

Modane – Alpe d'Huez.

Voici le récit de mon aventure qui permet de mieux comprendre mes motivations, ou pas... On était donc 8 à partir dans les Alpes pour faire l'étape du tour, autant dire qu'il y avait de l'ambiance ! Tout le monde est arrivé au bout et en bon état, c'est le plus important. Le cadre pour notre exercice préféré était grandiose. L'organisation était impeccable, même un peu militaire. Il y avait la moitié d'étrangers (beaucoup d'Américains, de Brésiliens, d'Anglais, d'Hollandais, mon voisin de départ était Néo-zélandais...). La popularité du tour est vraiment planétaire.

On était 9500 au départ. Avec mon numéro 3075, je suis parti 30 min derrière les 1ers. Mes amis avec leurs dossards 9000 sont partis 1h15 après les 1ers.

La descente de Modane jusqu'au 1er col (le télégraphe) n'était pas dangereuse et s'est bien effectuée (15 kms) puis l'ascension du télégraphe s'est super bien déroulée (12 kms d'ascension de 5,5 à 9% avec des variations de pente qui permettent de récupérer un peu par moments). Au 3ème lacet du télégraphe je vois un coureur obèse arrêté, les coudes en appui sur son cintre, faisant non de la tête, il n'est pas arrivé celui là...

Ensuite 5 kms de descente et on attaque le Galibier (17Kms d'ascension plus raide mais avec un replat à 9 kms du sommet, les derniers 9 kms sont à 8,5 % de moyenne sans répit) Jusque là ça sent la belle perf pour moi mais le dernier kilo présage une belle souffrance pour le dernier col. Ensuite c'est 50 kms de descente et là au lieu de récupérer je "bourrine" encore et encore. Je descends bien et continue à doubler mais dans les tunnels je fais de l'huile, oui ça c'est nouveau pour moi les tunnels et je suis de plus en plus tendu à cause de l'obscurité à tel point que j'en attrape une crampe à la cuisse. Une crampe de trouille, Christelle m'a tellement répété de faire gaffe... Je suis obligé de m'arrêter quelques secondes puis je me détends et ça passe progressivement mais je gamberge car je me demande comment je vais faire pour finir si j'ai déjà des crampes. J'attaque l'Alpe d'Huez je continue à doubler mais de moins en moins vite. Cette fois ci la pente est terrible, aucun répit, jamais, pendant 13 kms.

J'en bave de plus en plus. J'ai prévu trop court en développement. Il fait chaud. Je ne double plus personne mais je tiens. Ma vitesse devient ridicule. A 6 kms du but je m'arrête, je bois, je m'arrose, ça va un peu mieux mais pas longtemps. Je n'avance plus. Je me fais un peu doubler, c'est pas la catastrophe. J'ai plus d'essence, je suis en hypoglycémie, j'ai envie de dormir, de me coucher par terre. Il reste 3kms, je m'arrête je marche un peu et j'engloutis une banane qui me reste. Je repars, j'arrive à L'Alpe d'Huez la pente redevient plus humaine pour les deux derniers kilomètres c'est l'arrivée mais je m'en tape ce que je veux c'est m'asseoir et manger. Le ravito est à 1 km c'est à dire à des années lumières car là je vais tomber si ça continue. Puis je trouve l'immense marabout du ravito, je récupère mon sachet, je trouve une barrière, j'y mets mon vélo, je m'assois par terre et dans un demi-sommeil je mange tout ce que je trouve. Je reviens à moi, je me retape, en quelques minutes je renais, je retrouve ma tête, je récupère mes jambes, je me lève, c'est bon, je peux recommencer ou presque. J'attends mes amis. J'appelle Christelle, je parle à mes enfants, c'est bon ça. J'ai doublé 2000 personnes et plus, pour une première c'est pas mal, j'ai fait des erreurs mais ça va. L'Alpe d'Huez quand on est cuit, c'est terrible et c'est bien pour cela que c'est mythique. 752ème mais ce n'est pas le plus important... .

Benoît