

Raid Souloise 2010

Suite au raid du WE dernier, j'ai reçu une convocation du Kéké de Kikourou : je suis sélectionné pour participer au raid Souloise à ces côtés... Une consécration...

Non je déconne...

Philippe, alias le Kéké va tout vous expliquer.

Prenez bien le temps de lire le CR, le Kéké n'est pas un simple raideur, c'est aussi un très bon narrateur ...

<http://coureur-de-montagnes.over-blog.com/article-raid-souloise-2010-56623345.html>

Préambule

Je tiens à m'excuser par avance pour tous les habitués lecteurs de ce blog très sérieux et fort intéressant. Malheureusement le kéké est passé par là et va faire redescendre le niveau, promis je reviendrais pas trop souvent.

Comment je me retrouve invité sur ce blog ?

Ben on va tout vous raconter là dessous, le kéké écrit en noir et *le propriétaire des lieux écrit en bleu*

Epreuve 1 : compte tes amis

Septembre, la rentrée des classes, et surtout le raid Souloise.

Et oui déjà 5 ans qu'on trouve trace des PPs de kikourou dans les (profondeurs du) classements de ce raid si sympathique.

D'ailleurs sur le site de la course quand on va sur l'édition 2006

(http://www.raidsouloise.com/RS_2006/Page_Raid_2006.htm), on tombe sur le compte-rendu des PPs.

Bon cette année on fait un peu les faignants au printemps avec un PP1 qui fait rien car plus ou moins blessé et un kéké-PP2 (moi) qui fait le trailer avec comme appogé le grand duc en solo.

Mais là fini la rigolade on reforme le duo pour l'automne pour envoyer sur les raids.

De mon côté, j'aère le VTT ce mois d'août et constate que le PP1 est bien revenu au taquet et que moi j'ai toujours un peu de mal à lâcher les freins dans les descentes.

En tout cas je suis impatient sauf qu'en début de semaine le PP1 se sent un peu fatigué et malade.

J'ai l'habitude du coco toujours à beaucoup somatiser alors un supo, dodo et ça va bien se passer.

Bon finalement ça se passe pas si bien apparemment il aurait été piqué par la tique enragée, bilan 2 semaines de double dose d'anti(bio)tique.

Je sais vraiment pas où il va les chercher les excuses pour pas faire les raids mais là je suis assez admiratif devant tant d'imagination.

OK 2 jours pour trouver un remplaçant, en plus le samedi de la rentrée.

C'est la première épreuve du raid et surement la plus difficile.

En plus kikourou est en rade pour vraiment simplifier l'affaire.

J'essuie beaucoup de refus polis pour des tas de raisons (mais beaucoup moins d'imagination que PP1 il faut le reconnaître) sauf 1 qui dit pas non mais "si tu as vraiment personne je pourrais peut être venir avec toi"

Bon ben Nico, j'ai vraiment personne alors si tu veux venir, sinon on annule.

Le Nicnic a le coeur sur la main... c'est la son moindre défaut... je m'étais laissé convaincre par Greg de ne pas y aller... mais le message de détresse lu sur Facebook m'a fait couler une larme et j'ai vite répondu que je serai la 5ieme roue du carosse...

Ce garçon est un warrior, 3 jours de raid non-stop le WE dernier et là il repart encore en vadrouille ce samedi.

Je compte bien sur le fait qu'il soit un peu calmé car sinon le kéké il va morfler derrière un 3 poumons comme ça.

Déjà il y a 2 ans j'avais du remplacer PP1 au pied levé par Davidou le minou (c'était quoi l'excuse déjà ?? ah oui péritonite) et là j'en avais chié.

Donc RDV est pris le lendemain pour venir le chercher à l'aube, malgré une panne de réveil du garçon les retrouvailles et le voyage se passe sans problème.

Dur dur à l'allumage ce matin...mais une fois hors du lit plus rien ne m'arrête...

Sur place

On arrive sur place, la température est frisquette.

Par contre l'accueil est toujours aussi chaleureux et sympa du coté de Corps.

Hervé l'organisateur met l'ambiance en accueillant tout le monde, on en profite pour dire un peu de mal de PP1, ça fait toujours du bien.

NicNic retrouve pleins de connaissances , une sorte de héros après son petit périple du WE dernier.



Le retrait des dossards et le changement d'équipier se font très rapidement et sans problème, bravo les organisateurs.

On prépare tranquillement les affaires, je sors le fameux porte carton de poinçonnage (le truc qui tennait la médaille de finisher d'une transju) bien pratique quand le carton est un peu plastifié.

NicNic installe sur mon vélo le système d'accroche pour la laisse de tractage spécial minette ... *Le terme technique est "tire-minette"*

C'est quoi cette histoire ?? Tu installes ça si tu veux, de toutes les façons c'est sur ça servira pas.

Briefing, j'en ai raté la moitié et installation du matos dans le parc dédié pour stocker le matos pour le trail dans quelques heures après la petite reine.



Allez les équipes partent de minutes en minutes par ordre de dossard, nous on est 17 sur 45 alors on va être bien au milieu du peloton dans cette première partie.

Bicyclette

On nous distribue la carte 5mn avant le départ, on regarde un peu le parcours et quand faut y aller ...

Ma maigre contribution à l'orientation du jour se situe surtout à ce début de course avant que mon cerveau insuffisamment oxygéné garde toute son énergie pour essayer d'avancer à un rythme compatible avec le nouveau membre par intérim des PPs de kikourou.

On sort du village par la route Napoléon, on va jusqu'à un pont.

Petite traversée de rivière en mode équilibriste pour pas se mettre à l'eau et hop une dans la besace.

Bien vu de pas avoir traversée par le pont en haut c'était sûrement la bonne option, pas sur qu'on ait fait exprès non plus.

Ensuite on y retourne, bonne action du kéké, qui empêche le nicnic de retourner au village (il en a déjà marre de moi???) et avant sur une route qui monte.

Oups!!! C'était pour voir si tu suivais ;-)

Tainnn ça tire les cuisses ces montées à froid en vélo.

Le Nicnic est facile, le kéké en sur-régime, il prend un peu d'avance, fait des photos ...



On double quand même 2 équipes dans ce premier raidar.

Ensuite c'est un chemin qui continue à grimper sérieusement.

Il est sûrement temps d'attacher le kéké à une laisse pour pas qu'il en profite pour prendre des pauses par encore méritées.

Donc aujourd'hui le kéké a testé pour vous le rôle du tracté.

Un tracté plutôt efficace, je sens à peine la tension... Le tire-minette permet d'aider son équipier, mais c'est surtout un bon moyen de rester ensemble... Le point important c'est que les deux équipiers doivent gérer leur effort pour ne jamais être dans le rouge... et durer... durer... Tellement évident, mais a priori certains ne l'on pas forcément intégré...

Ben en fait c'est pas mal, mais il faut quand même pédaler ...

De temps en temps on sent une bonne impulsion qui relâche un peu les jambes mais le cœur reste haut je

continue à être en sur-régime, j'espère pouvoir tenir et que le NicNic va bientôt sentir la fatigue du WE dernier sinon je risque de finir en rempant ou pendu à un arbre par la laisse de chien.

Enfin en haut on peut reprendre des chemins moins difficile et prendre un peu son souffle.

Je ne regarde définitivement plus la carte, je donne toute les responsabilités à NicNic. *La top25 c'est pas pire... ça fait plaisir de voir les détails... et on avance plus vite que sur une 1/50 000*

Petit cafouillage sur la 3, rien de grave, on est plusieurs équipe à hésiter dans ce coin, un gros chemin pas indiqué sur la carte sème la confusion. *Petit détail, il fallait sortir de la forêt pour ensuite chercher la bifurcation... du coup, nous étions encore dans la forêt... bien trop tôt dans la carte...*

On arrive au premier CP, balise 4, toujours beaucoup de succès avec la corde de traction, j'ai encore un peu de force pour sortir quelques conneries aux bénévoles ou aux adversaires qu'on dépasse (kéké jusqu'au bout, on ne se refait pas)

Ensuite un bonne cote avec un bon poussage de vélo où tout un peloton nous double, dont les futurs vainqueurs qui nous ont repris déjà un gros quart d'heure.

On a pas encore parlé du paysage mais toute la journée ça a été ouahh et hooo et putain c'est boooooo. *Vraiment extra en effet... l'Obiou, le lac, et le reste...*

Et là haut c'est ouahputaincbooooooooooooooooooooo et le nicnic en profite pour faire quelques photos pendant que moi je crache des morceaux de poumons coincés dans les dents.



Ensuite on enchaine des balises qui continue de m'entamer à petit feu.

NicNic découvre qu'en montée je suis pas l'aigle de Vizile mais qu'en descente je suis assez homogène et que ma technique de passage d'épingle est encore perfectible. *Il va falloir progresser d'ici 2 semaines car*

la Flapy les épingles ça lui fait pas peur...

Ca PPI me l'a déjà souvent dit mais il pourra pourtant confirmer que je me suis déjà beaucoup amélioré par rapport à mes débuts.

Je bouchonne parfois un peu tout le monde dans des petits sentiers bien sympa, en tout cas super parcours VTT.



Les choses vont un peu s'accélérer à l'approche de la balise 8.

On s'embarque avec d'autres sur un chemin moyennement roulant et qui se transforme vite en jungle à base de ronce et pierre droit dans la pente. *En fait le marquage de la balise sur la carte fait croire que le chemin continue... Mais ce n'est pas le cas...*

Ca serait encore jouable sans ce foutu VTT mais là c'est une horreur total.

Je fais copain-copine avec une ronce géante qui est visiblement elle aussi une grande fan du kéké et qui ne veut vraiment pas le lâcher.

C'est un amour assez SM et qui laisse de très plaisantes traces sur l'ensemble de mes jambes et mes bras, mmmmmmmmmmmmm.

Après de longue minutes de cette descente en milieu hostile on retrouve un chemin ou m'attend le nicnic.

Un raid sans coupe ni ronce c'est pas un raid... c'est une course de garçons coiffeurs...

Je teste une nouvelle tactique pour éliminer les adversaires, le lâché de VTT pour tenter de stopper net des équipes arrivant lancé sur le chemin.

Raté, mais de peu, en tout cas ils m'avaient pas vu, bien caché que j'étais derrière des fourrés.

On reprend les vélos ça fait du bien surtout en descente mais la traversée de jungle m'a bien entamé.

On arrive sur zone, petite séance de jardinage, la balise n'est pas très bien placée sur la carte (dixit NicNic,

pas plus menteur qu'un orienteur, c'est ça le proverbe??). *Je persiste et signe la balise était trop basse... plus prête du fameux pont (cf plus bas) que du lasset...*

Je suis le ruisseau et vais poinçonner la balise en aval pendant que NicNic m'attend avec les vélos sur un petit pont.

Et c'est là qu'arrive le drame.

Je reprend le vélo tendu par nicnic, malheureusement pas beaucoup de place sur ce pont entre le vélo et le vide, je trébuche sur le coté dans le trou sous le pont.

Là c'est rigolo les choses se passe au ralenti dans ta tête.

Tu es en train de tomber, tu sais que tu vas avoir mal et tu attends la douleur qui va forcément arriver.

Heureusement j'arrive 1m50 plus bas sur le coté sur un rocher assez rond, ça tappe un bon coup sur le haut de la cuisse.

Je sens très vite que j'ai du pot et qu'à priori il n'y a pas trop de casse.

J'ai juste le petit doigt de la main qui tire un peu, je regarde, oups il est juste tordu à l'inverse de la direction naturelle.

Je le remets en place ça fait un petit clac (depuis il a un peu gonflé et pris une petite teinte bleutée du meilleur goût tout comme ma cuisse d'ailleurs). *Je tiens publiquement à m'excuser auprès du Kéké.... mais je pensais qu'il avait un peu plus d'équilibre...*

Quelle frayeur... Le voir tomber au ralenti... glurps! Heureusement plus de peur que de mal... Il est dur le Kéké c'est un vrai raideur!

Un petit gel pour se remettre des émotions et on y retourne.

On rejoint la zone de la balise 9, nicnic m'envoie au prix de ma vie au pied d'un pont où il n'y a visiblement rien, et si il y a quelque chose ça va être dangereux d'aller le chercher.

NicNic met fin à mes recherches de sanglier qui risquait de se terminer par un plouf dans le cours d'eau par un "remonte elle de l'autre coté je la vois"

Je sais plus si c'est par là mais j'ai oublié de dire que le tire minette a eu son compte, trop gros le kéké à tracter, on a tout cassé. Un peu plus loin... *Domage car sur la partie avant la tyrolienne, il nous aurait bien aidé...*

On reprend les vélos et là c'est droit dans la pente et ce qui devait arriver, arrive, je suis cuit.

NixNix qui est tombé dans la potion magix quand il était petit n'éprouve jamais la moindre fatigue.

Il prend les 2 vélos et pousse dans la montée.

Le pire j'arrive pas à le rattraper sans vélo alors que lui il en a deux.

Enfin en haut (enfin du moins je crois), mais non c'est encore plus traître, c'est une sale montée dans du gros sentier plein de caillasse où j'avance plus, en plus ça commence à sérieusement chauffer.

Là le kéké il est scotché au sol, impression renforcée par une équipe qui nous laisse sur place, les 12 je crois qui avaient visiblement pas du tout optimisé sur les balises précédentes.

Enfin on sort de cet enfer pour retrouver une pente plus compatible avec ma forme du moment.

NicNic s'est un peu endormi sur la carte, heureusement un tas de vélo au milieu du chemin nous indique que la prochaine balise est peut être par là.

Effectivement, ils en reviennent ... *Yep! j'avais un peu déconnecté et étais déjà dans la tyrolienne... En fait, je salivais devant les beaux lassets qui devaient nous permettre d'arriver au barrage... reprenons nous!!!*

Tyrolienne, tralalaitou

Allez encore une petite descente (*bien technique cette fin de descente... miam miam*) et on arrive à la neutralisation pour faire les cakes dans le vide attaché par une corde au dessus d'un barrage.

Bonne nouvelle on a 1/2 heure pour se reposer et ça sera pas de trop.

On se ravitaille, refait le plein d'eau car ça cogne.

Bon comment ça se met déjà un baudrier, ça fait déjà un an que j'ai pas utilisé ce truc.

On traverse le pont pour aller à la salle des tortures.

Le kéké il est jamais fier quand il s'agit de quitter la bonne terre ferme.

Je demande au GO de bien tout vérifier mon arnachement et mon tour est malheureusement déjà là.

Quand le GO a mis la poulis, le Kéké il faisait plus son kéké... il était tout calme...

Il ouvre son portail et j'ai plus qu'un pas à faire ...

Nicnic filme tout ça pour la postérité et en avant ça ira mieux dans quelques secondes, c'est le premier pas qui coute.

vidéo à venir

Ouf vivant, je dois même avouer que j'ai apprécié la 2ème partie une fois qu'on sent que le truc est bien attaché au câble. *Presque trop courte, un mon Kéké ;-)*

Il nous reste une dizaine de minutes pour finir de se restaurer avant de reprendre les montures en direction de nouvelles aventures.

Maman les petits bateaux

30 mn de pause c'est fini on repart par la route direction le canoë.

Là le kéké fait sa 2ème (et dernière) brillante intervention sur l'orientation de l'équipe, pour prendre la bonne route vers le bord du lac.

On arrive rapidement pour le canoë.

En fait le canoë est très très court cette année, on fait rapidement un rond dans l'eau et on revient rapido.

C'est presque trop court surtout que ça avait l'air de bien gazer dans ce sport.

Surtout le cadre était splendide avec un belle eau turquoise... J'ai même pas eut le temps de faire des photos...



En sortant je discute un coup avec les bénévoles en train de sortir le ravitaillement en rosé bien frais, je resterais bien avec eux au bord du lac en train de siroter les pieds dans l'eau.

Plus raisonnable je taxe juste un coup de saintyore (ça va fort)

On est reparti sur nos vélos pour remonter sur Corps, NicNic a rebricolé un tir-kéké accroché à son sac.

On quitte la route pour rejoindre la transition en passant par le sentier, on y gagne sûrement en temps mais je pense que c'était sûrement trop épuisant, car il reste encore tout le trail à faire.

Cette montée droit dans la pente m'a de nouveau complètement séché, je sers les dents et continue à avancer, mais c'est dur.

Peut être pas une très bonne option proposée par le kéké de passer par là. *Option pour grosse cylindrée... pour nous quoi!*

La coursette

Hervé, le chef de course nous annonce que 2 balises de trail sont supprimées, perso je suis pas contre.

On range tout le matos inutile, perception d'une casquette et en avant.

On sort de Corps et le NicNic m'annonce qu'il faut monter tout là haut sur la crête.

Je pousse pas des cris de joie, c'est assez intérieur comme jubilation.

Là il fait une chaleur d'enfer, une pente à 20%, nico m'attache de nouveau, ça marche aussi en trail ??? *Et oui d'autant plus que la pente est raide... par contre, il faut faire gaffe dans les épinglez sinon le collègue fini au tas...*

Pour rejoindre le sommet je prends sur moi, je souffle, transpire (en chie) comme un boeuf.

Heureusement les premières forêts calment un peu la chaleur étouffante.

Enfin le haut, je suis assez content d'avoir réussi de monter d'un traite, j'ai vraiment puisé assez loin pour y arriver. *La montée fut bien gérée... Je me suis fié au volume sonore de la respiration de mon équipier... A 70 décibel ça passe à 80 ça cassait...*



Le plus rigolo dans cette histoire c'est quand on apprendra qu'une équipe est montée tout là haut avec le VTT.

Il paraît qu'ils sont redescendus mais pas revenus sans les VTTs !!! Trop fort, ça même les PPs ils ne l'ont pas (encore) fait.

Ensuite heureusement le profil est plus raisonnable.

Un petit jardinage me permet de totalement me remettre pendant que NicNic fouille la zone trop tôt.

Maudites distances... J'ai toujours un peu de mal avec elles...

Tiens une équipe, ça sera la seule que l'on verra de tout le trail.

Ils partent devant, finalement au profit d'une crampe on les rattrape et nous avançons ensemble un bon moment sur un chemin rigolo.

Les jambes vont mieux, la température est plus fraîche par ici.

Nos copains partent devant et prennent visiblement un autre option que nous.
C'est reparti en montée de nouveau très fort, enfin on tombe sur 2 bénévoles bien sympa tranquillo à l'ombre.



Je joue parfaitement mon rôle de VRP, tape la causette assis sur la chaise avec ces personnes de très bonne compagnie pendant que NicNic va chercher la balise tout là haut.
Le revoilà déjà, bon ben messieurs quand faut y aller, à l'année prochaine.

Du coup, on tient le bon bout, on arrive sur un sentier bien rigolo en descente.



Décidément c'est pas ma journée, moi qui tombe jamais en courant j'arrive à me mettre dans le fossé, encore sans gravité si ce n'est quelques égratignures. *En fait de fossé, j'appellerai ça plutôt un ravin...encore une belle frayeur, mais le Kéké sait chuter avec style et efficacité... En deux temps et trois mouvements le revoit déjà dévalant la pente...*

On arrive en bas dans une chaleur accablante on était mieux là haut.

Le NicNic pour la dernière balise se relâche un peu, après un parcours presque sans faute avec la carte. *Pfff... je cherchais une intersections de sentiers que je n'ai pas trouvé... C'était pourtant simple... je devais fatigué...*

On rate la dernière balise, pas grave il suffit de remonter le champ.

On traverse une ferme visiblement abandonnée, on escalade une barrière et là paf la crampe au mollet. Ahhh ça fait mal, des années que je l'avais pas vu celle là et elle me manquait pas.

Du coup je fais encore le lâche et laisse Nico monter dans le champ et l'attends à l'ombre sous un arbre. Le revoilà (déjà !!!) et en avant retour sur Corps pour en finir.

Yes la ligne d'arrivée 6h05 d'efforts, pas mécontent d'en finir j'ai eu mon compte. *YES, me to!*



ball-trap et fin du bal

Petite formalité avant d'aller manger un petit coup de tir au pigeon.

L'entrainement se passe tout seul, faut dire que le tir couché avec support c'est pas trop dur même pour un kéké.

Ah mais il faut courir avant ???

Je croyais que c'était que si on ratait une cible.

J'ai pas super envie de me remettre à courir mais bon.

Alors c'est parti avec un petit jeune du petit parcours qui galope comme une gazelle.

Moi j'ai un peu de mal pour relancer, on va se réserver pour mettre les balles.

1,2,3,4 et merde je rate la dernière, 1mn de pena.

Le NicNic impeccable jusqu'au bout fait carton plein. *gestion vaut mieux que précipitation*

Rigolo on gagne une place grâce au tir, comme quoi, pas si nul finalement.

Bon petit repas à discuter avec plein de gens sympa, vu sur le lac, des raiders qui en finissent ou qui font la course du biathlon, on est pas mal.

C'est pas tout ça mais va falloir rentrer.

Au classement on est 13ème sur 45 équipes.

Très bon pour les PPs, moins bien pour le yogi mais l'essentiel n'est pas là.

Ce que je vois c'est que j'ai passé une bonne journée avec un bon camarade... qui se donne à fond et participe activement à l'aventure...

Merci à NicNic d'avoir fait la balade avec moi, même si tu m'en as fait sacrément bavé.

Je pense que la prochaine fois il faudrait que tu aies un raid de 5 jours dans les jambes pour être un peu entamé car là j'ai pas remarqué. *Oki l'année prochaine c'est toi qui tracte!!!*

Tout ceci n'empêche pas que dans 3 semaines, on bouffe du Mitton du coté de l'orient'alpin avec l'équipe classique des PPs, on sera quand même sans pitié !!!

En tout cas tu sais a quoi t'en tenir, maintenant... PP1, il a interet à être fort car le Flapy il est chaud bouillant...

Et aussi un super bravo à l'organisation du raid souloise, c'est un sans faute au niveau sportif dans une ambiance super sympa. *C'est clair que le raid est vraiment bien organisé avec des bénévoles super sympa... et un cadre extra... La cartographie sur la carte au 1/25000 permet de venir s'initier au raid... Alors n'héitez pas... viendez en 2011*

Si on rajoute les paysages fabuleux, comment ne pas revenir tous les ans, moi ça fait 5 ans que je reviens et je ne m'en lasse pas.