent, je les laisse faire ce que bon leur semble. Je ne contrôle plus rien. Hourra Caro a découvert le lâcher prise!!!



**36 km**: Cricri nous laisse "Anne je te confie Caro. Caro je te confie Anne." Un GRAND MERCI à toi Cricri de nous avoir accompagnées ces quelques kilomètres. Entendre ta voix, voir ton sourire, t'écouter raconter la vie de notre club à Anne, tes petites phrases d'encouragement pointées d'humour...QUEL BONHEUR!!!

Vais-je réussir à tenir jusqu'au bout ? Anne reste avec moi, et suit mon rythme. J'ai mal au dos, l'arrière des jambes qui tire, les fessiers en béton.

**37-38 km**: Nous arrivons près d'une maison. Une enceinte avec de la musique. Ca me motive, même si je préférerai danser plutôt que courir. Le gars au micro "Allez Anne!". Elle lui répond "Il y a Caroline aussi!" Oui mais Caro a son dossard dans le dos alors forcément c'est plus compliqué pour voir le prénom. Je le positionne correctement devant car finalement on se rapproche de la fin.

**40 km** : point d'eau. Pas de bassine ? Tant pis je vide une bouteille d'eau sur mon buff, j'ai besoin de me rafraîchir.

Les derniers kilomètres sont en pleine campagne, je commence à entendre le speaker au loin. J'arrive...

Je commence à voir les habitations, puis nous croisons des coureurs heureux avec leur médaille.

Dans les rues, on nous crie "Allez les filles!" Aux terrasses des cafés, nous sommes applaudies!

Une dernière côte, mes jambes courent vers la victoire!

En haut de la côte, le tapis rouge se dévoile, je prends la main d'Anne dans la mienne en lui disant "Je l'ai fait ! Je l'ai fait !". Toute heureuse pour moi, nous voguons vers le tapis rouge et enfin je vois Yoyo qui m'attend.

Le tapis bippe! C'est fini!

Je fonds en larmes dans les bras de Yoyo puis je serre fort Anne dans mes bras en la remerciant.

## Dimanche 25 juin 2023 - 14h43 : JE SUIS MARATHONIENNE!

