

*A Martin mon frère,
A Marie-Cécile pour son accueil chaleureux,
A Marie-Emmanuelle pour son énergie,*

Veillée d'armes

En cette fin de semaine les événements semblent se bousculer dans ma tête. Jusqu'ici le temps s'écoulait tranquillement au rythme des entraînements. Mon corps un peu surpris par cette semaine de repos avant le grand événement affecte un peu mon humeur. Mon esprit est ailleurs. Je me rappelle des sentiers escarpés, de la beauté des paysages, des pentes prononcées du massif du Sancy, de la douleur des jambes et des pieds qui demandent grâce. Le souvenir de l'Extrême Auvergnate de juillet dernier fait son apparition. Il est temps de descendre un peu plus au sud. Chaque année au début de l'automne. Quelque part dans le sud Aveyron et sur les bords du Tarn la cité Millavoise sonne l'appel des coureurs. Quelques centaines de coureurs se portent volontaire pour essayer d'en dompter le macadam. La plupart seront épauler par de modernes écuyers.

Des plaines Orléanaises jusqu'au relief karstique de l'Aveyron les paysages défilent à toute vitesse. Au sortir des brumes solognotes la lumière d'automne est belle et le soleil masque un peu la fraîcheur. Un léger vent froid souffle sur le Massif Central. L'arrivée sur la ville de Millau ouvre un panorama impressionnant sur le nouveau viaduc qui enjambe la vallée. Je me sens dans un état second quand je pose le pied dans la ville. Ai-je mal à la gorge ? Suis-je réellement enrhumé ? Que suis-je venu chercher à Millau ? Doutes et interrogations gagnent mon esprit. Un gladiateur se posait-il des questions sur son entraînement avant de combattre dans l'arène ? Le vent à fini de chasser les nuages. La pluie du matin laisse la place au soleil et découvre un paysage magnifique. Montagnes et falaises encerclent la ville. Le décor est planté. Les coureurs peuvent arriver. Pour s'échapper il faudra prendre la route. En attendant demain certains coureurs posent leur campement au milieu du parc de la Victoire ou règne la fébrilité d'avant course. La ville dolente au soleil automnale laisse encore les terrasses des cafés aux soins des touristes. Les coureurs sont encore anonymes et profitent aussi de la douceur des lieux. Doucement le soleil disparaît au-delà du Causse. Le temps fraîchi et les platanes des boulevards frissonnent sous une légère brise. Il est temps de se reposer avant l'épreuve de demain.

La nuit est calme et mon sommeil agité. Si je me suis endormi facilement tous mes doutes s'amuse à torturer mon esprit. Je dors par à-coup jusqu'au petit matin. La nuit finissante laisse percevoir une journée magnifique. Un beau temps pour courir. Tout est prêt. J'enfile mon équipement de coureur presque religieusement. Je porte sur mon maillot un dossard épinglé devant. Je lace mes chaussures usées dont le bitume de Millau marquera la dernière sortie. La casquette vissée sur la tête il est temps de rejoindre le groupe des valeureux. Plus question de doute. Il faut y aller. Dans la rue déserte à cette heure matinale le vent frais de la veille termine sa nuit. Le fier destrier de mon frère de route est vérifié et équipé. Tout est préparé pour la course. Nous cheminons tranquillement vers le lieu du départ. Drôle de couple à la vérité. Les rues de Millau commencent à s'activer. Les quelques passants s'engouffrent dans les boulangeries d'où émane une odeur de viennoiserie. Malgré la fraîcheur matinale le soleil s'impose et réchauffe les abords de la salle des fêtes en haut du parc de la Victoire. A quelques minutes du départ les suiveurs enfourchent leur monture pour gagner le village d'Aguessac afin d'attendre leur poulain. Pendant ce temps les forçats de la route encadrés par la fanfare marchent joyeux vers la ligne de départ. Les milliers de pieds martèlent la chaussée. Les avenues résonnent déjà du passage des coureurs. Au coup de revolver du starter les

hostilités peuvent commencer. C'est dans une sorte d'euphorie que les coureurs sont lâchés. J'oublie tout lors de ces premières foulées. Le plaisir de courir, juste le plaisir.

Promenade le long du Tarn :

Le flux compact des coureurs gagne rapidement les faubourgs Nord de la ville pour prendre la route le long du Tarn. Je trouve facilement le rythme appris à l'entraînement. Je pars doucement et profite du soleil. Coteaux et falaises, Collines et rochers apparaissent dans la lumière. L'odeur des peupliers en automne vient taquiner mes narines. Les coteaux de Millau se réchauffent un peu. Les rails de la voie ferrée serpentent à flan de montagne et brillent au soleil. Au loin on distingue des monuments accrochés à des éperons rocheux. La jonction avec nos suiveurs est proche. Le rythme est le bon. Beaucoup de coureurs s'arrêtent un peu sur le bord de la route. Peut être pour profiter un peu plus de ce moment. Aux abords du premier ravitaillement attablé à un café un spectateur épluche le journal pour identifier les coureurs à leur dossard. « Eh ! C'est qui Vincent ? » Hurlé t-il. Je lève le bras et tout le monde applaudit. La fête est lancée. Le groupe de coureurs s'étoffe maintenant des suiveurs. Après un petit temps d'adaptation pour que suiveurs et coureurs ne se gênent pas et tout le monde repart à l'assaut de cette première boucle. Je retrouve mon frère à la sortie du village. Un petit signe de la main et un « ça va ? » à l'unisson et nous partons vers Rivière-Sur-Tarn.

Le parcours ne présente pas beaucoup de difficulté. Seuls quelques faux-plat montants nous rappellent que nous sommes dans une région montagneuse. Avec cette lumière matinale le Tarn prend une belle teinte bleutée. La promenade le long du cours d'eau est superbe et charme notre course. Je suis attentif aux commentaires éclairés de mon frère intarissable sur tous les paysages qui nous entourent. Ici une belle église Romane au clocher peigne entourée d'un petit cimetière. Là une citadelle du XI^{ème} siècle perchée sur un nid d'aigle. Il y ajoute également une touche de géologie. Mais il est également attentif au coureur et à la course. Toujours prompt à fournir de l'eau ou des aliments énergétiques. Nous maintenons le cap fixé au rythme des ravitaillements et des magnifiques villages traversés. On entend de l'autre côté de la vallée les premiers coureurs qui reviennent vers Millau. 20 km parcourus et nous sommes déjà proche du demi-tour pour revenir sur l'autre rive. Le pont sur le Tarn traversé nous gagnons la commune du Rozier puis de Peyreleau. On aurait envi de s'y arrêter plus longuement pour profiter de la beauté des lieux. On ne peut pas oublier la course quand il faut grimper en haut du village pour rattraper la route du retour vers Millau. Quelle chance de courir dans ces lieux.

La route du retour vers Millau pour cette première boucle de 42 km est un peu plus bosselée. Il s'agit certainement d'un avant-goût de ce qui nous attends ensuite. Mon rythme est très régulier et le temps passe plutôt vite grâce aux échanges entre mon suiveur et moi. Celui-ci en profite même pour faire quelques photographies souvenirs. Nous escaladons quelques collines boisées. Nous serpentons dans les plantations de cerisiers. Nous descendons au plus près du Tarn pour écouter son chant continu. Le soleil est bien présent mais un léger vent diffuse un air frais. Le groupe des coureurs commence un peu à s'effiloche. Les ravitaillements sont très bien approvisionnés. L'ambiance est très conviviale. Les villages de La Cresse et de Paulhe sont magnifiques. A l'approche du 35^{ème} km quelques coureurs du marathon partis trop vite font une pause et marchent un peu. Les premières maisons de Millau sont en vue. Au passage devant un pavillon une famille scrute attentivement les dossards pour chercher le prénom du coureur correspondant. J'entends un « allez Vincent ! ». Un frisson me traverse les jambes. Avant de rentrer sur les boulevards de Millau on traverse le Tarn. La circulation en ce début

d'après-midi est importante. Le passage des coureurs est un peu difficile malgré les efforts importants des bénévoles. L'odeur des gaz d'échappement me gêne un peu. Je me dirige vers la place du Mandarous. Mon frère se positionne sur mon côté gauche pour faire protection contre les voitures. Rien de tel que d'apercevoir des proches dans la foule pour vous donner des forces supplémentaires. Mon frère s'attarde un peu pendant que je prends la direction de la salle des fêtes pour un premier pointage. A l'entrée dans le parc de la Victoire je suis accueilli sur un air de marseillaise. Un hommage est rendu à d'anciens combattants. Je remonte l'allée pour entrer dans la salle. Je fais une pause. Le marathon est passé. Plus que 58 km. L'ivresse du grand fond. Plus que lors de mon escapade auvergnate je sens physiquement et mentalement ce passage psychologique du marathon. Je boucle celui-ci en 4 heures 15 environ. Mais il ne faut pas s'attarder ici.

Les forçats de la route :

Pendant cette première partie de course j'ai toujours suivi le même rythme. Aussi régulier qu'un métronome répète mon frère. Connaissant vaguement les difficultés qui nous attendaient je me répétais sans cesse dans ma tête : je continue comme ça jusqu'au 50^{ème} km et après j'aviserais. Une fois quitté le parc je reprends la direction de la place du Mandarous ou la foule des grands jours se mêlent aux coureurs et aux voitures. Martin fait un rempart avec son vélo pour me protéger des véhicules. Pour la première fois nous croisons les coureurs qui en finissent avec le marathon. Nous rejoignons le pont sur le Tarn puis c'est la montée vers Creissels. Je respire mieux. La route grimpe de plus en plus. J'essaie de me détendre le plus possible et de raccourcir ma foulée sur les conseils avisés de mon suiveur. Le ravitaillement de Creissels est l'occasion pour moi de bien m'hydrater et de passer de l'eau sur mes mollets et mes cuisses. La chaleur de ce début d'après-midi se fait plus sentir d'autant que le vent a un peu faibli.

Après le rond-point de Raujoles le panorama s'ouvre d'un seul coup sur le viaduc. Mais si la vue est splendide sur cet ouvrage d'art les pieds découvrent avec effroi la côte placée en dessous. Il va falloir gérer. Rester humble devant un tel obstacle et ralentir. Je commence à courir sur un rythme plus lent. Mon suiveur se laisse un peu décrocher pour immortaliser l'instant en prenant quelques photographies. La fatigue déjà accumulée ne compte pas. Je dois l'oublier pour continuer à courir. Mais le chemin jusqu'à Saint-Affrique est encore long. Au bout d'1 km je préfère marcher un peu pour économiser mes forces. En alternant course et marche je devrais y arriver. Nous sommes sous une arche du viaduc. L'ouvrage est impressionnant. Il nous domine de toute sa hauteur pareil à la statue du commandeur. J'entends sa voie de ténor m'obliger à continuer. Le paysage est différent de la vallée du Tarn. Le relief ondulé ou serpente un cours d'eau en contre-bas est celui des grands causses. Je recommence à courir et bientôt nous amorçons mon frère et moi la longue descente vers le village de Saint-Georges-de-Luzençon. Je récupère bien de cette première difficulté et j'arrive à retrouver le bon rythme. Dans le village l'ambiance est à la fête. Dans la salle des fêtes aménagée en taverne le coureur trouve tout ce dont il a besoin : fruits secs, pâte d'amandes, eau, glucose, bière,...il peut même se faire masser.

Même si l'ambiance est bonne je ne m'attarde pas trop. Il reste encore beaucoup de chemin avant l'arrivée. La large route se faufile le long du Cernon à flan de coteaux. On y trouve un peu d'ombre. Avant de rejoindre Saint-Rome-de-Cernon on distingue au loin une tente de ravitaillement. Mais plus on se rapproche plus la musique devient forte. Trop forte même. Je prends un gobelet et nous filons vers le prochain village. Je commence nettement à sentir le revêtement de la chaussée et la chaleur qu'il dégage. Je me force à ne pas y penser. Un peu

plus loin mon frère rassure tous les membres de la famille grâce au téléphone portable et indique l'avancement du coureur sur le long ruban bleu. La magie du direct ? Au village je suis au 55^{ème} km. C'est bon j'irais jusqu'à Saint-Affrique et nous verrons. Je décide de faire une pause un peu plus longue avant d'aborder la célèbre côte de Tiergues. La référence des 100 km de Millau.

Dès la sortie du village nous prenons une petite route sur la droite. Vous savez celle qui monte raide. Et c'est parti pour une montée de plusieurs kilomètres. Nous sommes dans les bois. La température à un peu baissée avec l'arrivée de nombreux nuages qui s'amoncellent au-dessus de nos têtes. L'œil de la course est au-dessus de nous. Les vainqueurs passent cette côte. Pourtant j'ai du mal à commander mes jambes. Le rythme a fortement baissé. La coordination cerveau-muscles semble un peu perturbée dans cette montée. Tiens je marche. Il faut « en garder » pour le retour. Les conseils et les encouragements de mon frère-suiveur m'aident à maintenir un rythme. Même si je ne parle pas je l'écoute et ces paroles sont d'un grand secours. Encore un effort et passer ce dernier virage se sera la descente vers Saint-Affrique.

En haut de la côte de Tiergues le ravitaillement voit passer les coureurs qui descendent et ceux qui remontent. On ne sait plus qui encourage qui. Tout le monde s'encourage. Les styles de courses sont divers et les attitudes de plus en plus crispées. Pourtant des coureurs passent à des vitesses élevées comme si le relief ne les affectait pas. Quand on a croisé le premier il avait le masque de quelqu'un qui souffre mais quel rythme et quelles foulées ! Quelques spectateurs courageux bravent le vent frais qui maintenant s'est levé dans cette zone dégagée à presque 600 mètres d'altitudes. Les démarrages après les pauses sont assez douloureux. Heureusement celui-ci est en descente. La pente est un peu plus faible à cet endroit. La route descend dans les bois. Avec les muscles durs la descente commence à me faire mal. Elle me semble interminable. La présence de mon frère-compagnon m'aide à passer ce cap difficile. Encore un effort et nous serons en vue de la petite ville. La pente est raide. Ma cheville droite sonne l'alerte. Je tente de trouver une position correcte pour la soulager. Saint-Affrique est en vue. Mais par où faut-il passer ? Il va falloir traverser la Sorgue et faire un tour dans la ville. Monter qui nous sommes ! Voilà 71 km de fait. Au ravitaillement c'est un peu la bousculade. Je décide de ne pas trop m'attarder. Je continue mon tour de ville avant de refaire la route dans l'autre sens. Plus que 29 km et la distance sera vaincue. Le moral est bon.

De retour de Saint-Affrique :

Mon frère est resté un peu au ravitaillement pour passer quelques communications. La sortie de la ville fait mal aux jambes car la montée est très raide. Plus que jamais j'alterne course et marche. J'essaie de marcher sur un rythme soutenu. En attendant de retrouver mon fidèle suiveur je commence à gravir la côte de Tiergues avec deux autres coureurs. Sur des portions moins pentues je décide de courir. Martin est obligé de faire un effort important pour me rattraper. Je n'ai donc pas perdu beaucoup de temps. La couverture nuageuse est importante et l'ombre des arbres me donne une sensation de froid. La fatigue aussi commence à me gagner. Je décide de revêtir un coupe-vent. La côte est longue mais dans ce sens elle me paraît moins interminable. Au ravitaillement du haut de la côte je m'asperge les jambes. Je ressens également le besoin de prendre quelque chose de chaud. Heureusement les organisateurs ont tout prévu. Au niveau de mon alimentation solide je commence à être écœuré par les aliments sucrés. Je me force à avaler quelques petites tartines de fromage ou de jambon.

La descente vers Saint-Rome-de-Cernon est dure. Mon rythme à faibli également en descente. Je tente de rester dans l'allure. Mon suiveur est là pour m'épauler et m'encourager. Je parle de

moins en moins mais sa présence me rassure. J'irais au bout. Je suis doublé par quelques coureurs ayant retrouvés un rythme important ou qui sont parti plus doucement. Dans le village au niveau des tables de ravitaillement un bus attend. Il a un gyrophare sur son toit. Le bus des abandons. Je regarde furtivement les coureurs accablés et déçus qui attendent le retour vers Millau. Pour moi l'heure est venue de partir. J'ai l'impression de passer de plus en plus de temps au ravitaillement. Il me reste une difficulté avant de redescendre victorieux sur Millau. Le long du Cernon sur cette large route je suis bien et je cours sur un rythme régulier. La lumière du jour commence à faiblir. Pour plus de sécurité je place les bandes réfléchissantes sur ma veste et mon frère-équipiers allume les lampes du vélo. Au loin la musique du ravitaillement hurle toujours. Un concurrent effondré assis sur une chaise est réconforté par les bénévoles. Dans cette ambiance je me demande comment il fait. Mais les bénévoles doivent tenir 24 heures ils ont droit à un peu de « confort ». Les espaces entre les coureurs sont de plus en plus grands même si des petits groupes se forment. A l'approche de Saint-Georges-de-Luzençon la nuit tombe. Les lumières orangées du village commencent à scintiller. L'approche de la dernière côte me fait peur. Un dernier effort et Millau se livrera.

Au milieu de la rue principale près du ravitaillement l'ambiance de la fête est retombée. Dans la salle le climat est plutôt celui d'un lendemain de fête. L'endroit est presque désert. Le masseur attend un client. Les gobelets jonchent le sol. Derrière le comptoir les généreux bénévoles servent les quelques coureurs épuisés. La faible lumière donne le cafard. Nous sommes au 85^{ème} km. Il ne faut pas s'attarder ici. A la sortie du village la nuit est complètement tombée. Les nuages masquent la lune naissante. Au bout de cette ligne droite il faut faire face au mur de Creissels. J'ai mal aux jambes, aux mollets et aux chevilles mais pas question de s'arrêter. Sur les conseils lucides de Martin je tente de me décontracter. La route est déserte. Quelques lumières éparses forment un cortège étrange. La pente s'accroît légèrement. Je préfère marcher dans cette montée. En marchant à un rythme élevé on rattrape quelques coureurs dans la montée. Longue, longue montée, rythmée par le balancement des lampes frontales. Au loin le sommet d'un des pylônes du viaduc clignote. Cela me donne la force de me remettre à courir. Courir parce que j'aime ça. Courir encore, Courir toujours. Rattraper ce temps qui s'écoule. Mon cœur bat plus vite. Mon souffle s'accélère. Mon frère-suiveur semble surpris de me voir courir avant le sommet de la côte. Nous passons sous le viaduc. Au loin j'aperçois les lumières de la ville. Même la montagne est éclairée. Comme un signe, la petite brise du soir, chasse le nuage qui voilait la lune. Elle nous éclaire de toute sa pâleur. La descente vers Millau commence. Nous sommes seuls. Le silence de la nuit nous englobe complètement. Je n'entends que les bruits de roulement du vélo et mes pas rageurs qui frappent le sol.

Après la zone commerciale une petite côte puis c'est la descente vers Creissels. Je décide de ne pas m'arrêter au ravitaillement. Plus que 5 km. De temps en temps j'aperçois des silhouettes de coureur qui se hâtent vers l'arrivée. Mes jambes fonctionnent mécaniquement. Je pense garder toute ma lucidité mais la présence de mon accompagnateur me rassure. Nous sommes dans les faubourgs de la ville. Je ne maîtrise plus le rythme de course mais je cours. Je ne vois pas défiler les derniers kilomètres. Le pont sur le Tarn est déjà là. Nous remontons les boulevards. Je ne sens plus mes jambes. A l'approche de la place du Mandarous j'ai l'impression que mon frère est aussi ému que moi. Quelques spectateurs nous applaudissent. Une dernière ligne droite avant le parc de la Victoire. Dans le parc toute l'allée est éclairée. Une dernière montée et me voici dans la salle des fêtes sur le podium. La course est terminée. Un officiel me remet mon diplôme et un cadeau. J'ai couru 100 km. J'ai froid.