

Mon Paris – Brest - ????? en trike couché

Pour cette édition, je pars un peu dans l'inconnu car je n'ai jamais réalisé une telle distance avec mon trike. Les plus longues distances furent celles réalisées lors de mes 3 tentatives sur les brevets de 600 km. A chaque fois, ce fut avec moins d'1 heure de sommeil. Lors des 2 premières tentatives, j'étais seul, les nuits furent très longues et il me fut difficile de résister au sommeil ; je n'ai pas terminé ces 2 brevets. Le brevet qui m'a permis d'obtenir le droit de m'inscrire fut celui de Mortagne au Perche que j'ai fait en compagnie de Frédéric (Patitrotte) qui roule en trottinette. Une feuille de route à la vitesse moyenne de 18 km/h bien suivie, assistés par nos compagnes, la réussite du brevet après avoir seulement dormi 20mn fut limite.

Je fais ma feuille de route pour cette édition avec des vitesses moyennes ajustées à la durée de l'épreuve et aux moments de la journée : de 18 km/h le premier jour à 16 km/h le dernier, les nuits moins rapides que les jours. Je sais que ce sera très difficile car je n'ai que 18h pour les pauses repas et repos (au lieu de 35h en 2007). Avec des arrêts de 45mn ou 1h à chaque contrôle pour me restaurer, il reste seulement 5h pour dormir. Je décide de tenter de dormir seulement lorsque j'en sentirai le besoin, par des périodes de 20mn.

Cette année, Sylvie sera mon assistante tout au long du parcours ; nous nous retrouverons à chaque point de contrôle ou nous profiterons de l'organisation en place pour nous restaurer.

Comme chacun le sait, la feuille de route est établie dans un fauteuil et il est exceptionnel que rien ne vienne changer les données. J'allais oublier un détail important pour moi : je compte sur une météo avec temps sec et température très chaude.

Localité	Arrivée	Départ	Arrêt	Limite
GUYANCOURT		17:30		21/08/2011 17:30
MORTAGNE AU PERCHE	1:46	02:31	00:45	22/08/2011 03:44
VILLAINES LA JUHEL	7:17	08:17	01:00	9:40
FOUGÈRES	13:14	14:14	01:00	16:10
TINTÉNIAC	17:14	18:14	01:00	20:08
LOUDEAC	23:04	01:04	02:00	23/08/2011 02:21
CARHAIX-PLOUGUER	5:33	06:18	00:45	7:54
BREST	11:28	12:28	01:00	14:43
CARHAIX-PLOUGUER	17:28	18:28	01:00	20:56
LOUDEAC	23:06	01:06	02:00	24/08/2011 02:43
TINTENIAC	6:06	06:51	00:45	8:56
FOUGERES	10:01	11:01	01:00	12:53
VILLAINES LA JUHEL	16:12	17:12	01:00	19:19
MORTAGNE AU PERCHE	21:58	23:58	02:00	25/08/2011 01:15
DREUX	4:39	05:24	00:45	6:44
GUYANCOURT	9:13			25/08/2011 11:30

Dimanche 21/08/2011

Nous arrivons à St Quentin en Yvelines peu avant 13h, et nous rendons aussitôt au lieu de restauration réservé avec mon inscription. Peu de monde, mais je rentre progressivement dans l'ambiance. Les maillots portés par les cyclotouristes montrent qu'il en vient de tous les coins du monde.

Ensuite, il est temps pour moi de me préparer, d'enfiler ma tenue et de sortir mon trike ; j'ai besoin de rentrer dans le grand bain sans attendre. Je m'élançe vers le rond point des Saules, lieu du départ ou je devrais rencontrer quelques connaissances. En chemin, je suis interpellé par Marc et j'en profite pour saluer Magaly (Tandem Breton). Cette année, ils ont laissé le tandem au garage ; chacun roulera sur son vélo.

Au rond point, je retrouve l'Auvergnat que j'avais rencontré sur Dunkerque – Perpignan l'an passé, puis quelques autres rubans blancs et vélorizontaux : Roule Toujours, Carencia que j'étais allé voir sur sa diagonale Hendaye – Dunkerque, Jean Lou et Libellule qui arrivent avec leur tandem « dodo ». Je fais la connaissance d'autres forumeurs : Cath et Dolphérino, Pierre, ... avant de voir arriver les lavallois.

Il est 14h et nous devons attendre 16h pour nous diriger vers le stade. Le soleil brille et chauffe comme j'aimerais qu'il le fasse pendant toute la semaine. Toutes ces rencontres plus quelques tours de roues m'aident à m'imprégner tandis que les autres qui sont sur place depuis la veille attendent sereinement le grand moment : le départ.

Le premier groupe approche progressivement de la ligne de départ. Il ne partira pas à 16h car quelques points doivent être réglés sur le parcours pour assurer la sécurité de tous. Je suis avec les autres vélos spéciaux à l'entrée du tunnel lorsque le compte à rebours est lancé. Ca y est, voici 4 ans que l'on attendait ce moment.

A chaque départ, nous avancerons un peu plus ; tout d'abord le passage du tunnel et une nouvelle station avant l'entrée du stade ; ensuite nous entrons sur le stade et descendre de nos machines pour saluer les uns et les autres. Quelques interventions d'enregistrement de portraits y sont faites, et j'y suis invité à présenter mon trike avant de passer au contrôle départ à 16h50. Nous entrons alors dans le dernier sas et je suis en 2° ligne. Nous pouvons nous rendre sur la ligne de départ. Je laisse les autres passer devant, car je ne veux pas gêner ceux qui veulent aller vite. Le temps semble ne pas s'écouler ; j'ai hâte que nous soyons à notre tour libérés, ce qui sera fait à 17h30. Je suis dans les derniers du groupe ce qui me laisse le champ libre pour en profiter et partager ma joie de partir avec les spectateurs présents. Je peux ainsi faire signe à Sylvie que je vois dans un virage avant de la retrouver dans quelques heures au contrôle de Mortagne.

Durant les premiers km, je suis dépassé par les quelques cyclistes qui étaient derrière moi, mais lorsque nous entrons en forêt de Rambouillet, je commence à dépasser quelques uns, et donc d'échanger quelques mots avec Laeti, Rouedevélo, ... Je pense déjà faire connaissance avec Papyvolant lorsque nous traverserons son pays, mais je n'en aurais pas l'occasion. Je suis un peu aux anges avec ce très beau soleil et la température très agréable, comme j'aimerais en avoir jusqu'au retour. Je ferais un premier arrêt rapide pour faire le plein de mes bidons à la sortie de Faverolles, puis un arrêt ravitaillement à Chateauneuf en Thymerais au BDS. Je profite également de cet arrêt pour m'équiper pour la nuit car je ne prévois pas d'autre pause avant Mortagne. Les conditions de route sont très bonnes avec le vent légèrement favorable.

Lundi 22/08/2011

J'arrive à **Mortagne au Perche** à 0h30 pour un arrêt repas d'une heure, repas que je prendrais avec Rouedevélo. J'ai de l'avance car j'avais envisagé mon arrivée pour 1h45 à la moyenne de 18km/h. Je quitte les lieux après avoir salué François, le responsable local de PBP. Je suis juste surpris de ne pas avoir trouvé les belles descentes que j'avais pu voir lors de mon arrivée hors du commun du BRM600 de fin juin. La différence entre jour et nuit probablement.

La route vers Villaines ne pose pas de difficultés particulières, mais je m'arrêterais 2 fois 20mn pour tenter de dormir lorsque quelques signes de fatigue me viendront. Je ne pourrai pas dormir pour autant, perturbé par le bruit incessant des cyclistes et de la circulation qui passent tout près. Je suis surpris, ici comme lors des BRM, de la facilité d'endormissement sur le trike alors qu'en VD je ne rencontrais guère ces problèmes. J'arrive à **Villaines La Juhel** encore endormie à 6h40 et nous y prendrons le petit déjeuner. Le ciel est gris ce matin, et je repars à 7h30 en restant relativement couvert. Inutile d'attraper froid.

Je roule vers Lassay les Châteaux puis Ambrières les vallées en profitant pleinement du jour qui s'est levé. Les conditions météo sont bien plus agréables qu'en 2007, mais lorsque je m'arrête auprès de locaux à Levaré pour prendre un café, la famille de Clara commence à bâcher son stand. j'en ferai de même avant de les quitter sous la pluie à 11h. Est-ce mauvais signe? Que nous réserve les heures et jours à venir ? Je n'ai pas regardé les prévisions météo depuis vendredi donc la surprise viendra mais j'ai ma cape dans le fond de ma sacoche depuis le départ. **Fougères** arrive, nous faisons un grand détour par le sud de la ville pour nous rendre au point de contrôle ou je valide mon carnet de route à 12h15.



Ici, il y a beaucoup de monde pour déjeuner, il faut attendre un peu et j'ai du mal à me repérer dans les locaux pas très bien agencés. Heureusement que plusieurs plats nous sont proposés ce qui permet de varier les menus et surtout de manger en fonction des envies. Je n'ai pas perdu de temps car j'ai encore 1h d'avance sur ma feuille de route lorsque je pars à 13h15.



Je pars pour la plus courte étape -54km- aussi je ne prends pas grand chose avec moi, d'autant que la pluie est toujours là pour nous arroser. Je pense que tout se fait sous la pluie heureusement pas trop forte. A 16h, j'arrive pour le BN à **Tinténiac**. Aussitôt le contrôle passé, je vais vers la voiture pour me changer (enfin) et m'allonger quelques minutes après avoir pris quelques réconfortants avant de m'élancer à nouveau à 17h.

Maintenant, le soleil revient un peu, quelques cyclos en profitent pour dormir sur les bernes. A 19h30, je m'arrête prendre une soupe chez mémé Galette (1), avant d'entrer dans Illifaut. A 20h, je croise le premier groupe sur le retour derrière une voiture de l'organisation qui leur ouvre la route (oh surprise !). Mais lorsque revient la pluie avec la nuit tombante, ça devient moins agréable.

Il me faudra enfile à nouveau ma cape avant **Loudéac** que j'atteindrais dans la nuit à 21h50. J'ai bien eu quelques envies de dormir en route mais après le repas, je décide de partir de suite car je ne ressens plus ces envies.



(1)



(2)

Je sais que j'aborde la partie la plus difficile du parcours et qu'il y a des possibilités d'arrêt en route. Les premières pentes sont passées sans difficultés, je m'arrêterais une nouvelle fois pour du café, espérant qu'il m'aide à résister. La nuit est là, je croise des cyclistes en permanence ce qui rend les conditions désagréables. L'éblouissement des feux des cyclistes sous la pluie, j'ai du ôter mes lunettes pour mieux voir mais c'est bien difficile malgré tout car ma vue est perturbée. Chaque feu est une étoile, les balises de bord de route me semblent être des cyclistes loin devant moi. De plus, je suis pris de coups de fatigue mais je ne peux pas m'arrêter sans trouver d'abri. J'attendrais longtemps avant de trouver celui-ci; dommage qu'il ne soit pas très propre car je n'oserais m'y allonger. Assis avec mon réveil dans 20mn, je m'endormirais probablement une dizaine de mn. En partant, je vois un abri bancaire moins de 100m plus loin. Je suis un peu dégouté car là, c'est propre et en plus il y a une porte pour isoler de l'extérieur. Je repars et je passerai des moments très difficiles, me réveillant souvent, une fois face à un mur. Je freine un bon coup et me réveille pour me rendre compte qu'il n'y a rien devant moi. (Plus tard, Pierre et Carence me diront que c'est un phénomène bien connu). Je ne trouve aucun plaisir à rouler ainsi, de nuit sous la pluie, sans trop y voir, fatigué. Ah, j'ai échappé à l'orage mémorable sous lequel certains passés. Au loin, mais pas très, les éclairs fusaient comme rarement j'en avais vus, le tonnerre suivait, pourtant encore loin de Brest !

J'en aurais presque envie d'abandonner et en tous les cas, pas envie de revivre ça. C'est défait que Sylvie me verra arriver à **Carhaix**. J'ai perdu plus d'1h sur ce tronçon de 76km prévu à 17km/h. Il est 4h30. Même devant mon plateau, je n'ai guère envie de manger.

Mardi 23/08/2011

"Il est 5h, Paris s'éveille, je n'ai pas sommeil". Pour moi, il est aussi 5h et déjà le moment de reprendre la route.

Direction Brest en passant par Huelgoat que nous devons atteindre par une route très dégradée. Là, je me rends bien compte du confort du VH ! mais c'est quand même difficile? il me faut même m'arrêter une nouvelle fois pour me reposer, et aussi avant de rejoindre la route menant au Roc Trévél. 2 fois en moins d'1h, c'est terrible. Maintenant, direction le Roc et là, pas de difficultés; en général quand ça monte, je me sens bien. Par contre, grosse surprise: aucune visibilité (bon, entre 50 et 100m). Il faut être très vigilant car la circulation est dense dans les 2 sens, aussi bien cyclistes qu'automobiles. Au sommet, je m'arrête mettre un 2° feu AR mais en descendant, je constate qu'un tiers de ceux venant de Brest sont sans éclairage ni gilet de sécurité. Plusieurs fois, j'entends des coups de freins de camions. Je crains le pire. A Sizun, je voudrais un café et une boulangerie que je ne trouve pas. Je poursuis jusqu'au premier café lorsque nous prenons la direction de Dirinon. Un bon lavage, un grand café et c'est reparti. Le brouillard devient crachin avant d'atteindre Plougastel. Dans la rade de **Brest**, sur la plage du moulin blanc, le ciel est gris mais sec. Une longue virée par le port pour atteindre le château puis le foyer du marin, terme de l'étape ou j'arrive à 11h.



J'ai retrouvé des couleurs, mais ne comprends pas pourquoi Sylvie éclate en sanglots. Je saurais plus tard que la fatigue, associée à la nouvelle d'un cyclo tué sur la route en sont la cause; elle est soulagée de me voir. Je suis surpris de la zone d'accueil (les vélos sont parkés sous un hangar) et j'irais vite me prendre une douche, une vraie avec de l'eau chaude. Le temps d'un nouveau repas, 15mn de repos pieds levés, je prends le chemin du retour, juste à l'heure inscrite sur ma feuille de route : 12h28.

Depuis Brest, le moral a repris un bon coup, nous revenons vers le point de départ. 43h pour venir, il reste 47h pour rentrer. Sachant que je n'ai pas dormi 1h à l'aller, le contre coup viendra bien. Il me faudra le gérer au mieux.



A Guipavas, j'aperçois Véronique d'Hérouville qui prend son casse croûte sur les marches de l'église. Ensuite, c'est "tout schuss" dans la descente de la voie romaine vers Landerneau, descente très chaotique comme Roland nous l'avais dit. A la sortie de Landerneau, Jean Louis me double; un peu trop tôt pour que nous puissions admirer le paysage en haut de Trévézel comme en 2007.



A Sizun, Gladys et Marie Jo s'impatientent avec leur panier garni, et du potage. J'y ferais honneur en même temps que je verrais Jean Luc de Nantes qui file vers Brest. Je n'ai pas de difficultés à joindre le Roc Trévézel sur cette face (le vent est encore dans mon dos) et le soleil brille depuis Brest. Pas très longtemps, mais le temps du potage m'aura été salutaire pour éviter de me trouver sous l'averse qui s'est abattue au niveau d'Huelgoat. La route vers **Carhaix** me semble interminable. C'est à 17h25 que j'atteindrais cette cité pour la quitter 50mn plus tard.



Je souhaite profiter du jour pour avancer au maximum sur cette difficile étape. Les souvenirs me manquent. Je sais seulement qu'à un moment j'ai vu "Contrôle à 1,4km". Je me suis accroché aux roues des cyclistes qui passaient pour éviter de m'endormir. Finalement, nous arrivions seulement à Uzel. J'ai fais de gros efforts pour rester dans les roues qui ne s'arrêtaient pas pour bénéficier de points de repères dans les descentes car dans la nuit, malgré mes 2 phares, je trouvais la visibilité insuffisante, surtout lors du croisement avec d'autres véhicules. Il faut encore passer Grace Uzel puis Trévé avant d'entamer une longue montée vers **Loudéac** dont les feux brillent au loin. Il est 22h45, je suis encore dans les temps et mon arrêt sera plus long qu'a l'accoutumée : près de 2h. Je me reposerais 20mn sur une table, pas plus car le sommeil ne vient pas.

Mercredi 24/08/2011

Je décide encore de partir pour m'arrêter quand j'en sentirais le besoin. L'ai-je fais ? Je crois que oui à 2 ou 3 reprises, mais en repartant j'avais toujours les mêmes envies de dormir. Un coup le bas coté, un coup ailleurs, je me réveille souvent mais je ne veux pas m'arrêter. Je pense qu'en roulant moins vite je pourrais rester éveillé mais rien ni fait. Enfin la côte de Bécherel, je vais pouvoir tenir éveillé et c'est vrai que je m'endors moins. En entrant dans Bécherel, je me réveille sur une quille de signalisation. Mon trike est posé sur la 1°, arrêté par la 2°. Ouf, rien de cassé bien que ces quilles soient sur un trottoir de plus de 20 cm de haut. Là, je suis, pour le coup, bien réveillé. Je prends la descente avec beaucoup de prudence pour atteindre **Tinténiac** à 8km et dormir à l'abri. Il est 6h30 lorsque je rejoins le contrôle.

Le petit déjeuner vient à point, mais maintenant le sommeil ne vient plus. J'ai le plaisir de retrouver Portocéan qui vient de passer la nuit ici et va reprendre son activité de photographe. Je m'équipe pour une nouvelle étape après 1h d'arrêt car je commence à sortir de mon plan de route. Je sais que je ne pourrais pas finir dans les délais car je ne prendrais plus de risques comme je viens de le faire. Ce n'est en soi pas bien grave, je savais le challenge très difficile et terminer, même hors délais sera une réussite.



Mes amis couchés que je retrouve presque à plusieurs contrôles (Pierre, Banditcoot et Carencia) me disent être très surpris de la performance que je réalise. Moi je leur réponds que si j'avais un cycle qui me laisse suffisamment de temps, je partagerais volontiers leur table à toutes les étapes.

Le jour est levé, il me sera plus facile de rouler et surtout plus agréable de voir le paysage et les autres cyclistes. Pour cette courte étape, je perdrais encore 30mn. Sylvie persiste à me dire que je peux encore être dans les délais, ma feuille de route me laisse en effet 2h de souplesse. Je ne veux pas y croire car 3 nuits sans dormir, il faudra bien un moment que je m'arrête. J'arrive à **Fougères** à 11h et j'y ferais une halte de 55mn.



Le soleil est de retour, mais je souffre de mon tendon d'Achille. A cet instant, le mal me remonte jusqu'à l'arrière du genou. Je décide de m'arrêter à La Tanière, point d'accueil connu de tous, pour demander quelques glaçons afin de me soulager. Il m'est proposé un gel anti inflammatoire dont j'applique volontiers une bonne couche. Je pensais aussi me coucher mais j'opte pour le café

car le coup de barre n'est pas là avant de faire essayer mon trike aux petits enfants. Les premiers km en les quittant me sont encore plus pénibles, mais le gel finira par me calmer les douleurs et c'est soulagé que j'arrive à Ambrières les Vallées où je m'arrête pour me ravitailler. Le plein du bidon fait, je poursuis la traversée extraordinaire de la Mayenne, terre de cyclisme et terre de Paris Brest Paris par excellence. Au long de la route, tous sont baignés dedans tout petits et nous en profitons bien (ah non, nous n'en avons ps le temps, chacun tentant de nous attirer à lui). Et l'apothéose, c'est l'arrivée et l'accueil qui nous est réservé à **Villaines la Juhel**, bien réveillé à cette heure. Il est 18h lorsque les bras au ciel, je file dans la descente du village sous les acclamations du public toujours très nombreux.

Jean Yves est là avec Sylvie, nous nous rendons d'abord au contrôle avant de nous rendre au self ou de jeunes filles se proposent de porter nos plateaux jusqu'à notre table dans la salle attenante. L'accueil est chaleureux jusqu'au bout. Le jour tire à sa fin et je ne peux m'empêcher de partir aussitôt prêt 1h plus tard afin de profiter au mieux des paysages et des meilleures conditions de route.



19h23

A l'heure de m'installer sur mon trike, Cyclochica arrive en courant pour m'encourager, me faire part de sa surprise de me voir déjà ici. Je suis devenu une idôle. Sylvie vient de me dire que ma photo est publiée dans le télégramme de Brest, journal local. Tous ces encouragements et la fatigue absente, je m'élançe plein d'enthousiasme, reprenant espoir de finir dans les temps. La corniche de Pail, St Paul le Gaultier, Sougé le Ganelon, Fresnay sur Sarthe, les jambes tournent à merveille. Prudence à La Hutte pour traverser le carrefour avant de sentir la fatigue m'atteindre peu avant Mamers. Il est 21h45 et je cale mon réveil pour 23h, couché à une dizaine de mètres de la route. Au début, les bruits des cyclistes et des camions me gênent mais je plonge rapidement dans les bras de Morphée.

Je me réveille seul vers 22h45. Je mange comme il faut pour tenir le coup jusqu'à Mortagne au Perche à environ 30km. Lorsque je m'élançe sur la route au milieu des cyclos qui passent, je me demande si je suis dans un rêve ou dans la réalité. Comme j'ai froid, je pense être dans le vrai monde, mais il me faudra quelques minutes avant de me remettre dans le coup. Quelqu'un me dit "allez Gilbert" et je l'interpelle pour savoir qui c'est. La réponse est "Marc" et j'essaie de suivre ce groupe mais n'y parviens pas. Je vais devoir interroger Marc plus tard pour savoir si c'est bien lui qui s'est adressé à moi. Je réussis à prendre un bon rythme sur cette portion de route avant Mortagne, puis traverse la ville sans m'arrêter. Je vois un attroupement de cyclos sur la place du centre ville mais ne veux pas y perdre de temps, venant de dormir. Ensuite, je traverse Sûre puis ?

Jeudi 25/08/2011

Il doit être environ 23h30. Je m'arrête car je m'endors, j'ai froid et je repars, me demande si j'ai bien besoin de continuer, avance et m'arrête à nouveau. Le froid me dérange beaucoup. Je me souviens d'un anglais venu me réveiller et me dire d'aller ailleurs dormir, en dehors de la chaussée. Je le remercie et vais chercher un endroit dégagé sur le bas coté. Je ne le trouve pas et ferais demi tour, trouve un endroit que je ne trouve pas agréable, poursuis jusqu'à m'installer dans une intersection. Je prends soin de placer mon vélo pour me signaler et me protéger avant de me coucher dans ma couverture de survie que je sors enfin de mon sac.

Plusieurs fois dans ces moments (ou heures), j'ai pensé à Sylvie mais jamais à l'appeler, je crois avoir répondu à quelques interrogations de cyclistes que je n'avais besoin de rien et que j'attendais les pompiers. C'est à 3h que Sylvie me contacte, inquiète car ça fait près de 3h que je devrais être arrivé à Mortagne.

Elle me récupère 1/2h plus tard, et alors que nous chargeons mon trike, une cyclo nous signale une voiture accidentée quelques centaines de m plus tôt. Je contacte les secours aussitôt puis nous rendons sur place pour voir ce qui s'est passé. Une voiture a bien traversé la route et a le nez planté dans le fossé, l'arrière dépassant sur la chaussée. Nous restons sécuriser les lieux jusqu'à l'arrivée de la gendarmerie bien qu'il n'y avait personne dans le véhicule.

Km 1075 : abandon après 78h dont 14:30 d'arrêt mais seulement 1:00h de  volontaire.

Nous nous rendons au contrôle de **Mortagne** pour que je rende mon carnet de route, que je signale mon abandon avant de prendre un repas. C'est alors que je vois Cyclochicca qui s'apprête à s'élancer pour une nouvelle étape, déçue pour moi. J'y croise également Miss Couettes qui me dit devoir partir. Alors que nous terminons de remplir mon plateau repas, je m'interroge sur la présence de Miss Couettes en ces lieux car elle ne peut pas participer à PBP ! La réponse ne me viendra que quelques jours plus tard : je n'ai pas rêvé, elle était bien là, mais sans plaque. Ensuite, je vais me doucher puis nous allons nous coucher dans la voiture. Il est près de 5h.

A 9h, nous préparons notre véhicule pour rentrer à la maison; les organisateurs sont déjà au travail pour ranger les lieux. Sur la route jusqu'à Mamers, nous croiserons une vingtaine de cyclos qui poursuivent leur randonnée vers Paris. Hors délai, mais toujours motivés.

Si quelqu'un peut me donner des infos sur ce que j'ai fait entre 23h et 3h, je suis preneur. J'irais faire un tour prochainement dans le coin pour chercher des indices.