

1er Trail du Confluent à Pinsaguel (le 19 Juin 2010)

Si vous ne savez pas ce qu'est un "trail", je vous donne ma propre définition concoctée à l'aune de cette expérience du 19 Juin : il s'agit de jouer au sanglier en empruntant des sentiers souvent ravinés où la boue est votre pire ennemie. Vous marchez dans les montées, vous glissez dans les descentes, vous tombez dans les ruisseaux... mais heureusement, il y a toujours des ronces pour vous rattraper !

D'accord, j'exagère, mais ce fût dur. Alors, pour être plus objectif, vous pouvez lire ci-dessous voici un extrait publié dans "Running Magazine" par un coureur chevronné.

Sans oublier une mention spéciale à Laurent qui est arrivé 3ème de sa catégorie (V2) et a été récompensé par une magnifique coupe !



Le site des organisateurs <http://www.trailduconfluent.fr>

Sans oublier la très belle [galerie de photos](#) ...

Résultats sur 199 coureurs amateurs de bains de boue :

Nom
Temps
Classement

Laurent Vidalenc
2h 30'57"
56

Jérôme Delamarche
2h 49' 39"
109

Fabrice Bazelot
2h 53'14"
118

Philippe Savy
2h 58'43"
136

Jean-Pierre Thollet
3h 05' 18"
171

Claude Hazéra
3h 05' 46"
175

Philippe Nicolaux
3h 06' 25"
178

"Vingt trois kilomètres de glissades

La première édition du trail du confluent à Pinsaguel organisée par le Portet Athlétic Club a tenu ses toutes promesses, mieux que ça... Pour une première, elle fut réussie..."

..."Je savais l'épreuve exigeante, sur quelques vingt quatre kilomètres, avec un parcours vallonné dominant le lit de l'Ariège à quelques encablures de son confluent avec la Garonne. Un parcours magnifique qui suit le cours de l'eau, montant, dévalant, au milieu d'une végétation luxuriante. Un chemin monotrace, hasardeux, serpentant entre les branches. Je suis habitué à ce genre d'efforts et franchement, j'aime ça, comme beaucoup d'entre nous, ..."

Pourtant, à quelques heures du départ, je n'étais plus guère motivé. Le ciel s'abattait sur nos toits et sur la campagne depuis plus d'une semaine. Il pleuvait, abondamment. Tout était détrempé. Ma toute dernière participation au trail des trois Pics, il y a quinze jours, avait laissé des traces sur mon organisme. La descente du Pic du Gar avait occasionné cinq ou six jours de contractures intenses aux quadriceps. Et puis, je gardais ce souvenir de ce gars, tombé à quelques mètres de l'arrivée, juste devant moi, déshydraté par une chaleur alors suffocante, après cinquante et un kilomètres et trois pics vertigineux d'efforts. Je revois encore ce gars s'aspergeant à un lavoir en bord de piste d'une eau bien trop fraîche. Le type fut thermiquement choqué, invraisemblable peut-on penser. J'ai alors couru le mieux que j'ai pu, prévenu. Les secours se sont dépêchés. J'ai appris il y a quelques jours que le malheureux était encore dans le coma, que ses organes vitaux étaient touchés... Je pensais donc à ce type en m'acheminant ce samedi, en fin d'après midi, à Pinsaguel... Un peu d'autoroute, et puis, cette pluie permanente, pénétrante, qu'inlassablement chassent à un rythme ordonné les essuie-glaces. Que diable allais-je faire dans cette galère ?

Malgré la météo déplorable, la plupart des concurrents ont fait honneur à leur inscription. Dans le gymnase de Pinsaguel, tout a été prévu pour que l'épreuve soit, de toute façon, réussie. On fait contre la pluie et le parcours boueux annoncé bon cœur. Chacun s'attend à une bonne partie de plaisir. On scrute le ciel. Il pleut. A l'intérieur, les gars du Portet AC accueillent chaleureusement les deux cents quarante coureurs venus retirer leur dossard. Christian Reina harangue cette assemblée avec toute la verve qu'on lui connaît. L'animateur connaît son monde, connaît tout le monde. Sa voix me reconforte, je me retrouve dans un monde qui m'est cher. Laurent Redon, Sébastien Perrier ont les faveurs de ses pronostics. Il y a du monde, du beau linge, du linge encore propre à cette heure-là...

La boue était annoncée. Je l'imaginai collante, pesante, alourdissant chaussures et allure, une terre qui colle et qui vous colle. J'optai donc pour des chaussures légères, sans crampons, aux semelles slick, faisant fi d'un modèle plus spécifique au trail. L'erreur fut humaine... De bons écouteurs rivés sur les oreilles, je gagnai ainsi la ligne de départ, j'y retrouvai autant de compères tout aussi réservés sur l'effort à fournir, venus chercher des sensations de vivre. Beaucoup de bons copains. On se côtoie, on blague, on s'encourage... 18 heures, c'est parti.

Les premiers hectomètres semblent faciles. La musique bien rock'n'roll dans les esgourdes, j'adopte une allure d'abord mesurée. Les jambes n'ont pas déroulé depuis quinze jours et l'épreuve sera longue, une large allée jonchée de flaques éparses nous emmène et on laisse aller. Avec des intentions aujourd'hui mesurées, je ne cherche d'abord pas à suivre le train de coureurs comme Charles Martins ou Benoit Sentost avec qui j'ai pu, bien souvent, batailler...

Un premier escalier suivi d'une côte sur route à gravir nous mène sur le coteau. Le ciel est toujours gris, le vent caressant mais la vue est belle. La course est belle et bien commencée, le peloton s'étire. Nous rentrons vite dans le vif du sujet. Par un chemin de sanglier, nous fûmes amenés à dévaler la pente, jusqu'au lit de l'Ariège. Il pleut, tout est mouillé, ça glisse. Mes chaussures n'accrochent évidemment rien. Je me retiens aux branches, sans discernement. Aucune adhérence. Je reste prudent. Sur les fesses, on tombe de moins haut. Je me laisse ainsi glisser dans l'herbe, dans la boue, je me pourris la panoplie, l'art de communier avec la nature.

Sur le rivage, le long de l'eau, le chemin qui s'ensuit n'est guère plus avenant. On imagine le sol habituellement dur. Et une bonne épaisseur de boue le rend extrêmement glissant. Comme à la patinoire. A chaque pas sa réception aléatoire. L'impression de ne pas avancer, de reculer autant en glissade ce que la foulée aurait voulu vous porter en avant. Mes chaussures défrayent la chronique. Les mieux équipés ne s'en sortent guère mieux. Je concède du terrain, des places, qu'importe. Figurer à un bon classement de course, très vite, n'est plus un enjeu. Finir me paraît alors insurmontable...

Le chemin montrace n'est guère large. L'ornièrre centrale offre sans doute d'ordinaire la trajectoire idéale. Peu la respectent aujourd'hui, trop glissante. Les bas côtés, l'herbe, les feuilles offrent un sol plus stable. Je cours ainsi à travers les mottes, sautant les trous, m'enfonçant dans les mottes, me tordant les chevilles, glissant, dérapant, tâtonnant, me rattrapant aux branches, me griffant aux ronces. Je glisse, chef, je glisse... Je revois en tête le plan du parcours, un large huit constitué de deux boucles qui s'entrecroisent. Si cela se

poursuit ainsi, sans doute ferai-je demi-tour au détour de la première. Dans quel état j'erre ?....

La remontée sur le coteau, puis la ligne qui longe la crête permet à nouveau une meilleure accroche et une allure plus cadencée. Si l'on peut dire. Dans l'herbe haute. Le pilotage est positionné sur automatique. Les tiges et les brins caressent les mollets, lavent les chaussures, rincent les pieds. Aux confins de la première boucle, je poursuis tout de même, adienne que pourra. Pourtant, la galère n'est pas finie. Les talus sont parfois si glissants que mes chaussures m'interdisent toute ascension. A quatre pattes, je m'accroche aux herbes, aux branches, je me hisse. Spectateurs de mon incapacité, beaucoup de coureurs m'aident, m'offrent une main tendue. On me tire. La solidarité n'est jamais aussi prononcée que dans ce genre d'épreuve. L'adversaire est d'abord un partenaire. S'il tombe, vous vous arrêtez et vous l'aidez à se relever.

L'aiguille tourne, deux heures de course sont vite passées. Le crépuscule gagne petit à petit le décor, d'abord dans les sous bois. A plusieurs reprises, il faut descendre sur les fesses dans la boue, s'agripper aux ronces, se déchirer les mains et poursuivre. Au plus bas, le décor semble appartenir à un ailleurs. La végétation paraît décalée. Une mangrove. La jungle à quelques kilomètres de la mégalopole toulousaine. On se retrouve seul dans un paysage humide, un sol mou, les arbres si feuillus ne laissent plus rien entrevoir du ciel. On court le long d'un torrent qui a déversé là des tonnes d'alluvions, des branches cassées, du sable. Un steeple les pieds dans l'eau. On s'enfonce dans le marécage. Il n'y a plus de bonnes ou de mauvaises chaussures, tous les coureurs sont dans la même galère. On cherche dans la pénombre le fléchage. Impeccable fléchage. Les kilomètres se succèdent les uns aux autres, on continue. Deux heures de course, il me reste quatre kilomètres. La lassitude petit à petit gagne et les jambes peu habituées à un sol si imprévisible commencent à faire mal.

Le chemin du retour le long de l'Ariège est de toute beauté. On monte, on descend, tout le temps. On saute un tronc couché comme une haie, on se baisse pour éviter de s'assommer à un autre. Et cela glisse tout le temps. Certains talus sont plus délicats, on dérape, les appuis vous échappent, rien n'est certain. Les muscles sont en bout de course. Une première crampe à la cuisse droite me statufie, longue, lancinante. Il faut continuer, on est presque au bout. Dans de telles conditions, tout paraît plus long. Je repars mais une seconde crampe au mollet gauche cette fois me fait à nouveau stopper. Aller au bout de soi-même, pourquoi ? Et dire qu'il faut regrimper là haut. La fin du parcours l'exige. Je suis cuit... Un gars du Portet AC, concurrent lui aussi, me rejoint. On discute. Croyez le si vous voulez, nous nous sommes donné la main jusqu'en haut, entraïdés pour pouvoir remonter. Franche camaraderie et plats remerciements. Grande solidarité.

Plus que deux kilomètres, sur la même piste que celle utilisée au départ. Un à un les coureurs gagnent la ligne d'arrivée, hagards, repus, pourris. Tous sont crottés des pieds aux mentons. Le linge est cette fois beaucoup moins propre. L'arrivée a lieu à l'intérieur même du gymnase, comme toutes les grandes courses. On se repait. L'eau de la douche dans les vestiaires attenants coule à grands flots, chaude et rassérénant. Personne ne se fait prier pour aller se laver. Les vapeurs intenses déclenchent l'alarme incendie du bâtiment, assourdissant. Je m'en fiche, j'ai fini, on est tous particulièrement heureux d'en avoir fini, on partage le même avis. Que cette épreuve fut pour tout le monde très difficile. Pour d'autres aussi, les courbatures seront difficiles à digérer. Il n'y aura pas que moi. Je boite. Les tables s'emplissent et on se régale d'une moules frites. On reviendra tous, sans doute, l'année prochaine sous de meilleurs auspices. En plein mois de juin, on devrait s'attendre alors à un parcours plus sec. Ce sera alors complètement différent. Mais où est la normalité. 2010 fut une année exceptionnelle pour ce premier trail du confluent, il faut l'avoir couru pour le croire.

Et au petit jeu de qui court le plus vite dans la boue, il y eut, effectivement un classement et un gagnant. Manifestement Pascal Claustre, transfuge à 32 ans du VTT, s'est montré dans les bois le plus rapide et avait d'abord faussé compagnie à ses poursuivants. Mais un manque de vigilance reconnu l'a mené à l'égaré. Le temps de retrouver son chemin, Sébastien et Laurent, les deux favoris cités ci dessus étaient passés. Podium est ainsi fait. Il n'y eut pas ce jour qu'une seule victoire. Deux cents quarante coureurs ont remporté leur course.

Chapeau à l'organisation. Jamais elle n'a manqué, elle fut parfaite. Allez donc savoir pourquoi, après coups, après tant de galère, je sois si satisfait d'avoir participé à ce raid ? Qu'est qui nous meut tant coureurs à nous confronter ainsi aux extrêmes ? Merci à toi JC, beaucoup d'entre nous reviendront, on aime ça.

Brice de Singo.

Trail du Confluent - 2010

Dimanche, 20 Juin 2010 15:28 - Mis à jour Mercredi, 23 Juin 2010 20:40
