

Mon Tour de France Cyclo International *(samedi 19 juil. au vendredi 8 sept. 2023)*

La valse de Chostakovitch m'a accompagné tout au long du parcours. Vous savez, celle que l'on a si souvent entendue dans les publicités d'assurance. Elle ne m'a pas quitté au cours des vingt-et-un jours du périple. Allez savoir pourquoi ...

Nous étions 32 inscrits cette année, 8 de moins qu'en 2021. Moins d'inscrits donc, pour deux raisons :
1) Le Paris-Brest-Paris se déroulait en même temps (il démarrait le 27 août), et un certain nombre d'habitues ont préféré s'y frotter ;
2) la difficulté annoncée du parcours a rebuté les nouveaux participants ; les filles surtout : une seule, Josette, était présente cette année, comme en 2021 (où il y avait la concurrence de « Toutes à Toulouse »). De ce fait, sur les 32 inscrits, 21 étaient récidivistes de 2021. J'en faisais partie.

Ce tour, qui se dit « international », ne l'était que de justesse, grâce à Dominique, un Belge (ils étaient 3 en 2021) et un Franco-Suisse. Les DOM étaient représentés par un Réunionnais.

C'était le dernier tour organisé par Jacky Brosseau. Il l'avait voulu grandiose et a failli se laisser déborder par les difficultés. Mais il a tenu bon, et l'ensemble du groupe aussi. Au programme : 2850 km, un dénivelé positif de 42000 m, une quarantaine de cols dont une quinzaine à plus de 2000 m... Départ et arrivée à Niort.

Les étapes étaient les suivantes : Saumur, Blois, Cosne-sur-Loire, Beaune, Vesoul, Belfort, Pontarlier, Morzine (par Lausanne et le lac Léman), Albertville, Briançon. Journée de repos. Puis Sampeyre et Vinadio en Italie, Barcelonnette (par la Lombarde et la Bonette), Rémuzat, Les Vans en Ardèche, Laguiole sur l'Aubrac, Rocamadour, Ribérac en Dordogne, Rochefort, et enfin retour à Niort.

Comment s'est déroulé le voyage ? Départ tranquille de Niort vers le val de Loire où deux étapes sans difficulté nous ouvraient les bras. Entourés de châteaux (Amboise, Chambord...), nous avons commencé par un peu de tourisme et mangé le 3^e jour au pied du château de Sully-sur-Loire, dans l'ancienne usine des cycles Hellyet (la marque de Darrigade, Anquetil, etc.).

Mais dès la 4^e étape, tout montait d'un cran : la distance (198 km), le dénivelé (2313 m de bosses successives dans le Morvan). À partir de la 6^e étape (Vesoul – Belfort par le sud des Vosges et la Planche des Belles Filles), la montagne n'allait plus nous lâcher.

La difficulté du tracé a été décuplée par une météo qui n'a pas fait beaucoup de cadeaux. La première semaine, jusqu'à Belfort, a été marquée par la canicule. Une option nous était d'ailleurs offerte dans le Morvan : s'arrêter au km 160, et finir en voiture. J'ai fait partie de ceux qui l'ont choisie. De même, une majorité a évité la Planche des Belles Filles à 14 h, en plein cagnard.

À Belfort, changement brutal : 20 degrés perdus d'un coup dans un orage. Et une période de pluie qui a commencé. Jusqu'à Pontarlier les averses sont restées supportables, mais l'étape de Morzine a été terrible : les gens du coin nous ont affirmé qu'ils n'avaient jamais connu un déluge pareil. Nous sommes arrivés trempés jusqu'aux os à Lausanne, grelottant malgré toutes les épaisseurs possibles. Mon GPS, pourtant réputé étanche, est devenu inutilisable, de l'eau s'étant infiltré entre la glace de protection et l'écran tactile. Notre ami belge s'est trouvé presque aveuglé, l'eau s'étant – malgré les lunettes de cyclisme – infiltrée entre les lentilles de contact et les yeux. Nous avons donc fait gribouille : l'organisation nous a fait traverser le Léman en bateau, transis, au lieu d'en faire le contour par l'Est comme prévu. Le lendemain, vers Albertville, la pluie était un peu moins forte. Mais le surlendemain a chamboulé tous les plans prévus : Les cols alpins (Galibier, Izoard, Agnel) étaient fermés en raison de chutes de neige. Le cœur du tour allait-il être remis en question ?

Le tour était-il « mort » ? Dans l'immédiat, le peloton a roulé jusqu'à Grenoble, sous une pluie battante et glaciale. Un car a ensuite permis de rejoindre Briançon.

À Briançon, la journée de repos a surtout permis de réparer les dégâts (sauf mon GPS, toujours pas sec plus de deux semaines après, bien que l'ayant laissé sécher au guidon du vélo tous les jours de soleil). La météo s'est heureusement améliorée, les cols ont rouvert – même si les températures étaient encore froides.

Le mercredi 30 août, c'est donc bien couverts que nous avons attaqué l'Izoard et le col Agnel, où marmottes et bouquetins venaient lécher la route pour récupérer un peu de sel. Ils ne bronchaient même pas lors de notre passage. La route était dégagée, mais l'environnement était encore blanc.

Pour ma part, 7 couches d'épaisseurs à la descente de l'Izoard, et encore 5 dans celle du col Agnel, l'après-midi...

Progressivement, la température est remontée. Le niveau de difficulté aussi. La journée italienne, entre Sampeyre et Vinadio, a été terrible : 8 cols à plus de 2000 m, dont le col de la Fauniera (un habitué du Giro, avec une statue de Pantani en haut), précédé par celui d'Esischie, une véritable horreur : rupture de pentes constantes, raidillons extrêmes (la roue avant s'est même soulevée une fois en se mettant en danseuse, avec le sentiment de basculer en arrière), revêtement épouvantable – même les fourgons ont souffert dans cette montée. Le lendemain, vendredi 1^{er} septembre, l'enchaînement Lombarde – Bonette nous a paru plus facile. Mais à l'arrivée à Barcelonnette la fatigue se faisait vraiment sentir.

Entre Rémuzat et Les Vans, la chaleur s'est brutalement rappelée à nous (35°C en Ardèche). Elle ne nous a plus quitté jusqu'à la fin. Le matin allait encore, en partant à la fraîche. Mais après la pause de midi elle nous retombait dessus sans pitié, le goudron brûlant ajoutant à la sensation d'étouffement. C'était alors la chasse aux cimetières, pour renouveler l'eau des bidons ; mais ils sont de moins en moins nombreux à rendre ce service : portes fermées à clé, robinets coupés, cuves de récupération d'eau de pluie... Pour ma part, j'avais fait le choix, après l'expérience des brevets du printemps, de partir avec un *Camel back* de 2 litres. Inconvénient : j'étais lesté de 3,6 litres (2 bidons remplis de poudre isotonique et le *Camel back*). C'était un handicap certain dans les montées, mais compensé par le fait de pouvoir humidifier la bouche ou boire à tout moment. L'ensemble était renouvelé à midi (soit environ 7 litres bus dans la journée, sans compter les repas...).

À partir de Laguiole, les dénivelés quotidiens ont sans cesse diminué, jusqu'au terme du voyage. Pour autant, les étapes restaient longues (140 à 180 km) et les dénivelés quotidiens supérieurs à 1000 m jusqu'à la fin.

Au bilan de ce tour, aucun regret. Le parcours était magnifique, voire grandiose dans les Alpes. Bien sûr, certaines montées renommées comme la Planche des Belles Filles et certains cols sont passés à la trappe. Mais il fallait tenir, la principale difficulté pour tous étant le manque de récupération. Les étapes, longues ou fortement pentues, avec départ très matinal (7h30 souvent) raccourcissaient le temps de repos, les repas du soir étant pris le plus souvent à 20h (et se terminant parfois à 22h). Quelques pots, certes conviviaux, nous ont parfois empêché même les étirements les plus basiques. Au fil des jours, c'est ce manque de récupération accumulé qui a le plus pesé. Certains jours, comme dans la montée vers Laguiole (163 km, D+ 3697 m), nous ne regardions même plus les paysages, étant entièrement concentrés sur la gestion de la fatigue, bosse après bosse.

Ce tour était aussi moins équilibré que le précédent, qui alternait étapes difficiles (Tourmalet, etc.) et étapes plus courtes, moins pentues...

Cette fois, c'était du non-stop.

Ceci dit, si l'on restait raisonnable, si l'on acceptait un rythme un peu plus lent et régulier, bref si l'on travaillait du mieux possible dans les plages basses du cardio, tout était très faisable (moyenne générale personnelle : 19,8 km/h – et je n'ai jamais été le dernier). La preuve, nous avons fini, épuisés certes, mais heureux de l'avoir fait.

Est-ce dû aux conditions plus éprouvantes qu'il y a deux ans ? ou bien au fait que c'était mon second tour, et que j'y retrouvais certains collègues ? J'ai perçu plus d'amitié qu'en 2021. Ce tour-là s'était déjà passé dans une très bonne ambiance, mais cette année, me semble-t-il, l'ambiance était encore meilleure. Le petit groupe de trois – parfois quatre – que nous formions au quotidien a fait preuve d'une solidarité et d'une bonne humeur sans faille.

Contrairement à 2021, nous avons eu cette année à déplorer deux abandons :

1) un cyclo d'origine « british », habitant dans la Vienne, s'est fracturé le bassin à Amboise, le 2^e jour (une chute idiote, presque à l'arrêt, à cause d'un pont très mal aménagé qui envoie une personne par semaine à l'hôpital, au dire des secours ; où un autre du groupe est aussi tombé, sans mal ; et où nous avons été plusieurs à éviter la chute de justesse) ;

2) un gars de la Manche, victime d'un accident quelques jours avant le départ, n'a pas supporté le mal au dos, la chaleur extrême et les bosses successives de la traversée du Morvan – il nous a quittés en pleurs. Sinon, à part quelques petits bobos agaçants – voire douloureux – mais pas rédhibitoires, le groupe a tenu le choc, jusqu'au bout.

Le dernier après-midi, après la collation de midi prise dans le village d'enfance de Jacky Brosseau (avec les huîtres en entrée, s'il vous plaît !), nous avons regagné Niort en peloton groupé, le plus chevronné d'entre nous régulant l'allure en capitaine de route, à 22,5 km/h, comme dans les *audax*.

C'était la fin d'une belle aventure. Contents d'arriver, tout de même.

Le tour devrait continuer, sans doute repris par Jean-Pierre Vaur, un Aveyronnais qui avait roulé avec nous en 2021, et faisait partie du staff cette fois. On nous promet un programme plus accessible, plus équilibré. *Wait and see* !

B. Cahier : *Compte-rendu du TCI 2023 (Tour de France Cyclotouriste International)*