

« Arnava - Champex » :
28,1 km
« José »
D'Arnava, on ne peut que deviner le Grand Col Ferret, point culminant du tour (2537 m), mais on voit bien la difficile montée. Au col, on passe en Suisse. C'est ensuite, toujours vers le nord, la descente de 15 km dans la vallée de la Seiloz, avant de remonter rudement dans les bois pour rejoindre Champex.

Je quitte Arnava à 20 mn de la barrière horaire. Avec la pluie, le passage des coureurs a changé le chemin en fondrière boueuse et glissante. Chaque pas coûte beaucoup plus que par temps sec.



Nauséux et étourdi, je me traîne péniblement dans la montée interminable.



Hypoglycémie, je tire mes dernières cartouches : des bonbons mous à la menthe.



20h07, enfin le col. Surprenant qu'il y ait du monde loin de tout, dans le soir pluvieux et froid.



En revanche, il n'y a presque personne sur le chemin en pente douce et glissante qui conduit au refuge de la Peulaz.

55 minutes pour dérapier jusqu'au refuge, oasis de chaleur et de lumière dans le froid, la pluie et même la neige.



Après 20 mn à attendre vainement devant un bol de soupe que les nausées s'éloignent assez pour que je boive, je décide de m'arrêter à l'étape suivante : la Fouly.



Sous le refuge, la piste a disparue dans l'herbe boueuse. Je m'accroche aux bâtons pour éviter la glissade. Des lumières en bas, j'appelle.



Pas du tout : 1h15 pour 4 km, on a le temps. Après, on continuera.

Il est trop tard pour continuer, on s'arrête à La Fouly



L'homme s'appelle José, Il m'explique que depuis Chamonix, il franchit les barrières horaires avec quelques minutes d'avance, afin de préserver, au mieux, ses forces. Il serait heureux qu'on l'accompagne ainsi jusqu'au bout. Ces mots me chamboulent l'esprit. Je réalise que José, a raison C'est le miracle. J'accepte la proposition avec enthousiasme. Merci José.

C'est vrai que ma mécanique est encore en état de marche (au sens propre et figuré) et que le plan de José devrait permettre d'atténuer voire de surmonter les nausées. De plus, après 12 ans de Raid 28 et d'entraînement à cette course, la marche de nuit en équipe, je connais ! Je prends la tête de la petite troupe.





Dans la vallée, la pluie cesse, le temps se met au beau, le ciel montre ses étoiles.

La Fouly : 22h47, 13 minutes d'avance sur la barrière. Arrivée près d'une heure avant nous, Koline n'est pas repartie. Nadine et François, rejoints à l'entrée du village s'arrêtent aussi.



On n'a que 10 minutes seulement.

Beaucoup de gens se ravitaillent en attendant comme nous le dernier moment pour partir. Pour José et moi c'est coca et eau



Il faut partir. Dans 2 minutes, je ferme la barrière horaire.



Attention José, le passage est délicat.

L'an dernier, au bord de ce chemin suivant une levée de terre, je voyais des chars blindés suisses en manoeuvre.

Prudence ! Il y a des racines mouillées dans le sens de la marche. Le pied dessus et c'est la chute.

Qui a écrit que le chemin le long de la Seiloz est un faux plat descendant et facile?



Oh 53 à Praz de Fort et ses jolies maisons un peu délaissées. Nous ne sommes plus que deux, nos compagnons de la Peulaz n'ont pas tenu notre allure pourtant très modeste.



Issert : il nous reste 2 h pour rallier Champex, soit 4,5 km avec surtout 480 m de montée.



On y croit JF.

La petite route facile dans les champs avant le gros effort de la montée.



Inquiet et lassé de devoir attendre mes compagnons à chaque lacet du chemin, je décide, après les avoir avertis, de les attendre à Champex.



Pendant 30 minutes, je grimpe allègrement. Mais où est donc l'homme épuisé du col Ferret ?



Il faut encore tenir l'allure sur 3 km.

Champex : José est à 25 mn de la fermeture. Comme on fait chez les JDM, arrivé le premier en haut, je suis revenu en arrière l'aider à finir.

