Bravo Anne Un superbe exploit



Courir un semi-marathon est autant une difficulté sportive, un stress qu'un grand plaisir personnel. Ce 12 septembre Anne s'élance sans ces collègues, mais avec plus de 2500 coureurs sur le semi Auray Vannes, course mythique ô combien prisée par les coureurs à pied. Revenons à samedi, jour précédent la course. Christian et Anne sont arrivés la veille à Vannes et profitent tranquillement du soleil, du camping et de la piscine d'eau de mer. Le trio qui devait faire la course, Anne, Sylvie et JLM se réduit à deux, Sylvie ayant informé Anne d'un mal de dos qui l'empêche de participer à cette épreuve. Bien sûr la déception est grande mais Anne, enthousiaste et déterminée, lui souhaite un prompt rétablissement et lui dit toute sa joie qu'elles puissent se retrouver ensemble à Perros Guirec en 2022, pour le super semi de la côte de granit rose. Malgré tout, son stress augmente lorsqu'elle reçoit quelques heures plus tard, le coup de fil de JLM qui l'informe de son incapacité à participer à la course compte tenu d'une douleur importante dans la cuisse. Patatras, l'angoisse, la crainte l'assaillent, et affronter seule ces 21 bornes, lui semble insurmontable voire titanesque. Et ça discute avec Christian qui l'encourage à poursuivre, « tu es une battante vas-y, tu vas y arriver, tu t'es préparée pendant longtemps et tu es en forme, » et les conseils fusent. Mais toute la nuit ça gamberge et au petit matin après une douche froide les idées se remettent en place et la motivation reprend le dessus.

8H 30 avec l'appel de JLM qui vient les accompagner et suivre avec Christian le parcours de Anne, sonne le départ vers Auray.

Impressionnant le nombre d'individus assoiffés d'effort physique ; il y en a partout, avec et sans masque. A ce propos il convient de souligner la bonne organisation mise en place pour lutter contre ce Covid galopant (Rappel des gestes sanitaires, port de masque et création de zones uniquement réservées aux titulaires d'un Pass sanitaire sans compter que tous les coureurs devaient porter un bracelet prouvant leur détention de ce fameux Pass sanitaire). On ne peut que les remercier pour une telle organisation.



revêtu par Anne qui a quelques difficultés à boire l'eau du sac du fait d'un mécanisme de compression, et dépression un peu capricieux. Photos, encouragements, paroles gentilles pour faire oublier l'épreuve qui arrive, nous conduisent sur la zone de départ ou seule peut entrer Anne. On la perd rapidement dans cette marée humaine qui se précipite vers le portique de départ, les affutés en premier, et les modestes en fin de cortège.

Bravo Anne Un superbe exploit





Tous sont courageux, du premier au dernier, et nous souffrons déjà pour eux qui vont s'élancer dans quelques secondes. Même si cela n'enlève rien au courage des premiers, nous sommes enclins à témoigner plus de respect à tous ceux qui vont souffrir, notamment à celles et ceux qui manquent de préparation, qui sont en surpoids, ou âgés, et qui finiront dans les dernières places mais en ayant sans doute plus soufferts que les premiers.

Départ donné en côte, ils sont 2400 à s'élancer vers Baden. Il y a sur ce parcours trois difficultés, une longue côte à Baden (Km 7), une au Moustoir de 350m (Km 12) et une violente au Vincin (Km 17), une

dernière qui casse les pattes et l'allure. Le dénivelé total est de 170 m. Ce semi est une succession de côtes et de descentes, les tronçons plats étant peu nombreux.

Christian et JLM se rendent à Baden et voit passer Anne, qui garde bien le tempo et qui est très concentrée à son affaire. Fini le stress, ne reste que la seule perspective de réussir pour elle, Christian, ses enfants et pour tous celles et ceux qui l'accompagnent dans ses préparations.

En outre il fait chaud et ça cogne. Ce soleil et cette humidité sont peu propices à l'effort physique prolongé. Le public le long du parcours est nombreux et les encouragements fusent. Ça dope, ça rend fier et ça motive surtout quand on sait que la capacité à terminer est liée non seulement à la capacité physique mais aussi à la volonté et à la détermination qui se gonfle avec ces encouragements.



Bravo Anne Un superbe exploit





A l'arrivée, on assiste à un défilé de coureurs qui rentrent sur le stade d'athlétisme de Vannes ou après 300m ils finissent l'épreuve. Et là dans le virage, apparaît Anne visage souriant mais fatigué ; la délivrance avec le semi étant bouclé en 2H18 sous une forte cagna.

Elle est félicitée par Christian et JLM. Elle a terminé et dans un temps plus qu'honorable et ceci en ayant porté tout au long de l'épreuve dans son sac à dos plus d'un Kg d'eau qu'elle n'a pu boire, tant le système de pompage est capricieux. Elle a préféré prendre des bouteilles d'eau lors des ravitaillements s'alourdissant encore plus. C'est une vrai épreuve commando qu'elle vient de subir et c'est plusieurs minutes qu'elle aurait gagné sans son sac à dos.

La côte du Vincin a été un calvaire dont elle se rappellera longtemps. 250 m de côte semblable à celle de Plouguin avant

l'arrivée. Une horreur, un cauchemar....



Après douche et un bon déjeuner au soleil, c'est le retour vers Brest dans un état d'esprit super boosté par son exploit.

Bravo Anne et à bientôt pour un autre calvaire.

Ne sont-ils pas mignons sur cette photo!!!

Gérard Houlf

Chroniqueur à l'ECM

Conteur de tous vos exploits

