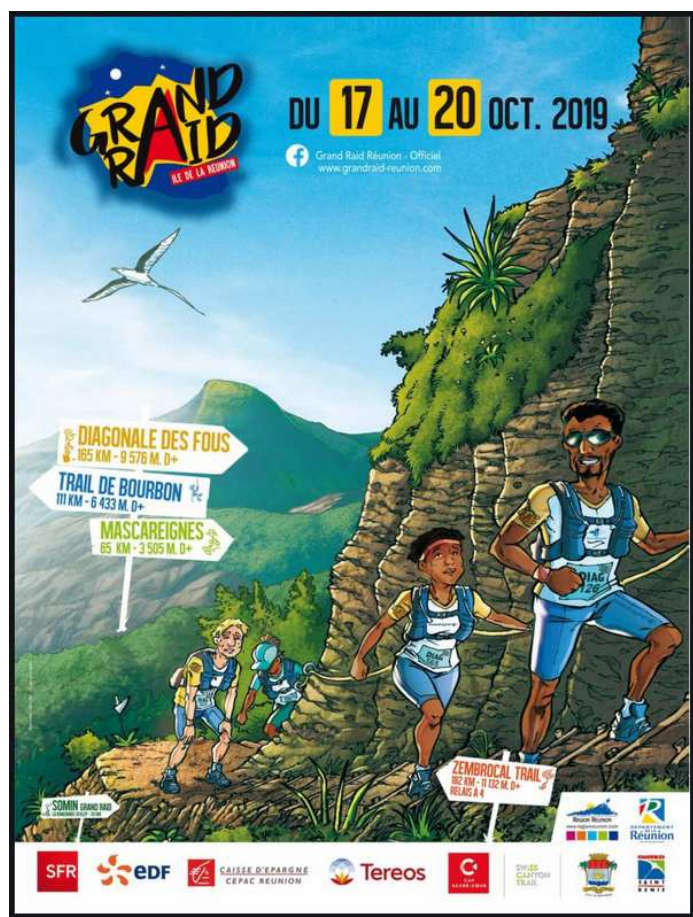


La Diagonale des fous

27^{ème} édition

Compte rendu de la course



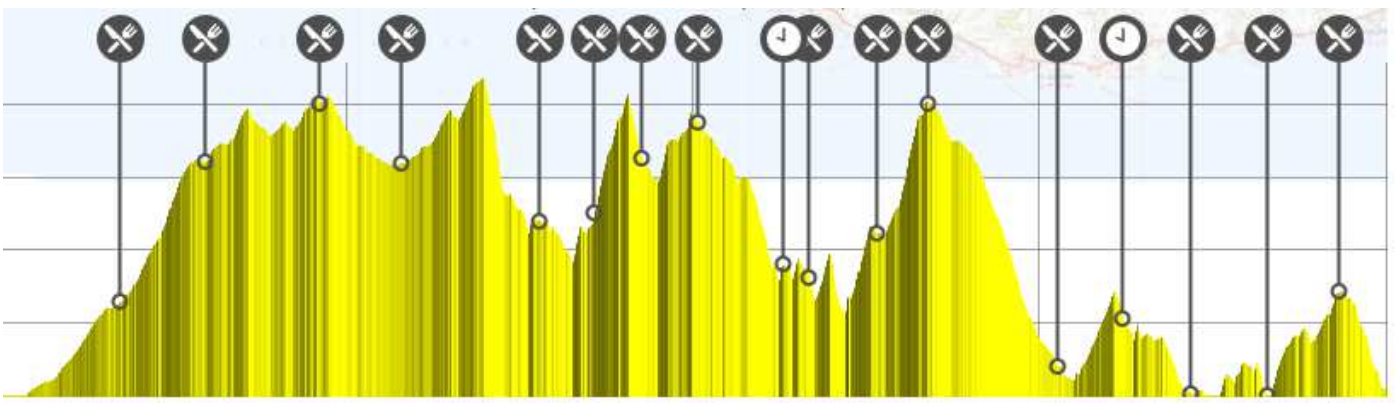
Site officiel de la course :

<https://www.grandraid-reunion.com/francais/>




4,5 coureurs de l'association « Oxygène PSA » participaient à cette course.
4 coureurs + 1 bénévole

Parcours et Profil



Informations générales

 17 octobre 2019	17 octobre Ravine Blanche Saint-Pierre à 22h
 Trail XXL	168 km
9600 m D+	Ravitaillement
 Ambulance	Croix Rouge
Médecin, Kiné, Podologue	Barrière horaire : 66h max
 Prix inscription : 170€	
2900 participants maximum	

ÉQUIPEMENT OBLIGATOIRE



- ▶ 1 lampe frontale ou torche avec piles ou batteries de rechange,
- ▶ 1 couverture de survie d'une dimension minimum de 1,4m X 2m,
- ▶ 1 réserve d'eau d'un minimum d'un litre,
- ▶ 1 sifflet,
- ▶ 2 bandes élastiques adhésives, permettant de faire un bandage ou un strapping d'une longueur minimum de 2,50 m. et de 6 à 8 cm de largeur.
- ▶ 1 réserve alimentaire constante et suffisante pour relier les points de ravitaillement,
- ▶ 1 vêtement de pluie imperméable avec capuche, et coutures thermo-soudées.
- ▶ 1 vêtement chaud type « seconde peau » à manche longues en tissus technique adapté à l'environnement,
- ▶ 1 gobelet par personne (réutilisable)
- ▶ 1 pièce d'identité

Resultats

Nom de la course : **La Diagonale des fous**

Distance : **165 km**

Dénivelé : **9600 m**

Nom Prénom	Chrono	Classement scratch	Classement catégorie
Vainqueur de l'épreuve :		1	
Grégoire Curmer 1 ^{er} Homme	23h33	1	1
S Stanley 1 ^{er} Femme	30h49	35	1
Jean-Marc Bonnet	55h39	1435	
Patrick Prian	58h32	1653	
Philippe Boucharel	DNF 31h30	2151	
Eric Fillatre	DNF 23h30	2298	
Dernier « finisher » de l'épreuve :	66h02	1953	
Nombre de coureurs inscrits		2900	
Nombre de coureurs partants (la faillite de la compagnie XL airways a empêché plusieurs coureurs de partir à la Réunion)		2716	
Pourcentage d'abandons		28%	

 **DIAGONALE DES FOUS**
165 KM - 9 576 M. D+

TRAIL DE BOURBON 
111 KM - 6 433 M. D+

MASCAREIGNES 
65 KM - 3 505 M. D+

 **SOMIN GRAND RAID**
LA RANDONNÉE UFOLEP - 20 KM

ZEMBROCAL TRAIL 
182 KM - 11 132 M. D+
RELAIS À 4

Photos



Avec Thierry Breuil, 3 fois champion de France de Trail

Commentaires des coureurs

Pour vous faire un avis sur cette épreuve si vous souhaitez y participer lors d'une prochaine édition et pour vous aider à la préparer, voici les commentaires et notations des coureurs

Pour les coureurs participant, cela permet de se relire d'une année sur l'autre pour améliorer ce qui n'a pas fonctionné et reprendre ce qui était bien (tenue, alimentation, gestion de course, etc.)

Eric fillatre

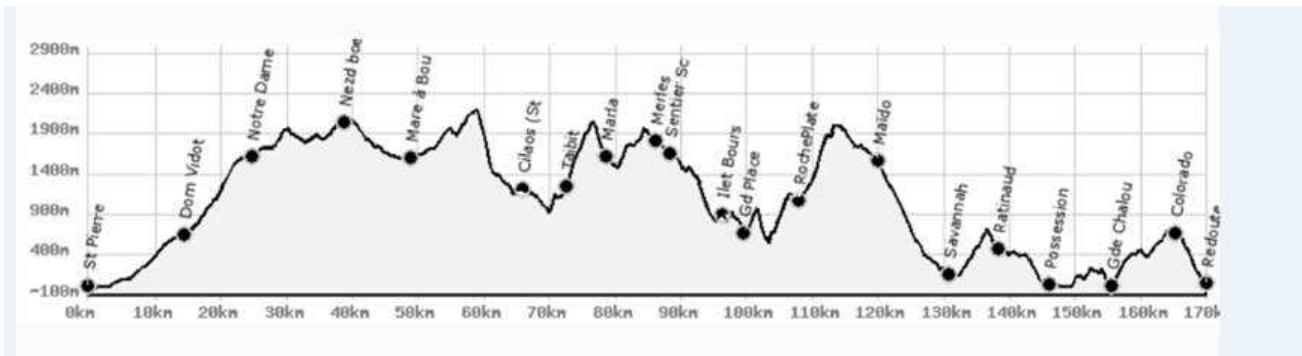
Remise des dossards :	Beaucoup de monde à attendre dehors mais bon il fait beau
Parcours :	C'est du vrai trail
Ravitaillements :	tous les 10 km avec soupe, barre , banane aucun problème
Organisation :	Ils nous donnent 2 tee shirt et une saharienne pour la médaille et le le maillot finisher il faudra que je revienne
Ambiance générale :	Génial sur tous le parcours de nuit comme de jours



Depuis le temps que l'on en parle nous y voilà. Les 12 semaines d'entraînements ont bien portés leurs fruits.

Je vais pas tous vous détailler ça serait trop long ce fut une très belle course dont je n'ai pas pu aller au bout mais comme même 78 km et 5000 D+ ou ça a péché c'est la deuxième nuit que l'on a mal géré. La fatigue le froid et une barrière horaire un peu courte.

Mais bon je suis content de ce que j'ai fait j'ai appris beaucoup de chose .l'ile est vraiment très belle et je compte la refaire vers 2024 car maintenant je vois cette course différemment .Merci à Fabrice Boubou et Patrick pour ses 10 jours inoubliables



Quelques heures avant le départ, on se rend à St Pierre. Un bouchon terrible nous attend pour rentrer dans l'esplanade, assez grande pour s'y perdre. Le contrôle des sacs est méticuleux. Il faut compter à peu près 4 kg sur le dos dont 1/3 d'eau. Quelques encas et boissons sont à disposition pour ceux qui auraient un creux, et un concert distrait les plus impatientes. Avec Éric et Philippe, on s'allonge pour s'évader et ne pas se ronger les ongles.

L'attente paraît si longue...mais déjà on nous appelle sur la ligne de départ. Je ne me presse pas, pourtant le coeur s'emballe. Ça y est le grand départ! On commence à marcher puis on trotte car il y a plus de 2500 participants. Pendant plus de 30min, à gauche et à droite une foule de supporters venus en famille en délire nous applaudit. A 22h passés on a l'impression de défiler !



L'ascension débute, inutile de se presser, car il y a des bouchons. A un moment je commence à avoir froid, pour un court instant je pense. Je sors le coupe-vent. Mais non, le thermomètre descend plus vite qu'on monte, malgré les mitaines et manchons, obligé de sortir les chaussettes pour plus de confort aux mains. Au ravitaillement, des coureurs sont en couverture de survie, certaines bouteilles de gaz sont gelées...il ne faut pas s'attarder !

Quelques soucis digestifs très précoces m'obligent à m'abstenir de boire et manger pendant 4h. Donc je dois ralentir drastiquement dès le 15ème km.

A partir de l'aire du Nez de Bœuf (km40) la forme revient, et ça ne monte plus ; j'arrive à Mare à Boue en 11h (km50 et un quart du dénivelé de la course). Je prends la pose avec Phillippe et Eric en ce matin. Mais il fait frais. Je repars après une bonne pause.

6h de plus pour arriver à Cilaos après 800m de de dénivelé positif (D+). Cilaos, km68 enfin, des regards hagars croisés ça et là me font penser que seulement 1/3 du D+ est réalisé et il reste 100km J J J. Super de croiser Philippe et Eric en bonne forme.

J'attaque le Taibit à la tombée de la deuxième nuit, la pente est raide ; la descente encore plus, vers Marla (km80) atteint après plus d'un jour de course. « Ca caille » donc vite reparti pour la Plaine des Merles, j'arrive sur le Sentier Scout 5h après en petite forme, manque de sommeil malgré quelques arrêts de 20-30min pour dormir sur un rocher ça et là.

La descente pour atteindre le km100 (Grand Place) est vertigineuse, impossible de courir ; heureusement le soleil se lève, c'est magnifique ! 2200m de D+ sur 14-15km, me paraît très dur à ce moment, avant de replonger vers MAido (km120 en 40h mais avec les ¾ du D+ de la course). Je repars pour arriver au prochain ravitaillement avant la nuit d'autant plus que ça descend fort jusqu'à Savannah, il y a pas mal de racines ! Je fais une sacré chute sur une portion plane, heureusement juste pour me salir : comme quoi il faut rester tout le temps vigilant ! Et il faut aussi se ralentir dans certaines portions de descente pour ne pas se tétaniser les jambes.

La 3ème nuit est bien entamée quand j'arrive à Ratineau (km 140), une mamie nous offre des gateaux faits maison, quel accueil ! Eh oui je suis déjà parti depuis presque 2jours. J'ai l'impression d'avoir la maladie du sommeil, quand je m'arrête je m'endors spontanément debout par exemple 10min ! Au moins je n'ai que peu d'hallucinations et surtout je ne tombe pas dans le panneau J J

La fin de course approche et étant un peu plus reposé je peux aller plus vite pour débarquer à Possession ou il ne reste plus que 25km. Je me raccorde à un petit groupe pour la 2ème partie de la nuit. Enfin on pointe à Grande Chaloupe pour entamer la dernière ascension vers Colorado, à peine 800m de D+ qui en paraissent le double...le jour se lève avant d'y parvenir, avec plus de 56h dans les pattes. Je dévale vers la Redoute (à l'allure de tortue J) en restant prudent.

Voici l'arrivée au stade de la redoute, 2h après, sous le soleil, avec la médaille en forme de Réunion; le tee-shirt "j'ai survécu" jaune me semble briller comme de l'or peut-être...

Merci aux bénévoles de la Diagonale des Fous et aux chalheureux Réunionnais.



Je n'avais pas prévu de retourner à la Réunion après avoir couru la Diag' en 2013. Mais l'appel du large est toujours le plus fort et quand la section course à pieds de PSA l'a mis à son programme, avec une participation au prix du dossard, ça a commencé à me trotter en tête.

La consultation familiale a été plus que rapide, du genre "OK, on part quand?".

On va donc y partir tous les 4 et les billets sont rapidement pris.

Il reste bien sur à obtenir le dossard, car il y a un tirage au sort, mais la participation au Swiss Canyon Trail permet d'éviter cette formalité. En plus PSA Oxygene l'a également mis au programme.

Le sac de course se prépare, avec d'un côté le matériel obligatoire qui sera contrôlé avant d'entrer dans le sas de départ, le matériel complémentaire pour tenir compte notamment de la météo et des 3 nuits peut être à passer dehors, et ce que j'appellerais le complément Mc Gyver lié à l'expérience: petit couteau suisse avec ciseaux pour découper pansements et autres, fil et aiguille pour percer des ampoules, ficelle, batterie de secours pour le téléphone, petits mousquetons pour attacher casquette etc à l'extérieur du sac, cuillère plastique pour avaler plus facilement le potage vermicelle, liste des barrières horaires, sacs congélation pour mettre tout cela à l'abri, étui pour les lunettes si il pleut beaucoup, manchons et gants si ça caille (le point culminant est à 2200 m), petit appareil photo et enfin l'indispensable réserve de PQ.

Et le matériel à envoyer aux 2 bases vies aux km 60 et 120, avec notamment une poche à eau de rechange car j'ai déjà eu l'expérience de la poche percée en cours de route.

Vendredi soir, Orly : en route vers la Réunion.

Avant d'atterrir, petit message de l'équipage rappelant à la fois le risque requin et l'augmentation des cas de dengue sur l'île.

Comme le fait justement remarquer Aurore, une épidémie de « dingues » au moment de la Diagonale des fous, ce n'est pas très sérieux !

Premier contact, avec l'île et sa chaleur y compris dans l'ambiance du pot d'accueil de l'organisation.

On loue la voiture et en route vers Salazie.

Le temps est bouché mais on peut faire une première petite rando vers la Voile de la mariée, une impressionnante cascade.



Dimanche. Montée au gîte de Belouve. Les mots du jour : Verticalité et Tropicalité. Verticalité car les 600m de D+ sont raides, souvent des marches en fait, mais cela ne nous empêche pas de croiser de nombreux trailers et randonneurs. Ils ont vraiment un beau terrain de jeu.

Tropicalité car montée et descente se font dans les nuages, voire la bruine, au milieu d'une végétation luxuriante.

En haut, la visibilité varie d'un 1/4h à l'autre.



Jour J

Balade le matin à la superbe cascade Langevin et quelques petits bassins cachés indiqués par notre chambre d'hôtes, puis revérification des sacs et tentative de sieste.

Départ pour saint Pierre

On met près d'une heure agglutinés entre coureur pour pouvoir déposer nos sacs pour les bases vie. Pourtant il y a juste à scanner les codes barre et à les mettre dans le bon camion !

À côté de cela, le contrôle du matériel obligatoire dans les camelback est hyper rapide.



Ça y est, plus qu'une heure et demi avant le départ, assis dans le sas à écouter le concert et les anecdotes des animateurs notamment au sujet de la centaine de coureurs qui n'ont pas pu venir pour cause de faillite de la compagnie aérienne. Départ à 22h précise avec comme la dernière fois une foule imposante le long de la route pendant des kilomètres

Feu d'artifice, concerts, encouragements, le départ des 2800 concurrents environ ne passe pas inaperçu dans St Pierre.

Il fait chaud. Mais j'ai quand même pris mon coupe vent débardeur car il y a du vent et va rapidement prendre de l'altitude. Je vais également l'apprécier en passant au milieu des champs de canne à sucre dont, pour certains, les mats d'arrosage sont en fonctionnement.

On a quitté les habitations, mais il y a une magnifique pleine lune et il est possible d'ajuster la puissance de la lampe au strictement nécessaire.

Toujours quelques douleurs au tendon mais supportable et je cours le plus souvent possible même dans les cotes car je me souviens qu'après le domaine Vidot il y a des zones de bouchon.

J'arrive à ce premier ravito au bout de 2h, mais impossible d'accéder aux tables, trop de monde. Tant pis, j'ai des réserves en eau donc je repars.

Nous retrouvons effectivement rapidement des zones de monotrace et on s'arrête parfois longtemps car je suis parti de loin dans le sas de départ et j'ai du monde devant.

Le phénomène s'amplifie quand il y a besoin de passer par-dessus des clôtures par des échelles, sauf pour certains qui se croient plus rusés que d'autres et doublent la file des autres trailers attendant leur tour, déclenchant l'ire de ceux-ci (dont moi, of course). Chacun sa conception du Trail !

Le circuit se poursuit avec un système de « vagues » : on monte 50 m ou 100 m de D+, on en redescend 1/3, on repart idem une dizaine de fois peut-être. Un peu usant.

On arrive à ND de la Paix. Ça caille bien là-haut et j'enfile vêtement manches longues, gants et bonnet.

Le ravito est un peu plus dégagé (vers 25 km depuis le début) et je peux attraper une tasse de potage vermicelle. Le reste a du mal à passer.

Montées et descentes se poursuivent parfois très abruptes avec des marches qui font retomber assez brusquement à chaque pas en descendant.

Mon tendon gauche est douloureux mais tient le coup. Le droit commence à se faire sentir également.

Je commence à voir quelques types marchant et dans un état que je connaîtrai beaucoup plus tard.

J'en vois également certains qui dorment allongés par terre, ce qui est étonnant la première nuit.

Nous arrivons juste après l'aube à faire du nez de Boeuf. 39 km et 2400 D+ parcourus pendant cette nuit.

Je vois un type dévalant de la colline depuis un autre chemin. Peut-être un des Elites dont j'apprendrai plus tard qu'ils se sont trompés de circuit et on fait 1h30 de trop dans la montagne !

J'ai toujours ces problèmes d'alimentation et rien ne passe. Cela me fait une boule dans la bouche et je ne parviens pas à avaler.



Cela ne va pas être facile de tenir 2 ou 3 jours au potage vermicelle.

Il fait maintenant jour et le paysage est magnifique.

Avant le ravito de Mare à Bout, que j'atteins vers 7h30, les assistances personnelles sont autorisées et il y a des 10aines de familles ou amis attendant un concurrent, genre stand de course: fauteuil ou transat, ravitaillement, musique. Le type n'a plus qu'à s'asseoir et en attendant qu'il arrive l'ambiance est au top.

Direction Cilaos, avec toujours ces montées et descentes abruptes, ces marches, voire ces échelles.

Cilaos est en vue au milieu du cirque du même nom, mais les lois de la géographie sont particulières à la Réunion.

Descendre à Cilaos ne signifie pas que cela ne monte plus!

On descend par des chemins hyper raides mais on remonte régulièrement de nouvelles portions puis on descend plus bas que le village pour un dernier dénivelé (environ 200 m de D+) avant la première base vie.

J'arrive à cette première base vie à 12h41.

J'ai une bonne avance sur la barrière, mais un peu en retard sur mon plan de marche: je m'étais fixé des repères faciles: midi à chaque base vie et minuit à l'arrivée.

J'attrape des pâtes et du poulet mais les pâtes (pas celles du poulet) sont trop cuites et collent. Ça ne passe toujours pas. idem pour le poulet ou le fromage (je vais perdre plus de 5 kg sur la course).

Je profite de l'arrêt pour prendre des nouvelles de la famille par SMS et leur demander ou j'en suis au suivi coureur: plus de 1500 types devant moi et un peu moins derrière.

Luciano est passé il y a plus d'une heure (malheureusement il abandonnera en route)

je ne change que de T shirt et ne vais pas voir le podologue combla dernière fois. La crème NOK appliquée (presque) tous les soirs depuis 1 mois semble efficace.

Je repars direction le Taibit, 1300 m de D+ sur les prochains 7 km sous le soleil. Je suis un peu en avance sur la course par rapport à 2013, donc j'ai plus de passages de jour et profite mieux du paysage.

je retrouve notamment le groupe de d'uluberlus, que j'avais vu la dernière fois, au milieu de nulle part dans la montagne, jouant de la musique et proposant une tisane. Cette fois je pense à demander la composition: citronnelle/fleur jaune (endémique de la Réunion)/Geranium Rosa. Il paraît que c'est bon pour tout. Néanmoins la nuit tombe vite et je vais rapidement remettre les vêtements adaptés. N'ayant pas envie de dormir, je privilégie les vêtements chauds au pyjama.

Ce n'est pas le cas de tout le monde (pour l'envie de dormir) car dans la descente vers Ilet à Bourse, je trouve des dizaines de coureurs enveloppés dans leur couverture de survie, allongés sur le sol dans cette portion abritée du vent. De temps en temps, il y a un réveil qui sonne dans la forêt intimant au dormeur concerné de se remettre en route.

l'endroit est agréable pour dormir: non seulement il n'y a pas de vent, mais le sol est souple et pas des rochers comme souvent.

Heureusement pour moi car, après de nombreuses glissades sur les fesses c'est une chute avant avec roulé boulé qui m'attend. Pas de bobo mais sur un terrain classique de la course, cela aurait été une autre histoire.

La montée à Ilet à Bourse est dure, du style 200D+ de marches à monter.



Comme Mafate n'est pas accessible en voiture, les habitants font tout à pieds (ou par hélico). Cela relativise nos (petits) efforts. L'Ilet suivant est par exemple Grand Place, c'est là que se trouve l'école à plus de 3 km d'Ilet à Bourse. Si les enfants grimpent cela tous les jours, je n'ai pas trop le droit de me plaindre de la dureté du circuit.

Un peu plus loin, vers le Maido, je croiserai un type descendant une portion avec un paquet de planches sur l'épaule, le genre de truc qu'on se contente de faire sur 100m sur le parking de Casto, mais qu'il transportait peut être depuis des heures en montagne.

Ça inspire vraiment le respect.

Grand Place, 100 km depuis le début de la course.

Dernière étape avant de sortir de Mafate par le Maido, Roche Plate. que j'atteins juste à l'aube.

Toujours pas mieux au niveau alimentation.

Je repars sans trop tarder à l'assaut de ce rempart qu'est le Maido, un mur de 1100 D+ mais qui finalement se passe bien (une seule petite pause en route) car régulier et sans les hautes marches si fréquentes sur le circuit.

Je parviens au sommet un peu après 8h, donc avant les grosses chaleurs même si cela cogne déjà pas mal.

Ravito.

Une personne propose à tout le monde une tisane « qui fait la réputation de Maido Tête Dure ». Je ne sais pas si elle a eu beaucoup de succès avec son argument d'efficacité contre les troubles digestifs : il y a plus de 1500m de dénivelle négatif d'ici la seconde base vie à Ilet Savannah et je vois mal qui pourrait se laisser tenter par une boisson au pouvoir laxatif éventuel.

Une descente de plus, des heures à taper lourdement à chaque pas qui commencent à avoir raison de mon dos.

Arrivé à la base vie, je récupère mon sac et file trouver un kiné.

Ils vont se mettre à deux sur le chantier et cela ira un peu mieux en partant. Ilet Savannah est vraiment l'endroit le moins beau du circuit: on dirait que la colline a brûlé récemment mais de mémoire c'était déjà comme cela la dernière fois.

Il est pres de midi et il reste moins de 40 km.

Je pense donc pouvoir terminer avant la nuit ou presque.

Compte tenu de l'état du dos, je mets dans le sac de la base vie tout ce qui n'est pas obligatoire. Je le récupérerai à l'arrivée et cela va m'alléger.

Idem pour la lampe. Je laisse ma torche et ne conserve que ma petite lampe de secours.

Direction La Possession, ville au bord de la mer, ce qui aurait du dire descente ou peu de dénivélé. Mais l'imagination des organisateurs est sans borne. 800D+ entre les deux.

Le dos devient très douloureux et j'arrive à la Possession plié en deux, ce qui se voit bien si j'en crois les messages d'encouragement des spectateurs.

Il y a également des kinés. je me laisse manipuler puis il me recommande de rester allongé 1/2h sur la table pour récupérer. Je ne me fais pas vraiment prier!



Cela va mieux en repartant, mais cette vitesse qui baisse, ces arrêts longs me conduisent à repartir de nuit sur le Chemin des Anglais
Cela ne va pas le faire avec les piles de ma petite lampe.



Tout en marchant dans la possession avant de repartir dans la montagne, je demande donc à des concurrents ou des spectateurs si ils ont des piles AAA d'avance. Une participante me donne les piles de sa lampe de secours, un peu plus loin une bénévole va chercher sa lampe frontale dans sa voiture et me donne également ses piles.



Ca va le faire, mais un concurrent assis sur le trottoir me demande si j'ai des pansements. Je lui en donne et lui pose machinalement la question des piles. Un spectateur présent va aussitôt en chercher dans sa voiture. L'ambiance et la mentalité sont vraiment au top (hormis les cas mentionnés au début) et les encouragements sur tout le circuit sont permanents.



Chemin des Anglais. Je m'arrête de plus en plus souvent: fatigue, dos, sous alimentation,...

A Ilet Savannah, j'étais bien parti pour faire moins que les 50h de la dernière fois, mais là je sens que cela va être bien au dessus.



c'est parti pour une 3eme nuit sans dormir.

La bonne chose, c'est que j'arrive à manger un peu plus, disons autre chose que les bananes et le potage, mais sans « excès »

Le mal de dos me reprend et c'est dans ce genre de cas qu'on aimerait avoir des bâtons, mais ils sont interdits sur la course.



Enfin Colorado est en vue.

Plus que 2 heures de descente vers Saint Denis.

Je vais bien arriver de jour comme je le pensais à Ilet Savannah, mais le matin, pas le soir.

Je passe la ligne en 55 heures 39, 5h30 environ de plus qu'en 2013, 1435 eme, mais j'ai fini. De la tendinite à l'absence d'entraînement, je n'y croyais pas totalement avant le départ.

Au total sur es 2713 partants, 1953 passeront la ligne d'arrivée, près de 500 derrière moi, j'ai du mal à y croire vu ma vitesse.

La distance de la ourse est variable selon les sources, de 165 à 170 km.

Le pointage coureurs indique 170,3 km, 9642 D+

Dans l'avion du retour, nous discutons un peu avec l'hôtesse qui soutenait un amis le faisant pour la 17eme fois.

Pour l'instant, cela n'est pas envisagé, laissons la place aux autres dingues.

Mais ... (reprendre le texte au début)

Fabrice Cifré :

J'étais inscrit à la course mais le tirage au sort ne m'a pas été favorable...
... et finalement cela m'arrangeait car j'avais surtout prévu d'y aller cette année pour faire la promotion de ma Bande Dessinée sur La Diagonale des fous.

Pour rester dans le cœur de la course, j'ai demandé un poste de bénévole sur le parcours

ASSOCIATION GRAND RAID
DIAGONALE DES FOUS 17 AU 20 OCTOBRE 2019 - 165km - 9576m D+
MASCAREIGNES 18 OCTOBRE 2019 - 65km - 3505m D+
TRAIL DE BOURBON 18 AU 20 OCTOBRE 2019 - 111km - 6433m D+
ZEMBROCAL TRAIL 17 AU 20 OCTOBRE 2019 relais à 4

Bonjour Fabrice CIFRE

Le tirage au sort a eu lieu ce lundi 25 mars. Nous avons le regret de vous informer qu'il ne vous a pas été favorable.

Vous êtes donc placé(e) en liste d'attente selon un N° d'ordre qui a été tiré au sort. Vous pouvez consulter votre place sur notre site Internet à la rubrique "Liste des inscrits".

Le jour de la remise des dossards, j'ai fait 12h de dédicaces et c'est un autre type d'ultra mais tout aussi fatigant ☺

Le plus dur était quand même pour le dessinateur, c'est lui qui faisait les beaux dessins, moi je mettais un coup de tampon et je gérai le stock, les journalistes et de la caisse ☺



Ambiance féria bodega pour les accompagnateurs de 17h à 22h avant le départ



J'étais au départ avec le sentiment d'être du mauvais côté de la barrière...

Grosse frustration au moment de voir les coureurs s'élancer mais sachant que je n'étais pas entraîné, je n'avais pas de regrets à avoir.



A noter : on voulait manger au restau avec le dessinateur après le départ de la course mais tout ferme très tôt à la Réunion ! Même un soir de fête comme ça ☹️
Pensez à manger avant le départ de course ou apporter votre sandwich !

Le lendemain, jour 1 de la course, je suis allé prendre mon poste de bénévole dans Mafate avec 1000m de dénivelé négatif à partir du Maïdo pour descendre dans le cirque au ravitaillement de Roche Plate.



J'ai passé la nuit à attendre l'arrivée des copains...
Et comme dit la chanson : « j'ai attendu attendu mais ils ne sont jamais venus... zaïe zaïe zaïe zaïe »



Il faisait froid et j'ai claqué des dents toute la nuit comme les coureurs malgré 2 vestes polaires...



Au petit matin je découvre les paysages sublimes et quelques coureurs encore endormis



Ne voyant pas les copains arriver, je me résous à quitter le poste car je devais être à l'arrivée pour une nouvelle séance de dédicaces de l'album.

La montée a été un peu plus longue que la descente... et sous un soleil de plomb !

Après avoir claqué des dents toute la nuit c'était la canicule. Cette course est également compliquée pour cela : les fortes variations thermiques pendant l'épreuve.

Dans la montée j'ai pu discuter avec quelques fan de la BD qui me reconnaissaient grâce au TShirt ☺



Pour ceux qui ne connaissent pas : la Réunion c'est beaucoup de montée de genoux ☺
Oubliez la vitesse, il faut surtout bosser les quadri et les mollets !



Arrivé à St Denis je me suis installé pour 2j dédicaces avec le dessinateur ce qui m'a permis de discuter avec de nombreux coureurs, les échanges étaient très sympas mais comme j'avais fait une nuit blanche je n'étais plus très frais...



Photos souvenir avec Antoine Guillon, grand champion qui vient depuis 12 ans à la Réunion et termine toujours dans le Top 5 dont 1 victoire. Cette année il a été victime d'une erreur de balisage qui lui a fait perdre 45min et 800m de D+ supplémentaire... Mais il n'a rien lâché et termine quand même à la 30^{ième} place !



Fermeture du stand le dimanche soir vers 19h avec le feu d'artifice de clôture de la fête !
Et une dernière photo avec Grégoire Curmer, le vainqueur de cette édition !
Je lui ai offert une BD 😊



En conclusion, La Diagonale des fous c'est toujours une belle aventure et ça marque les coureurs à jamais ainsi que leurs accompagnateurs !

Patrick a vécu l'enfer à cause de problèmes digestifs mais il a montré une fois de plus qu'il a un mental d'acier !

Jean-Marc n'était pas certain de terminer à cause de blessures d'avant course mais son expérience lui a permis de gérer et d'aller au bout.

Quant à Philippe et Eric, je leur avais dit que les barrières horaires sont larges et que l'on a le temps de finir même en cas de problème (voir exemple de Patrick)... mais les gars faut quand même pas prendre une douche au 40^{ième} km et rester bouffer des heures au ravito comme au Flunch !!! 😊

Maintenant ils savent à quoi s'attendre et je leur donne RDV dans 2 ou 3 ans pour venir prendre leur revanche !!