

6666 Occitane

22 Avril 2011, 2^{ème} édition de la 6666 occitane, épreuve d'ultra-trail organisée en Languedoc-Roussillon avec au programme 118 kms et 6666D+. Une épreuve pensée et crée par Antoine Guillon un des meilleurs trailers français (2^{ème} de la diagonale des fous en 2010) dans sa région pour le plaisir des coureurs et faire découvrir ses parcours d'entrainements.

Une épreuve que j'ai découverte sur internet en regardant un reportage vidéo de l'édition 2010 et qui en quelques instants m'a fait rêver et penser que ce serait celle-ci qui me servirait de baptême en ultra-trail en vue de ma préparation pour la « Diagonale ». Direction le site de la course et en moins de temps qu'il ne le faut pour le dire me voilà inscrit. Voilà jusque là tout est simple et le plus dur reste à faire .Et oui maintenant il faut y aller et la finir, donc il va falloir s'entrainer. Je vous ferais grâce des séances d'entrainements et de tous les moments d'inquiétude quant à la réussite de mon projet.

Vendredi 22 avril après-midi, arrivée à Roquebrun village de l'arrivée de la course pour prendre la navette devant m'emmener à Vailhan village du départ et premier contact avec d'autres coureurs. J'en profite pour faire immortaliser ce moment.



Début de discussions avec mon photographe de l'instant pour apprendre que pour lui aussi c'est son premier ultra-trail. Ouf j'avais peur d'être le seul et cela me rassure un peu. Nous prenons place dans le bus et dans une ambiance quasi religieuse nous partons. J'en profite pour dormir en vue de la nuit qui se prépare. 16h30 après 1h00 de route nous arrivons à Vailhan pour le retrait des dossards. Ah j'oubliais Vailhan a doublé sa population avec la venue des 270 coureurs du jour et c'est dans un cadre intimiste que va se dérouler cette course.



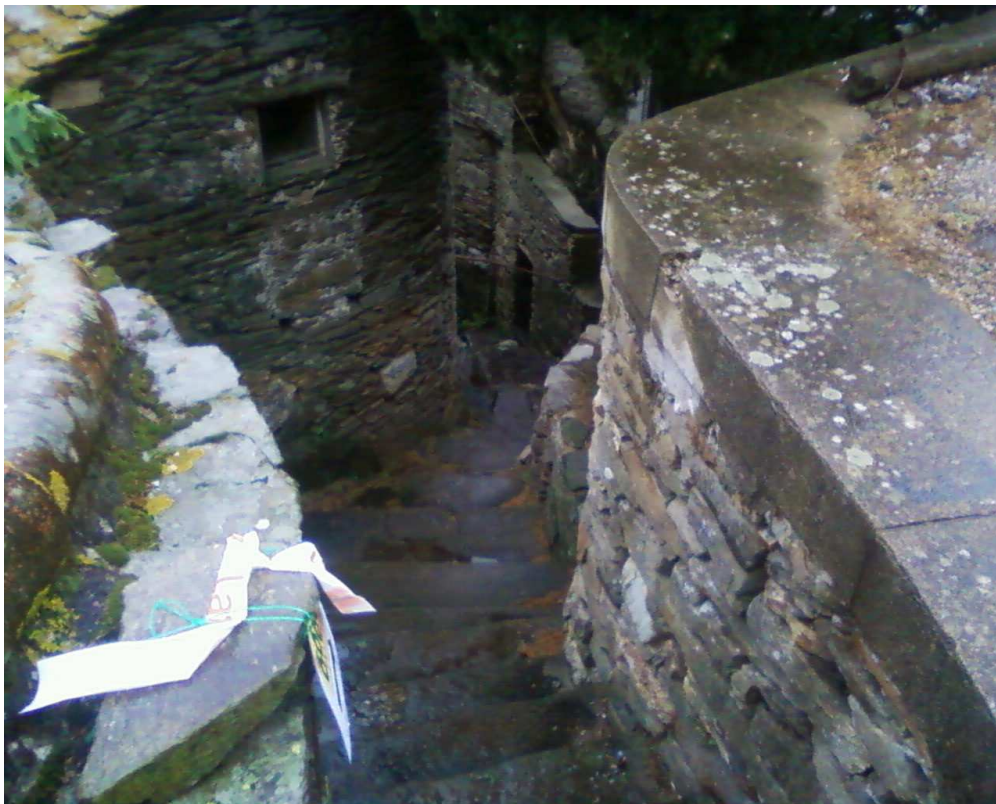
Retrait des dossards

Vers 18h00 je me dirige vers la salle des fêtes pour le repas d'avant-course à seul fin d'avoir digéré pour 21h00 heure du départ. L'ambiance est assez bizzare et comme dans le bus tout le monde est d'un calme auquel je suis peu habitué. Petit à petit le temps passe et c'est dans une sorte d'abribus que j'ai trouvé refuge pour attendre le départ. Les doutes s'installent et mon cerveau joue une chamade que je préfère ne pas écouter. 20h45 rassemblement et briefing d'Antoine qui nous annonce que la nuit sera pluvieuse et qu'il faudra être bien couvert. 21h00 on y est le départ est donné et comme par magie tout ce petit monde s'est réveillé pour se mettre en train et partir à l'assaut de ces kilomètres. Les jambes actionnent et ont du dire à mon cerveau d'arrêter cette chamade car je n'entends plus rien. Le peloton s'étire et tranquillement je trouve mon rythme. Très rapidement nous sortons du village et commençons les chemins où une merveilleuse odeur de thym envahi nos narines et nous rappelle que nous sommes bien dans le bassin méditerranéen. Km 21 arrivée à Faugères en 2h40 pour le premier ravito après quelques montées et chemins bien caillouteux, tout va bien je me restaure rapidement et repart pour Lamalou-les-bains dans 25 kms. Il est maintenant minuit et la pluie annoncée commence à tomber tandis que mon estomac me dit que j'aurais du prendre plus de temps pour manger et me voilà ballonné rendant ma progression désagréable. La nuit s'est bien installée, la pluie aussi et cette section me semble interminable. 4h08 du matin me voilà rendu au 2eme ravito et là je me dit que je ne vais pas recommencer l'erreur de tout à l'heure et prendre mon temps pour manger (cela fait partie de la course de toute façon). On nous annonce qu'en raison des conditions météo une partie du parcours sera changé. En termes de gestion de course je n'avais pas prévu grand-chose mais je me rends compte que je vais progresser par étape de ravito en ravito pour découper le parcours et le rendre moins long. Les ravitaillements sont aussi le moment de discuter avec les autres du fait que sur le parcours nous sommes souvent seuls en gérant chacun notre avancement. Mais bon on n'est pas là que pour discuter et il faut repartir. Dehors devinez ? Et bien il pleut. 4h50 alors que j'avance en trotinant un phénomène inconnu jusqu'à ce jour m'envahit : mon corps avance et va bien mais j'ai une énorme envie de dormir, les paupières se font lourdes et cela me fait une drôle d'impression. Je décide alors de me poser quelques secondes le long d'un muret et de somnoler moins d'une minute pour tenter d'enrayer ce phénomène. Surprise ça marche et c'est reparti. La pluie

continue de tomber et fait contrairement à nous le bonheur des salamandres qui se promènent partout sur les chemins.

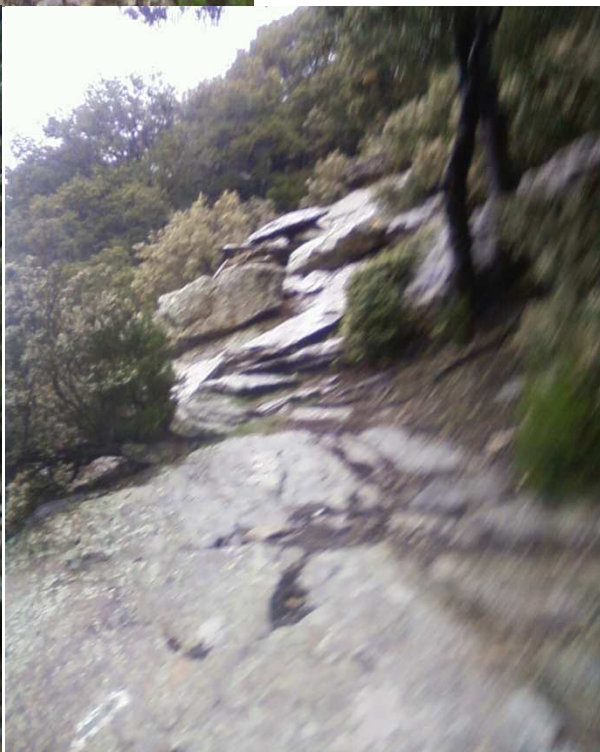
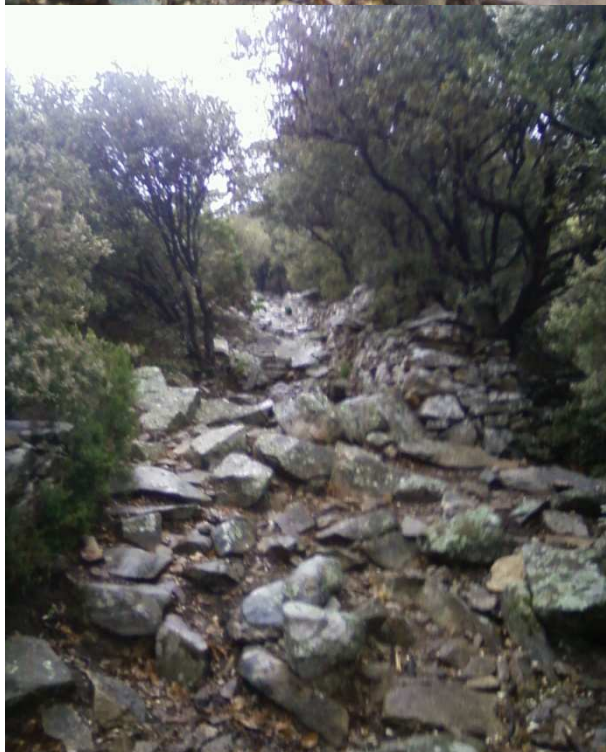
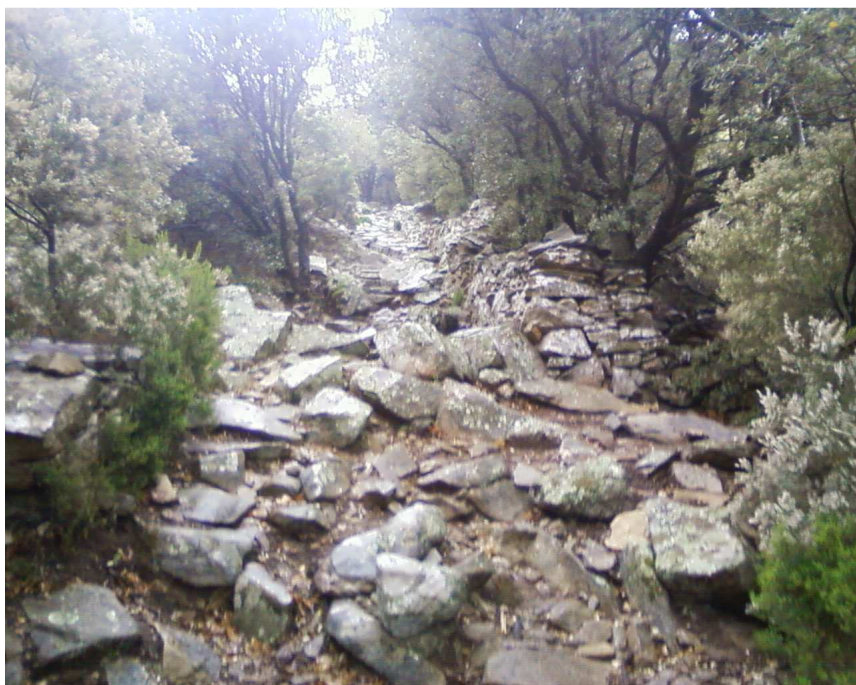


7h27 et me voilà à la mi-parcours et content d'arriver à ce point car c'est là que se trouve mon sac coureur qui va me permettre de me changer et de prendre du sec





Tout le monde effectue la même opération et je vois dans les visages que tous nous apprécions cette douce chaleur qui envahi nos corps après ces quelques heures de lessivage nocturne. J'en profite pour dormir 5mn et recharger les batteries en mettant le réveil de mon portable. Allez réveil, il faut y retourner. Devinez dehors ? Il pleut... et très rapidement je me retrouve dans la même situation qu'avant. C'est à dire trempé jusqu'au tee-shirt. Mais finalement les jambes vont bien moi aussi et je continue d'avancer en m'interrogeant sur cette facilité que j'ai pour l'heure à avancer. Vais-je le payer ou bien est-ce que cela va continuer. Dans le doute je ralentis un peu. Nous sommes à ce moment dans une partie du nouveau parcours mis en place en remplacement des portions trop dangereuses. Elle nous gratifie malgré d'un bon dénivelé et de beaux passages dans les pierres rendues glissantes.



L'arrivée à Mons au 74eme km s'effectue sous le déluge et dans la salle du ravitaillement j'entends un coureur qui jette l'éponge à cause de ce fichu temps. J'essaie de le convaincre de continuer avec moi mais rien n'y fait. Par contre je me dépêche pour repartir car chaque arrêt est synonyme de refroidissement et de frissonnements à la ressortie à l'extérieur. La prochaine section jusqu'à Olargues (prochain ravito) va être courte car c'est une partie qui a aussi été coupé. Mes mollets me titillent et j'en profite pour me faire passer un peu de ketum par le kiné présent. Etape vite passée et direction la montée du Naudech. Ah au fait vous savez ? Eh bien il pleut. Avec d'autre coureurs cela fait un petit moment que l'on fait le yoyo et de cet effort qui était presque solitaire naît une forme d'amitié qui au fil des discussions se

transforme en effort solidaire chacun aidant l'autre peut-être sans trop le savoir de par sa présence. Arrivée à Vieussan à 14h08. Vieussan est un magnifique petit village accroché à la colline mais il est surtout le lieu du dernier ravitaillement et a l'odeur de plus en plus forte de la ligne d'arrivée.



Je repars et continue en compagnie d'Emmanuel un coureur avec qui je me croise depuis le premier ravitaillement de Faugères et avec qui je cours depuis un petit moment. Naturellement nous continuons notre association pour effectuer ces derniers kilomètres et prenons chacun des relais qui à n'en pas douter vont nous permettre d'avancer à un rythme auquel nous n'aurions pas pu prétendre tout seul (eh oui effort solidaire je disais). Nous sommes dans l'avant-dernière montée(600D+) et tout va bien pour nous. En fait juste un détail nous agace : il pleut(eh oui encore).

Passage au sommet et redescente pour aborder la «der» des «der» une petite montée de 100D+ et ensuite ce sera la descente sur Roquebrun. Ce n'est pas très long mais nous sommes impatients d'en finir .Après ce passage la moindre petite côte nous paraît avoir été rajoutée par un farceur caché dans un coin car sur le profil normalement il n'y avait plus rien et quelques unes malgré tout sont là. Mais bon à ce moment nous sommes forts et plus rien ne peut nous arrêter. Passage dans une partie boisée et là au détour d'un arbre nous apercevons Roquebrun et réalisons que nous allons pouvoir passer sous les 21h00 de course.

On accélère en restant prudent car les derniers cailloux n'ont peut-être pas dit leur dernier mot à nos chevilles fatiguées. Arrivée sur le bitume, passage des derniers bénévoles qui nous annoncent 400 m avant l'arrivée. On allonge un peu

la foulée (je suis surpris même encore de pouvoir le faire)et passons cette fameuse ligne d'arrivée main dans la main en 20h50 et sommes accueillis par une légende vivante du trail en la personne de Dawa Sherpa.. C'est un sentiment assez indéfinissable à ce moment :des larmes ,de la joie , de la fierté, de l'euphorie, de l'apaisement et bien d'autres encore. Avant d'aller plus loin dans ce récit je souhaiterais remercier en priorité tous les bénévoles réunis autour d'Antoine qui malgré cette nuit et journée de pluie nous ont toujours reçus en souriant. Les ravitaillements étaient parfaits et l'organisation pour ma part sans faille ce qui m'a sans aucun doute aidé à la réalisation de mon rêve d'ultra.

Perception du sweet polaire du finisher et prise du repas d'après course avec Emmanuel. Qu'il est bon de se poser et de manger un bon repas chaud et surtout d'être enfin à l'abri. On refait notre course et comme finalement tout s'est bien passé pour nous on en envisage déjà d'autres.

Est-ce qu'il y a une limite à nos envies ? Je ne le sais pas mais maintenant je sais que nos corps sont capables de supporter de gros efforts tant que la tête le veut. J'ai aussi le sentiment d'être vivant et privilégié d'avoir pu communier quelques instants avec Dame Nature et c'est sans doute cela qui me fait avancer. Une petite aventure moderne mais qui nous éloigne de notre quotidien et qui pour ma part me ressource et recharge. Ce n'est pas juste de la course mais au final un moment de méditation et d'introspection (je suis pas assez souple pour le yoga alors..) Bon allez stop car cela va devenir embêtant ce côté spirituel de la chose.

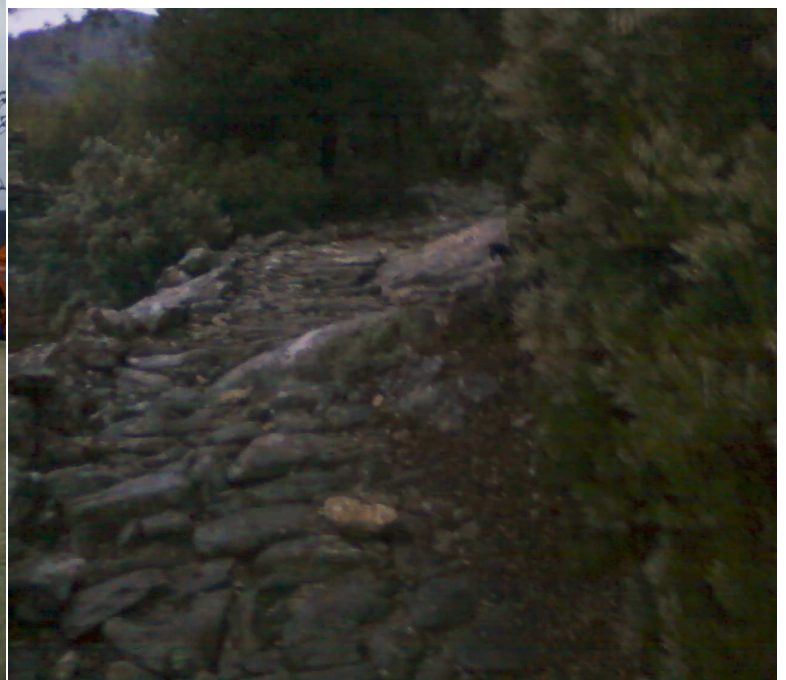
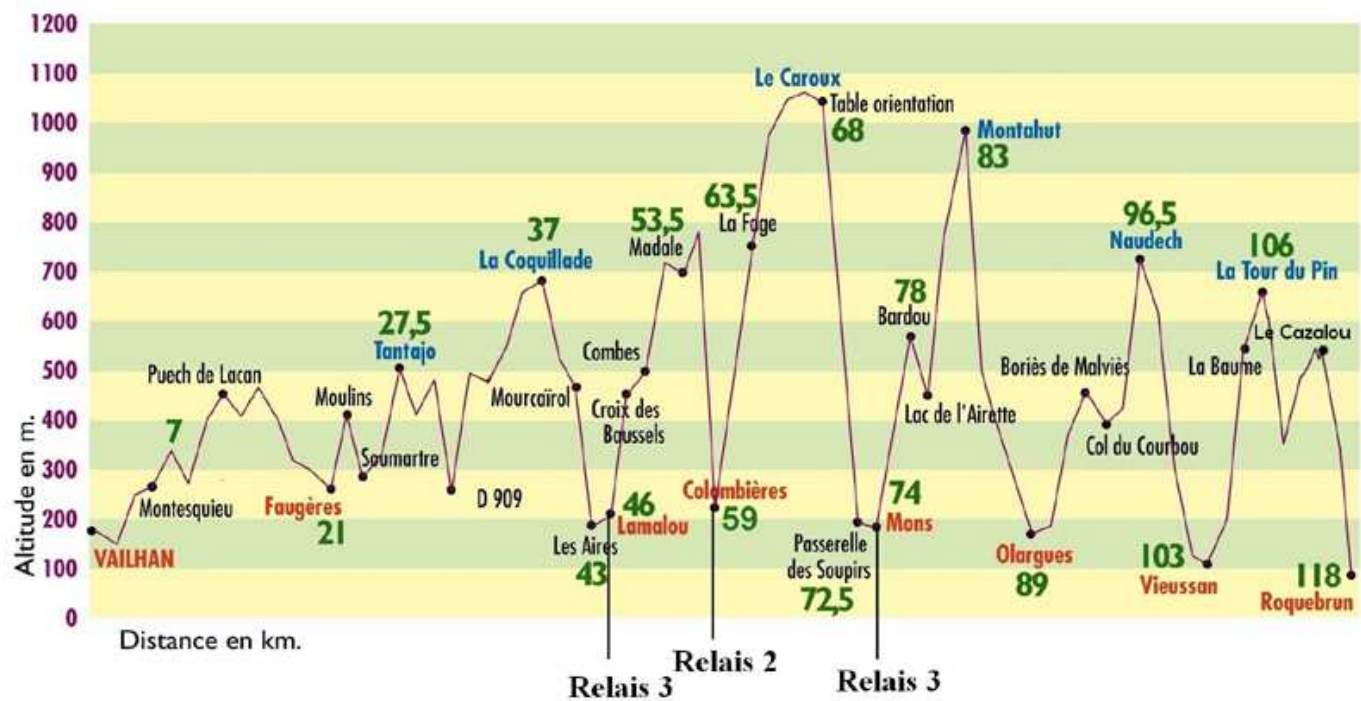
Ah si une dernière chose : **Yessssssssssssssssssss c'est fait !!!!**

Pour les amateurs de chiffres le parcours définitif après la modification totalise apparemment 108 kms et 5400D+.

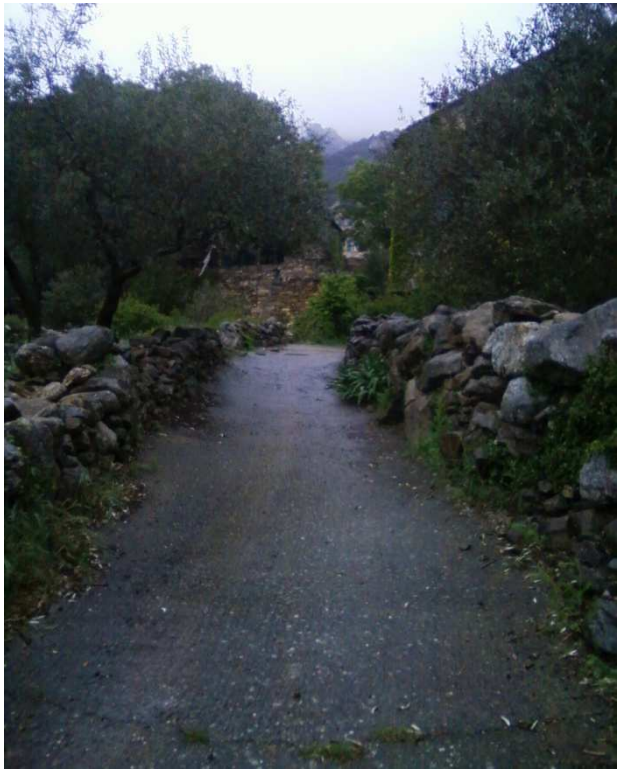
20h50 de course et 17h00 de pluie

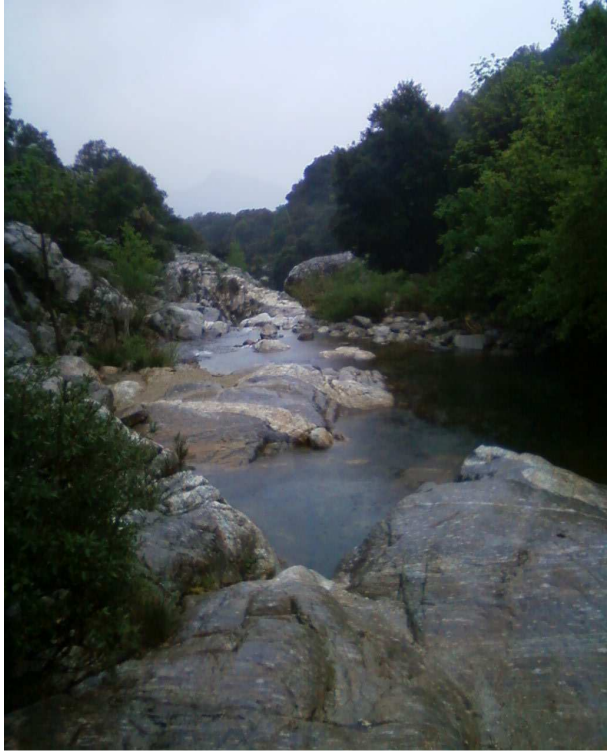
Il y aurait encore mille choses à dire comme vous parler du vent et du brouillard présent sur une grande partie mais je préfère m'arrêter là et vous laisser regarder les photos (elles ne sont pas toutes de bonne qualité mais au fait vous savez..... il pleuvait)

Malgré tout les espaces traversés étaient magnifiques.

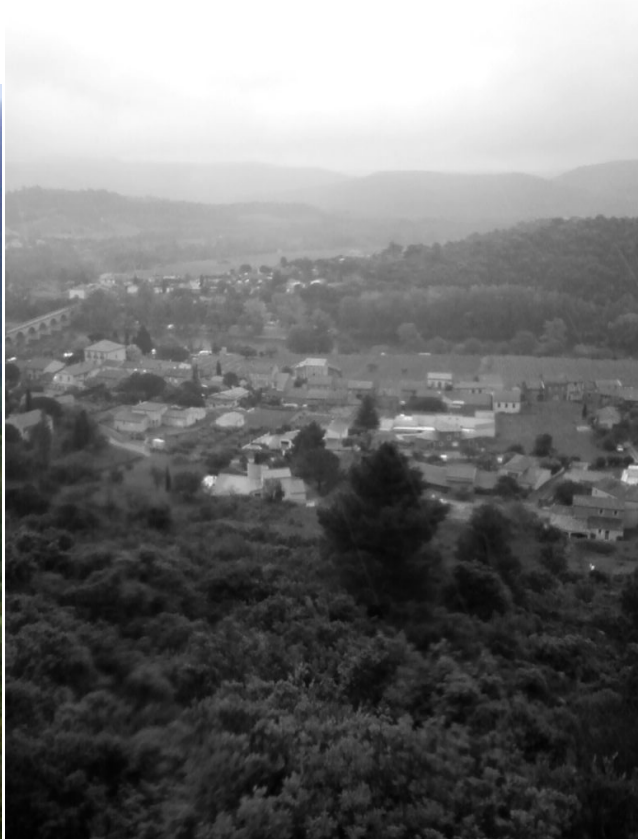
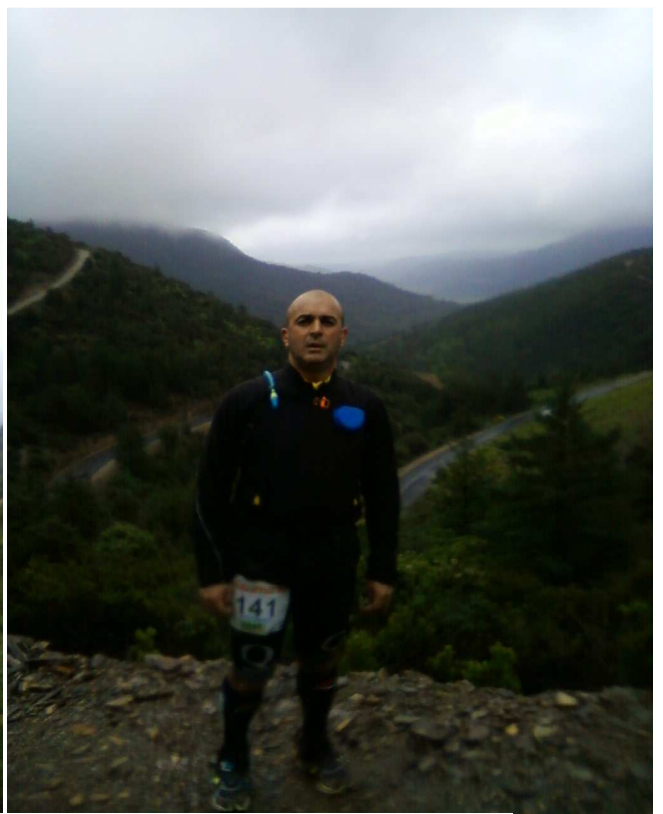














A bientôt