Tu Viens, Tu Cours - Villiers-Saint-Frédéric, samedi 5 octobre 2019

Ce soir je participe au 24 km de *Tu Viens, Tu cours,* distance limitée à 150 athlètes alors que j'aurais pu m'aligner sur le 12 km qui propose 350 places et m'assurer une place dans les 10%, synonyme de 100 points au challenge des Yvelines. La TVTC est une course semi-nocturne sur un terrain très accidenté avec 600 mètres de dénivelé positif et je ne suis pas un grimpeur. Mais il faut que je frappe un grand coup pour conserver ma première place au challenge trail car elle est menacée par un athlète du Souffle d'Orgerus. Je dois donc terminer dans les 10% du 24 km et récolter un maximum de points de bonus. Les points de bonus devraient être plus faciles à chercher avec moins de compétiteurs mais en contrepartie le risque d'être expulsé des 10% les meilleurs est élevé.

Le 24 km est une boucle à parcourir deux fois. Le départ est en descente ce qui me permet de partir pied au plancher. Je perds quelques places dans la remontée qui emprunte des chemins agricoles à travers les champs. Nous entrons dans les collines boisées de Villiers-Saint-Frédéric. Les chemins sont des petits sentiers qui virevoltent. Attention aux racines et aux souches. Malgré la pluie de l'après-midi, les chemins sont parfaitement secs. Cela monte, cela descend, quelle souffrance mais je relance à chaque sortie de virage, à chaque fin de montée. Je suis rattrapé par quelques athlètes mais j'arrive à prendre l'aspiration. J'allume ma lampe peu avant la fin du premier tour.

Je souffre dans la remontée à travers champs, ma foulée est moins aérienne et je perds quelques places à l'entrée de la forêt. Au sommet d'une bosse, je trouve l'énergie et la volonté pour rattraper les athlètes qui viennent de me dépasser. J'appuie fort sur mes chaussures et j'arrive à en distancer deux. Je suis à bloc. Dans la dernière montée, j'aperçois un athlète à une centaine de mètres alors qu'il doit rester 500 mètres à parcourir dont 200 en descente. Voilà une proie à chercher. Je donne tout ce que je peux et au début de la descente l'écart ne doit pas faire plus de 50 mètres. Je mets le « turbocompresseur » et je le dépasse.

Je termine la course en 1h56 ce qui est un très bon temps sur une course très exigeante mais je ne termine que 21ème alors que je pensais être mieux classé (je compte les places en course). Je ne suis donc pas dans les 10% les meilleurs mais je marque des points de bonus,

terminant septième master.

Je félicite sportivement mon adversaire du Souffle d'Orgerus qui a fait un podium sur le 12km et qui va prendre la tête du challenge trail dans la catégorie master 1.