



Me voici donc embarquée pour la deuxième fois dans ma carrière de traileuse dans la Saintélyon ! C'est une aventure qui a pris corps en discutant avec Muriel, après avoir pris connaissance de l'inscription de Philippe et Silvain. Petit à petit, le projet a attiré plusieurs membres des FSGL, dont Coach Michel qui nous a concocté un superbe plan d'entraînement ! La Saintéteam s'est constituée autour de ce plan, et cela a permis de mieux connaître des coureurs seulement plus ou moins côtoyés au club auparavant, connaissance accrue par des échanges de mails susceptibles de faire exploser des messageries en quelques heures ! Après quelques courses prévues dans le plan d'échauffement qui nous ont permis de tester différentes spécialités culinaires, le jour J est arrivé ! Nous nous retrouvons tous à Lyon pour le retrait des dossards. Nous devons nous séparer de Sandra qui a choisi, raisonnablement, de courir la Saintexpress et donc démarre de Ste Catherine. Nous sommes un peu tristes de la laisser seule, bien que nous ayons découvert qu'un autre coureur (Stéphane Joly) du club est également inscrit sur cette course. Difficile de s'extraire de la chaleur des navettes qui nous ont amenés à St Etienne, surtout quand on voit les restes de neige sur les trottoirs... Première opération, se trouver un coin pour attendre minuit, il n'est que 19H00 ! Après moult tergiversations, nous finissons par trouver l'endroit qui satisfait tout le monde, pas trop près des baffles, pas sous les lumières, pas trop près des portes extérieures, pas trop près des toilettes, sous un radiateur ! Seconde opération : la pasta party, avant qu'il y ait trop de monde...

Ensuite, retour au camp de base qui s'apparente de plus en plus à un camp de réfugiés. C'est l'heure de se préparer, de discuter sur le nombre d'épaisseurs à empiler pour affronter les quelques degrés sous zéro et le vent des sommets. La météo est avec nous, contrairement à ce qui était annoncé quelques jours auparavant, il ne devrait pas y avoir de précipitations, seulement un peu de brouillard givrant. Chacun s'enroule ensuite dans sa couverture et essaye de se reposer un peu. A 22H30, branle-bas de combat : les organisateurs nous invitent à boucler les sacs que nous souhaitons envoyer à la consigne à Lyon, pour les récupérer en arrivant.

23H30 : nous rejoignons la ligne de départ, après quelques photos souvenirs de la grande Saintéteam. Les organisateurs nous invitent à faire le Hola et à allumer nos lampes tous ensemble pour la télé. Nos "élites", à savoir les 2 Stéphanes et Silvain, vont vers l'avant avec des fumigènes qu'ils allument au moment du départ : magnifique. C'est parti, pendant 7km nous

sommes encore en ville, et j'ai chaud, je pense même enlever ma veste, mais la raison me le décommande, car il fait sûrement plus froid dans la montagne.

Malgré notre souhait de courir ensemble, après les quelques kilomètres en ville, nous nous séparons, soit parce que nous nous perdons de vue, soit parce que nos allures sont différentes. Effectivement pour moi pas question de suivre Muriel, Pierre-Yves et Marlène ... Les difficultés commencent dès que nous quittons les routes bitumées : verglas, neige, évidemment avec des montées et des descentes... J'hésite à mettre les "chaînes", certain prennent le temps de s'équiper, j'essaye de voir si parmi eux j'aperçois un ou une membre de la Saintéteam. Comme aucune petite lumière rouge (notre signe de reconnaissance) n'est visible, je continue à semelles nues. Je rattrape Muriel et Pierre-Yves, puis Jean-Michel, qui sont tombés sur la glace et ont un peu plus de difficultés que moi sur ce genre de terrain. Je retrouve coach Michel au premier ravito, à 17km, nous ne nous y arrêtons pas et nous courrons ensuite ensemble pour la presque totalité de la course. Philippe se joint à nous.

Le terrain est vraiment difficile mais je m'amuse bien dans les descentes et je trouve ça assez ludique malgré les 4 ou 5 gamelles, sans gravité, mais qui auraient pu faire plus mal : les plaques de verglas ne sont pas toujours faciles à anticiper !

Comme prévu, en certains endroits il ne fait vraiment pas chaud, un petit vent nous rafraîchit quand nous arrivons sur des crêtes. Malgré mes précautions, l'eau a gelé dans le tuyau de mon camel back, heureusement je m'en suis rendue compte avant que tout ait pris en masse ! Le froid nous saisit un peu quand nous repartons du deuxième ravito (Ste Catherine, 30km) où nous avons fait une petite pause, pourtant pas très longue : juste le temps de se restaurer un peu. Philippe et Michel sont partis devant, je dois faire un arrêt au stand Petzl pour cause de problème avec ma lampe toute neuve achetée pour l'occasion. Le terrain reste difficile pendant encore une dizaine de km, alors que les organisateurs nous avaient promis des chemins et sentiers déneigés à partir de Ste Catherine. Le ciel est magnifiquement étoilé, les lumières de la file de coureurs sont visibles loin devant (on est vraiment pas les premiers) mais aussi, loin derrière (on n'est pas les derniers). Je retrouve Michel et Philippe au 3ème ravito (41 km), lesquels sont moins sympas que dans mon souvenir... tant pis !

La deuxième partie du parcours est plus facile, malgré quelques montées pas tristes, et le verglas remplacé par de la bonne boue bien liquide et bien froide qui pénètre insidieusement dans les chaussures. C'est froid sur le coup, mais ça finit par se réchauffer. Nous assistons à un superbe lever de soleil, quelle belle récompense !

On perd Philippe, avec Michel, on avance encore bien jusqu'au 4ème ravito (55km), il est

7H45 et on revoit notre prévision de durée de course à la hausse ; il reste 20 bornes, et si on continue à la même vitesse (et il n'y a pas de raison que j'accélère, compte tenu de la fatigue qui commence à me gagner) on devrait arriver un peu avant 11H00, et non plus 10. Les km de bitume deviennent plus nombreux, et je n'aime pas. Malgré tout, je parcours les 5km suivants en juste 30mn, je me dis d'ailleurs qu'il doit y avoir une erreur dans l'affichage... En tout cas, c'est sûr que je ne continuerai pas à cette vitesse. J'apprécie les montées qui me permettent de marcher, donc de me reposer un peu, et les descentes pendant lesquelles je m'amuse et je récupère, tout en gagnant quelques places, mais vraiment, le plat où il faut courir je n'aime pas, sauf quand je suis sur un sentier de nature,

mais dans cette partie de la course c'est plutôt rare comme situation. Je pars un peu devant Michel, la fatigue s'accroît avec pour conséquence un ralentissement de mon allure.

Voici enfin le dernier ravito, 7km avant l'arrivée, je l'ai attendu longtemps... Cette dernière portion commence fort avec une côte d'1,5km, juste après laquelle Michel me rejoint. S'ensuit une longue portion majoritairement en descente, pendant laquelle je retrouve un semblant d'ailes. Les trois derniers km ne sont pas agréables, plats sur bitume, descente sur les quais encombrés, remontée et traversée d'un pont, en cohabitation avec les voitures, et enfin, l'arrivée en un peu moins de 10H30 ! Le temps que je récupère mon tee-shirt, Michel est là.

Nous croisons Marlène et Stéphane J. qui sont arrivés depuis un bon moment, ils nous annoncent que Silvain a fait un super temps, mais que Valérie, Hugo et Bernard ont dû abandonner... dommage pour eux, mais c'était sûrement le plus raisonnable ! En revanche, aucune nouvelle de l'autre Stéphane, Muriel, Pierre-Yves, Jean-Michel, Philippe et Claire. Après une bonne douche, nous retrouvons Stéphane F., Philippe et Claire, tous trois ont terminé. Un message de Muriel nous inquiète un peu : elle est avec Pierre-Yves et Jean-Michel, et leur état à tous 3 n'est pas brillant.. Ils avancent doucement et espèrent être là pour le départ du train ! Ils arrivent vers 12H30, juste le temps d'attraper un panier repas et de prendre la douche avant de rejoindre la gare pour le retour.

C'est la fin d'une belle aventure et contrairement à plusieurs d'entre nous, j'aime bien cette course et serais prête à la refaire. Il nous reste maintenant à nous concocter un nouveau projet.

Merci à la Saintéteam, à toute la convivialité vécue ensemble.