

COURSE DE MONTAGNE**UN REUNIONNAIS AU 23^e MARATHON DES SABLES**

Une semaine hors du temps

Pierre Diaz est installé à la Réunion depuis presque dix ans. Il officie comme ostéopathe spécialiste du sport dans le Sud, du côté de Saint-Joseph. Adeptes de l'effort extrême, avec à son actif plusieurs « Grand Raid » notamment et une place dans les 25 premiers comme point d'orgue, il avait décidé cette année de se lancer un nouveau défi : le marathon des Sables dans le Sud marocain...

Pour beaucoup de coureurs du dimanche, sans être le moins du monde péjoratif, le Marathon des Sables reste un « truc » de fous, réservé à quelques costauds en quête de défi ultime.

En fait avec son programme clairement affiché, on sait très vite à quoi s'en tenir. 246 kilomètres avec une charge de 8 kilos au minimum comportant de quoi se nourrir durant toute une semaine en plus de ses petites affaires et puis de son sac de couchage.

Tout cela se déroulant dans le Sud marocain, aux portes du désert, avec des températures allant parfois jusqu'à 47, 48°C.

Ça, c'est pour le côté compétition, car il faut aussi boucler un « petit » budget pour pouvoir y aller.

Pas loin de 2 650 euros de coût d'inscription auxquels se rajoutent près de 1 500 euros de frais divers entre billet d'avion Réunion-Paris et matériel approprié (sac à dos, chaus-sure, guêtres...) Pierre Diaz a passé tous les obstacles pour finalement prendre une 62^e place au général sur plus de 800 engagés, venus des quatre coins du monde.

**60 abandons
et plus de 500
« estropiés »
en fin d'épreuve**
« Je pense que j'aurais pu

mieux faire mais j'ai préféré gérer mon affaire. Je ne savais pas dans quoi je me lançais et après deux étapes, je me suis rendu compte que je tapais un peu à côté... J'étais tellement motivé et entraîné que j'ai voulu tenter de partir un peu trop vite sans doute. La première étape a été dantesque pour moi. C'est vrai qu'avec près de 31 kilomètre, dont surtout plus de 17 kilomètres de dunes, ça a été dur pour tout le monde. Moi j'ai été perclus de crampes. Ça ne m'a pas lâché et j'ai dû rallier l'arrivée en marchant plutôt qu'en courant. C'était vraiment mal engagé... »

Mais Pierre, âgé de 33 ans, ne s'est pas démonté.

Au fil des étapes, il s'est même refait une santé. Partant plus prudemment, il a même réussi un petit exploit dans la longue section de 75 kilomètres en prenant la 36^e position.

« Ce jour-là, comme on partait dans le groupe de 9 h du matin et non dans celui de midi avec les cinquante premiers, cela m'a permis de me frotter un peu à la tête de mon groupe et ça m'a terriblement motivé. Vous partez relax et vous vous retrouvez dans les dix premiers. Bien sûr, il a fallu gérer sur la fin, mais bon j'arrive sixième au bout et cela m'a mis du baume au cœur. »

La dernière étape plus courte, 17,5 km, ne sera que forma-

lité pour tout le monde. Le plus dur étant passé, certains comme Pierre ont préféré lever le pied et profiter des derniers instants du désert, d'autres, au contraire, lâcher les chevaux pour un dernier baroud d'honneur. De toute façon, les écarts étaient déjà faits. Lors de l'épreuve, 60 abandons et plus de 500 « estropiés » ont été enregistrés à la fin de l'épreuve. Les ampoules ont fait des ravages. Le Réunionnais n'a pas échappé à la règle.

« C'est vrai que cela a été dur sur la fin à cause de ça. J'ai d'abord eu une petite ampoule derrière le talon... Puis sûrement que vous devez compenser en courant et d'autres apparaissent bientôt. On repart toujours le lendemain, mais heureusement tout de même que cela ne dure pas plusieurs semaines. »

Pierre toutefois s'est vite remis. Après une semaine supplémentaire passée en métropole en vacances, il a vite regagné ses pénates. Deux événements l'attendent désormais : le Canéo au mois de juillet - nouvelle épreuve en France organisée par Gérard Fusil lui-même et qui prévoit de traverser la France de Paris en Marseille avec de nombreuses pratiques de sports - et puis surtout l'arrivée d'un nouveau venu dans la famille. Mais ça, c'est une autre histoire.

Rémy JEGARD

Le « cul » dans le sable à 5 h 30

Une journée type du marathon des Sables commence par le réveil sous la tente berbère. Sous le coup des 5 h 30, quand le jour pointe à peine, ça s'agite déjà. Ensuite tout va très vite, car les locaux, qui sont chargés de démonter les tentes et de les remonter un peu plus loin pour le début d'après-midi – une centaine de tentes tout de même –,

n'ont pas de temps à perdre. Tout le monde se retrouve donc le « cul » dans le sable en train de préparer son petit-déjeuner. Certains vont chercher du bois pour faire chauffer un peu d'eau, d'autres se contentent d'une portion de « Sport-Dej ».

Et puis c'est la longue attente jusqu'à 8 h 30, heure à laquelle sont conviés tous les compéti-

teurs sur la ligne de départ.

Le soleil commence bientôt à chauffer après les frissons de la petite matinée où la température avoisine les 10° C. Rapide briefing de l'organisateur et puis les fauves sont enfin lâchés.

Quatre, cinq, six heures de course, tout dépend de la rapidité de chacun et de l'étape. En passant la ligne d'arrivée, on reçoit également sa ration d'eau pour le restant de la journée. L'autre livraison se fera le lendemain matin sous le coup des 7 h. Là on va directement sous sa tente qui est bien sûr numérotée et puis on essaye de se reposer un peu. Ensuite on pense déjà à se faire réchauffer un petit truc, mais on essaye aussi de s'étirer au maximum, de récupérer tant bien que mal, de faire une sieste...

L'importance du repas du soir

Souvent la chaleur est forte et il n'y a que sous la tente que l'on trouve de l'ombre. Puis vient le tour de panser ses plaies. Selon les blessures ou l'état de forme, on va voir les « toubibs » ou alors, si tout va bien, on essaye d'aller passer le petit courriel du jour. Un gratuit par concurrent. Mais la

queue est longue et il faut souvent patienter au soleil. Beaucoup préfèrent capituler.

Enfin il faut penser à préparer sa couche pour la nuit. Le repas du soir reste le plus important. On prend tout son temps en effet pour bien déguster le peu que l'on a. C'est là aussi où l'on échange le plus avec les gars de la tente.

Certains sont regroupés par équipes, mais beaucoup se retrouvent là au hasard. Des affinités se créent, des amitiés se lient. Bientôt, le soleil disparaît. Vers 19 heures. Il ne reste plus qu'à s'endormir en pensant fortement à l'étape du lendemain. Sans avoir au préalable jeter un œil sur le « road book » justement.

Ah, j'oubliais, une « commissaire de bivouac » passera juste avant la nuit pour faire le tour des tentes et porter tous les mails récoltés la veille et le matin. Ça, c'est vraiment le « coup de peps » qui fait du bien. Parole de marathonien des sables... Voici donc ce qu'aura vécu notre ami « saint-joséphois » durant cette semaine vraiment hors du temps. Avec au final quelques kilos en moins et quelques ampoules en plus.

R. J



Les frissons de la petite matinée où la température avoisine les 10° C.



Pierre Diaz, ostéopathe dans le sud de l'île, a pris une méritoire 62^e place dans la 23^e édition du marathon des Sables.