

# Ma Diagonale 2016

## Et si je faisais la Diagonale des fous ?

Nous sommes fin 2015, j'ai déjà fait 41 marathons, 3 cents kilomètres, un 24 heures, il me faut un autre challenge.

La Diagonale, ouais ! Ça doit être top !

Pour pouvoir s'inscrire, il faut valider une course de 85 kms, et comme j'ai fait Millau avant, je suis bon. Je m'inscris donc, et attends le tirage au sort. 1<sup>er</sup> tirage, je suis sur la liste d'attente et le moral est à zéro. Une semaine après je suis repêché et c'est fantastique !

Après 7 marathons avant octobre et des mois d'entraînements, la semaine du départ arrive enfin. Nancy-Paris en TGV direction Charles de Gaulle le samedi 15 octobre.

Je pars avec Éric, mon ami kiné et 2 autres personnes de sa connaissance.

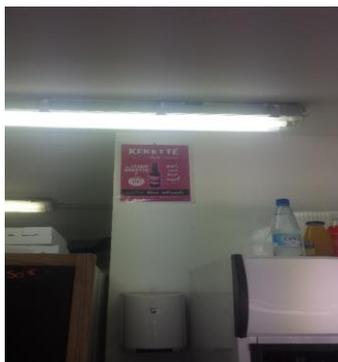
Surprise dans l'avion, je me retrouve à côté du meilleur traileur actuel au monde.



Il s'agit de François d'Haene, (il finira d'ailleurs 1<sup>er</sup> en 23h44).

Je me renseigne auprès de lui sur la course et il me rassure sur certains points.

**Dimanche 16 octobre**, arrivée à Saint Denis de la Réunion avec un pot de bienvenue (p'tit punch, voire 2).

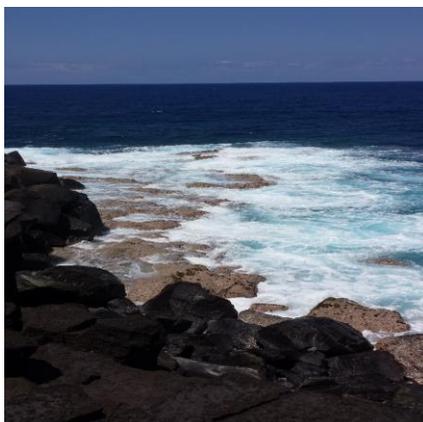


Nous rejoignons le Tampon où nous résiderons pendant 15 jours

(superbe maison avec 4 chambres).



Jusqu'au mardi je fais office de chauffeur pour emmener les autres faire des randonnées.



Arrive enfin le mercredi, jour du retrait des dossards.



Sous une chaleur accablante, une file d'attente de plusieurs centaines de coureurs est déjà présente.

Je me dis : « je ne suis pas près de passer ! ».

J'arrive à m'incruster dans la file et enfin arrive mon tour pour récupérer le précieux sésame.

Retour à la maison pour la séance photo.

Plus qu'une journée à piétiner avant le départ.

### **Enfin le jeudi 19 octobre, le jour J.**

L'après-midi j'essaie de faire une petite sieste mais c'est très difficile.

Après vérification de tous mes sacs, il est 19h30 et je rejoins Saint Pierre pour le départ.

Après s'être garés, en sortant de la voiture je ne vois aucun coureur.

Un petit coup de stress m'envahit et après renseignement.

Il s'avère que nous sommes à 3 kilomètres du lieu de départ (ça commence bien !).

J'arrive enfin au lieu de rassemblement et là, surprise : Eric me sort une banderole faite par mes enfants et petits-enfants.

Je dépose mes 3 sacs qui seront acheminés vers 2 ravitaillements et l'arrivée.

Et là, on vérifie mon sac de course : couverture de survie, lampe frontale, piles de rechange, nourriture, vêtements de pluie etc..

On est tous là (2600 coureurs) parqués à attendre le départ. 21h45, mouvement de foule, ça y est on rejoint le départ.



10,9,8 ... 3,2,1 coup de pétard !!

Il est 22h, on part pour 4 kms de plat sous une ambiance de folie, toute la Réunion doit être là, ce n'est pas possible.

Je tape dans toutes les mains qui se tendent et c'est agréable de voir tous ces gens heureux d'être là. J'en ai des frissons.

Nous arrivons au bout du boulevard et les choses sévères commencent.

Ça y est on grimpe sur des chemins encore larges, mais on grimpe.

Je regarde devant et derrière et je vois des centaines de petites lumières formant un grand serpent : C'est tout simplement magnifique et rassurant de savoir qu'il y en a beaucoup derrière moi.

Après 10 kms de montée, nous atteignons le domaine Vidot, 1<sup>er</sup> ravitaillement (altitude 660m).  
Je ne perds pas trop de temps.

Après 500m environ, c'est le bouchon, on n'avance plus, tous bloqués car les chemins rétrécissent.

De 1777<sup>ème</sup> au départ, j'arrive en 1573<sup>ème</sup> position au domaine Vidot.



La forme est là et je me dis que les nombreuses fois que j'ai monté la côte de Vandoeuvre (700m de long à 18%) vont bien servir.

Nous montons toujours et sommes à 1565m d'altitude.

Nous arrivons à Piton Sec (36,8<sup>ème</sup> km à 1850m d'altitude).

Petit ravitaillement et hop on tourne à droite et remonte par un sentier assez abrupt pour rejoindre le Piton Textor perché à 2165m.

Le jour se lève et c'est vraiment magnifique.



On débouche sur une route (ça nous change) qui nous amène à Textor.  
Là je prends mon temps pour récupérer au ravitaillement.

Je suis 1355<sup>ème</sup> et 25<sup>ème</sup> dans ma catégorie.

On redescend sur 5kms environ par un chemin pas trop pentu mais difficile et là on rejoint une route qui nous amène à Mare à Boue à 1594m.



Là je prends mon temps, mange, me remet de la pommade et change de T-shirt. Bon, ce n'est pas tout, il faut y aller, il y a de la route à faire.

On rattaque par un sentier qui monte régulièrement (côteau Kerveguen) sous une chaleur accablante pour plonger rapidement par 6 échelles métalliques vers la forêt Duvernay.

(C'est impressionnant car on descend de 5 à 6m en peu de temps et on a intérêt à bien assurer nos appuis malgré la fatigue car on a déjà fait 61kms !).

Le plus dur arrive car il faut descendre sur Cilaos et là, croyez-moi ce n'est pas de la tarte.

C'est une descente périlleuse, très technique où tout le monde se demande quand celle-ci s'arrêtera.

Enfin cette descente interminable est finie mais je ne suis pas encore à Cilaos, j'arrive seulement à Mare à Joseph. 1km de route, un petit chemin qui descend et on traverse à gué sur 3 rondins pour remonter par un chemin pentu sur Cilaos.

Je guette Eric et ses 2 amis qui m'attendent. Je les vois et suis hyper heureux de pouvoir discuter et me reposer un peu (ça fait 14h30 de course, on est au 65<sup>ème</sup> km)

Pendant qu'ils font une petite randonnée alentour, je vais au ravitaillement où une télévision locale me demande mon avis sur ce début de course.

Je demande à la personne quand sera diffusée cette interview, cette dernière me répond : « le soir même ».

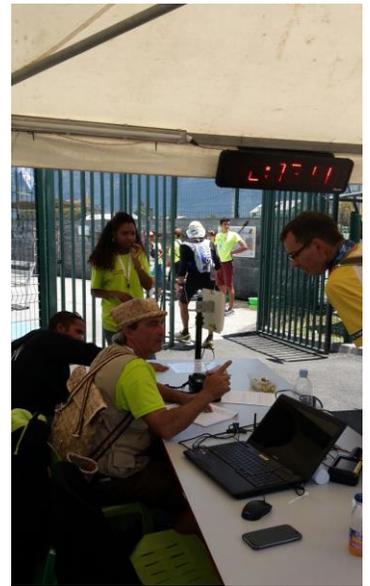
Je lui dis en rigolant que je ne pourrai pas la regarder car il me reste un peu de chemin (100kms)

Je quitte Cilaos par un chemin descendant qui nous amène à Cascade Bras Rouge.



Je fais une pause et prends des photos.

Je décide d'aller me reposer une demi-heure, me remets de la pommade et c'est reparti.



Je traverse le bassin Fouquet sur des rochers et j'attaque le début du sentier du Taïbit.

C'est là que les difficultés commencent.

Tous les raiders vous le diront, c'est à partir de Cilaos que la course commence.

En effet, en 6,4 kms on va avoir un dénivelé positif de 1160m (un truc de fou avec une chaleur épouvantable).

J'arrive à mi-parcours (Route Ilêt à Cordes) où est le pointage.



Je reprends des forces car le sentier reprend de l'autre côté de la route et là ça fait peur vu le dénivelé !

Au trois/ quart de la montée, j'entends des voix et du bruit, ça y est je suis en haut ! Pas du tout, perdu dans la forêt, un gars et là et offre plusieurs sortes de thé, c'est tout simplement magique.

La halte est obligatoire pour se ressourcer car il reste au moins 1 km de montée.

Dans un virage, je passe devant une sorte de stèle (2080m) et ça y est on descend vers Marla où il est fortement conseillé de se reposer car nous entrons dans le Cirque de Mafate et durant 30 kms on est seul (pas de route, rien du tout) seule évacuation possible l'hélicoptère, autrement dit on n'a pas le droit à la faute.

Il est 21h28 quand j'arrive à Mafate (1550m). Je mange un peu et décide de faire une sieste.

Je n'ai aucune idée de mon temps de repos mais ça me fait du bien et je reprends la course.

Il pleut, il fait noir, c'est le top.

Après avoir traversé la ravine de Marla, on passe sur un pont en bois. Par la suite on franchit le gué de la rivière des Galets, c'est reparti pour une nouvelle ascension vers la Plaine des Tamarins et le début du Col des Bœufs 1950m.

La descente vers la plaine de Marla est facile.

On arrive au sentier Scout qui nous fait traverser plusieurs ravines dont la ravine Bénacle (roches très glissantes) et on repart sur une montée plutôt raide où il est préférable de prendre les mains-courantes.

10 minutes de descente sous les filaos nous emmènent vers la grande Ravine que l'on traverse sur une passerelle suspendue (1 par 1).



Au bout de cette passerelle se dresse un « mur » qu'il faut ni plus ni moins escalader.

C'est de la folie pure après 95,6 kms.

On accède à un nouveau plateau et on redescend pour arriver à Ilêt à Bourse où il y a un nouveau pointage (j'ai un peu plus d'1h30 d'avance).

On redescend encore (240m) et rebelote un raidillon escarpé nous attend.



A Grande Place l'Ecole, il est 5h et je décide de me reposer une nouvelle fois (je suis au 100<sup>ème</sup> km). Je repars, il fait jour, il fait bon mais ça monte tout de suite pour rejoindre Grande Place et amorcer immédiatement une descente périlleuse jusqu'à Ravine des Galets.

Là on traverse le gué et on remonte, on redescend, on ne fait que ça et ça use l'organisme.

Lors de la remontée constante mais raide avec une succession de lacets serrés et de marches, on traverse la Ravine Bronchard et on arrive à Roche Ancée où il y a un nouveau pointage (nous sommes à 560m).

On sort de l'Ilêt puis on commence une première remontée dans les filaos, on suit un faux-plateau et après un petit raidillon protégé par une main-courante, on arrive sur un étroit terre-plein à flanc de falaise (ce passage est très dangereux par temps de pluie).

Le sentier du Maïdo bifurque à gauche, la montée est très éprouvante et s'effectue à flanc de paroi pour rejoindre le rebord du rempart du Maïdo (on est à 2030m, ça fait 1470m de dénivelé en 11,3 kms, un truc de fou)

Pendant cette montée je m'arrête, il fait très chaud, je regarde vers le haut et je me dis que je ne suis pas arrivé au bout de ma peine. Je reprends mon souffle et je pense à mes petits-enfants, mes enfants, et tous ceux qui me suivent par internet et là aussitôt le mental reprend le dessus sur la fatigue.

Je croise un gars qui descend le Maïdo, il me dit « courage » (comme beaucoup de personnes durant le raid) et m'indique que je suis tout prêt du sommet.



En effet, quelques lacets plus haut, j'entends des voix et des encouragements et ça me donne du baume au cœur.



Ça y est, encore 2 virages et j'aperçois une foule considérable.

On se croirait au tour de France au sommet d'un col et c'est tout simplement fantastique.

Les poils se dressent sur mes bras et une joie indescriptible m'envahit. Aller Francis, vas-y, courage, chapeau, beaucoup de superlatifs me sont adressés au sommet du Maïdo.

Enfin, du plat et même une légère descente pour rejoindre le pointage.

À ce moment-là, pour moi la Diagonale est finie (beaucoup de coureurs pensent cela) le plus dur est fait et il ne reste que 52 kms. J'arrive au pointage et je demande à la personne si je suis bien enregistré.

Il me sourit et me dit que oui. Je suis rayonnant et oublie toute cette fatigue accumulée durant cette terrible ascension.

C'est décidé je me reposerai à Sans Soucis 13 kms plus bas.

Après avoir grignoté, je commence la descente des 13 kms qui va me faire passer de 2030m à 350m.

Je fais à peu près 1 km et soudain en marchant je me décale sur la gauche sur 1 ou 2 pas. Bah, qu'est-ce qu'il se passe ?

Bizarre cette sensation de partir sur la gauche. Je continue et quelques mètres plus bas, rebelote ça recommence.

Là je me rends compte qu'il se passe un truc. Toutes sortes de pensées me viennent en tête dont 1 principalement.

Cela fait maintenant 2 jours que je n'ai pas pris son cachet pour la tension.

Serait-ce dû à cela ?

Je continue ma descente qui s'avère de plus en plus délicate au fil des kilomètres.

Par endroits il y a de petites remontées vraiment faciles que je franchis difficilement car mes écarts sur la gauche sont de plus en plus rapprochés et longs.

C'est ainsi que dans une petite côte je trouve le moyen de chuter dans les buissons comme si quelqu'un m'avait tiré par le bras.

Cette sensation est terrible et je commence à avoir peur.

Tous les coureurs me dépassent maintenant, s'arrêtent et me demandent si ça va car lorsqu'ils me voient de derrière, mon bassin est carrément basculé vers la droite et cela doit être impressionnant

Je me fâche même avec une coureuse qui veut à tout prix prévenir les secours.

Je la rabroue et elle n'insiste pas. Je demande à des randonneurs si on est encore loin de Sans Soucis, ils me répondent 30min et s'inquiètent aussi de mon cas. Je n'ai pas mal (heureusement) et je continue cahin-caha cette descente.

Sans Soucis n'est vraiment plus loin car j'entends les haut-parleurs du pointage.

Je dois arriver impérativement avant 19h30 sous peine d'élimination et quand je regarde ma montre je me dis que ça va être chaud.



Arrive ce chemin avec des ornières et là, n'ayant pas d'équilibre je me ramasse lamentablement dans les ronces.

Je me redresse sur mes coudes et les larmes me viennent aux yeux.

Que m'arrive-t-il si près du but ?

Je suis encore dans les délais et le mental reprend le dessus. Enfin de la route goudronnée, j'y suis presque.

Soudain, assis sur un rocher, un jeune du pays me demande si ça va en voyant mon corps tordu.

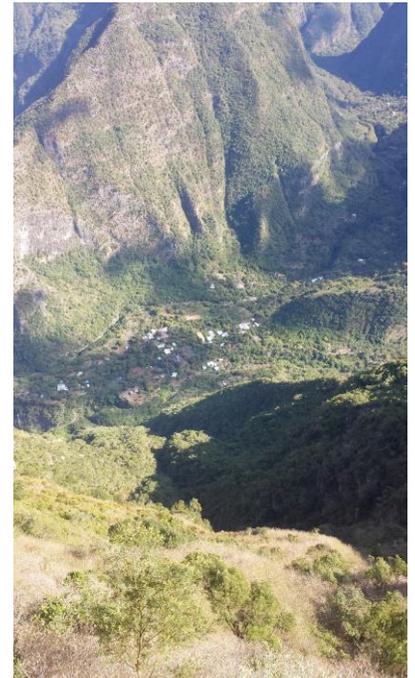
Toujours la même question : Le pointage est-il encore loin ?

Non me dit-il et je vais vous accompagner.

Il doit rester en gros 1km et ce jeune que je ne connais ni d'Adam ni d'Eve court à sur gauche en me mettant la main sur mon épaule afin que je ne chute pas.

Vision irréaliste pour toutes les personnes que nous croisons et qui nous applaudissent. 100m, 50, 20 ... j'arrive enfin à Sans Soucis !

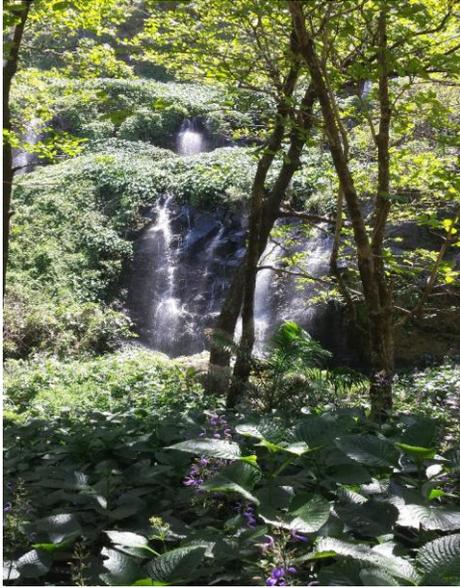
Il est 19h29 (heure de fermeture 19h30).



Les pointeurs me laissent entrer mais refusent l'accès à mon sauveur.

Je le remercie chaleureusement.

Il m'a fallu 5h23 pour faire 13 kms de descente, un vrai calvaire.



Tout de suite je décide d'aller voir les kinés qui à coup sûr vont me remettre le bassin en place.

Dans ma tête tout est clair : les kinés me soignent, je me repose, casse une petite croûte et hop je repars pour les 39 derniers kilomètres ; elle n'est pas belle la vie !!!

J'arrive à la tente des kinés qui me regardent d'un drôle d'air. *Allongez-vous monsieur, que vous arrive-t-il ?*

J'ai le bassin qui a bougé, vous pouvez me le remettre en place ?

*Ça ne va pas être possible monsieur car tout est trop tendu, on ne peut pas vous manipuler et de toute façon il vous est impossible de repartir.*

Pardon ? Il faut que je reparte, il ne me reste que 39 kms. *Impossible monsieur, on ne peut pas vous laisser repartir car c'est trop dangereux pour vous.*

Oh non, déconnez pas, ça va aller. *Non monsieur c'est le règlement, on ne peut pas.*

Là, c'est la fin du monde qui arrive, il est 19h40, je suis allongé sur le ventre et je sais que ma course est finie.

Les nerfs doivent sûrement me lâcher car j'ai les larmes qui me viennent aux yeux et je ne cesse de penser à tous ceux qui me suivent par internet et qui vont être encore plus dégoûtés que moi lorsqu'ils le sauront.

Les kinés, me voyant dépité essaient de me remonter le moral et me disent « ce que vous avez fait, monsieur c'est déjà fantastique ».

Je n'en ai rien à faire, laissez-moi tranquille, c'est de votre faute si j'arrête.

J'ai envie de leur crier, pourquoi vous me faites ça, mais bon, après réflexion, je me fais une raison.

C'est FINI. Toujours allongé sur le ventre les kinés s'aperçoivent que je suis brûlé en bas du dos.

*Vous ne sentez rien monsieur ?*

*Vous n'avez pas mal ?*

Mal, non je n'ai pas mal, tout va bien.

Après m'avoir mis de la crème, un des kinés me demande si je veux manger et m'apporte une assiette (poulet-riz).

Terminer ma course ainsi, en plus à Sans Soucis, j'ai l'impression de rêver.

En tout cas je ne suis pas prêt d'oublier ce nom. 21h30 le poste de Sans Soucis ferme et là, je sais que tous ceux qui me suivent depuis la métropole savent que la Diagonale est finie pour moi, ce qui me ramène les larmes aux yeux.

J'embarque dans un camion qui me ramène à La Redoute (l'arrivée du Grand Raid).

Après avoir récupéré mes sacs, je prends ma douche et je vois tous ces gars heureux dans le vestiaire. Je sors rapidement car j'ai vraiment les boules.

Maintenant qu'est-ce que je fais ?



Il est minuit et je n'ai toujours pas de nouvelle d'Eric et ses 2 amis. Ils doivent me chercher car impossible de se téléphoner à la Réunion en 2016, rien ne passe.

Je décide d'aller dormir, une bonne grosse sieste, je retourne sur le stade où les coureurs arrivent heureux de franchir cette ligne mythique d'arrivée.

Il est 1h30 quand enfin je vois mes amis et les retrouvailles sont chaleureuses. Ils ont tous désolés et essaient de me remonter le moral.

On part dans la foulée car il m'est de plus en plus difficile de voir tous ces coureurs heureux de brandir le fameux maillot (J'ai survécu).

La semaine suivante a été compliquée pour moi car je ne pouvais pas faire grand-chose et je n'avais qu'une hâte, c'était de rentrer.

De plus je n'arrivais à joindre personne et ça me gonflait.

Il a fallu mon arrivée à Roissy pour lire tous les messages d'encouragement que l'on m'avait adressé et ça m'a fait du bien.

Voilà ma course telle que je l'ai vécue, course magnifique, course de fou mais tellement prenante que j'y suis retourné l'année suivante pour un second échec mais qui m'incite à la refaire pour mes 65 ans en 2019 avec mon fils et mon gendre.

Ce serait fantastique et inoubliable de la réussir. Il m'a fallu 2 mois pour m'en remettre, pas physiquement mais moralement.

Mais comme le dit une certaine pub : « je l'aurai un jour, je l'aurai ».

PS : je me suis toujours posé des questions ; *et si je n'avais pas été vois les kinés ? Est-ce que 1 heure de repos aurait suffi à me requinquer ?*

*Aurait-il été préférable de se reposer au Maïdo ?*

Il est certain que le mental avait pris le dessus sur le physique et que je ne me rendais pas compte de la situation.

C'est en recevant les photos plus tard que je me suis aperçu ne pas être au top avec mon bassin déplacé.

Depuis que je cours, ce sont mes 2 seuls échecs. La Diagonale est-elle maudite pour moi ?

RDV pour une possible prochaine aventure.

Je tiens à remercier Eric, mon ami kiné, qui m'a remis tout en place, Didier, Geneviève, et tous ceux qui m'ont suivi par interne et ceux qui m'ont adressé des messages chaleureux tout au long de ces 3 jours.



Francis

Quelques photos du coin !