

Récit d'une cyclote ou quelques impressions durant le PBP 2007

Dimanche 21 août 2007 : J-1

Quelle idée de se lever de si bonne heure un dimanche ! Le contrôle des machines est aujourd'hui, il me faut être avec mon vélo équipé à 11h à St Quentin en Yvelines. Mon compagnon se lève avec moi, il aura la lourde charge de suivre en voiture et surtout de me supporter avant et pendant l'épreuve. Quelle épreuve ? Bien sûr, le Paris-Brest-Paris, randonnée cyclopédique sur 1200 km à réaliser en moins de 90h.

Arrivés à St Quentin, déjà multitude de cyclos sont vêtus de leurs plus beaux habits et couleurs criardes. Sur le chemin du gymnase, je rencontre avec plaisir Maria Carmen, une espagnole rencontrée sur le Bordeaux-Paris 2006, qui a fait toutes les emplettes possibles et imaginables en rapport avec le PBP. Je suis heureuse de revoir Amaia, sa fille, puis d'autres espagnols, avec lesquels je me suis prise d'amitié durant le Bordeaux-Paris. Toutes les nationalités s'affrontent sous une relative bonne ambiance. La dominante est anglaise. Pas de contrôle de machines aujourd'hui, le terrain est trop boueux...cela laisse présager de la suite... Dans le gymnase, un singapourien s'interroge de l'emplacement de la table de retrait des documents de son pays. Quand je disais que presque tous les pays y sont représentés : Environ 5000 participants au départ, dont 45% de français. Je retire très rapidement mon dossier avec tous les documents associés. Je traîne un peu en discutant avec presque toutes mes connaissances cyclos présentes. Avec joie, je discute avec Gérard Moreau, présent au départ et pour faire des photos des « victimes » à l'arrivée...

Il est presque midi quand je quitte l'ambiance cyclo et rentre déjeuner. Je suis dorlotée chez les parents de Sébastien, qui ont adopté leur cyclo ! Je passe une après-midi très tranquille avec Sébastien à figoler les préparations pour la voiture suiveuse. A ce titre, on prépare une fiche de temps présumé entre les différents contrôles de l'épreuve et aussi les ustensiles de ravitaillement.

Lundi 20-mardi 21 août 2007 : le Jour J

Le soleil se lève et je suis bien dans mon lit même si je peine à me rendormir au petit matin. Encore une ou deux minutes à rêvasser avant de me lever...direction les toilettes pour une petite diarrhée. La pression monterait-elle ?

Nous passons, Sébastien et moi, la matinée à faire les courses, essentiellement des produits énergétiques en excluant les produits minceur et forme. Midi, pâtes, comme depuis quelques jours, et une supposée sieste qui ne vient pas. A 18h, Sébastien et moi arrivons au gymnase des droits de l'Homme à St Quentin pour faire la queue avec les premiers cyclos.

Nous retrouvons Jean-Pierre et Gérard, les abeilles de Rueil-Malmaison qui ont eu la même idée. Séance photo avec Jean-Pierre, suivi d'un « reposage » des yeux (ou pseudo sieste). Tous les rouges sont passés (délais 80 h), on voit les vélos spéciaux passés.



*Dans la file d'attente avec Sébastien
Photo J-P Smith*

Tous ces cyclos qui attendent, l'ambiance autour de nous, la guimbarde, les jongleurs de feu, et des amis qui brandissent la pancarte « Claire et Gwen, Poivrottes un peu, Bourrines aussi, éPatantes surtout » !

Je redoutais ce moment mais finalement, le départ se fait dans de bonnes conditions, un dernier sourire, puis c'est parti ! Les cyclos partent comme des fusées, Claire et moi peinons à ne pas prendre leurs aspirations. Les premiers km sont un vrai bonheur, tant de gens au départ pour nous encourager, même dans les villes qui suivent. Tant de réjouissance ne laisse rien présager sur la suite. Et justement, panne de pédale à Bazoches-sur-Guyonne. Ma pédale automatique se détache du bras de pédalier et je n'arrive pas à réparer. Heureusement, une tablée de spectateurs avait justement la trousse à outils sous la main. C'est difficile pour eux de remettre la pédale en place, surtout qu'en partant, du filetage s'est enlevé. Je commence à croire que 20 km sera la fin de mon aventure mais c'était sans compter sur l'acharnement de mon réparateur, bâtisseur dans la vie publique. Ouf ! Claire et moi repartons, et je promets de revenir si la pédale tient le coup tout le long du parcours. A Montfort, je reconnais Gérard Moreau mais pas le temps de s'arrêter discuter. Le début de cette randonnée a des allures surréalistes. Par exemple, cette voiture qui sort un bras de levier avec un énorme spot et nous interviewe, Claire et moi, au milieu de nul part. DVD oblige ! Cette première nuit passe très vite mais déjà la pluie s'en mêle. Ce n'est pas grave, on a vu

Certains arrivent à la dernière minute. Il est 19h et je remange des pâtes.

La queue d'attente part du gymnase et va jusqu'au rond-point des droits de l'homme, et peut-être même au-delà !

Les portes s'ouvrent enfin, je rentre dans le sas du départ. Je suis bien placée pour partir dans le premier groupe. On dirait les soldes... En faisant la queue pour les éclairages, je revois Claire, puis finalement, on se retrouve côte à côte pour le départ. J'ai adoré ce moment :



*Avant le départ avec Claire à St Quentin
Photo L. Ménager*

pire lors des brevets et en plus, je connais cette région. A **Mortagne-au-Perche**, scission avec Claire, j'ai besoin de réparer mon dérailleur avant et arrière. Je soupçonne quelques attouchements sur mon vélo lors du départ à St Quentin. Bernard Osmont, mon vélociste aiglon préféré me fait passer devant un cyclo pour que je puisse rattraper Claire. Belle galanterie ! Le temps d'un échange et je repars de plus belle sous la pluie qui a forci. L'objectif de retrouver Claire sera très difficile dans la nuit, je continue seule ma route, ou plutôt au milieu de tous ces cyclos. Je rencontre l'humour british peu après. Un agglutinement de cyclos en plein virage. Petit moment de doute sur la route. Puis, après quelques minutes, un cyclo repart et tout le monde repart. Bèèèè ! Je suis prise d'un petit coup de pompe au matin et je quitte mes terres pour retrouver celle de la Mayenne. Je vois quelques cyclos dormir, un accident et quelques camions, et Jean-Lou me double. Le contrôle à **Villaines-la-Juhel** fait du bien. Je retrouve mon homme qui est au petit soin pour moi, brioche, café, encore des brioches, pains au raisin, ... Vive l'assistance ! Je croise Claire et Hervé mais je n'ai pas fini de manger. Je repars, c'est dur, il y a du vent $\frac{3}{4}$ de face et je suis toute seule donc je mise sur l'économie en adoptant une allure de croisière. L'avantage d'être seule, c'est de pouvoir plus facilement discuter avec les gens. Je rencontre Rick, un américain et bien d'autres. Mais personne n'a encore l'idée de rouler ensemble, chacun est plus ou moins à son rythme et moi, je commence à prendre mon mal en patience et j'essaie de m'économiser. Avant Fougères, Hervé et Claire me rattrapent.



*Avec Claire, à Quédillac (Km 391)
Photo Maindru*

On finit la route ensemble, c'est bien agréable de se reposer derrière des roues. A **Fougères**, déception de ne pas voir le château et les organisateurs ont pris un malin plaisir à nous faire tourner en rond. Pause pâtes, j'assimile mon repas plutôt lentement mais sûrement. Jusqu'à **Tinténiac**, la route est plutôt sympa avec ses spectateurs qui nous encouragent, je roule avec Claire et Jean-Lou. Parfois, des originaux jouent de l'accordéon ou de la corne de brume. Sous la pluie, ça donne du baume au cœur. Après Tinténiac, je roule sur les terres de mon homme. La Bretagne s'annonce par son lot continue de casses-pattes. Je commence à ressentir un mal au genou qui devient presque insoutenable. Claire et Jean-Lou me lâchent, je continue à mon rythme. L'arrivée est vraiment horrible jusqu'à **Loudéac**, ça n'en finit pas cette route et j'ai de plus en plus mal au genou ! La nuit tombe et je finis mon premier jour avec un cyclo de la Seine et Marne. Loudéac, enfin, j'en peux plus. Je file à l'infirmierie, j'ai vraiment peur pour mon genou. Finalement, j'y reste plus longtemps que prévu. Je fais là-bas une hypoglycémie (je me suis fait avoir par l'arrivée interminable à Loudéac), je parle de mon mal au genou. Diagnostic ? Tendinites. Un gentil infirmier s'occupe de moi et me donne une crème pour le genou, avec du sucre et du coca. Sébastien me regarde allongée sur leur civière, j'attends d'assimiler du sucre. Je finis par me lever, je vomis, puis je pars manger, ça va mieux. La douche façon pipi de chat délivrera cette journée qui s'est mal fini. J'ai trop mal au genou, j'arrête.

Mercredi 22 août 2007

Contre toute attente, je n'ai plus mal au genou au réveil, à 5h ! Je décide de continuer mais je me résigne à arrêter si la douleur au genou devient à nouveau insoutenable. Je croise les premiers cyclos qui reviennent de Brest, c'est euphorique, je n'ai pas mal au genou, le jour se lève, et il y a des bosses. Avant d'arrivée sur **Carhaix-Plouger**, je profite des roues de deux charmants cyclos de Tellé en Bretagne. C'est très agréable de discuter et de finir avec eux l'étape. Je me refais une santé derrière leurs bonnes roues. La queue aux toilettes dames est longue, un défaut pour ce contrôle. Je recroise Jean-Lou et Claire, puis Henri. Je repars, et quelle joie de croiser Gérard en sens inverse. Je me dis que le plus dur est fait et continue ma route. Je profite de roues de Danois, sans rien leur dire, puis lâche le wagon. Je commence à ressentir la fatigue de rouler toute seule avec ce petit vent qui durcira. Plusieurs cyclos me doublent en profitant bien au passage de ma roue, je commence à en avoir marre de rouler toute seule et de ne pas pouvoir m'abriter derrière les roues de ceux qui me doublent. Je finis par proposer à Hélène, une belge, de se relayer. On roule à peu près au même rythme et on arrive à lutter contre le vent de face à deux. La côte du Roc'h Trévezel est plutôt difficile avec ce vent et personne devant. Dans la descente, je n'arrive pas à la suivre, et on se perd de vue, tant pis, je continue toute seule. Le paysage est vraiment superbe dans ce coin, bruyères, rochers, et bientôt la mer en vue. Je la cherche, toujours pas. Je craque complètement avant **Brest**, j'ai encore de violentes douleurs au genou, toujours ce sale genou ! Quand même, je traverse le pont de la rade avec joie, même s'il ne me reste qu'un genou qui fonctionne. Les applaudissements font plaisir même si le vent est plus violent que jamais. Au contrôle, j'en ai marre et archi marre d'avoir mal au genou.

Finalement, après un massage spécial Seb au genou tartiné de crème, Sébastien me convint de continuer au moins 15 min, le temps de voir si la pommade agit. Je suis sur le chemin du retour, j'ai mal au genou mais ça redevient supportable, donc je continue. Après Sizun, je rencontre mon seul moment de grande détresse. Le mal au genou n'est qu'un prétexte. Tout le monde me double, je roule à très faible allure, j'en ai marre mais je continue à pédaler jusqu'à la prochaine étape, après on verra. Sur la montée du Roc'h Trévezel, les anglos, Isabel et Jonathan, me rattrapent. On discute un peu, ils me remontent le moral, Jonathan me suggère plusieurs combines pour mon mal au genou. Serais-ce un problème de cales mal réglées ? Et bien, oui, j'ai rechangé de chaussures en été et en effet, les cales sont réglées différemment. Ahh, je reprends espoir, au prochain contrôle, je pense à re-régler mes cales mais cette fois, dans le bon sens. A **Carhaix-Plouger**, je fais une énorme pause repas. Je repars à la nuit tombante mais en meilleure forme. Mon genou va mieux, la nuit tombe, j'adore rouler de nuit, voir toutes les lumières des cyclos, en plus, le vent est tombé. J'avance à bon rythme pour une fois, et double quelques cyclos. Les chouettes hululent, je me sens bien sur mon vélo et sur cette route. La pluie retombe, tant pis, l'euphorie a été courte. Je fonce dans les descentes de pleine nuit, et j'arrive à **Loudéac** en bien meilleur état que la précédente fois. 2h de sommeil en prévision, je me lave juste



*Touche pas mes pâtes !
Photo S. Berthier*

dans une casserole, j'ai trop besoin de dormir. A mon odeur, je réveille mon homme qui ose à peine m'embrasser.

Jeudi 23 août 2007

Le lendemain, je me dis que j'ai fait la plus dur avec l'étape d'hier : la route était la plus difficile du parcours, j'ai vaincu mon mal au genou et maintenant je suis résignée à revenir jusqu'à St Quentin. Je casse une lampe le lendemain dans une descente, heureusement, j'en ai une autre. Je fais un bout de chemin avec un belge. On discute beaucoup. Je recroise Rick, l'américain qui est enchanté de me revoir. Il me donne le pin's du PBP et sa carte. Sympa, l'américain ! Au contrôle secret, je recroise Claire et Jean-Lou. Finalement, tout le monde se croise tout le temps dans cette randonnée ! Avant **Tinteni**, les espagnols rencontrés lors du Bordeaux-Paris me doublent. Quel bonheur de retrouver Amaia et Juan Angel (appelé Red hot) ! Finalement, on finit la route ensemble jusqu'à **Fougères** à une allure plutôt soutenue. Au contrôle, les espagnols nous invitent Seb et moi à leur ravitaillement. Le frère et la mère d'Amaia nous proposent bière, café au lait et Red hot me propose des barres céréales et en profite pour consolider le scotch sur ma lampe arrière (il faisait du bruit, du coup, ça énerve). Ce court arrêt me redonne des forces. On repart de plus belle. J'adore rouler en leur compagnie.

Je discute avec Amaia dans un anglais plutôt élémentaire, par contre, mon espagnol est très limité et je suis trop fatiguée pour faire des gestes à vélo. Amaia m'épate, quel entrain, elle est tout le temps devant. J'apprendrais par la suite que c'est grâce à notre (celle d'Erika, de Claire et de moi-même) sollicitation lors du dernier Bordeaux-Paris qu'Amaia a pris le départ du PBP. Ca me fait plaisir d'apprendre cela ! L'étape se passe plutôt bien, même si à 20 km de **Villaines-la-Juhel**, je me tape une



*En file indienne au milieu des espagnols
Photo A. Tignon*

fringale. Les espagnols m'attendent gentiment et je finis par craquer sur un ravitaillement autochtone à la sauvage. En effet, ces personnes proposent café et biscuits à qui veut, évidemment ça tente ! Quelques minutes après, de retour sur le vélo ; je suis bien retapée. Au contrôle, je me sépare des espagnols ; ils mangent vite pour arriver vite tandis que moi, je préfère manger tranquillement avant la nuit. Je retrouve Joël en pleine séance de sieste nocturne, en 15 minutes top chrono. On repart donc ensemble, direction **Mortagne-au-Perche**. La nuit est déjà tombée et nous cheminons à travers les collines. Je perds Joël dans une descente. Je me fais avoir par un cyclo qui dit s'appeler Joël, encore un anglo je suppose... Du coup, j'essaie de le rattraper, le bougre qui va trop vite, puis je comprends que c'est une mauvaise piste ! J'attends donc Joël au village suivant et en profite pour manger. Joël arrive, l'air dépité : il a cassé sa lampe avant de dynamo et il ne lui reste que la frontale. On essaie de se suivre grâce à mes lampes mais une trop violente douleur au genou le contraint à s'arrêter. Je l'abandonne donc dans un autre village. Je roule à bon rythme, enfin mon avis n'est peut-être pas très objectif, surtout de

nuit. Un coup de fil à mon homme me redonne du courage : un gars de l'organisation me confirme que je suis encore dans les temps et me recommande de dormir à l'étape de Mortagne. Après Mayenne, je prends de très bonnes roues car je m'endormais presque sur le vélo. Les gars vont vite. Je les lâche après quelques kilomètres mais au moins, le changement de rythme m'a réveillé. J'arrive à Mortagne enfin! Il est temps de manger, de se laver dans la casserole et de dormir 2h.

Vendredi 24 août 2007



Enfin, le retour !

Photo Maindru

Dernier jour, l'excitation est présente et surmonte légèrement la fatigue accumulée. Je démarre tout en sachant qu'il ne faut pas que je traîne pour rester dans les délais. Que vois-je au détour d'une côte ? Les espagnols ! On décide que je reste dans leur groupe même si j'émetts de fortes présomptions pour les suivre. Red hot m'aide à monter la côte après Longny en me poussant. J'ai mal aux genoux, c'est l'habitude, mais aussi entre les jambes. Cette douleur est survenue depuis plusieurs centaines de km et aujourd'hui, la douleur est presque insoutenable. Je ne supporte plus les trous sur la route et les dos-d'âne, c'est encore pire ! L'arrivée à **Dreux** est un vrai calvaire pour moi. Je me précipite à l'infirmierie et reçois de bons soins. Les espagnols m'attendent encore une fois et émettent des doutes pour arriver dans les délais. Je repars avec des tendinites qui s'étendent maintenant aux talons d'Achille mais au moins ma douleur à l'entre-jambe est atténuée. On roule à très bonne allure sur la moitié du trajet restant. Les pâtes que j'ai englouties à Dreux me restent sur l'estomac. Heureusement que Red Hot me pousse dans la terrible côte de Gambaiseuil. J'en peux presque plus et j'apprécie énormément la compagnie des Espagnols. Les feux rouges dans la zone de **St Quentin** sont une bénédiction pour moi, ça me permet de me reposer. Les panneaux 10 km et 5 km de passé puis l'arrivée avec un 2ème tour autour du rond-point. A l'arrivée, mon homme et des amis. Des cadeaux me sont offerts, trop d'émotions en même temps, je suis contente d'être arrivée. Evidemment, on n'a pas la même tête après 88h de vélo presque sans s'arrêter !



Avec Maria Carmen et Sébastien à St Quentin

Photo M. Carmen

Merci Sébastien pour cet accompagnement le long du parcours. Ton appui m'a été indispensable. Merci également aux amis qui m'attendaient à l'arrivée. Ouf, une bonne chose de faite! Je trouve que je suis arrivée plutôt en bon état, c'était mon objectif ! La prochaine fois? Un tandem avec Sébastien ? Ce n'est pas moi qui ai laissé l'idée !

Après-coup

Avant de partir, j'avais entendu souvent les gens déconseiller l'assistance, d'autant plus au sein d'un couple. Je parlais avec déjà un a priori qui s'est avéré inexact dans notre cas. En solitaire, je trouve que l'assistance est très importante, j'ai pu gagner du temps et manger de vrais plats complets (mon estomac a donc bien tenu le choc !). Au cours d'une étape, ça me motivait de retrouver mon homme. On échangeait quelques impressions sur notre étape, que ce soit à vélo ou en voiture. Je ne pensais qu'à arriver à l'étape et au-delà, on verra une fois sur place. Mon peu de km (environ 3000) ne m'encourageait pas permis de me surpasser. Je te



accumulé cette année (environ mais ta présence, Sébastien, m'a dois beaucoup !
Après-coup, au niveau du rétention d'eau la nuit suivante rentrais plus dans mon jean's). kg d'eau. Les jours suivants, qui enflaient...

A ce jour, je suis toujours en que mes tendinites guérissent. housse depuis longtemps, je n'ose pas le déranger dans ses rêves... tant de kilomètres parcourus en peu de temps, les images de cette magnifique randonnée restent encore très présentes.

Dans quatre ans ?

Photo R. LeGac

physique, j'ai chopé une énorme (c'est la première fois que je ne Pendant la nuit, j'ai dû perdre 5 j'avais malgré moi, les chevilles

repos complet du vélo. J'attends Mon petit tonnerre dort dans sa