

J'ai testé pour vous la course de l'ultra canal

L'ultra canal est une épreuve de course à pied avec assistance vélo sur l'intégralité du chemin de halage du Canal de Nantes à Brest sur une distance de **350 km non-stop** en un temps limite de 80h00.

Bernard Dauger comment en êtes vous venu à participer à cette course.

J'ai été sollicité par l'organisateur pour remplacer au pied levé un assistant défaillant. Voilà comment je me suis trouvé embarqué dans cette aventure « humaine et sportive » aux côtés de Didier Lemauff un habitué des grands trails.

Comment se déroule la course.

De l'écluse de Quiheix à Port Launay, le binôme est en semi-autosuffisance. L'assistant doit être en permanence et sur l'intégralité du parcours au côté du coureur mais il ne doit en aucune façon favoriser sa progression par une aide irrégulière sous peine de mise hors course. Personnellement tout au long des 59 h de course j'ai veillé à toujours répondre aux sollicitations de mon coureur. L'équipement vestimentaire de rechange et de couchage est dans les sacoches et toute l'alimentation dans une boîte plastique hermétique posée sur le porte-bagages. Mon vélo chargé pèse 28 kg. Certains ont opté pour une carriole tractée. Chaque assistant est muni d'une balise Gps qui permet de suivre en temps réel la progression de l'équipe. Les 6 points relais intermédiaires sont des pointages.

Quel est le profil sportif des coureurs

Les coureurs ont tous des références sur les épreuves type marathon, 100 km, 24 heures etc. mais « l'ultra canal » par sa distance exceptionnelle est pour beaucoup un nouveau défi.

Comment les coureurs gèrent-ils leur course

C'est la tête tout autant que les jambes qui fait avancer le coureur. Chacun a sa manière pour se projeter vers l'avant. Didier découpe la course en marathon et semi marathon, Yolande avance de 100 en 100 km, Franck veut progresser le plus loin possible sans calculer, d'autres s'autorisent des repos à tous les points de contrôle. Tous ont en commun une force de caractère qui leur permet d'aller au fond d'eux même chercher des ressources insoupçonnées pour atteindre leur but. Les coureurs s'arrêtent en moyenne 4 heures par nuit, mais Gérard Habasque qui termine premier en 51h40 a dormi 1h 30 seulement

Projecteur sur les régionaux

Yolande Roches de la Chapelle sur Erdre première féminine et 2^e au temps scratch termine dimanche à 14h45 en 52h30 sur les talons du premier qui la précède de 50 minutes. « A 58 ans elle est en quête de se dépasser en permanence ». Elle s'entraîne 30 km tous les jours. Martine Brishoual de Chateaubriant 2^e féminine et 4 au temps scratch en 58 h s'entraîne régulièrement 1 h le matin et 1 h le soir. Ces deux femmes ont fait l'admiration de tous les participants. Votre correspondant local et son coureur lâchés par Martine portes de Châteaulin terminent dimanche soir à 21h en 58h45.

Quelles sont les principales difficultés rencontrées

Les conditions climatiques exécrables (pluie, vent, brouillard, froid) ont ajouté une difficulté supplémentaire à la longueur du parcours qui présente un relief facile mais monotone et un paysage joli mais répétitif. Bien évidemment le manque sommeil amène des passages à vide qui provoquent dans la nuit des hallucinations visuelles. Une péniche au milieu de la route, des pots de fleurs le long du canal, des billets de 20 € qui jonchent le sol, l'impression de courir entre des murs sont quelques impressions recueillies auprès des concurrents.

Quel est le rôle de l'accompagnant

Yolande et Martine qui font équipe avec leur conjoint estiment que l'accompagnant souffre autant, sinon plus que le coureur car il ne pédale pas à une allure normale, il est sollicité en permanence pour satisfaire aux desideratas du coureur, il doit faire preuve de psychologie pour remonter un moral défaillant et il doit cacher ses propres maux (douleurs aux points de compression). Personnellement j'ai découvert mon coureur la veille de l'épreuve et j'ai pu lui apporter mon expérience des longues distances et des galères vécues sur mes 5 Paris/Brest/Paris

Conclusion

Coureur ou accompagnant vélo il faut être fort mentalement pour mener à bien ce challenge.