

RECIT DE L'URBAN TRAIL DU LUXEMBOURG – EDITION DU 30 MARS 2014

Pourquoi aller tenter un trail urbain aussi loin et dans ces contrées ?

A vrai dire, un ami, habitant Thionville, a participé à cet événement en 2013. Il, du moins Mica, m'avait proposé de venir avec lui pour en découdre lors de cette édition mais j'avais plus ou moins déjà planifié ma saison de Trail. C'est pourquoi, je lui avais promis de venir pour 2014. Je valide donc mon inscription le jour même de la course car faut dire que le début de l'année fut pas mal chargé en épreuves sportives mais aussi en sorties Off. Mon corps me l'a rappelé lors du Trail du « Petit Ballon » à Rouffach le 16 mars 2014, ou j'ai passé un peu moins de 2h de « galère » afin de terminer le parcours de 24km et 900m D+.

Après, une petite période de récupération agrémentée de séances un peu plus intenses, je prends donc le départ du DKV – Urban Trail sur la distance 27km et 600m D+ le dimanche 30 mars 2014 à 12h. Nous sommes presque 600 engagés sur ce tracé alternant 25% de sentiers légèrement techniques par moment et 75% de route. Bon, c'est sur que pour moi et tout autre adepte de trail pur, qui apprécieront les enfilades, les singletrack et autres sentes bien techniques, ce terrain de jeu reste très roulant mais agréable tout de même. Les parties forestières sont parsemées de racines et de bons « droits dans le pentu » s'offrent à nos « p'tites gambettes ». A côté ces parties assez ludiques, l'organisation nous a fait monter je ne sais combien de marches. Les cuisseaux et les « p'tits moletons » en ont eu de bons souvenirs lors des dernières 60 marches à gravir avant de franchir la ligne d'arrivée.

Concernant, la course en elle-même, je me positionne dès le départ aux avant-postes afin de pouvoir partir assez vite et ne pas être pris dans la marée humaine de fadas venus tenter cette expérience. Ceci n'est plus surprenant et comme à son habitude, les avions de chasse...mdr...du début de peloton se sont élancés, corps et âmes, à une vitesse folle durant les premiers kilomètres. Je me cale en leur compagnie mais « mes compteurs s'affolent » et je préfère mettre le pied au plancher afin d'en garder pour la suite des hostilités.

Me voilà donc sur un bon rythme, les jambes ont l'air en forme aujourd'hui. Je trouve qu'elles moulinent pas mal, pas comme à Rouffach ou j'avais l'impression d'avoir deux « bâtons tout raides »...mdr... Après, une bonne demi-heure de « mise en route », les sensations sont vraiment « top ». Je sens que je vais me faire plaisir et prendre mon pied. Je continue sur ma cadence puis passe le premier check-point en un peu moins de 48' (il me semble que c'est le KM 11 mais pas sur). Un p'tit verre d'eau puis un second dans le visage car les températures sont chaudes à cette heure. Il est un peu moins de 13h. J'en profite aussi pour prendre 2 gorgées de mon « gel maison » (miel, sirop d'agave, sel et sirop) puis ma boisson (sirop + eau + sel) afin de diluer cette mixture.

J'embraye sur la seconde partie, ou comme depuis le début, j'enchaîne sur des sessions en forêt et en ville mêlant escaliers, routes, sentiers et tant d'autres passages comme les remparts, un tunnel sous la ville d'un bon kilomètre ou les claustrophobes ne seraient pas à l'aise. C'est sur, que même si je pointe dans les 10 premiers, je me fais reprendre par quelques gars typés triathlon. Ces participants sont de vraies fusées sur le plat mais peu « costauds » dans les « p'tits pétus » droits dedans...mdr...et nous jouons au Yo-yo » pendant toute cette portion et cela jusque la ligne d'arrivée.

Cependant, même si je suis plus adepte de trail nature, je m'amuse comme un gosse dans son parc. Je ne me lasse pas et me laisse guider par tous ces changements de direction et/ou ces terrains variés avec une grosse banane sur le visage.

En définitive, je termine ces quelques 27km et 600m de dénivelé positif en 1h53'40'' avec à la clé une belle 8^{ème} place sur 506 classés mais surtout des sensations retrouvées et une course où les mots « Plaisir et Bonheur » m'auront accompagnés jusque cette la ligne d'arrivée tant convoitée par tous les finishers.

Félicitations à mon grand ami, pas pour la taille...mdr..., MICA pour avoir coupé cette fatidique ligne en 2h37' et à une belle 218^{ème}. Encore, un bon et bien beau dimanche riche en nouvelles rencontres et chargé en émotions diverses ou anecdotes.

En effet, même si ma course s'est bien déroulée, l'après fut fort différent. J'ai attendu mon acolyte Mica puis dès son arrivée, je me suis senti pas « Top ». Je commençais à « être un peu raplapla ». Nous sommes retournés à la voiture et là j'ai été surpris par une belle hypoglycémie. Je passais du chaud au froid. Nous en rigolions mais franchement, je n'étais pas au mieux. Comme on dirait dans le jargon « j'ai fais un gros coup de moins bien »...mdr... « Plus de sons, plus d'images », le Jojo...mdr...Pourquoi, vous allez me dire ? Ben, à vrai dire, je ne peux que m'en vouloir. Les dernières rations alimentaires de ma semaine n'ont pas été très propices à arriver avec toute l'énergie nécessaire à l'effort demandé. Avec seulement un repas le vendredi et le samedi, certes composé d'une bonne assiette de féculents, mon organisme à puiser au plus profond de ses réserves lors de mon « trip dominical ». Que cela me serve de leçon et me permettre d'avancer encore davantage dans cette pratique m'apprenant énormément de choses sur mon corps.