

LA MARMOTTE

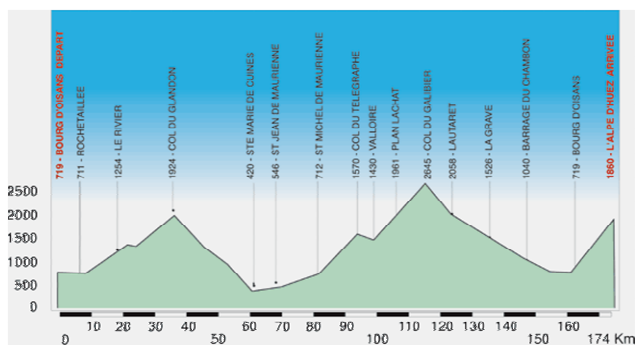
5 juillet – 5000 mètres

Christel Lefebvre

On s'est dit pourquoi pas nous ?

Ayant choisi comme destination de vacances Briançon afin d'augmenter notre nombre de cols, Philippe proposa de participer à la Marmotte, épreuve cyclosportive de 175 km et presque 5000 mètres de dénivelée... Henri Labasse ayant déjà terminé maintes fois cette épreuve, on s'est dit pourquoi pas nous ?? Personnellement cela ne m'enchantait guère, une course rassemblant près de 7000 cyclistes, de plus dans Cycloport je tombai sur un article la décrivant comme une des plus dure cyclosportives...

Philou tout motivé enchaîna donc quelques " 200 km ", dont Mons-Chimay-Mons, la Tournay, le BCCB d'Andenne, les boucles de la Semois,... bref un peu plus de 3000 km parcourus sur la route à la mi-juin. Pour ma part, indécise sur ma participation à cette épreuve je délaissai quelque peu le vélo pour la course à pied. Finalement, après les 198 km du très joli BAR d'Andenne le 24 mai parcouru avec de bonnes sensations, je me décidai à m'inscrire pour cette épreuve. Tout compte fait il n'y a que 3 côtes... et puis ça passe ou ça casse !



Tout compte fait, il n'y a que 3 côtes.

Histoire de terminer ma " préparation " j'enchaînai les boucles de la Semois (207 km) et encore un petit BAD de 175 km pour avoir bonne conscience...

Nous voici donc une semaine avant l'épreuve dans un camping près de Briançon à 1400 m d'altitude. En guise d'acclimatation nous avons grimpé l'Izoard, le col d'Agnel, de Montgenèvre, de l'Echelle...

Deux jours avant la course rendez-vous à Bourg d'Oisans pour une reconnaissance de la montée de l'Alpe d'Huez qui constitue la fin du parcours.

Il y a 18° C et nous grimpons sous la pluie les 15 km menant au palais des sports où nous devons retirer

notre dossard. Comme nous nous sommes inscrits tardivement nous partirons à la 3^{ème} et dernière vague de départ, celle de 7h50 (la première partant à 7h et la deuxième à 7h30). Le temps limite pour arriver à Bourg d'Oisans est de 18h15 nous précise-t-on à l'inscription ; ce qui nous fait une moyenne d'environ 17km/h, arrêts compris. Nous redescendons les 21 virages de l'Alpe d'Huez sous l'orage...

Samedi 5 juillet lever 5h, 1h30 de voiture et nous nous garons à 3 km du départ de Bourg d'Oisans, bidons remplis d'isostar et sacoches comprenant gels et autres barres énergétiques. La météo annonce un temps lourd avec presque 30°C...

Vers 7h30 nous nous entassons dans le sas de départ derrière des centaines de cyclos aussi avides que nous de démarrer pour se réchauffer. Plusieurs cyclistes regardent avec curiosité les sandalettes ainsi que la grosse sacoche de selle de Philou...

7h50 le départ de la 3^{ème} vague est donné et c'est à 8h que nous passons la ligne de départ sous les encouragements de quelques spectateurs et de la fanfare. Les 10 premiers km sont plats, nous roulons à presque 30 km/h entraînés par l'énorme peloton.

Les choses sérieuses commencent

Vers le 15^{ème} km les choses sérieuses commencent avec l'ascension du col du Glandon, il fait déjà bien chaud et nous enlevons les manchettes et le coupe vent. Finalement rouler entourée de centaines de cyclos est moins stressant que je ne le pensais, et cela est même motivant. Cette première côte longue de 20 km comprend quelques portions à 10 %, de quoi bien s'échauffer... Arrivés en haut du col à 1924 m, les ravitaillements sont pris d'assaut et il faut se frayer un chemin pour remplir ses bidons. Philou me ramène des pâtes de fruits et des abricots séchés et nous partageons une barre d'isostar, et ça repart !

Ca promet pour le reste.

La descente est dangereuse car la route est étroite et nous croisons beaucoup de véhicules qui montent ; la route n'étant pas bloquée à la circulation. Néanmoins je parviens à dépasser quelques cyclistes dans la descente, alors que ce n'est pas mon fort. Après 20 km de descente nous arrivons dans la partie la moins belle du circuit, nous longeons pendant une vingtaine de km de faux plat une départementale qui jouxte l'autoroute. Nous essayons de suivre les pelotons qui nous

dépassent mais j'ai mal aux jambes ; je n'arrive pas à dépasser 25 km/h... ça promet pour le reste. Un ravitaillement à St Michel de Maurienne nous permet de faire le plein avant la montée du col du Télégraphe. Je m'enfile un nougat et un gel "squeezy" périmé ; lequel me fera le plus grand bien car je grimperai ce col facilement.

Mais je ne vois point de Tignon

Mon triple plateau me permettra de dépasser quelques dizaines de cyclistes, dont beaucoup avec de beaux mollets rasés et luisants sur lesquels je ne m'attarderai pas. Arrivée en haut du col à 1566m, je fais la file pour remplir les bidons, puis Philippe arrive et nous mangeons une tartine. Ensuite nous entamons la petite descente sur Valloire où nous ingurgitons encore un sandwich à la mortadelle et au camembert bien coulant... ne manque que le vin rouge ! Me sentant en forme, j'entame la montée du Galibier à mon rythme. Au plan Lachat, la vue des premiers lacets montant au Galibier me donne le frisson, je dépasse des cyclos tantôt en danseuse, tantôt poussant leur vélo ou encore d'autres assis sur le bord de la route... 3 km avant le sommet j'aperçois Henri qui est parti plus tôt, on échange quelques mots et je continue sur ma lancée. Plusieurs photographes ne manquent pas d'immortaliser mon ascension dans ce col mythique, mais je ne vois point de Tignon à l'horizon...



Christel et Philou, fier d'en terminer avec la Marmotte

Il commence à rafraîchir, les nuages obscurcissent le ciel mais ce n'est pas plus mal. Le paysage est magnifique, on oublie qu'on monte et je regrette

vraiment de ne pas avoir pris mon appareil photo. Quelques spectateurs nous applaudissent en haut du col, une petite larme d'émotion, c'est le Galibier tout de même ! Vite remettre ses manchettes et son coupe vent car à 2642 m ça caille. J'ai le temps de me ravitailler à mon aise, Henri arrive au sommet suivi de Philou quelques minutes après.

A 16h30 nous entamons la descente ; il reste 60 km à parcourir dont 45 de descente. Dans la foulée nous passons le Lautaret, un col de plus au compteur ! La route n'est pas en très bon état, il faut être vigilant et les passages des tunnels mal éclairés sont également dangereux. Nous revoici à Bourg d'Oisans, il est 17h45. " Dernier ravito avant la montée de l'Alpe d'Huez " entend on dans le micro. Pendant que je profite du premier vrai WC de la journée, un préposé au ravitaillement me remplit mon camel back, j'ingurgite un dernier gel énergétique et c'est reparti !

La dernière côte

Je pars à mon rythme pour cette dernière " côte ", il fait encore plus de 25°C mais il n'y a presque plus de soleil. Je me sens bien et je dépasserai encore quelques dizaines de cyclos sur les 13 derniers kilomètres. A chaque virage des cyclistes sont assis, couchés, ou encore montent à pieds nus en poussant leurs vélos (ils auraient dû acheter des sandalettes...). Je commence à avoir mal au dos et aux ischions, mais heureusement les virages diminuent... Plus que 1km, j'accélère pour le fun et passe la ligne d'arrivée à + de 25 km/h. Il est 19h30, on est parti depuis 8h du matin, cela fait une longue journée ! Côté chiffres 175 km en 10h11 soit environ 17,2 km de moyenne, plus d'une heure d'arrêts (pauses pipi, ravitos et attente de Philou en haut des cols...) c'est le diplôme d'argent pour moi. Je descends péniblement de mon vélo et m'étire près de la ligne d'arrivée en attendant Philou qui arrivera quelques minutes après moi.

Ca y est on l'a fait !!

A l'arrivée nous nous restaurons sous le chapiteau (assiette de crudités, pâtes et tarte compris dans le prix). Certains sont affalés sur les tables, d'autres vomissent, d'autres encore sont allongés par terre... Philou recommence à se sentir mal, il me refait une hypoglycémie. Je pars donc rechercher la voiture garée à 15 km, tout en descente heureusement. Je croise Henri qui n'est plus qu'à 2 km de l'arrivée, je crie pour l'encourager mais je ne sais pas s'il m'a entendu. Il boucle sa 14^{ème} et dernière marmotte à 76 ans, félicitations à lui !

Précisons quand même que sur 7700 inscrits seuls 5300 finiront l'épreuve, soit 30% d'abandons.

Bref ce fut une bien belle journée de vélo...