

Bonjour à tous,

Oui, "enfin" le CR de mon double Ironman . Non pas que vous l'attendiez "enfin" mais que je trouve le temps "enfin" de l'écrire.

Après avoir mûrement réfléchi mon inscription à cette épreuve, je pars le jeudi 09 juin pour 1250 km direction Neulengbach,Autriche.



Comme je l'ai écrit précédemment, si je suis physiquement relativement au point mais des soucis personnels font que le moral est lui très moyen

. Jacquouille, mon GPS, me mène impeccablement à l'hôtel situé à 20 km de la course. C'est une petite bourgade adorable de 500 habitants et quoique à seulement 30 km de Vienne, elle respire la campagne de Sissi, l'accueil, le gîte et le couvert me seront d'un grand réconfort car très agréables.

Le vendredi est consacré à la préparation : vélo, repérage du trajet, essai de la piscineetc. Lors de la pasta party le soir, je recevrai mon package et m'apercevrai que mon dossier n'est pas complet (manque un certif médical). Après négociation avec Manfred le responsable de la course, le problème sera aplani.

Round 1: La natation

D'une façon très étonnante, je n'ai que peu d'appréhension pour cette phase-là. Effectivement, je remplirai le contrat sans difficulté majeure (je tablais sur 3 h et ferai 2h51 mn), certes, ce fut un peu long mais surtout à la fin, j'ai eu froid. Je sors donc tout à fait serein et avec un bon moral pour la suite des événements.



Round 2 : le vélo

A l'inverse de la natation, c'est la partie que, sans comprendre pourquoi, je crains le plus. Non que la distance (360 km) m'impressionne mais je sais que je vais tomber dans le créneau 10-12 h de course où s'expriment plus ou moins violemment mes problèmes gastriques.



Effectivement, si les 200 premiers km se font avec une aisance quasi insolente, la situation se dégrade et à partir de 250 km, je suis quasiment obligé de m'arrêter tous les 5 et/ou 10 km pour vomir.

A chaque fois, quand je remonte sur le vélo, je risque la chute, tellement je me sens faible. A ce moment, je décide par la force des choses de changer de stratégie et de ne plus viser une quelconque performance mais de jouer avec les barrières horaires.

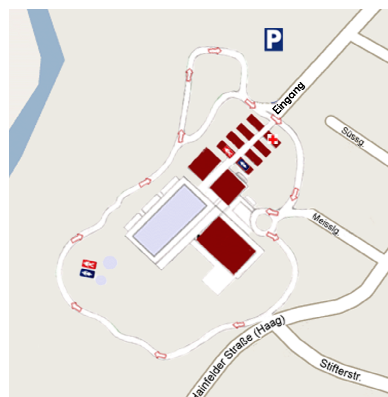


J'ai malgré tout une assez grande marge et si moralement ce passage est très dur, je ne serai jamais réellement danger en terme de dead line. Comme je l'avais écrit précédemment, c'est pendant tout ce temps que le médecin de l'organisation veut m'ausculter voire m'arrêter. En plus des efforts que je fais sur le vélo, il me faudra l'éviter car je sens qu'il ne me laissera pas repartir.

Round 3 : la càp

Je finis donc épuisé le vélo et pars sur la càp (84.4 km) étonnamment serein. Soit je suis inconscient, soit je sens la forme revenir.

Dès les premiers tours, je sais que ça va passer.





Il y a 126 tours à faire, tous se feront bien et même, j'affirmerai que les 3/4 seront un bonheur absolu. J'ai les jambes et retrouve une lucidité surprenante, je plaisante avec les autres, je me réalimente faiblement mais suffisamment et la quasi certitude de finir me met dans une liesse contagieuse. C'est dans ces moments là que vous vivez pleinement la grandeur de l'Ultra et que vous justifiez les phases de souffrance précédentes. Il y a une ambiance extraordinaire, il n'y a plus sur la piste que amis et encouragements, ce n'est plus une course mais une communion entre tous: un vrai grand bonheur.

Le dernier tour se fait dans le sens inverse des autres et avec votre drapeau dans les mains donc vous croisez tous les concurrents restants. Tous vous embrassent chaleureusement et une grande partie de ceux qui ont fini sont sur le bord de la piste pour vous applaudir .



La fin n'est qu'émotion et je le reconnais, derrière les lunettes, quelques pleurs..







Conclusion

Je crois, vous l'aurez compris, cette course restera pour moi un grand moment . Venu pour faire un temps de 30h +-2h je remplis mon contrat mais surtout le ratio plaisir/souffrance est bien supérieur à ma moyenne dans ce type de course , du coup je pense la refaire. J'aimerais simplement, ne pas être seul la prochaine fois tant pour des problèmes d'intendance que pour partager l'émotion de ces instants.

Voilà, j'en ai fini de ce long récit et j'espère, une fois de plus, avoir suscité chez vous une sympathique curiosité pour ce monde merveilleux qu'est celui de l'Ultra.

Amitiés à tous

Gallus

