

Dimanche 6 avril 2014 : marathon de Montauban, le récit d'un marathonien heureux !

Douze semaines de préparation intensive et près de 1000 kms cumulés pour atteindre un de mes objectifs phare de l'année 2014.

Réaliser les minimas pour se qualifier aux championnats de France, soit 3h15.

8h30 du matin, je retire mon dossard dans le village Marathon. Grosse ambiance.. Le mercure affiche déjà 15 degrés. Je comprends de suite que les conditions météo ne seront pas optimales. Deux nuits de sommeil difficiles et mon rythme cardiaque au repos affiche déjà 60bpm au lieu des 42/44 quotidiens. J'ose espérer que ce n'est que l'effet du stress.....

9h25, je me range sur la ligne de départ dans le sas des dossards préférentiels à 4 mètres seulement de la ligne de départ. Plus de 4000 coureurs derrière moi, le macadam va chauffer dur.

Gros coup de pétard et la fête commence dans une ambiance extraordinaire. 1er kilo en 4'30'', je suis déjà calé à la bonne allure et les encouragements déferlent sur les grands boulevards très animés. La meneuse d'allure des 3h15 me rejoint au 5ème km entourée d'une grappe de 50 coureurs au moins. Quel plaisir de rester derrière à apprécier le paysage.....lol.

15ème kilo, arrêt imprévu pour satisfaire un petit besoin naturel, ça ne m'était jamais arrivé auparavant. Plus de 40 secondes de perdues et la flamme des 3h15 à plus de 150 mètres. Je ne m'affole pas et il me faudra plus de 5kms pour revenir au contact. J'espère ne pas avoir trop laisser de forces dans cette chevauchée.

Me voilà déjà au semi marathon en 1h36. J'ai l'impression d'être encore frais alors que je suis à plus de 13kms à l'heure. Changement de meneur d'allure sur la place centrale inondée de spectateurs et fracassée par les percussions qui résonnent à tous vents.....un très grand moment d'émotion m'envahit et nous voilà lancés sur une deuxième boucle champêtre totalement différente.

25ème kilo, le circuit longe les berges du Tarn. La quiétude est revenue et seules les respirations saccadées des coureurs envahissent l'atmosphère. Le ciel est devenu tout bleu, le soleil tape fort, le mercure affiche 23 degrés. La course se complique et mon rythme cardiaque dérive (150bpm).

30ème kilo, la course se durcit sur les berges du canal de Montech. Nous ne sommes plus que 8 coureurs autour du meneur d'allure et mon copain subit une terrible défaillance qui l'oblige à décrocher. Un moment de doute me traverse l'esprit mais le meneur d'allure nous encourage et nous annonce le timing en permanence. Les coureurs craquent les uns après les autres. A quand mon tour.... ?

35ème kilo, mes cuisses deviennent très douloureuses et nous ne sommes plus que deux avec le meneur d'allure. je m'arrose abondamment tant la chaleur devient insupportable.

38ème kilo, 40 secondes d'avance annoncée, c'est dérisoire si j'explose. Je décide de jouer mon va tout. Je dépose le meneur d'allure et je me jette seul dans la dernière bataille. Devant moi, de nombreux coureurs sont dans le rouge voir en totale perdition. Je vais dépasser plus de 15 coureurs dans les 3 derniers kilos. Je respire correctement mais les cuisses me font terriblement souffrir.

40ème kilo, plus rien ne peut m'arrêter, je suis en train de dompter cette distance mythique de 42,198 kms du marathon qui m'a souvent mis à terre. Je termine mon dernier kilo en 4'15" à plus de 14kms/h? 100 mètres derrière la première féminine entourée de photographes.

Finisher en 3h13 et 44ème position (4ème V2). Objectif réalisé malgré une météo défavorable et un circuit compliqué.

Alain