

JÉRÔME ET CLÉ- MENT FONT LE TOUR DU CERVIN

Jérôme Haguenin

Nous voici donc sur la ligne de départ, Clément et moi, de cet Ultra Trail du Cervin, la sérénité n'est pas forcément avec nous, préparation écourtée et manque de repères, rien de bien nouveau, car il est rare de partir sur de telles distances le cœur léger et l'esprit tranquille, clairement cela va être dur et c'est un peu pour cela que l'on est là, face au Matterhorn, Cervino ou Cervin selon sa nationalité.

170 km et 13 000 m de dénivelé positive (D+) au programme.

Comme les lignes à venir sont un récit de trail, ce qui est une première dans le Crampon, quelques explications préliminaires ne sont pas superflues. Ici pas question d'escalade, ni de paroi verticale, ici il va être question d'évitement, et de contournement, on parle plus de cols et de lignes de crêtes que de brèches et de fissures. Le trail, c'est la légèreté, cela démarre par les chaussures qui donnent à la cheville le loisir d'épouser le relief et à la plante de pied d'être caressée juste ce qu'il faut par les cailloux ; en revanche pour la descente, si l'on a confiance et dynamisme, le chamois est notre modèle. Le sac du traileur n'est pas une énorme excroissance mais épouse le haut du corps, pas de superflu, juste le strict nécessaire en opposition avec les sacs de randonneurs qui martyrisent les épaules. Les bâtons sont light et démontables, aident pour la montée et sont rangés pour la descente ; les bras servant de stabilisateur. Voilà pour le mode d'emploi, simple non ?

Sur la ligne de départ 150 coureurs et coureuses ultra affûtés, il y a des cadors de la discipline... dont le vainqueur du Tor des Géants et de la Swiss Peaks ; des références dans le monde de l'ultra (ultra : course destinée à ceux qui en veulent toujours plus...+100 km et + 8000 m D+).

Le parcours de la Cervino Matterhorn Ultra Race reprend en grande partie celui du « Tour du Cervin ». Départ de Breuil-Cervinia, direction le Cervin. L'itinéraire monte par un sentier muletier en empruntant le « balcon du Cervin », un sentier particulièrement panoramique en faux plat qui longe toute la chaîne des Grandes Murailles, en traversant plusieurs moraines et torrents de montagne, pour arriver au col Fenêtre de Cignana. Il redescend ensuite jusqu'à l'alpage en contrebas,

d'où l'on aperçoit le lac artificiel de Cignana, avant de remonter jusqu'au refuge Perucca-Vuillermoz.

Premier ravito... Sur des longues distances il faut se projeter étape par étape... Les premiers kilomètres sont en général ceux où l'on « gamberge » où, en résumé on se demande pourquoi on est là... Et mieux vaut ne pas se poser trop longtemps la question et apporter une réponse ferme et définitive à ce début de remise en cause. Le ravitaillement, c'est un des plaisirs du traileur de base... Ici c'est du quatre étoiles d'autant que le temps clément du départ se transforme en un brouillard froid et humide... Première séance d'habillage (il y en aura beaucoup d'autres...). Une brève montée, raide et technique, mène au col de Valcornière (3 066 m). L'originalité de ce trail, c'est son caractère alpin avec des passages techniques, l'occasion de « jardiner » (jargon du traileur qui a le nez dans l'herbe afin de gravir quelques mètres difficiles).

Avec des montées sèches de 1000 m ou plus, le rythme est soutenu. Et là, je vais casser un mythe... Les montées ne se font pas en courant sauf pour Kilian¹. Les meilleurs arrivent à du 900 m/h mon alti affiche désespérément 500 m/h... autre monde. En revanche les descentes permettent de dérouiller la machine : cerveau sur Off... Les pieds trouvent à chaque fois un appui, on peut se prendre pour un cabri mais gare à l'excès de confiance... Nous n'en sommes qu'au trentième kilomètre ; la maxime que l'on se répète dans les moments d'exaltation, c'est : pars à la vitesse où tu comptes arriver.

Dans les épreuves longues distances les moments d'euphorie alternent avec des moments plus compliqués, c'est inévitable, donc prudence et gestion de l'effort. Nous traversons le glacier d'Arolla, nos pas sur la glace ont la sonorité des chips de crevette en tout cas le paysage est magnifique, entouré de glaciers suspendus... Clément et moi sommes seuls. C'est pour cela que l'on est là... Réponse à la question existentielle du comment, et du pourquoi. Ces moments de solitude, on ne les retrouve pas sur la course dont tout le monde parle, à savoir l'UTMB², l'occasion de fustiger ce qu'est devenue cette épreuve, à savoir une longue

¹ Kilian Jornet est un des rois du trail et des ascensions express

² Ultra trail du Mont Blanc NdIR



procession de coureurs où les considérations de sauvegarde de la montagne ne sont plus d'actualité ; mais revenons dans notre road trip...

Nous cheminons sur une moraine... De saute cailloux en saute cailloux, pour arriver sur un sentier qui va vers Arolla, on traverse un site exceptionnel au paysage de carte postale, d'où l'on découvre de nombreux petits lacs de montagne, domaine des marmottes et des immanquables vaches qui ponctuent les alpages, nous sommes en Suisse, tout est dit. La suite du parcours nous fait passer au travers de hameaux et villages sans aucune faute de goût... On aurait envie de s'arrêter à l'ombre d'un chalet d'alpage et regarder les multiples fleurs qui colorent les prairies... mais c'est une course avec des barrières horaires (temps limite avant disqualification).

Petit point sur la course, nous cheminons avec un petit groupe de coureurs italiens... Ils courent et parlent en même temps, ce qui est en soit une sacrée performance. L'un des coureurs me reconnaît d'une course précédente... C'est sans doute cela le succès. Sur ses deux mollets sont tatoués les points de passage des deux courses mythiques Swiss Peaks et Tor des Géants, des épreuves de 300 km... Heureusement il y a de la place au-dessus des chaussettes.

Nous ne sommes ni devant ni trop derrière... Dans le ventre mou du classement ; l'objectif premier est d'arriver. Bien souvent nous repassons devant des coureurs moins rapides... mais avec des arrêts aux stands plus rapides. L'accueil au ravitaillement est génial, tout le monde est au petit soin...

Arrivés au kilomètre 85 à l'hôtel Weisshorn, où l'on peut déguster une Siervoise – bière typique à la saveur particulière ; nous ne nous hasarderons pas à la tester comme certains coureurs locaux. Au menu soupes, pâtes, fromage, tant que l'on peut recharger des calories, les jambes peuvent continuer à nous faire progresser. La prochaine étape est la base vie de Sankt Niklaus mais avant il va falloir descendre de 2800 m à 1100 m avec déjà plus de 100 km dans les pieds, qui se rappellent à mon souvenir.

Début d'échauffement pour moi et douleur dans les genoux pour Clément, pre-

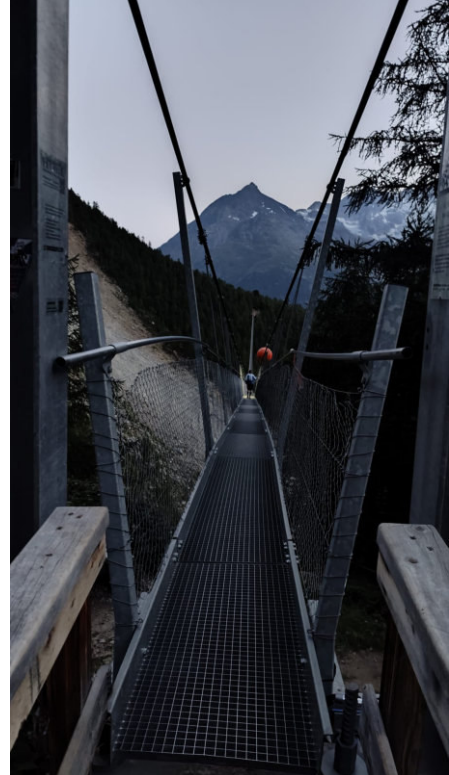
mière nuit à venir. Souvent quand on parle de ce type d'épreuves, une des questions récurrente c'est : tu dors combien de temps ? Et bien, tout dépend... Dans la salle de repos, les allées et venues ne permettent pas de dormir... de toute façon l'organisme s'est positionné en mode actif, on s'allonge mais le sommeil ne viendra pas. Donc après une petite heure nous voilà repartis, sachant qu'inévitablement le manque de sommeil va se faire sentir jusqu'aux premières lueurs de l'aube.

Une pause salvatrice dans un ravitaillement où un magnifique et improbable fauteuil en cuir nous permet un arrêt de quarante minutes, top, les batteries sont rechargées, on va passer la nuit sans trop d'hallucinations. Pour ma part cela prend bien souvent la forme de personnages qui se cachent sur le bas-côté... ou de maisons au milieu de nulle part. On sait que cela n'existe que dans notre esprit mais souvent il faut toucher l'arbre ou le rocher pour s'en convaincre.

Nous arrivons au Charles Kuonen Hängebrücke, le plus long pont suspendu piétonnier au monde. Inauguré en 2017, il mesure 494 m de longueur et la traversée sur l'à-pic nous donne une jolie poussée d'adrénaline ! Si les minutes et les heures lors des premiers kilomètres s'égrènent lentement, le temps s'accélère. Au fil des kilomètres... nous alternons montées et descentes sans trop se poser de question.

Deuxième jour. Le premier concurrent a bouclé l'épreuve en 26 h avec 2 h d'avance sur les prévisions de l'organisateur, cela paraît hors norme et nous force à l'humilité.

Plus de douleurs, nous cheminons avec comme objectif le prochain ravitaillement... Nous abordons Zermatt, à une heure où nous ne croisons pas une seule âme, sauf un renard égaré au milieu des palaces hôteliers. Nous sommes en Suisse, les vélos ne sont pas attachés, pas un papier par terre... peut-être que le renard s'occupe du nettoyage ? La vue des hôtels cinq étoiles nous font miroiter un ravitaillement hors normes... Il est deux heures du matin, il reste une grosse montée de 1600 m, donc



repos obligatoire. A force de détours dans la ville nous arrivons en vue de l'oasis tant espérée... Une simple tente et quatre lits pliants ; la jauge de moral descend au plus bas... heureusement notre hôte va s'occuper de nous...

Désormais on peut envisager l'arrivée... On entame la dernière montée vers le glacier du Plateau Rosa. On voit l'arrivée tout en haut avec une gare de téléphérique. Dur pour le moral de voir cette foutue gare qui n'en finit pas de se dérober au fil du sentier, d'autant que les cabines commencent à monter au-dessus de nous. Point positif, nous retrouvons le Cervin au lever du soleil. Puis une montée sur le glacier Theodul avec ses improbables skieurs d'été. Dernier point de passage au refuge de Teodulo à qui nous délivrons la palme

de l'accueil de ce trail.

Retour a la civilisation d'où nous nous sommes retirés quelques heures... On lâche les chevaux (ceux qui restent) dernière descente et ligne d'arrivée avec un sprint final dans la rue principale... Yes c est fait...

Clément on se refait un ultra ?



UN RÉCIT POUR LE CRAMPON !

ChatGPT

Dans les terres lointaines où les falaises majestueuses se dressent, une aventure extraordinaire m'attendait. Les rochers escarpés étaient mon terrain de jeu, et cette journée-là, je me lançai vaillamment dans une voie redoutablement difficile, cotée 6b. Le défi était immense, mais je n'avais jamais reculé devant l'adversité. Alors que je grimpais avec détermination, mon cœur battait à l'unisson du rythme de la nature qui m'entourait. Chaque mouvement était calculé, chaque prise était saisie avec une précision chirurgicale. J'approchais du moment crucial, prêt à vaincre le surplomb dévastateur qui se dressait devant moi.

Mais le destin, capricieux et sournois, décida de mettre à l'épreuve ma détermination. Dans un éclat de malice, la dernière dégaine se détacha brusquement, comme si elle était possédée par une force invisible. Mon cœur fit un bond dans ma poitrine alors que je me retrouvai suspendu dans le vide, dépendant de mes propres ressources pour survivre.

Une lueur de perspicacité illumina mon esprit : la désescalade était ma seule issue. Avec une maîtrise hors du commun, je me lançai dans une danse périlleuse, mes mains cherchant avidement de minuscules prises pour m'ancrer à la paroi. Mes pieds s'élevaient dans les airs, défiant la gravité alors que je m'accrochais désespérément à la roche rugueuse. Enfin, telle une créature surnaturelle, je parvins à sauter avec grâce sur une cor-

niche précaire, échappant ainsi aux abîmes béants qui menaçaient de m'engloutir. Mais la sécurité n'était qu'une illusion, car me voilà maintenant pris au piège sur cette corniche étroite, seul contre la nature implacable.

Dans mon désarroi, j'appelai à l'aide un ami dont la renommée était légendaire : le professeur B. Tel un héros des temps modernes, il accourut à ma rescousse, bravant les obstacles qui se dressaient sur son chemin. La nuit, complice de mon infortune, s'était abattue, rendant l'entreprise encore plus périlleuse.

Armé d'une lampe frontale, le professeur B criait dans l'obscurité, comme un guerrier en quête de son compagnon d'armes perdu. Les échos de sa voix résonnaient dans les montagnes, trouvant finalement leur chemin jusqu'à moi. Dans cette nuit ténébreuse, sa détermination brilla comme un phare d'espoir, me guidant vers le salut.

Enfin, tel un ange gardien surgissant des cieux, le professeur B me rejoignit sur la corniche. Sa présence apaisa mes craintes et raviva ma détermination. Ensemble, nous entreprîmes la descente, reliant nos forces pour surmonter chaque obstacle. Les heures s'écoulèrent lentement, et minuit sonna à l'horloge du destin. Epuisés mais victorieux, nous atteignîmes enfin la terre ferme. Ma maison m'accueillit chaleureusement, alors que je m'enfonçais dans l'obscurité de la nuit.

Cette aventure restera à jamais gravée dans ma mémoire, un récit épique de courage, de détermination et d'amitié. Les falaises de pierre se souviendront de notre passage, témoignant de notre triomphe sur l'adversité. Et moi, je garderai en moi le souvenir de cette nuit où j'ai défendu ma vie avec la bravoure d'un véritable héros.