

TRAIL DES CIRQUES

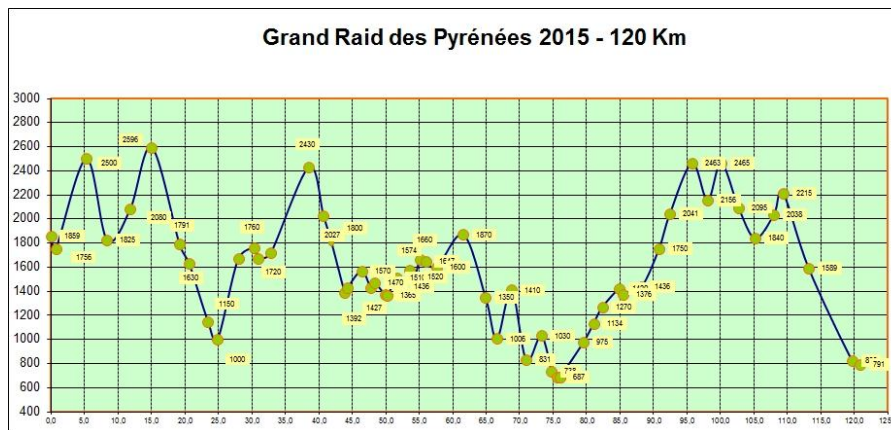
Grand Raid des Pyrénées

Vendredi 21 Août 2015

Piau Engaly => Vielle Aure



Me revoilà sur le parcours du GRP pour la 5^{ème} fois. Cette fois, je suis là pour goûter au nouveau parcours de 120 kms et 7000m D+ entre la station de Piau Engaly et la commune de Vielle Aure. Nous en profitons pour passer 15 jours dans la région pour profiter de ce joli coin de France.



Je ne connais pas le parcours mais je suis très motivé car on passe aux cirques de Troumousse et de Gavarnie.

La préparation s'est faite sans pépin physique (Pastourelle 53 km / Ultra trail du Bout du Monde / Ultra trans Aubrac et de nombreuses sorties longues).

Je m'aperçois dans la liste des inscrits que certaines figures connues du TNA sont présentes (un petit appel de dernières minutes)



La personne de droite s'appelle François et on a sympathisé avant la course

Le départ est donné à 9hrs de la station de Pia Engaly. On monte tout en haut de la station et on repase par le point de départ. Tout va bien pour moi (heureusement). Puis on s'engage sur des chemins techniques. La chaleur est bien présente. Passage au col de Port Campbiel 2600m. Puis une belle descente de 15 kms pour arriver à Gèdre le 1^{er} ravitaillement au km 25. La chaleur est bien présente et nous assomme. Je m'hydrate bien. Je trempe ma casquette dans chaque petit filet d'eau rencontré sur le parcours. Je n'avance pas très vite. Lorsque je repars de Gèdre, je croise François qui arrive. J'hésite à l'attendre mais il souhaite s'arrêter 30 minutes et je souhaite garder un petit capital vis-à-vis des barrières horaires.

Je quitte Gèdre et j'attaque une montée bien raide sous la chaleur. Je double beaucoup de coureurs qui s'arrête se reposer. Certains rebroussement chemins pour abandonner. Sur les hauteurs, je découvre un magnifique point de vue. Un petit ravitaillement liquide est prévu (une source naturelle...Un délice). Puis c'est la découverte du lac des Gloriettes puis le cirque de Troumousse. C'est vraiment somptueux et plus beau que le Cirque de Gavarnie. Une marmotte nous coupe le sentier à 10 m (trop tard pour la caméra). Dans le cirque, la chaleur est étouffante. Puis on attaque la montée de la hourquette d'Alans (2500m). La montée est longue et il faut être patient. Je n'arrive pas à m'alimenter. J'ai mal à la tête. Au sommet, quelques minutes pour reprendre ses esprits et profiter de cette magnifique vue. Puis c'est la descente au refuge des Espugettes. Je traverse un troupeau de brebis. Il n'y a pas de patou (je préfère de loin celles du TNA). Petit ravitaillement au refuge. Puis, je continue la descente. Le mal de tête est toujours là et je cours au ralenti. J'ai les jambes en coton (comme si j'avais la grippe ou un état fébrile). Mais j'avance toujours et cette fois c'est le cirque de Gavarnie qui commence à s'assombrir. J'aperçois le Cirque emprunté de couleurs rosés (c'est beau). Un petit pointage et quelques minutes de discussion avec les commissaires qui me font goûter aux bienfaits de l'eau du de Gavarnie puis c'est reparti. J'emprunte quelques parties en sous-bois et je prends la frontale. Je traverse un grand champs. Des yeux se rapprochent de moi (du calme les chevaux). L'arrivée à Gavarnie se fait sous l'orage. Ca flashe mais l'orage est de l'autre côté de la montagne. Au ravitaillement, je croise François qui repars (je le l'ai pas vu quand il m'a doublé et lui non plus). J'ai la sensation bizarre d'en avoir encore sur le coude mais je suis fatigué par le mal de tête et le corps qui lutte contre une infection. Je décide d'arrêter à cet endroit. Mes sentiments sont partagés entre la déception et cette sensation d'impuissance (le corps ne suit pas). C'est frustrant !!!!

L'aventure se termine donc par un retour à la maison dans le bus en mode touriste. S'enchaîneront 2 jours de température et de gastro !

Seul 45 % des partants sont arrivés.

Même si j'ai quelques regrets, je suis content d'avoir fait ces 50 kms. Le parcours est vraiment superbe. Un jour, j'aimerais le refaire même en OFF.

Pour vous donner une idée, voici ma petite vidéo :

<https://www.youtube.com/watch?v=rdctS8oIDE4>

Stéphane

