

PIED LIBERE N°80 ; été 2018

Rédacteur en chef : Christian Trémoulière

Gazette du Spiridon Aurillac

ECHO DES SAVATES

N°80 : ça ne vous dit rien ce chiffre ? Une limitation qui a fait couler de l'encre et réduire votre vitesse, peut être ! Avec la course à pied pas de risque sinon celui de la surchauffe, du cardiaque qui s'emballe, des plaquettes de pied qui crament, des ampoules qui clignotent ! Déjà 80 numéros pour le pied et pas une ride je l'espère, continuons à diffuser notre esprit de liberté, d'enthousiasme, et de partage. En se disant toujours : la perf d' accord, la fête d' abord ; et la course doit rester la plus importante...des choses secondaires !

Marathon de Paris : Corinne Roudeix et notre président Daniel toujours au top pour fouler le pavé parisien ! A quand une réception à l'Elysée comme nos footeux ?

TRAIL DES MILLEVACHES : Karine et Régis en plein forme pour braver les mille sources en Limousin ! Ah la vache !

TRAIL DES CITADELLES, AUBRAC. Les trailers au long court n'hésitent pas à porter nos couleurs sur des belles courses en ARIEGE ou en LOZERE.

RAID AU VIETNAM. Cathy et Fabrice en globe trotters sur un raid de 5 jours avec toujours une action en faveur des enfants du pays !

SARAMAGBELLE à Chaumeil : course dans les Monédières où j'ai été soutenir une bonne cause pour les enfants malades. Merci à Bordes et sa famille qui sont aux commandes !

BLOG SPIRIDON. LES SPI à l'honneur : Limousin, Acfa, Cote d'Azur, Créchois et Aurillac où figurent en bonne place Sandra et moi-même sur le trail de Meyronne dans le lot !

Sortie à Marcillac dans le vignoble aveyronnais où Henry et nos amis de Decazeville ont concocté une belle sortie suivie d'un buffet grandiose !

Et QUOI d'autre ! bien, suivez les résultats sur le site, les commentaires sur face book, les vidéos, les reportages etc. et sortez surtout !

BUFFET DE L ETE. Avant que vous rejoigniez vos camps de base en vacance, un buffet sympa fut organisé à Peyrolles, histoire de se retrouver autour d'un verre, voire plus hi hi et de victuailles que nous avait préparées Leclerc notre sponsor ! Merci Isabelle et tous ceux qui se sont dévoués pour la réussite de cette soirée amicale !

UTPMA encore un exploit, le mot est choisi, pour Gégé et Marie Laure qui tutoient les sommets ! Bravo aux autres aussi.

Et je cours en montagne ! (le yéti aussi !)

Amis trailers bonjour ! Vous aimez cette nouvelle forme de course qu'est le trail, court ou long, la sente a remplacé la route pour beaucoup et le goudron apparait comme une chose surannée du passé ! Que nenni ! Il existe encore de belles courses citadines ou alpestres sur macadam, du nom de cet écossais célèbre qui eut l'idée après une soirée arrosée au whisky de passer le chemin du retour au rouleau compresseur pour ne plus faire basculer sa charrette dans les ornières ou les tourbières noires !

Mais bon je vous comprends et les chemins sont tellement agréables et grisants aussi ; d'ailleurs j'ai toujours fait ici l'éloge de la course en montagne qui depuis longtemps a partagé la vedette avec des courses célèbres comme Marvejols Mende, ou AURILLAC SALERS par exemple !

En vrac et pour citer les plus belles : Canigou, Sierre- Zinal, Espelette, Valleraugue, Vignemale... et je pourrais continuer à les énumérer ! Ah oui chez nous la Griou qui n'est pas qu'une pizza mais fut aussi une belle aventure au départ de St Jacques avec la participation du Spiridon et l'association des grimpeurs du Griou.

LE TRAIL est tendance comme on dit et correspond à un besoin qui n'est pas nouveau de s'évader, trouver des sensations nouvelles dans des paysages variés. Mais bien avant toutes les formes de course y compris celles sur route ou piste d'athlétisme, il y a eu la course en montagne et ce furent des défis annuels de bergers, guides ou autres confréries de montagnards qui s'affrontaient en direction des sommets ! On pense à la course du Canigou où les porteurs de glace rivalisaient pour aller quérir la glace devant rafraichir les estivants de la station prisée de Vernet les Bains et pour épater aussi les belles élégantes de la station balnéaire. Il y eut aussi la première édition du trophée du Vignemale en 1901 sur 51 kms et 2700 m de dénivelé où les guides se mesuraient pour jauger leur valeur !

Et c'est encore en Ecosse ou en Irlande, décidément la tourbe donne des idées, que les chemins de transhumance sont devenus des itinéraires de sportifs et les bergers des « fellrunners », coureurs des champs se confrontant dans des courses libres.

Le trail est la dernière forme de course à pied en milieu montagnard et le terreau fondateur se trouve en Amérique avec déjà des courses de 160 km : la western States Trail par exemple ; en Russie également, la Sibérie et ses grands espaces a servi de cadre à des longues courses, puis l'Allemagne de l'est, la Suisse...

Depuis toujours l'homme s'est confronté à la nature et Noël Tamini a relaté dans la revue Spiridon les exploits des Apaches, Hopis ou Tarahumara capables de courir des heures en autosuffisance, mais dans un but de survie ou d'urgence alimentaire ! Aujourd'hui aussi il y a peut être « urgence », mais pour boire un bon demi à l'arrivée, partager avec les autres un moment à « refaire la course », jouer la pause du finisher en mode selfy et envoyer le tout avec smiley sur les réseaux sociaux ! Là je maîtrise le langage nouveau, et dans la pratique aussi j'assume ahah !

En France, dans les années 90, le trail commence à émerger et l'idée auto suffisance apparait alors. Après la 6000d, Valberg... le grand raid Dentelles Ventoux en 1992 devient la première course mythique s'inspirant des trails américains : 94km, 3500m de dénivelée et 10 cols ! Le magazine VO2 lance à son tour les Templiers que certains connaissent bien : en 1995 ; puis naissent la course des Hautes Chaumes, les drayes du Vercors... et bien d'autres ! Aujourd'hui on ne compte plus, et le choix est vaste même si beaucoup d'épreuves sont plutôt des courses nature, d'ailleurs qu'importe le terme ! Le besoin de partir en montagne avec un balisage, une assistance, est la nouvelle forme de rando encadrée ; et bien des adeptes du tout terrain ont fait du trail sans le savoir !

Pour info, voilà un panel des courses ou trails en montagne que j'ai effectués, parmi les plus typiques dans le genre : Ronde du plomb 16 km en 1987,88 ; Ascain la Rhune 12km en 87 ; Pastourelle 24kms en 88,89 ; Griou 25km en1990 ; Vignemale 51km en 1991 ; Sierre Zinal 31km en1991 ; Pic du midi 50km en1992 ; Aigoual 12.5km en 1993 ; ST Gervais nid d'Aigle 20kms en 1993 ; Espelette 31kms de 1994 à 99, et 23km ensuite ; Templiers 62km en 1995, 1996 ; Htes Chaumes 65km en1997 ; Drayes du Vercors 52km en1997 ; Canigou 30km en2001 ; Voie de l'écir 53km en2002, 2008 ; Roc Chartreuse 33 km en 2007 (relai avec Henry), 53km en 2008 ; Sancy 15km en 2008 ; Beaumes de Venise 34km de 2009 à 2012 ; Chamrousse 30km en 2015 ; Pastourelle 30km en 2016 ; Perdrix Super Besse 27km en2016 ...A suivre ; tout ça pour montrer la diversité des courses en montagne dans tout l'hexagone et ailleurs !

Plus sérieusement je résumerais l'éloge de la montagne (Comment peut on s'imaginer...), par ce sixtain de libre inspiration écrit en 1999 après enivrement à la gentiane et autres plantes odoriférantes aux vertus digestives :

A l'ombre du puy Griou

On sent de loin les tripous

Et l'odeur du graillou

Mêlé au chant de la phonolite

Rend le coureur d'élite

Dans la pierre qui se délite !

Après les suisses, les alpins et autres bouquetins, les cantalous eurent leur terrain de jeu, ce croque montagne de 25km et 1200 dénivelée, qui avec la chasse au dahu, l'étude des marmottes, la dégustation de myrtilles en milieu naturel, la descente de pistes savonneuses en luge à foin... allait leur donner une belle épreuve à déguster dans notre beau parc des volcans... Plus tard, après la disparition des gares, sera créée une station de trail ??? Mais ça c'est une autre histoire ! A bientôt sur le Chavaroche ou le Griou !

Kiki le fils caché du yéti et de sa tibétaine. (Poils aux mitaines)

