

PARIS-BREST-PARIS

LE fameux Paris-Brest-Paris

2010...

Lorsque Jean-Philippe m'a dit qu'il avait lu un article sur Paris-Brest-Paris et qu'il était tenté de se lancer ce défi, je me suis demandé s'il se rendait compte de ce dont il parlait. Ça ne faisait qu'une bonne année qu'il faisait du cyclo et que je m'y étais remis, et nous nous donnions un objectif chaque année pour les vacances. 2009: Rochefort, 2010: Bordeaux... Il s'était acheté un vélo passe-partout style city-bike pour remplacer son VTT qui avait de l'âge, en parlant de « sorties occasionnelles » à son marchand de cycles adoré.

1200km.... en moins de 90h.... Il faut être fou.... Il n'a peur de rien.... Mais quel défi... Et après tout, pourquoi pas?... Il nous reste deux ans pour bien nous préparer.... Surprise: PBP n'est pas en 2012 mais en 2011!!!



Soyons fous donc! En route donc pour la grande aventure et la découverte des longues distances.

Le monde des Randonneurs...

2011...

Sorties régulières et évolutives: 50-100-150-200-250-300-350-400-600km.

Texte Thierry Demuynck

Le passage obligatoire des brevets préparatoires, du 200 au 600; obligatoires mais qui sont un très bon entraînement et une découverte en douceur (malgré quelques douleurs pour ma part) des longues distances pour les deux néophytes que nous étions. Nous avons juste quelques « 200 » à notre actif et un voyage cyclo sur Bordeaux en plus longue distance.

Nous y avons découvert une famille de gens passionnés. Chapeau et merci à tous!

Nous profitons de ces quelques mois pour discuter avec des personnes ayant déjà participé à PBP, afin de se faire une idée de ce brevet. Quel départ choisir, comment manger, où et comment dormir, assistance, organisation, rythme, ...? Il doit y avoir autant de PBP que d'éditions et de participants. Pas trop de monotonie en perspective donc. Le choix est fait de rouler à la sensation, avec un départ libre le lundi matin afin d'éviter l'affluence du départ et des premiers contrôles et de pouvoir profiter d'une petite nuit de sommeil la veille du départ. Contrainte: terminer en 83h30. Mais bon, ça ne fait que 14,73km/h de moyenne. A l'aise n'est-ce pas...

20 août 2011.... H-48

Nous voici sur la route pour une semaine de vacances pour nos deux petites familles, dans un gîte de la Région Parisienne, à une heure de Saint-Quentin-en-Yvelines...

21 août 2011.... H-18

Nous nous présentons au Gymnase des Droits de l'Homme le dimanche fin de matinée pour le contrôle des vélos. Des cyclos de toute nationalité, des vélos et des camping-cars partout. Accueillis et guidés à chaque tournant. Une organisation réglée comme une horloge suisse. Grandiose.

Retour au gîte pour profiter de la famille et d'un dernier repas relax.

Fixation des plaques de cadre, autocollant (pour les photos) sur le casque, nous voici prêts!

22 août 2011.... H-2

Réveil, déjeuner et nous nous laissons conduire en voiture à Saint-Quentin. Préparation du vélo, last contrôle et vérification de la pression des pneus. Entrée dans le site du Gymnase, de nouveau accueillis et guidés partout. Premier contrôle et passage entre les bornes de détection des puces. Le fameux « BIP » qui informera les suiveurs de notre passage aux contrôles. Nous sommes dans les premiers du départ libre et partons avec le dernier des départs groupés. Autant dire très peu d'attente (et donc de stress). C'est parti! Départ en peloton dans l'agglomération avec carrefours protégés. Et les encouragements des gens au départ, ces applaudissements qui nous accompagneront tout le long du parcours, à toute heure, en particulier en Bretagne. Ça fait chaud au cœur. La première journée se passe très bien. Ambiance agréable, belle région, physiquement tout va bien. Très important: boire avant d'avoir soif et manger avant d'avoir faim. A chaque ravitaillement et/ou contrôle, ne pas oublier de pointer, le fameux « BIP », et ensuite tout ce dont on peut avoir besoin est à disposition à coûts raisonnables. La Rolls-Royce des BRM. Partout des gens pour nous guider ou nous aider. Partout des gens pour nous encourager. Unique et grandiose. La sensation d'un BRM « 300 » réussi facilement...

Nous nous arrêtons à Fougères (km 310) pour notre repas du soir. Vu notre avancement, nous espérons être à Loudéac (km 449) pour notre premier repos. Lorsque nous nous apprêtons à redémarrer, nous découvrons un nuage très menaçant. A peine sommes-nous remontés sur le vélo, le déluge nous tombe dessus. Nous traversons la ville au milieu de la route, les côtés étant transformés en ruisseaux... Nous avons appris par la suite qu'une partie de la ville a été inondée et s'était retrouvée sans électricité. Tant qu'à être percés, autant voir le bon côté des choses. Les éclairs sont magnifiques! Profitons du spectacle. Par contre, nous sommes un peu lessivés. Décision est prise de s'arrêter à Tinteniac (km 364) pour 2-3h de repos. Petite chambre calme, douche chaude... Ça fait du bien. On nous avait parlé de dortoirs bruyants...

23 août 2011.... J+1

Remise en route au petit matin. Les yeux sont lourds dans le noir de la nuit, le lever du jour fait du bien. Les genoux sont douloureux... Sans doute le contre-coup de la fraîcheur de la veille au soir ainsi que de la pluie. J'aurais dû mettre mes jambettes. Malgré

l'expérience de début de saison, je pensais qu'il faisait suffisamment chaud. Ça se paie cash. La sensation d'une suite continue de côtes commence à s'installer. Après Carhaix (km 525), Jean-Philippe, qui est en forme, roule à son rythme et part en avant. Plus tard, je croise Michel Cordier sur le retour, qui me dit que nous n'avions pas encore tout découvert. Moi qui pensais bientôt être à Brest et qu'il ne restait qu'à faire demi-tour et rentrer! Découverte du Roc Trévezel, point culminant de ce brevet. Lors de la descente, deux sensations. Premièrement, le fait de croiser tous ces participants déjà sur le retour. Nous étions 5000 au départ, c'était une file continue de randonneurs... Ils ont 8-10 heures d'avance sur nous, mais sont partis le dimanche. Je me dis que lors d'une prochaine édition je prendrai bien le départ des 80h pour être dans les premiers au retour! Et en second, tout ce que l'on descend, il faudra le remonter. Et ça a descendu longtemps...



Arrivée sur Brest. Le mal aux genoux est tenace... Malgré le fait d'être à mi-parcours je ne profite pas de la ville. La traversée est longue, le contrôle à mon avis un des moins beaux du parcours, ce qui est dommage car Brest devrait être une « attraction » de ce brevet. Ils étaient déjà occupés à ranger les barrières Nadard, pas trop de choix en nourriture et... pas de Jean-Philippe. Nous étions partis pour réussir ce brevet et avons convenu que si l'un des deux craquait ou faiblissait, le deuxième continuait

seul sans se préoccuper afin de terminer dans les délais. C'était sans doute ce qui se passait. Tant pis. Je vais prendre le temps de me restaurer, soupe, sandwichs, café... Je suis dans les délais. Sans forcer j'ai le temps de rentrer à Paris. Je me préparais à repartir serein quand réapparut Jean-Philippe. Il nous savait dans les délais et avait lui aussi pris le temps. Merci...

En route donc pour la seconde partie. Et là, bonheur, le retour de bonnes sensations. Le mal diminue, la route est belle... 2ème passage à Carhaix, repas du soir bien consistant et direction Loudéac (km 782) pour de nouveau une courte nuit de 2-3h. Cette fois-ci dans un dortoir bruyant et surtout froid. Il ne nous reste que 448km à parcourir...

24 août 2011.... J+2

Réveil, petit déjeuner pour se réchauffer et on remonte sur la selle. Par chance, pas de douleur mal placée, tout se passe bien de ce côté-là. Juste une drôle de sensation au niveau des chevilles, malheureusement le début de tendinites qui vont apparaître et se développer au fur et à mesure des kilomètres.

Le tronçon jusque Tinténiac (km 867) s'est plus ou moins bien passé malgré la douleur grandissante à chaque cheville. Pour bien faire, il fallait que je garde un rythme régulier mais le terrain n'étant pas plat, ça ne fut pas trop la joie jusqu'à Paris. Je ne pouvais pas profiter des descentes pour me lancer ni forcer en haut des côtes. Il a fallu mordre sur sa langue. La moyenne a chuté fortement.

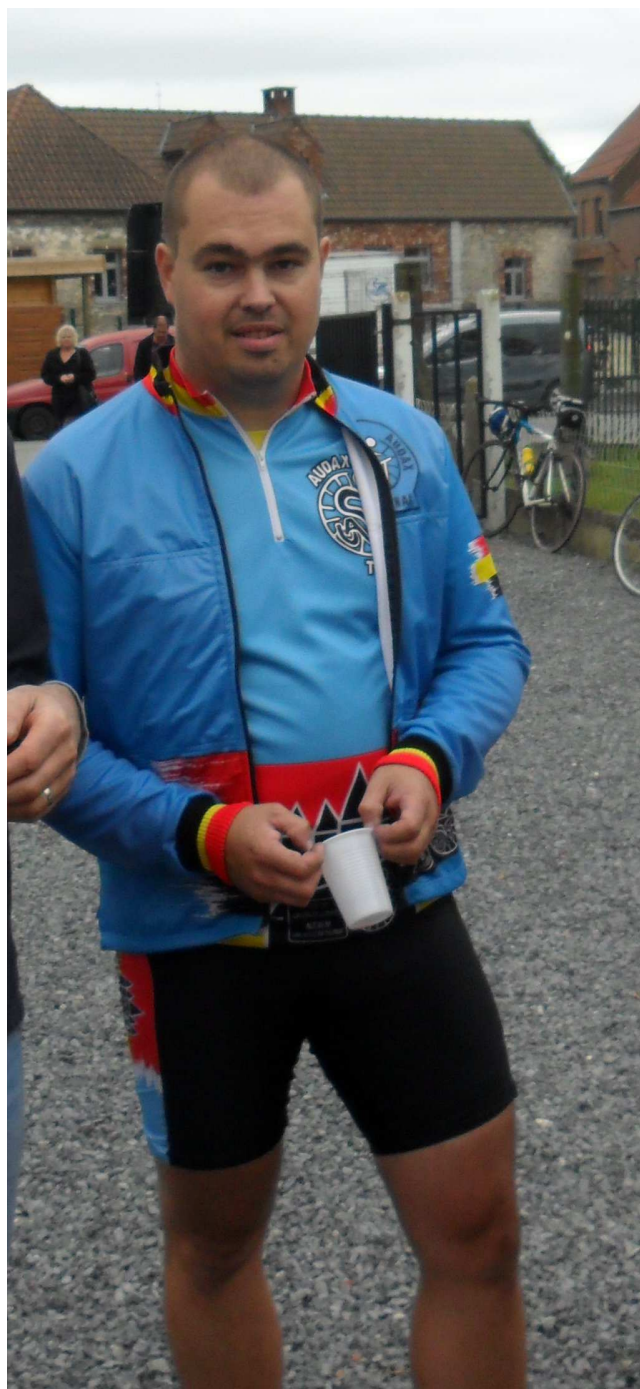
Boire, manger, pommade sur les chevilles, et remonter sur le vélo. Première partie de l'étape correcte, la douleur revenant remettre de nouveau de la pommade et tenir jusqu'au contrôle suivant. Telle fut la fin du brevet. A pleurer sur le vélo de rage de craquer aussi stupidement. Heureusement beaucoup d'encouragements au bord de la route et une volonté de réussir.

Et Jean-Philippe qui m'attendait à chaque contrôle. Il était prêt pour un second PBP !

Je pensais profiter de massages ou produits spéciaux à Fougères (km 917), mais les soigneurs ne firent rien de plus... Je finirai avec...

Les parcours aller et retour étaient presque identiques, pourtant j'avais l'impression de deux pays différents. Encore et toujours des côtes. Ça n'en finissait pas. De Fougères à Villaines, l'impression de montagnes russes. Arrivée à Villaines (km 1009) en soirée pour le souper. Nous y rencontrons André

Tignon pour les photos souvenirs ainsi que plusieurs compatriotes. Les traits de beaucoup de participants sont tirés. Certains sont endormis sur les tables.



Mais beaucoup de chaleur humaine. La fête du vélo...

L'estomac bien rempli, pommade sur les chevilles et remonter sur le vélo... Il ne reste que 221 km...

Départ de nuit pour le dernier « 200 »... Ça devrait aller tout seul avec l'entraînement...

Ce fut une des nuits les plus drôles que j'ai passé cette année.

Plein de cyclos avec un seul but: pédaler, encore et toujours pédaler... Destination: Paris.

On sent la fatigue qui s'est installée. Régulièrement un vélo couché dans le fossé ou bas-côté de la route les feux allumés et juste devant le cyclo endormi dans sa couverture de survie... L'impression d'avoir des immeubles au dessus de la tête alors que ce n'était que la forêt armoricaine... Là un cyclo endormi debout sous le luminaire d'un porche... Là une voiture qui s'arrête en se demandant qui sont ces vélos... Des applaudissements venus de n'importe où à n'importe quelle heure... Encore des cyclos endormis dans l'herbe... Le froid et l'humidité de la nuit mais il faut rouler encore... Un bruit de chaîne qui casse et le juron qui va avec... J'avais mal au cœur pour ce gars... Un cyclo endormi sur le banc d'un abri de bus, un cyclo en dessous (du banc)... Un autre prêt à payer une fortune pour un pneu tellement il était content d'en trouver un dans la forêt et dans l'aube naissante...

A un certain moment, la route commençait à faire des siennes et pourtant je n'avais pas bu. J'avais l'impression de rouler sur une route vivante. Michel Cordier m'avait dit que si la fatigue prenait le dessus, il fallait dormir 1/4h sur le béton à côté de la route. Nous n'étions plus très loin de Mortagne (km 1090), j'y suis arrivé et là, manger, boire et... roupiller 1/2h sur une table. Quel bonheur! Pouvoir fermer les yeux... C'est fou ce qu'on récupère en si peu de temps.

Et ensuite, en route pour Dreux, le plus dur était fait

25 août 2011.... J+3 et fin de l'aventure...

Arrivée à 8h00 à Dreux (km 1165). Une sensation de « victoire »: Il ne reste que 65 km à parcourir. Une paille. Nous profitons de la salle surchauffée. Ça fait du bien après la nuit fraîche. Des croissants chauds... Le paradis!

Et le dernier départ... Une policière bloque le rond point pour nous laisser passer. Un kilomètre plus loin, trois policiers bloquent les voitures pour nous laisser passer au feu rouge. Et les pauvres, ca monte, on prend le temps...

Sur les derniers kilomètres, certains se laissent aller... Ils « sprintent » jusque Paris.

D'autres, dont je fais partie, terminent plus humblement, contents de réussir mais fatigués.

Les quelques dernières côtes sont bien réelles, les kilomètres ont usé l'organisme.

Encore quelques cyclos endormis... Un couple de cyclos enlacés... Un Chinois occupé de pleurer au

bord de la route... Un cyclo qui roule penché à gauche, le suivant qui roule penché à droite... Il reste 30 kilomètres, le soleil brille, la région est belle...

Tiens un cyclo au maillot Audax que je rattrape lentement: Guy Delano, Audax de Versailles, dont je ferai la connaissance et qui terminera les 15 derniers kilomètres avec moi... Le dernier rond point... les applaudissements prennent au cœur... Le dernier « BIP »... Les larmes de bonheur (ou de soulagement...) qui s'échappent involontairement.

Nos épouses nous rejoignent... On a réussi... Ça faisait quelques mois qu'on leur bassinait les oreilles avec nos BRM... Merci à elles...

Un grand moment de cyclotourisme qui je l'espère sera suivi de beaucoup d'autres...

J'ai quand même attendu une semaine avant de remonter sur le vélo...

Et pour ceux qui nous prennent pour des fous, ou qui doutent de leur capacité, ci-joint un extrait du compte-rendu d'un participant à l'édition 2007 dont j'ai fait la connaissance sur notre brevet de 600 et qui a retenté et réussi l'aventure, qui, je trouve, résume pour ma part cette année 2011...

Merci à lui pour sa sagesse, sa sympathie et ses encouragements.

« Le plus beau des défis est celui que l'on s'impose et que l'on mène à bien pour son plaisir, sa satisfaction et sans publicité »

« La réussite du premier vous donne l'assurance pour le second. Ainsi prend naissance une spirale qui vous conduit à des défis de plus en plus audacieux. D'épreuve en épreuve, vous testez et reculez vos limites avec pour conséquence indéniable une connaissance de plus en plus performante de soi-même. »

« Et la spirale de se traduire par mon prochain projet est plus exigeant que le précédent mais la connaissance que j'ai de moi est plus performante. La balance est respectée et le risque d'échec réduit à peu de chose. »

Rendez-vous en 2015...

