

Début de la descente à 11h18. Laurent et Christophe (7h49) passant devant Marie-Line qui attendait ses compagnons retenus par un arrêt technique.



Vers l'avant, on voyait alors toute la partie haute de la descente vers Le Tour avec, au loin, la file de coureurs sur le chemin.

Une minute plus tard, j'étais dans l'axe de la crête (Crête des Frettes) que suit le chemin de la descente. C'est, en fait, le chemin du tour du Mont-Blanc en randonnée.



Etait-ce, les effets de l'âge, les nouvelles lunettes à foyer progressifs ou la fatigue de mes 2 grandes courses récentes ou tout cela à la fois ? Tout le monde me doublait.

Dans ce flot continu, j'ai vu passer à 11h20, Krystina la jolie polonaise (7h56) puis les auvergnats d'Issoire.



A 11h21 Nadine (8h37) et Yannick que j'avais doublé à la montée au col à la cote 1800 m.



J'allais tellement lentement que pour éviter de gêner les coureurs, je courais à côté du chemin.



J'ai ainsi vu passer beaucoup des gens que j'avais distancés dans la montée depuis Vallorcine.



En attendant le bas de la montagne, c'étaient des dizaines de coureurs qui me dépassaient dans le haut.



A 11h32, j'ai vu Arnaud que j'avais doublé à la sortie du Lavancher et Hasni (8h06). **C'était mon Hasni de l'UTMB 2007** (voir p 5 et 8) portant encore la même casquette. Quel dommage qu'on ne se soit pas reconnu !



3 minutes plus tard : Sophie, l'éclair blanc, bleu, blond, noir m'a à nouveau décoiffé.



J'ai à peine eu le temps d'admirer son talent de descendeuse. Agile, souple, rapide, elle doublait tout le monde avec grâce.



Jean-Pierre faisait alors son possible pour la suivre mais il n'a pas tenu longtemps.

Dominique m'a rattrapé à 11h37.



3 minutes plus tard, c'était au tour de Philippe de me rejoindre.

Vas-y le JDM !



A cette allure de descente, tout le monde m'aurait bientôt dépassé et je n'aurais plus eu personne à photographier.

Je décidai donc de ne plus prendre de photos dans la partie technique de la descente pour ne plus consacrer de temps à autre chose que la course. Je remis donc l'appareil photo dans sa sacoche de ceinture jusqu'à être en vue du village du Tour.



L'effet fut immédiat, je rattrapai plus de gens dont Dominique et Philippe que de gens me passaient.

En entrant dans la forêt, le chemin a quitté la crête, nord-est, sud-ouest pour obliquer vers l'est en direction du Tour, dans une longue diagonale tracée sur le flanc de la vallée. La descente beaucoup moins difficile qu'à son début me permettait d'utiliser ma foulée rasante de vieux marathonien des plaines.



Elle m'a permis de maintenir Dominique et Philippe à distance et de remonter un peu de monde.

11h 49, Jules de la Réunion (8h09) lâchait Dominique et Philippe.



Facile les chemins d'ici : ceux de mon île m'ont habitués à plus rudes.

11h54, c'était au tour de Luc de distancer mes amis.



Je n'avance pas vite mais régulièrement.

C'était le même Luc que j'avais photographié à l'entrée des « bois des Montagnes » à la sortie du Lavancher presque 2h plus tôt.

Une minute plus tard, j'ai rattrapé un petit groupe dont Christian (7h59) fermait la marche.



Attention ! Sables glissants.

A 11h59, je rejoignis Suzy (7h53).



Derrière, on ne trainait pas non plus ! Dominique et Philippe étaient toujours là rejoints par d'autres traileurs.



A 12h, j'étais sur les talons de Suzy.



Allais-je doubler la jeune dame au bandana blanc ?



Et bien non ! Elle a accéléré pour sauter 3 traileurs en me laissant derrière Krystyna. La jolie polonaise qui m'avait largué tout en haut de la descente 40 minutes plus tôt.



C'est dans cet ordre que nous avons rejoint le village.



Le Tour atteint à 12h06. Qu'il faisait chaud et soif sur l'asphalte brûlant du parking !



Un abreuvoir fit donc la joie de beaucoup d'entre nous.



Parmi ceux attendant leur tour de boire, j'ai identifié, (hélas, en regardant la photo) : Régine (8h06), Craig l'anglais vu au sommet des Aiguillettes des Posettes et surtout mon ami Hasni.



Je trottai sans peine dans les ruelles du village. Si bien ..



..que j'ai retrouvé beaucoup de ceux qui m'avaient lâché dans la descente.



A la sortie du Tour, nous avons fait faire une boucle Est Ouest de façon à retrouver le parcours du matin, au sud de Montroc.



Le début de la boucle était sur route. C'est mon terrain : dès les premiers mètres j'avais rejoint et doublé Suzy.



Ce n'était plus la foule du matin, nous étions maintenant très dispersés sur le chemin qui nous ramenait à Montroc.

Faux plat en montée et en descente : presque autant à l'aise que sur la route, je remontais encore beaucoup de monde dont Sophie.



Sophie doublée à 12h14. C'était la centième fois, au moins, et la dernière.

Contente de voir que tu vas mieux JF !



Dans l'élan, j'ai aussi dépassé Laurent (8h29) et Thierry (8h26).

8 minutes plus tard, je passais devant la gare de Montrroc sur les talons de Didier (8h27).



Pas loin ! Moins de 700 m après le début de la montée là-bas à gauche.

Derrière moi, les seuls coureurs visibles étaient Corinne et Claude que j'avais doublés juste avant le sommet des Aiguillettes. Ils s'informaient de la distance qui les séparait du prochain ravitaillement de Trè le Champ.



J'ai pris le temps d'un coup d'œil photographique à la grandiose Aiguille Verte, un peu voilée par la brume de beau temps.



Le ravito est à droite à moins de 50 m.

Je suis entré dans le hameau de Trè le Champ à 12h29.

Anne-Marie était passée là 32 minutes plus tôt.



Photo d'Alain

Gilles la suivait à 3 minutes.



Photo d'Alain

Le poste de ravitaillement de Trè le Champ.

