



Le Maratrail du Pic Saint Michel

par Pascale Ebner

Nous étions trois à courir dans le Vercors ce dimanche 3 juin. Pierre-Yves et Anders sur les Drayes du Vercors (58km et 2700mD+), et moi, sur le maratrail du pic St Michel (48km, 2300m D+), entraînée par un collègue de Lans en Vercors, village organisateur.

Arrivée samedi sous une chaleur très éprouvante, j'ai apprécié la baisse des températures dimanche matin, malgré les pluies annoncées pour l'après-midi. Peu d'inscrits (à peine plus de 100) sur cette course qui en est à sa troisième édition, dont 85 à 90% de locaux. Inutile de dire que je craignais sérieusement de faire office de serre-file. Tout le monde avait l'air bien affuté, et personne avec qui partager mes inquiétudes ! Pas facile d'être la seule du club au départ d'une course, j'étais un peu stressée !

Après vérification des sacs et briefing, le départ est donné. Comme annoncé, la première partie du parcours est plutôt roulante, même plate, et je me rends assez rapidement compte que je ne devrais pas être la dernière ! Me voilà donc rassurée... surtout que je viens de doubler l'autre V2F de cette course (et oui nous ne serons que 2 dans cette catégorie d'âge avancé). Même sans soleil, le paysage est très beau, nous montons sur le plateau de Sornin, et au bout d'une heure de course, me voilà prise d'une faiblesse soudaine, que se passe-t-il ? J'avais pourtant l'impression que mon entraînement, même minimal de ces dernières semaines, était suffisant pour tenir un peu plus... Impossible de courir, même sur le plat ! Je m'oblige à avaler un comprimé de sporténine et un biscuit, c'était le bon choix. Petit à petit, je sens les forces qui reviennent et je repars. Au bout de deux heures et demie, j'atteins le premier ravitaillement, où m'attend une déception : ni fromage, ni saucisson, seulement des abricots secs, et biscuits apéritifs sur une table de camping. Cela reflète bien le caractère familial de cette course. Les bénévoles sont vraiment sympathiques, et on prend le temps de discuter un peu. Je repars en discutant avec un coureur qui prépare l'UTMB, et pris dans la conversation, nous manquons une bifurcation, et ce n'est que quelques centaines de mètres plus loin, en voyant un coureur revenir vers nous que nous nous en apercevons. Nous voilà donc 5 à revenir

en arrière... nous reprenons le bon chemin, un joli sentier qui sinue dans les lapiaz. Je m'amuse beaucoup dans ce terrain, qui me rappelle l'Imperial Trail, mais qui n'a pas l'air du goût de tout le monde, car je prends de l'avance sur mes compagnons d'infortune que je ne reverrai plus !



S'en suit une descente assez technique jusqu'au barrage d'Engins, où je m'amuse toujours, puis le début de la remontée vers le Moucherotte qui demande, par moment, beaucoup de prudence. Le temps commence à se gâter et nous prenons quelques averses, que je trouve rafraichissantes, ça fait du bien. Après le deuxième ravitaillement (chouette : fromage et saucisson sont au menu !), au 31ème km que j'atteins en 4H30 (j'ai toujours 45mn sur les barrières horaires), c'est la vraie montée vers le Moucherotte, assez raide. Les organisateurs nous avaient prévenus : c'est après cette deuxième pause que les choses deviennent difficiles. Plus question de courir, et les bâtons sont bien utiles pour soulager les cuisses. Une bonne heure pour arriver au sommet bien venté, et pour gagner encore quelques places. La descente finale est pour une grande part sur un sentier raide, très caillouteux, bien cassant, mais sur lequel je m'amuse encore. Une nouvelle petite montée 4km avant la fin, puis le final via les pistes de ski ! Arrivée en 7H32 mn ! Je suis contente, contente de ne pas avoir fait le serre-file, mais surtout contente de m'être autant amusée, je n'ai pas du tout souffert, j'ai même pu courir dans les faux-plats montants jusqu'à la fin de la course, ce qui est loin d'être toujours le cas, le paysage était magnifique ! Contenté aussi que le déluge qui s'est abattu sur le Vercors ait eu un peu de retard sur les prévisions.

Un petit échange entre « voisins » avec Pierre-Yves et Anders m'apprend qu'eux aussi étaient vraiment contents de leur course.