

**DIAGONALE DES FOUS 2007 (151KM ET 9300M DE DENIVELLE)
VECU et VAINCU par THIERRY CAER**

Novembre 2006, assemblée générale de Breizh sport aventure, l'idée de partir à l'île de la Réunion faire la course mythique qu'est la diagonale des fous est évoqué, et fait réagir quelques membres de l'association, Pierre à déjà eu l'occasion de la finir avec succès en 2004, Il sait dans quelle galère ont veut s'embarquer et sa lui fait peur à l'idée d'y repenser, Nous autres, sommes comme des gamins à qui ont dit de ne pas y aller voir(vous connaître la suite).

En définitive nous seront 5 à prendre le départ, Joel mon aîné, Claude, Remy, Pierre et moi, L'entraînement débutera en avril avec un premier coup d'arrêt de 4 semaines pour entorse (ça commence bien !!!!) Par la suite les entraînements s'enchaîneront à un bon rythme et les résultats ne se feront pas attendre, Nos entraînements spécifique pour la diagonale se feront avec un travail de cotes (escaliers) + un travail de foncier (sortie de 3 à 8 h) ainsi que quelques exercices sur les rochers en bord de mer (très important!!!! ont retrouvé des cailloux tous le long de la course.)

A la fin août ont est au top de notre forme, mais l'envie et la motivation pour ces entraînements de forçat n'y est plus, il faudra se faire violence pour y aller et compter sur les collègues pour me bousculer un peu, Allez encore 4 semaines ça devient bon!!!!

On y est Lundi 15 octobre le départ est imminent pour l'île de la Réunion, après 12 h de vol et une nuit blanche arrivée à St Denis de la Réunion où nous attend le comité directeur de course (Robert Chicaud) pour nous souhaiter la bienvenue, Le temps est couvert + quelques ondées.

Nous séjournons dans un village vacances à St Gilles (9 jours de pluie par an !!!!, sa fait rêver)

Le cadre est paradisiaque, j'en oublierai presque pourquoi je suis là,!!!!

Mercredi 17 octobre prise des dossards au stade de la redoute à St Denis, où Joel s'amuse à nous filmer et interviewer tel des stars. Tous les favoris sont présents Delebarre, Jacquero, Karine Herry ect.,) Mes sensations ne sont pas bonnes du tout, j'accuse un excès de fatigue du à la nuit blanche dans l'avion. L'appréhension et la crainte de passer encore 2 nuits sans dormir me font peur,

Jeudi 18 octobre, ma journée sera consacré à la préparation des sacs et du matériel, et au moins 6H de sieste !!!! (certains diront que ce n'est plus une sieste mais une nuit),

17h30, la forme retrouver et le moral également, départ pour le sud de l'île où nous attend Pierre et Lydie qui loge chez son frère Jean Noël (Réunionnais d'adoption), Dernier repas en commun où ont s'autorise même une petite bière, l'ambiance est sereine et le moral des troupes au beau fixe,

10h45 il est temps de prendre la route vers St Philip. C'est la foule 2200 coureurs s'appretent à prendre le départ, Parmi cette foule une sorcière prêche des paroles sataniques à notre égard, On la laisse dans son délire, on a pas besoin de cela en plus pour ce mettre la pression,

Le contrôle des sacs sera une formalité pour tous, 30 minutes avant le départ, juste le temps de prendre une dernière photo en commun et de saluer les filles,

12 h00 : Le Départ est ponctuel, la foule est très compacte, sa ce bouscule, je n'ai qu'une crainte, de percer ma poche d'eau, Je sors du stade avec Pierre où nous ferons les 5 premiers KM ensemble sur la route communale, l'allure est rapide, les coureurs veulent faire leur place avant l'ascension du volcan, Une immense foule nous acclame sur cette route, ça prend au tripes de voir cette engouement. Après 5 Km de bitume nous prenons les chemins de cannes à sucre, l'ascension démarre, Je perdrai Pierre à un ravitaillement, je ne sait pas où il est (devant, derrière ????), peu importe, avançons toujours, on verra plus tard, Au ravitaillement de mare longue (à 15 km et 600m +) je fais le plein en eau et nourriture, le prochain ne sera que dans 4 h de course, en haut du volcan, Nous prenons un sentier boueux, défoncé, abrupte, la totale quoi !!!! où nous sommes cul à cul, impossible de doubler, pas un mot, chacun est dans sa peine et se concentre sur ces appuis incertain. La t°C baisse au fur et à mesure de la montée, Les premiers soucis de certains coureurs se font sentir(vomissement), Pour ma part tout va bien si n'est une contracture au triceps du mollet gauche. Une kiné m'expliquera plus tard que ça vient du fait que c'est mon pied d'attaque, et donc plus soumis aux chocs.

J'arrive en haut du volcan il est 5H52 et 410 ème , le soleil se lève et le spectacle est

splendide, nous sommes à 2300M+, ça caille, je suis humide avec la transpiration et la rosée. Rien de telle qu'une soupe chaude pour se réchauffer.

Je suis prêt pour une longue journée. Nous longeons le volcan puis nous traversons la plaine des sables, je suis dans mon élément, une partie roulante qui permet d'allonger la foulée. Nous traversons des paysages lunaire, où la végétation est très rare excepté quelques plantes grasses. L'oratoire St Therese, un des plus beau point de vues de l'ile (un régal), je prend le temps de faire quelques photos, c'est magnifique, Je redescend ensuite vers mare à boue, la végétation change encore, pour faire place au paturages et ces chemins humides, Il reste 2 Km de route, et le public est nombreux, ont se croirait au tour de France, ont nous encouragent par notre prénom qui est lisible sur le dossard, Le peleton est déjà très étiré.

Mare à boue : 8H20 du matin, 323 ème,et 50 KM d'avalés, j'ai gagné 100 places (c'est bon pour le moral) je profite pour me restaurer et me faire masser le mollet, Ce poste est géré par des militaires.

ils sont aux petits soins avec nous, La prochaine difficulté, le coteau de Kerveguen à 2200M+, Le chemin est très humide, il a beaucoup plu les jours précédent, l'eau coule de partout et de je ne sait où !!!!, Les pieds vont beaucoup souffrir avec l'eau, les racines, cailloux, échelle ect,,)

Poste de Kervéguen (59km et 10h55 de course), malgré la difficulté j'arrive à la 311 eme places, encore 1h30 d'ascension pour arriver au gîte du piton et basculer vers la descente qui nous menent à Cilaos, Cette descente sera infernale pour moi et cela va durée 1h30, où je vais me faire doubler par une 40 ènes de félés !!!!!. Je ne retiens pas la leçon et préfère jouer la sécurité.

J'aperçois le Gwen a Du de loin, et les filles sont là pour m'accueillir.Elle m'annonce que Pierre est arrivé il y a 5 minutes, cela ne me surprend pas, nous avons le meme niveau. Joel et Remy sont une heure derrière nous et Claude à 3 Heure. Pierre à également beaucoup souffert dans cette descente de 1200m-

Cilaos 67Km et 13h24 de course et 346 eme, c'est le moment de faire peau neuve et de changer les vêtements humide contre du sec puis de se refaire une santé en passant chez le podologue et chez le kiné, pour terminer par un repas chaud;(riz + poulet). Nous décidons poursuivre le chemin ensemble et de faire le maximum avant la nuit.

Le pied du col du Taibit (74 km et 373 eme)

il est 16h25 et nous attaquons cette ascension de 800 m+ l'objectif sera de monter puis descendre vers Marla avant la nuit, il nous reste 2h. Nous sommes efficace dans la cote, personne ne nous doublera, se sera plutot l'inverse, Là encore nous avons de super points de vues sur Cilaos et du cirque.

Marla 18h36, 80km et 350eme (deuxieme nuit), Repas chaud avant la nuit, et Pierre profite de se faire strapper les genoux avec un kiné. Nous emboitons le pas avec 6 autres coureurs vers la riviere aux galets et l'allure est rapide (trop rapide!!!) ils nous emmenerons tous de meme jusque roche plate.

Roche plate 88 km 349 eme et il est 21h45 Nous arrivons assez fatigué à ce poste, bon nombre de coureurs sont à meme le sol et cherche le sommeil, Pierre veut s'allonger également, pour moi hors de question de rester là il faut que j'avance, J'aurai raison sur parrain et reprenons la route ensemble, Cette seconde nuit sera éprouvante avec une succession de difficultés, la descente infernale vers la rivière aux galets qui nous amène vers le col du Bronchard (aie aie aie!!!!) le passage y est étroit, d'un coté un cable pour s'agripper, de l'autre le précipice avec passage d'échelles (ça craint surtout de nuit),je prend conscience de la folie de cette course. Heureusement nous sommes à deux et lucide. Le col du Bronchard sera usant.

Poste de la Nouvelle 96 km, 25h17 de course, il est 1h17 du matin et 355eme

A ce poste ont découvre bon nombre de coureurs allongés, épuisés ou blessés, Ce n'est pas le moment de rester là, la structure ne s'y prete pas et deplus ca caille, Une soupe chaude avant de repartir nous fait le plus grand bien, à ce moment là une voix connu nous parle dans le dos : REMY!!!.Il nous donne des news de JOJO et Claude, tous le monde est en course , super !!!, Pierre et moi sommes prêt à repartir, en donnant RDV à Remy dans 30 mn voir 1 h lorsqu'il aura manger. On ne le reverra qu'à l'arrivée !!!!!.Une dernière difficulté avant le jour : le col de la

fourche avec une ascension de 400m+ sur 4 km avec des passages sur des rondins de bois posé en travers, c'est très humide, c'est le bourbié, nous avons franchi les 100km, plus que 50 km!!!!.

Col des boeufs, sentier scout : 104 km, 4h40 du matin, 28h40 de course et 324ème

Nous sommes très réguliers depuis le début, mais la fatigue nous rappelle. Notre envie de s'allonger est réciproque, je négocie 2 couchages dans la tente de la croix rouge, ici on ne trouve que des blessés et des abandons. Au bout d'une ½ heure les bénévoles proposent à Pierre de rentrer en voiture sur St Denis, il y a confusion, il est hors de question, nous sommes toujours en course.

Un petit déjeuner et c'est reparti. Le moral est bon, cette coupure nous a fait le plus grand bien.

C'est durant cette 1/2 heure d'arrêt que Remy profitera pour nous doubler sans nous voir.

Aurère 113 km il est 8h10 du matin 32h10 de course et 380ème

Nous avons perdu quelques places durant notre sieste, mais nous voilà frais pour la journée.

Nous sommes au cœur de mafate, ce n'est accessible qu'à pied ou en hélico, la végétation y est dense c'est magnifique.

Deux bras : 121 km il est 10h00 et 34h00 de course 405ème.

Nous traversons et longeons la rivière au galet pour arriver au poste de deux-bras.

Ici notre sac de vêtements secs nous attend, ce poste est géré par l'armée de terre, là encore le service auprès des raiders est irréprochable 20/20. Les podologues et kiné n'arrêtent pas.

On prend le dernier repas complet de la journée, le prochain sera à St Denis !!!.

Ils nous faut sortir de la rivière et monter vers dos d'âne, (c'est le nom du village) non non il n'y a pas d'option équitation sur la diagonale des fous. Allez une petite falaise de 700m+ sur 4 km à gravir (un mur!!!!) ce n'est rien après les 7500m+ cumulé que l'on vient de faire. Ce passage est encore craignosse avec des câbles pour se tenir d'un côté et le vide de l'autre !!!!

Dos d'âne (stade) 128km il est 13h32 soit 37h32 de course et 404ème

Il y a la foule au stade, on ne s'attarde pas on pointe et on repart, on veut arriver avant la nuit, Dernière ascension (piton batard) avant de redescendre sur St Denis. On longe la crête, avec une vue exceptionnelle sur le cirque de mafate. Il fait très chaud 27-28°C. La descente sera très éprouvante pour Pierre (son genou lui fait souffrir), pour moi également, se sera le mollet avec une bonne contracture.

Malgré cela j'essaie de faire un peu d'humour pour relativiser la difficulté, mais Pierre me fait remarquer qu'il n'a pas envie de rigoler, il est dans le dur !!!! La part du mental dans cette course à autant d'importance que le physique. Maintenant si vous êtes Breton et de surcroît Léonard, vous partez avec un sérieux avantage, on a pu le vérifier!!!! (la niak).

Colorado 143km, il est 17h47 soit 41h47 de course et 405ème

Ça sent l'écurie, en effet le frère de Pierre et sa nièce viennent à notre rencontre, ils sont très enthousiastes de nous voir et c'est réciproque, ils finiront les 7 derniers km avec nous, une partie très technique, il nous faudra encore enjamber des rochers sur quelques km avant d'apercevoir le stade de la redoute. Nous apercevons le Gwen a Du, tous le monde est là pour nous accueillir, même Remy arrivé 3 h plus tôt. Nous prenons le drapeau Breton et finissons les 500 derniers mètres en marchant, nous profitons au maximum des derniers instants de l'aventure. À la vue du drapeau le public vient vers nous nous félicite (les Bretons ont la cote) Le moment est fort, nous passons **la ligne d'arrivée à 19h26 soit 43h26 de course et à la 425ème place.** Joel suivra 3 h plus tard derrière nous, alors que Claude a décidé de passer une 3 nuits dehors au grand désespoir de sa chérie, pour arriver au petit matin.

5/5 à l'arrivée pour l'équipe de BSA alors que l'épreuve affiche un taux exceptionnel de 40% d'abandons soit 900 /2200 raiders.

Epreuve unique à vivre au moins une fois dans sa vie de traillleur, **une vraie course de fous.**
THIERRY.

