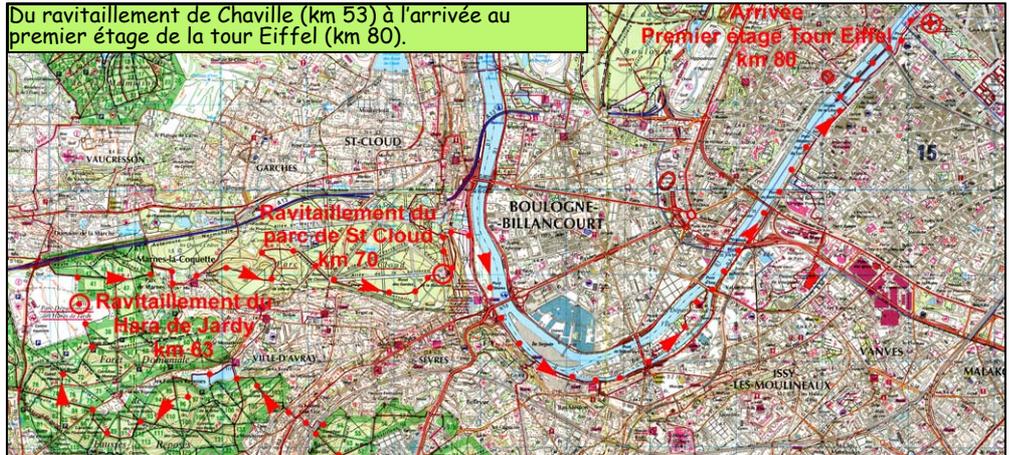


Il restait 27 km à faire avec une confortable avance sur les barrières horaires. Mon principal objectif, faire le parcours dans les temps, devait être donc atteint. Mais, inconstance des coureurs, j'avais maintenant une nouvelle ambition : conserver l'allure tenue jusque là. L'affaire s'engageait mal : une petite sacoche de ceinture était tombée quand j'avais ôté mon sac à dos pour en extraire la veste. Il m'a fallu 5 min d'énervement pour la remettre en place.

Du ravitaillement de Chaville (km 53) à l'arrivée au premier étage de la tour Eiffel (km 80).



Oh les traileurs ! Vous vous plantez ! Ce n'est pas par là.

Ça continuait fort : 5 min après le départ, sous l'averse, j'ai suivi les coureurs engagés dans une mauvaise direction. Heureusement que ceux de l'arrière nous ont rappelé. Pour moi ce fut encore 3 min de plus de perdus mais ce fut 5 à 6 min pour ceux de tête.



Le trail nous a emmenés vers la forêt de Fausse Repose au Nord-ouest. Quelle averse ! C'est un vrai temps de Raid 28.

Une passerelle à piétons bienvenue permet de franchir la tranchée de la voie ferrée de la ligne de Versailles.



De l'autre côté de la passerelle, Ville d'Avray et au-delà, la forêt.



Mais avant de gagner l'abri des arbres, il y eu la sévère rampe de la « femme sans tête ».

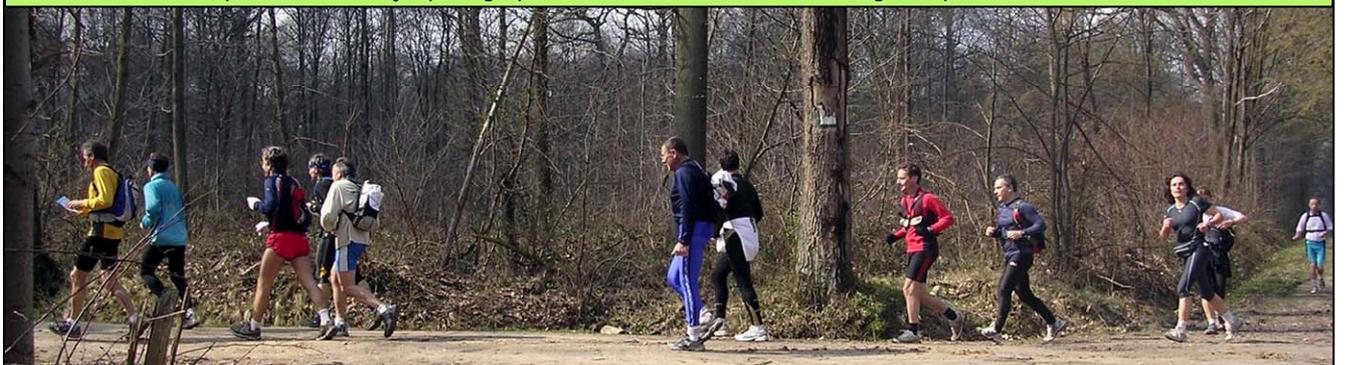
Grégory (11h34) qui me suivait alors souffrit ensuite un gros coup de barre le long des quais.



Puis le tunnel à piétons sous la 2^{ème} voie ferrée.

Il ne pleut plus. Devrais-je ôter ma veste ?

Que de souvenirs encore dans la forêt de Fausse Repose ! Je n'ai pas conservé de photos des championnats de cross corpo de la fin des années 70 qui se disputaient aux alentours du stade de la Marche : prendre des photos soi-même de ses compétitions n'était pas alors dans l'air du temps. En revanche, j'ai photographié le Grand Trail Postal « off » organisé par Robert le 27 mars 2004.



Passage du groupe JDM conduit par Robert, à proximité de la plaine des Haras de Jardy, aux environs de 12h.

Comme dans toutes les forêts traversées jusque là, le parcours s'évertuait à nous faire passer par un maximum...



Je dois ôter ma veste.

...de côtes et de descentes. L'effort était rude, ça chauffait sous le goretex.

Alors que je m'apprêtais à m'arrêter pour enlever ma veste, une averse dense s'abattit soudain sur la forêt et les traileurs.



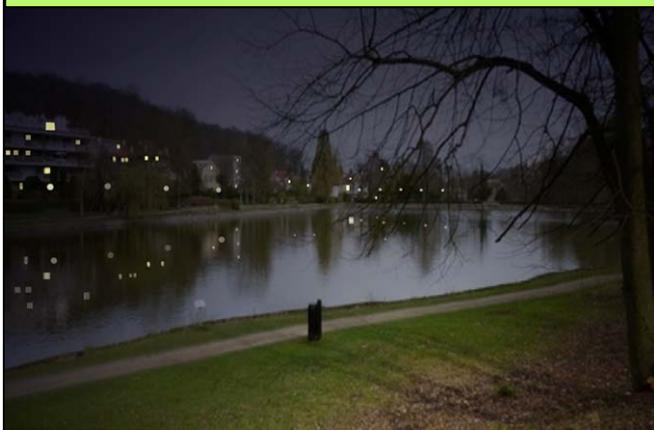
Vaouh ! Heureusement que j'ai gardé la veste.

L'averse passa vite, mais la boue du chemin demeura.

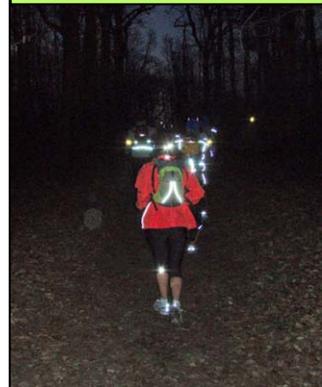


Ca glisse sérieux dans les descentes. On se croirait à l'Origole

Nous avons trotté au bord de l'étang de Ville d'Avray.



Avant de nous enfoncer à nouveau dans la forêt, ses mille côtes et ses mille descentes.



Nous entrâmes dans la plaine des Haras après une éternité passée à piétiner dans la boue.



Depuis 15 min, on nous dit que le ravito est à 500 m.

Bien que connaissant l'endroit, les détours m'avaient égaré.



Et pourtant 2 CO de nuit en ces lieux auraient dû les graver dans ma mémoire. La plus récente fut la Noctorientation organisée par les gens d'Anthony (DSA) le 13 décembre 2008.



A un mois du départ en retraite, j'avais été invité dans l'équipe du CEA. Merci les jeunes, même si ça allait un peu vite pour moi. Nous avons loupé le podium pour un poste facile négligé à la fin.



Mon ex collègue Grégoire : 35 bornes de CO à toute allure ça marque même les jeunes.

Enfin le ravito des Haras que j'atteignis en 8h34.



2 h pour faire 10 km, je payais cher mes soucis d'équipements et l'égarément du départ du ravito de Chaville.



Ambiance de poste de ravitaillement nocturne sous la pluie. Vêtements et pieds mouillés, frissons glacés dans le dos, on ne traîne pas. Deux verres de cocas m'ont suffi.

La boucle dans la forêt s'était terminée aux haras, ensuite le parcours repartait plein ouest.



7 bornes jusqu'au ravito de St Cloud et toutes les côtes de la forêt qu'il est possibles de faire.

Avec en plus une super averse de temps en temps.



Il n'y a rien de plat de cette forêt !



On étouffe sous les goretex quand il ne pleut plus.

50 min pour faire les 7 km entre les haras de Jardy et le ravito du parc de St Cloud. Ce temps montrait que je pouvais regretter les contre temps de Chaville indépendants de la course.



Thomas me précéda de peu au contrôle de St Cloud. Il eu ensuite quelques soucis sur les quais pour terminer en 11h21.

La jeune Marie qui m'avait tout juste devancé à Chaville, 3 h plus tôt, venait de récidiver. Nous ne nous sommes pas attardés pour ne pas avoir froid. Pour moi ce fut à nouveau du coca.



De la terrasse du parc où était installé le poste de ravito, la tour Eiffel était bien visible à environ 8 km. Mais, pour s'y rendre le chemin n'était pas direct, de fait, il nous restait 10 km de trail.



Je commençais prudemment la descente en lacets vers la Seine. Mais cédant à l'élan donné par la pente, je réalisai que je pouvais courir longtemps à plus de 11 km/h.



Le chemin est plat. C'est un terrain favorable à un ancien marathonien.

11 km/h, c'était sensiblement plus vite que mes compagnons de route. Aussi, à partir du bas de la descente de la terrasse de St Cloud, euphorique, je doublais tous les traileurs que je voyais.

Nous avons rejoint la Seine que nous avons remontée par la rive gauche. Des péniches étaient amarrées le long de la rive.



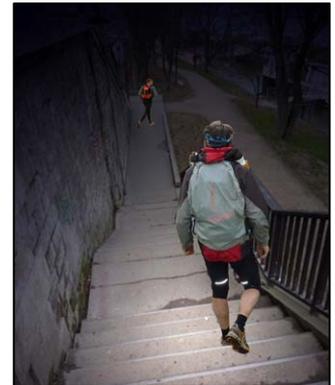
Dangereux : j'ai failli trébucher sur un vieux piton d'amarrage.

L'étroit chemin était coupé de flaques d'eau que je ne prenais plus la peine d'éviter sauf pour ne pas éclabousser les copains.

Une des jolies péniches habitées du bord de Seine à St Cloud.



Le parcours était plat à condition de ne pas compter les escaliers.



Descente du pont de Billancourt vers l'île St Germain.

Du parc de l'île St Germain je ne me souviens que d'allées bétonnées tournant tantôt d'un côté tantôt de l'autre et de gens que je doublais en grands nombre. Papy JF était déchaîné.



Après le pont d'Issy, nous sommes entrés, en suivant les quais, dans le monde de béton sans arbres et sans herbe du port Victor monde bien inhabituel dans un trail.



Ce doit être le pont du périphérique devant nous.

Par bonheur la Seine et les beaux immeubles haussmanniens de l'autre rive nous consolait de ce monde industriel et laid.



Une soudaine et formidable clameur venue des fenêtres de ces immeubles couvrit alors la rumeur de la ville.



Ouahouah...

L'équipe de France de Rugby a du gagner son match.

En effet, Wilkinson ayant raté son drop goal de la dernière min, la France l'emportait par un petit 12 à 10 sur l'Angleterre.

La rumeur disparut tout aussi soudainement qu'elle était venue, je n'entendais plus que le grondement de ma vieille machinerie répondant à ma volonté de rattraper tout le monde.



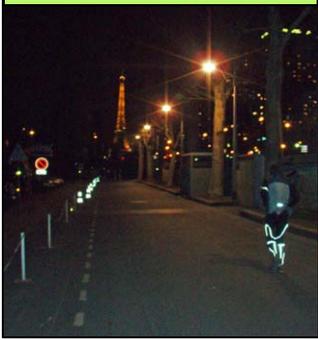
Il y a, au moins, quelques arbres pour verdier un peu l'usine à béton.

Enfin la tour Eiffel se montra au bout du quai. Je me lançais alors dans un vain calcul mental pour estimer la distance qui restait à courir à partir de l'angle sous lequel je voyais la tour.



$Tg \alpha = a/b$, $a = 300$ m
 Pour les faibles angles,
 $Tg \alpha = \alpha$ si exprimé en radian
 2π radians = 360°
 Il faudrait viser sous quel angle on voit la tour.
 Si c'est 1° , en radian cela...

Etant mauvais en calcul mental, mon estimation avançait lentement pendant que la tour Eiffel grandissait tout aussi lentement.



De plus, interrompant mes calculs à chaque dépassement, je devais, après celui-ci, tout reprendre depuis le début. Et comme, je tenais à doubler tout le monde.



Hélas, ma machine n'a pas tenue l'allure jusqu'au bout. Alors que je remontais sur le pont de Grenelle pour gagner l'île aux Cygnes.

Une douloureuse crampe me bloqua l'ischio gauche sous l'objectif du photographe.



Tout à ma douleur et à l'effort de poursuivre ma progression, je n'ai pas profité de la beauté de la vue qu'offre l'allée des Cygnes, digne préambule au point d'orgue de l'ascension de la tour Eiffel.



Bien que restée douloureuse, ma jambe gauche avait bien voulu reprendre le service. Elle me signalait cependant qu'elle cesserait tout usage si je lui demandais un effort inconsidéré.



La montée des marches du pont de Bir Hakeim au bout de l'allée fut donc très très lente.

J'ai du mal pour monter 20 marches. Qu'est-ce que ça va être pour monter au premier étage de la Tour !



Petit répit sur le plat des quais jusqu'aux marches du pont d'Iéna qui furent le dernier escalier de pierre du trail avant ceux d

Heureusement que les pavés sont bien posés ! J'ai la foulée tellement rasante que s'accrocherais celui qui dépasserait de seulement 1 mm.



...de fer de la majestueuse maîtresse des lieux.



Une averse salua ma traversée de l'esplanade déserte menant à l'escalier infernal.



Coup d'œil sous la jupe pour apprécier la hauteur du premier étage : 57 m.



Ca sera dur de monter là-haut



Ce fut avec une extrême prudence que j'ai du faire la montée, la crampe à fleur de muscle, une marche après l'autre, sans voir autre chose que les 3 marches à venir. Je ne suis donc pas surpris, d'entendre l'escalier résonner derrière moi du bruit de pas rapides. Je me suis arrêté poliment sur un palier pour laisser passer mon compagnon plus rapide : Bruno.



Le dernier photographe du Trail était en haut des marches.

J'ai fait l'effort de volonté (rude) de photographier la singulière ligne d'arrivée à mon tour.



Un peu moins de 10h45 et à 12 min derrière l'ami Robert, je ne dois pas me plaindre, même si durant ma folle course depuis le ravito de St Cloud, j'ai doublé 100 traileurs et que le seul qui m'ai doublé à 20 marches de l'arrivée est un papy de ma catégorie.

Samedi 20 Mars 2010

3^{ème} édition **ecotrail**
 de Paris Ile-de-France

Diplôme « Finisher » Le Trail 80km

Décerné à : **BOISSONNEAU Jean-François**
 Finisher en : 10h44m43s
 Classement général : 666ème
 Classement dans la catégorie : 10ème V3 H

Hervé Pardailhé-Galabrun
 Directeur de course

Jean-Charles Perrin
 Organisateur



L'ambiance du ravito du premier étage, il faisait froid dans le vent, nous étions mouillés, l'eau tombait des poutres, il ne fallait surtout pas s'attarder. Les deux gars qui m'avaient précédé sirotaient, cependant, le merveilleux coca de l'arrivée.

Avec Robert qui m'avait attendu, nous primes le temps d'aller nous refaire une beauté et de nous mettre au sec afin de bien profiter du moment béni du repas final. Ce moment, pendant lequel, comme à l'issu de chacune des aventures d'Astérix, chacun raconte sa course, ses rencontres et ses projets.



C'était bon, simple et varié. Comme il faut et sans sanglier.



Tout va bien, j'ai un cœur de cachalot et la tension d'un navet.

Philippe (12h08). Il a estimé que ses contrôles médicaux lui ont coûté 40 minutes en tout.

Explications et remerciements particuliers.

Mon appareil photo n'aimant pas la pluie, surtout quand elle tombe à verse, je n'ai quasiment plus pris de photos à partir du moment où nous avons eu du mauvais temps. Je comptais par expérience sur les photographes de Kikourou pour me fournir des fonds d'images à trafiquer (effacer des coureurs pour en mettre d'autres, dont votre chroniqueur en BD, rendre l'ambiance nocturne et pluvieuse si besoin). Je dois donc remercier particulièrement Akunamatata pour son fabuleux album de l'Ecotrail de 2008 et Aragorn 23 pour son récit richement illustré du trail de 50 km de cette année. Reconnaîtra-t-on les photos d'origines ? Je remercie aussi les auteurs des quelques images parisiennes de nuit et d'hiver que j'ai empruntées sur le web. Je dois aussi mentionner, la société Flashsport, le photographe officiel de la course, (dont j'ai acheté les photos qui me montrent). Elle m'a permis, par les vignettes des photos des coureurs, d'identifier une bonne vingtaine de compagnons dont le numéro de dossard n'est pas visible sur mes propres photos.

Mille autres mercis et longue vie à l'Ecotrail de Paris

Les Ulis, le 21 juin 2010, Atomic Abuel JF