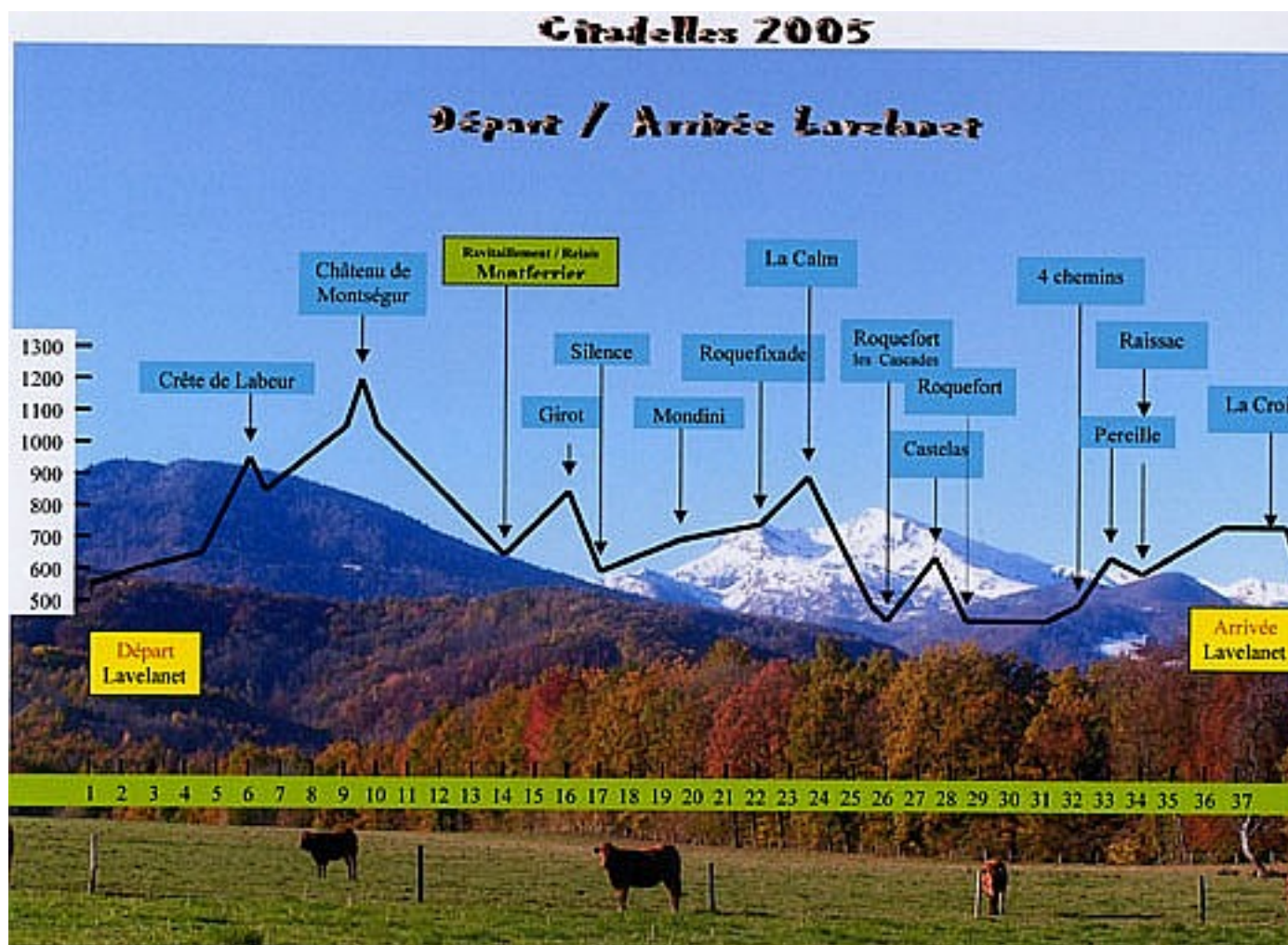


Les citadelles 2005 ou le retour de l'enfer !



De la part des 3 survivants, De retour de l'enfer, car la course a bien eu lieu, avec la montée à Montségur en moins (ouf!). Je reviens, pas trop abîmé (sauf une cheville assez douloureuse), mais épuisé d'une aventure un peu extrême, longue et que j'ai jugée par moments assez dangereuse. Je n'avais jamais connu cela en 134 courses. Le trail des citadelles 2001 valait 3 sur une échelle de 10 en difficultés. Là nous étions à 5 en permanence avec des passages à 8-9... Pour la première fois j'ai fait 4 ou

5 chutes légères, dans les descentes ou la boue glaiseuse était omniprésente. C'est finalement dans la neige que ce fut le plus confortable (le premier relais était quasi-intégralement dans la neige).

Donc, neige, glace, 3 descentes en rappel, beaucoup de descentes très raides, chaotiques, hyper boueuse, cloaques profonds, zones inondées, torrent à franchir, descente raides avec petite roches émergentes dans tous les sens, rochers glissants, montées raides hyper savonneuses.... le tout dans le blizzard et quelques rafales de vent sympathiques par moment. C'est la première fois que j'ai eu peur dans certains passages. Course longue et pénible donc.

Il reste quelques images grandioses au passage à Montségur (ambiance de haute montagne avec congères en formation), des tunnels de neige sous les arbres lourdement chargés, quelques passages de crêtes agréables, les cascades de tuf pétrifiées extraordinaires. Dans ces conditions, Le 1er fait à peine plus de 10Km/H, en 3h35. A titre de comparaison je fais 7Km/H en presque 5H30 d'efforts !!!

Nous avons couru ensemble une partie du premier relais avec Claude puis Jean-pierre m'a accompagné quasiment tout le long du second. Il ne s'est pas bien senti vers la fin. Je l'ai attendu tant que j'ai pu, mais mes doigts de pieds commençaient à geler et le froid m'envahissait (nous avons eu entre 0 et +2 C°). Il finit 10 mn après moi pas très bien.

Fiche course :

Trail en semi-autonomie (2 ravitaillements) de 38 Km et 1900 m+, en Individuel, ou par équipe de 2 en relais (13 Km et 25 Km) et aussi Randonnée de 28 Km. A la découverte et passage au coeur des 4 citadelles Cathares du Pays d'Olmes dont le Pog de Montségur (site classé monument historique), haut lieu de la croisade des Albigeois, c'est le point le plus haut du parcours à 1200 m.

98 % nature avec la découverte de cascades de tuf pétrifiées, de gorges profondes, de soulanes riantes (enfin ça n'a pas rigolé autant qu'ils l'annonçaient !), de forêts de feuillus et de résineux...

Avec une superbe arrivée aérienne sur Lavelanet (avec une descente en rappel tellement c'était dangereux, tu parles d'une superbe arrivée, hein Jean-Pierre ?) avec uniquement 200 m de bitume 280 inscrits en individuels et 55 équipes engagées.

Moins de 50 randonneurs inscrits seulement.

En individuelLaurent VIDALENC120°5H24'
En équipe..... Claude HAZERA - Jean-Pierre THOLLET.....52°
.....5H34'

Une course que je n'oublierai pas, et la plus dure depuis le 100Km de Millau.
Les citadelles ? je n'y retournerai sûrement pas. (NDLR : mais en un an, on peut changer d'avis...)

Laurent

Lu sur le site www.sport09.com

:La neige, le froid, le vent pour les 450 participants, mais des sourires et le plaisir d'avoir participé et en avoir ch... et terminé... le mieux possible... une organisation rodée qui une fois de plus à donner le meilleur d'elle même pour le confort des coureurs.

Peu d'abandon en fait, malgré ce mauvais temps, toutes les 61 équipes sont rentrées et 260 classés sur 276 départs en individuel... ce qui montre la qualité et la volonté des participants qui savent où ils vont, sur un trail qui s'est avéré technique avec ses 35 km et ses 1700 m de dénivelé + et - , même si le passage au château de MONTSEGUR et à celui de ROQUEFORT LES CASCADES ont été supprimé très justement pour cause de terrain glissant et dangereux...