

Tulle-Brive Nature : belle découverte des sentiers corréziens

14 avril 2017

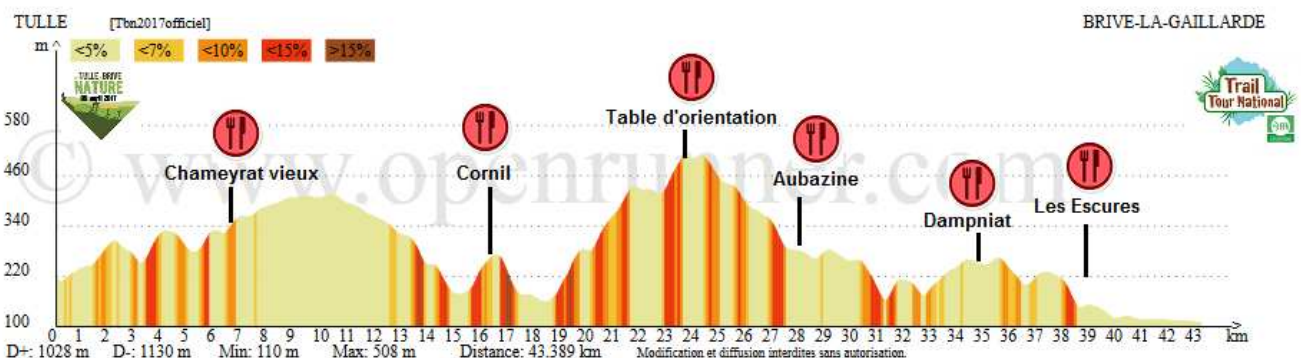


L'épreuve nous faisait envie depuis longtemps, mais un peu trop proche de l'Éco-Trail de Paris (3 semaines), nous n'avions jamais osé l'enchaînement. Cette année, la récupération post 80 km nous a semblé plus rapide que d'habitude ... C'était donc l'occasion d'aller découvrir cette belle Corrèze !

Certes, on ne récupère pas entièrement d'un Éco-Trail de Paris en 3 semaines. C'est donc en connaissance de cause que nous nous présentons, avec Manu, sur cette édition 2017 de la Tulle-Brive Nature : contents d'être là, sur nos deux jambes, plutôt en forme, avec une grosse motivation, mais avec un fond de fatigue. Et puis c'est vrai que ce ne sont pas ces déplacements à Chartres, Lyon, Toulouse ou encore Paris qui m'auront permis de me reposer. Mais on fera avec les jambes du jour, et si on peut prendre du plaisir en bonus, ça sera le top !

On est verni avec la météo depuis quelques temps et c'est une Corrèze estivale qui nous accueille samedi en fin de journée. Les températures avoisinent les 27 degrés, il va falloir gérer ces premières grosses chaleurs demain. Avec un départ de Tulle à 8h15, on devrait arriver aux alentours de 12h/12h30 à Brive, et subir un peu sur cette fin de course. Mais au moins, pas de questions à se poser sur la tenue à enfiler : short, tee-shirt ! Julien, un ami qui vit à moins de 20' de Brive avec sa petite famille, a gentiment accepté de nous donner un coup de main à l'assistance. Trop sympa ! C'est toujours un avantage d'avoir quelqu'un pour tendre un bidon sur le côté.

Environ 4 000 participants annoncés sur l'évènement. Plusieurs épreuves au programme, et pas que de la course à pied. Randonnées ou encore VTT seront également de la partie aujourd'hui ! Le parcours de 44 km (1100m D+ annoncés) est une manche du TTN (Trail Tour National) et attire donc chaque année, quelques belles pointures françaises ou locales. On nous avait parlé d'un profil plutôt roulant, mais bien cassant, avec quelques bosses qui « casse-pattes » ! Hâte de découvrir ça !



On arrive à Tulle environ 45' avant le départ. Juste le temps de faire quelques foulées pour chauffer la machine, et préparer notre sac d'après course que nous laisserons à l'organisation et qui nous le rendra gentiment à l'arrivée, à Brive. Tout est bien ficelé, on sent une organisation rodée ! Je reconnais quelques coureuses, avec qui j'ai déjà eu l'occasion de « batailler ». Notamment Badia El Hariri (vainqueur Éco-Trail Paris 2015 et vainqueur Tulle-Brive 2015), ou encore Amélie Sparfel (vainqueur Gruissan Phoebus Trail 2015). On se salue sur la ligne. 8h15, le speaker prend la parole pour les dernières directives. 8h20, le départ est donné !



Photo : l-echo.info.fr

Un peu de bitume le temps de sortir du centre de Tulle, mais déjà, les premières pentes. Badia avait pris les devants, mais je la redouble ici. J'ai l'impression qu'il n'y a pas d'autres féminines devant. On entre dans les premiers sentiers en single, en faux plat montant. Ça grimpe tranquillement jusqu'au premier ravitaillement. Une pente douce et bien courante, avec un sol souple et très agréable ! Ça me fait penser au Trail des Hautes Côtes à Marsannay la Cote. Km7, premier ravitaillement, déjà ! 36' de course, trop tôt pour s'arrêter, je n'ai rien bu. Je poursuis. Le prochain sera dans une petite dizaine de kilomètres, Julien devrait nous y attendre.



Photo : Patricia Mournetas

Je me sens vraiment bien sur cette première partie de course. J'essaie d'être raisonnable dans mes allures, mais de ne pas m'endormir non plus. Je déteste faire les débuts de course en tête, j'ai toujours peur de le payer sur la fin ...

Sans connaître les écarts derrière, je me sens obligée de tenir une certaine cadence et du coup, de me mettre une petite pression. Je tente bien de faire abstraction de tout ça et de me focaliser sur MES sensations. Juste profiter du moment présent et de cette chance de pouvoir galoper sans douleur.

À partir du 12^{ème} kilomètre, on entame une portion plus descendante, qui permet de dérouler. J'en profite pour lâcher les bras et allonger un peu la foulée jusqu'au prochain ravitaillement, à Cornil. Une ambiance de fou nous attend là-bas, lieu du départ du 23 km. Et comme j'y passe une dizaine de minutes avant leur départ, je bénéficie d'un tonnerre d'applaudissements à ce moment-là ! Ça donne la banane ! Merci à tous ! Un dernier effort pour monter jusqu'au point de ravitaillement, et je retrouve Juju qui me donne quelques nouvelles de Manu, et me donne un bidon plein. Merci Julien !



Pas d'infos sur les écarts derrière, mais je continue mon petit bonhomme de chemin en restant focalisée sur ma course. Peu après Cornil, on repart sur l'une des plus grosses difficultés du parcours : une belle grimpette d'environ 5 km, alternant montées régulières et pente raide. Le sentier zigzague en forêt, j'en profite pour jeter un œil dans le rétroviseur lorsque l'horizon est dégagé. Ah ! Je suis talonnée par une féminine ! Elle porte un maillot rouge comme celui d'Amélie, mais ce n'est pas elle. Je ne connais pas cette coureuse, mais je m'aperçois qu'elle se rapproche progressivement.

Ok, il faut passer la vitesse supérieure pour tenter de creuser un peu ... Je m'exécute et j'accélère comme je peux, en sortant donc de ma zone de confort (j'avoue, je n'en avais pas envie de ça aujourd'hui !!). Quelques coureurs du 25km nous doublent. Ils sont tout frais dis donc !! Je parviens à garder de l'avance jusqu'au sommet, à la Table d'Orientation. Très joli passage ici. Je profite de cette belle vue, scanne ce moment privilégié dans ma mémoire, et me jette dans la descente qui suit. À priori, la seconde n'a pas suivi, je ne la vois plus.

On a passé la mi-parcours. 27^{ème} kilomètre, 2h28 de course. Nous voilà sur le fameux passage du Canal aux Moines, en direction du prochain ravitaillement, à Aubazine. J'adore ce moment-là, on a l'impression de devoir jouer aux équilibristes sur un mur étroit, entourés de jolis ruisseaux qui coulent de chaque côté. Très dépaysant, et apaisant à la fois ! Je me régale du paysage, mais j'accuse un peu le coup de cet effort effectué juste avant ... La chaleur commençant également à peser sur les organismes, je commence à être envahie de sensations qui ne me plaisent pas du tout. Bon allez, je sens qu'il va falloir serrer les dents si je veux garder cette première place jusqu'à l'arrivée ...



Aubazine, km28. Julien me retrouve, il prend des nouvelles et me rassure au sujet de Manu : il semble aller mieux, il est 5^{ème}. Cette fois, je prends une barre en plus de mon bidon. Je me rends compte que je n'ai mangé qu'une seule barre depuis le départ. En plus de 2h30 de course, ce n'est pas assez ! C'est aussi peut être ce qui explique ce coup de bambou que je suis en train de subir. Je me force donc à l'avalier en repartant, mais elle ne passe pas trop ... elle me donne finalement la nausée. Je me contente donc de rester sur du liquide en espérant tenir jusqu'à l'arrivée. Je m'aperçois que je ne suis pas la seule à accuser un coup de moins bien ici : je raccroche deux coureurs, Frédéric, et Damien, qui semblent serrer les dents comme moi ... !



On fait route ensemble, en se motivant les uns, les autres. Bel esprit ! Il reste encore quelques petites bosses, mais les plus grosses difficultés sont derrière, d'après ce que j'avais pu voir sur le profil. Les premiers coureurs du 25 km continuent de filer devant nous. Une féminine avec une belle allure me double alors dans une montée. Persuadée que j'étais encore talonnée par la coureuse au maillot rouge, je ne me pose pas de questions : c'est la première du 23km. On s'encourage et je la laisse filer ! Et puis quelques minutes après, Frédéric m'encourage : « allez Sissi, il faut essayer de l'accrocher, c'est la fin ! » Je lui réponds, sûre de

moi : « ah non, elle est sur le 25 km ! » Frédérick semble formel : « ah non, elle a un dossard rouge, elle est sur le 44 ! » Ah ... Peut être. Ben tant pis, je n'ai pas la force d'aller la chercher là ... Et moi aussi, je suis formelle !

La victoire s'envole donc à moins de 10 km de l'arrivée ... mais je n'en fais pas une affaire d'état du tout, et finalement, je suis heureuse de retrouver une nouvelle fois cette place de 2 ! Reste à pouvoir la conserver maintenant ... Parce que cette fin de course s'annonce laborieuse étant donné mon état de forme. J'ai l'estomac en vrac et suis obligée de faire une pause technique (que je retenais depuis un moment déjà). J'ai la sensation de jambes lourdes et d'être bridée ! Plus d'essence dans le moteur, je termine tant bien que mal, sur la réserve ! Aaaaah, je n'aime pas ça !



Qu'ils étaient longs ces 5 derniers kilomètres ... ! Je remercie mes compagnons de route qui m'auront bien aidée à égayer cette fin de parcours. Quand la douleur gâche un peu le plaisir, j'avoue que ce n'est pas ma tasse de thé. Je cours pour me faire du bien, et pas pour me faire du mal ... Heureusement que le partage permet de redonner du sens à l'effort, dans ces moments-là !

Je parviens finalement à conserver cette 2^{ème} place, en franchissant la ligne d'arrivée en 4h04. 5' derrière Christelle Lazard, victorieuse du jour, et à peine 2' devant la 3^{ème}, Laurence Nogue. J'ai eu chaud aux fesses !!!! Je retrouve Manu, Julien et sa petite famille pour débriefer sur cette belle matinée. Manu sera passé à côté du podium en terminant 4^{ème}. Comme moi, il a subi aujourd'hui. Mais à 3 semaines de ce 80 km, c'était prévisible. Le corps est une belle machine, mais qu'il faut savoir ménager aussi, sinon, elle nous le fait bien payer !

Merci et bravo à toute l'équipe d'organisation, ainsi qu'aux nombreux bénévoles présents sur le parcours ! Ravie d'avoir enfin découvert cette Tulle-Brive Nature, dont on entendait tant parler, et que nous avons trouvée, fidèle à nos attentes ! Il faudra revenir pour découvrir le parcours dans l'autre sens maintenant ... À l'année prochaine donc ?

Par Sylvaine Cussot

