

Krapados Deiz (44)le 14/11/2009 un 67km

Récits des courses

Post   par : Lamanere

Publié le : 16/3/2010 18:18:41

Kra...kra...krapados la boue est avec nous

Vendredi 13 novembre 17h15 en route pour Saint Lyphard (44)

On se fait flasher en direction de ma course (  sa commence bien!!!)

Arrivée sur place on cherche la salle pour dormir (belle maison en pierre), puis la salle des dossards ou se situe le départ/arrivée.

Je suis la seule femme.....jeune avec un gars de 24 ans. Les b  n  volles m'expliquent le topo je rencontre des coureurs qui me connaissent via Yanoo ou Kikourou et aussi un rencontré sur un défi trail

On repart vers la salle pour y déposer mes affaires et dire au revoirs à ma petite famille.

Je m'installe tranquillement pour la nuit, pour manger ; d'autres coureurs arrivent certains iront en haut d'autres en bas (comme le webmaster de Yanoo qui me déposera avec mes sacs au départ et ou je pourrais laisser mes dans sa voiture le temps de la course)

L'heure du couché approche mais impossible de trouver le sommeil à cause de la tempête et de la pluie qui font un max de bruit et des radiateurs à gaz qui clac plus les heures sonné par l'  glise situé à 100 m de là .

La nuit se passe ; le réveil se fait à 6h avec un bon petit déjeuner (4 balistos petit d  j', bananes, jus d'oranges et café..... Pas de ravitaillements solide sur la course (juste chocolat et abricots)

Direction le départ ou je retrouve un coureur du défi puis un autre et la   sa part en éclat de rire et pitreries.

Je vois la vainqueur de 2008 et qui est aussi montée sur le podium du raid du golfe (88km)    la 2  me places.

Je discute avec et des le départ donné je ferais un bout avec elle et avec mon coureur qui a prévu de faire 7h (pas moi)

C'est roulant avec des parties glissantes à cause de la boue et ce VENT ou cette tempête. Le paysage n'est que canaux, roseaux, herbes hautes, bois avec des passages sur des passerelles en bois.

Je décide de ralentir car nous sommes à 12km/h et au bout de 45min je me dis que cela ne va pas le faire sur 67km.

Je les laisse donc partir devant et je fais mon chemin, au bout d'un moment je regarde ma montre car j'ai l'impression de courir depuis des heures et de voir les coureurs à plusieurs centaines de moi me lasse très vite ; malheureusement cela ne fait que 1h10 de course, puis 1h22.....1h32.....1h45..... le temps me paraît long car le paysage est très pénible à voir.

Mon genoux gauche me fait mal, sensation de décharge électrique, et les tendons du droit me chatouillent.

2h de course et voilà le ravitaillement au bout de 21km, un verre de coca deux/trois mots échangés et je repars avec le même paysage malgré des passages en village, dans des prairies mais toujours ces canaux et des écrevisses aussi.

On longe le canal à découvert de toute civilisation et ce vent qui nous prend de face avec de fortes rafales qui nous empêchent de courir même de marcher à limite de me faire tomber. J'en ai ras le bol de ne voir que des prairies à droite, de l'eau à gauche avec des maisons et de me prendre du vent, mais en aucun cas je me suis demandé pourquoi j'étais venu ici. Des coureurs devant, derrière qui marchent qui courent (trotinent) on se double sans cesse, un sourire mais c'est tout ; certains même iront parler aux mecs de derrière de devant mais pas moi, une femme devant eux c'est limite on dirait. (pauvre C**)

Puis le 2èmes ravitaillements est là au KM 43.

On me dit que je suis 1ere car l'autre a abandonné suite à deux chutes avec les genoux bien frottés et surtout elle partait avec une entorse pas encore finit.

Ok ça roule mais je râle en disant que les mecs passent devant moi sans parler sans discuter et les bénévoles demandent à ceux que l'on court avec moi pour que je ne râle plus (humour) mais certains le prennent mal et repartent aussi tôt ou alors me demandent de les attendre (et puis quoi encore.....qu'ils changent de jambes pour courir plus vite aussi)

Je repars avec 2/3 mecs pas très chaud mais bon c'est comme ça (ils me lâcheront au bout de 200m)

On traverse la partie la plus dur ; de l'eau aux genoux, des parcs à vaches remplis de boue, trous et eau et pas facile de courir sans glisser ou se tordre la cheville, mais là je me fais plaisir, au loin je vois des coureurs que je rattrape (ils marchent) alors je cours dans la boue dans l'eau.....même pas peur et puis il faut enjamber des clôtures.

De là la partie est soit disant sans vent mais plus de boue (mon œil pour le vent)

Je cours avec des mecs et surtout avec un qui restera avec moi jusqu'à la fin car lui aussi trouve le paysage très lourd.

Un orage se pointe éclipse, on se prend de la flotte avec le vent et la grêle et bien sur toujours de la boue.

Passage sur de la route (ça me gonfle le bitume avec des trails aux pieds)

Et puis là se sera marais plus ou secs jusque la fin alors imaginez ça durant 20 bornes c'est un peu long, Ha j'oubliais il y a des vaches à voir.

On alterne, marche/course, boue et trous, ras le bol et sourire.

Un coup ils nous reste 16 bornes et au bout de 20min toujours 16 bornes.

Pleins le C** de ce paysage, en plus pas facile de courir quand les trails s'enfoncent à la cheville ou que ça glisse.

Sur la fin je préfère marcher car les cuisses tirent, les genoux souffrent et le paysage me

gonflent.

Km-2 pas le courage de courir un maux de ventre me terrasse (eau glacé) mais je marche et puis on attend du monde un peu plus loin, le ventre va mieux nous courons, on voit le stade, faut faire le tour puis l'arrivée est là sous nos yeux et je vois ma fille au loin(blouson tout rose dans de l'herbe c'est facile à repérer)

Ils sont là avec une pancarte pour m'encourager, je les prends par la main et on finit l'arrivée ensemble avec mon coureur.

Les gens sont heureux de me voir et moi aussi.

Je suis la 1 ERE de la KRAPADOS DEIZ 2009, je finis la course et remporte mon ultra en 8h19.

On me prend en photos avec les organisateurs, les partenaires de la course, on vient me voir pour parler etc....

Je file prendre une douche bien méritée, mais surprise des mecs y sont GRRRR j'attends me dépêche d'aller sous l'eau GLACEE mais on moins je peux me laver, puis la 2  me femmes arrivent (elle a déjà fait cette course et monté sur le podium)

Après direction pour récupérer mon plateau repas (soupe, poulet, riz, yaourt, pomme, coca, badoit, vin et café)    a c'est terrible.

La remise se fait à l'issue (la 3  me court toujours) on me remet le trophée KRAPADOS à« un canard en bois à» puis un gros coffret de produit Marionnaud (ma fille r  cup  rera les colier)