L’Ardéchois 2013, un remake de la CCC 2012

Par Muriel Molinier

Pour ce premier trail de la saison, j’avais envie d’un peu de soleil et de chaleur. Destination le sud, en Ardèche.

Arrivée jeudi en début d’après midi le thermomètre indique 26°, et même si le temps est couvert, c’est un bon début … vendredi matin, premières gouttes de pluie , des averses et 16° seulement au meilleur de la journée, point de soleil …

Au lever samedi matin à 6h, le ciel est très bas, et la pluie tombe, ce n’est pas juste une averse, c’est parti pour durer, et là, surprise, il ne fait plus que 5°, les prévisions météo sont donc justes, je ne voulais pas y croire, de la neige est prévue à partir de 600m d’altitude et nous devons monter à plus de 1200m !

Le départ est donné sous une bonne pluie, qui va se transformer très rapidement en neige fondue puis en neige qui va tenir au sol. Nous courons maintenant dans un paysage en noir et blanc, l’hiver est encore bien présent, la boue se joint à la partie, ça glisse de plus en plus, le vent nous souffle au visage, il fait vraiment très froid.

Même dans les parties en faux plat, difficile de courir, les appuis sont fuyants, la boue colle aux chaussures, le vent et la neige nous transpercent.

Pour ma première ‘sortie longue’ de la saison, je suis gâtée …

Pas question de me faire mal aujourd’hui, je réduis donc l’allure ; il y a de nombreuses chutes parmi les coureurs ; je marche dans les passages délicats, malheureusement trop nombreux. Le temps me semble long, je me refroidis à ne pas courir, j’ai les jambes raides, je ne vois pas les kilomètres passer, j’ai l’impression que je ne vais pas me réveiller de ce mauvais rêve.

C’est au mental que je tiens le coup. Je me remémore la ‘CCC’ (course de l’Ultra Trail du Mont-Blanc) et ses 92 km courus fin août dernier, elle aussi dans le froid, la neige, le vent et la boue, j’essaie d’en rire, mais la route est longue même si aujourd’hui ce n’est que 34 km à parcourir…

L’arrivée est une délivrance, 6h d’effort pour seulement 34km ! mais sans tomber ! il est là mon exploit !