Le challenge inattendu de la Traversée des Dentelles

Je me lève tôt, la maison est encore endormie. Je me fais un bon petit déjeuner, vérifie le contenu de mon sac et monte dans la voiture. J'arrive au village de Gigondas que je connais très bien. Je retrouve les habitués du lieu.

Nous faisons quelques séances d'échauffement. J'admire le paysage magnifique et je me dis que j'ai vraiment de la chance d'être là.

Le départ est donné. Les premiers partent à vive allure. Je préfère ne pas partir trop vite et je me calle sur une vitesse de 12km/heure que je conserverai pendant les cinq premiers kilomètres. J'ai promis à Christophe de finir en moins de deux heures...

Dès les premières montées, je marche car je dois pouvoir tenir sur la durée, je bois, je m'alimente pour éviter les hypoglycémies soudaines. Je garde toujours mon objectif en tête. Après quelques kilomètres sur le bitume, je rentre dans la forêt. Tout se passe bien et je décide d'augmenter un peu ma vitesse.

J'ai une très bonne allure du 10ème au 15ème km et je fais de bonnes foulées dans les montées. Entre le 15ème et le 21ème kilomètre, je croise mon collègue, Christophe. Cela me fait plaisir de le voir car à l'origine, nous devions courir ensemble !

Je le motive et lui dis que nous allons atteindre notre objectif mais qu'il faut accélérer ! Je prends un peu d'avance car je dois m'arrêter au dernier "ravito" pour faire le plein d'eau et de sucre ! Je marche un peu pour me redonner du tonus.

Il ne reste plus que trois kilomètres et je vois Christophe à quelques mètres. J'accélère au maximum jusqu'à une belle descente qui m'amène jusqu'à l'arrivée. A ma grande suprise, je la franchis en 1h55 mn et je me classe 179 sur 500 et 64ème de ma catégorie !

Pari pris, pari tenu !

Maintenant, je vais vraiment me reposer et prendre des vacances...

Rendez-vous en septembre pour la préparation du festival des Hospitaliers (75,5 km, 3 novembre 2013),

A bientôt sur les sentiers...

Crédit photo : © Passion Running 84