

# AVEC UN PARFUM DE DESERT

Texte : Gérard CAIN, photos : Mélanie CAIN

Tout rêve d'athlète 100% amateur est de participer une fois au moins à un championnat de France. Après 2 rendez-vous manqués sur 100 km (blessures et préparation à la Desert Cup), cette année était la bonne, pour le France des 24 h sur route à Brive...

200 km en 24 h, mon troisième défi ! Chaleur désertique pour ce Championnat de France des 24 h à Brive, et c'est là que je devais relever mon dernier défi personnel, celui de courir 200 km en 24 h (après avoir perdu 55 kg, le 1er était de courir le marathon en moins de 3h30 (3h18 à Rome) le 2è de faire les 100 km en moins de 10 h (9h38 à Belvès) et le 3è...c'est ici à Brive!). Bref, ce jeudi 29 mai à 11 h, le départ était donné sous une chaleur qui nous promettait quelques bonnes sueurs et de beaux coups de soleil ! Mais quel départ ! Des fusées, ces coureurs, et on se demande ce que l'on fait sur ce parcours. Heureusement que tout le monde ne s'appelle pas Alain Prual, Loïc Lebon et compagnie... et j'ai pu discuter avec pas mal de concurrents durant ces premières heures. Il fallait mieux y aller cool, la chaleur de ce début d'après-midi en assommera plus d'un. J'aime bien la chaleur et ma petite expérience sur les raids désertiques, style la Mauritanienne Race 200 ou la Desert Cup, m'a aidé à gérer cette difficulté supplémentaire. Toutefois au bout de 4-5 heures de course, j'ai quand même éprouvé quelques difficultés à m'alimenter. Le fait



de boire trop souvent, par crainte de la déshydratation, finit par remplir très vite l'estomac et celui-ci, une fois plein, n'accepte plus grand-chose de solide. C'est à partir de ce moment que j'ai décidé de rallonger mes intervalles de ravitaillements et de passer de 20 mn à 1h30 / 2h. Navigant aux environs de la 20è place pendant les 7-8 premières heures de course, je comptais sur la soirée et la nuit pour porter mon effort. Mais la nuit fût longue, la lassitude de tourner en rond sur cette boucle d'un kilomètre était parfois pesante, heureusement que le parcours de ces 24 h était sympa, mi-bitume mi-allée de terre, dans un parc. Les « allez Gégé ! » à chaque tour du speaker de la course mettaient de l'ambiance et me remontait le moral. Mon but étant ces 200 km, pas question de me reposer, je voulais absolument atteindre cet objectif et le fait de remonter petit à petit au classement m'encourageait à poursuivre. Quand ma fille, qui m'aidait depuis le départ, m'annonça vers les 5 heures du matin que je venais de rentrer dans les dix premiers, cela fut pour moi une motivation supplémentaire pour aller au bout. Soudain le ciel m'est tombé sur la tête, un problème au ménisque vint me perturber et me donner un gros coup de blues, l'idée d'abandonner me traversa l'esprit... Mais en passant devant ma fille à chaque tour, je me disais que je ne pouvais pas, elle qui avait souhaité venir m'aider aux ravitaillements et m'encourager, pour mon club, l'ERA Antibes, qui m'a soutenu dans cette entreprise et pour ce défi que je m'étais lancé. Et à coup de moral, en essayant d'oublier la douleur, grâce au soutien du public qui arrivait de plus

en plus dans les 3 dernières heures de course pour encourager les coureurs, j'ai fini ma course avec au final une 7è place et 208 km parcourus. Mon défi était relevé et ce fût un immense soulagement et une grande joie intérieure au moment de la pose du plomb pour la marque kilométrique finale par l'un des officiels. Mais ce dont je suis le plus fier, c'est d'avoir couru pendant toute la durée de l'épreuve sans prendre de repos. Une belle place et une belle récompense pour tous les efforts consentis le soir à l'entraînement, après le travail, et les sacrifices concernant la vie privée qu'imposent les courses d'ultra. Et pour finir, bravo à toute l'équipe organisatrice de cette épreuve, qui me laissera de bons souvenirs. Maintenant, au revoir bitume et bonjour le sable du désert...

## RÉSULTATS

1. A. PRUAL 252.046 (10,49 km/h)
2. L. LEBON 231.705
3. D. PROVOST 22.960
4. A. MALLEREAU 217.681
5. S. PELLISSIER 214.560
6. JL MAJOREL 211.254
7. G. CAIN 208.032
8. JF DESMOULIN 206.025
9. JOELLE SEMUR 198.505 (fem) - 8,31 km/h
10. VERONIQUE JEHANNO 196.599 (fem)
11. C. BARBILLET 195.125
12. NATHALIE FIRMIN 194.491 (fem)

