

Paris - Tubize 2013 : une première expérience réussie



J'ai rencontré Pascale et David, un couple de jeunes marcheurs qui souhaitaient se lancer dans l'aventure un peu folle de participer à la célèbre marche de 292 km reliant Paris à Tubize. Elle, membre du club des « Fournans » de Ciney, lui, de celui de « La Caracole Andennaise ». Une petite taupe et un escargot, duo original pour une expérience extraordinaire.

Depuis plusieurs mois, leur ami Gérard leur parlait de relever le défi de participer à Paris-Tubize. Et chaque week-end, il les relançait. Jusqu'au jour où ils prirent la décision de s'inscrire pour « la grande aventure ».

C'est comme ça qu'a commencé la préparation pour ce challenge de quatre jours, enchaînant chaque week-end les longues distances du samedi et du dimanche, proposées dans le calendrier de la fédération. Plus le jour du départ approchait et plus les appréhensions et les incertitudes augmentaient : cette aventure est-elle bien raisonnable ?,

mes pieds vont-ils tenir le coup ?, si j'ai des ampoules, que se passera-t-il ?, suis-je capable de marcher autant de km quatre jours d'affilée ?, etc, etc...

Puis arriva le grand jour. En route pour Tubize. Cette fois, plus de marche arrière possible, ils étaient dans le car qui les emmenait vers Paris. L'angoisse et le doute avaient fait place à l'excitation du départ et à l'envie de commencer à marcher. Se prouver à soi-même que rien n'est impossible.

Jeudi soir, découverte du logement, rencontre avec les autres participants, présentation des accompagnateurs (ravitailleurs et soigneurs), échange des impressions avec les « anciens », derniers moments de doute avant une courte nuit de sommeil.

Premier réveil ultra matinal, rassemblement des affaires personnelles et petit-déjeuner en groupe, avant de rejoindre le point de départ de la première étape. Ils étaient prévenus, elle serait longue mais sans doute la plus facile des quatre.

Toutefois, après quelques kilomètres, Gérard voit déjà apparaître une ampoule sous un orteil. Son moral en prend un coup et fait resurgir le doute chez nos deux « néophytes ». Mais il sera de courte durée, car le ravitaillement de midi n'est plus très loin et, avec lui, les soins précieux des kinés.

Tout est à volonté (soins, massages, nourriture et boissons), mais David trouve qu'un peu de coca, à la place des eaux au sirop ferait du bien. Très vite, lui et ses deux compagnons vont se lasser de ces breuvages. De même pour le pain au fromage, certes très frais et très bon, mais un peu trop récurrents à leur goût.

En route, à présent, pour la deuxième « mi-temps », ses milliers de pas et son cordon d'asphalte interminable. La météo est grise et fraîche, trop fraîche pour un week-end de Pentecôte ! Heureusement, les automobilistes français sont plutôt sympathiques et prévenants à l'égard des marcheurs, ce qui ne sera plus vraiment le cas, une fois la frontière belge franchie. L'étape est longue et difficile et nos deux protagonistes aspirent à rejoindre l'arrivée au plus



tôt, pour pouvoir récupérer un maximum. Pascale tient également à mettre en avant la belle solidarité naturelle et spontanée entre les participants. Et ce malgré la barrière de la langue. C'est sans doute ça « l'amitié par la marche » !

Dès la marche terminée, il semble que c'est une autre course qui s'engage : prendre une douche, se faire soigner les bobos, se faire masser, prendre son repas et préparer son « petit coin » pour dormir, tout cela prend du temps sur la courte nuit à venir. Sans compter la promiscuité pas toujours facile à gérer (nu intégral après le choix de la mauvaise porte de douche, hein David !) ou encore le chahut fait par les accompagnateurs dans le local voisin, avant les ronflements des premiers endormis !

Deuxième jour, deuxième longue étape et deuxième série de sentiments divers. Petites douleurs musculaires, manque de sommeil, repas et boissons pas toujours emballants, de l'asphalte en veux-tu en voilà, le moral qui joue aux montagnes russes, bref un début de « routine » qui s'installe. C'est long, c'est long, c'est long ! Mais on continue puisqu'on l'a choisi ! Idem pour la soirée, avec cette fois moins de chahut et peut-être

moins de ronfleurs ... à moins que ce soit dû au fait que nos amis se soient endormis plus vite que la veille, « heureuses » victimes de l'accumulation de fatigue. Et c'est déjà dimanche, troisième étape à parcourir un peu plus courte, chouette ! Malheureusement, cet après-midi-là, la pluie s'est invitée et elle ne lâchera pas nos valeureux marcheurs durant les 45 derniers kilomètres. Pascale commence à ressentir une douleur à la cheville, sans doute un début de tendinite. Merci les kinés pour les



bons petits soins ! David, pour sa part, semble jusque-là épargné par les blessures. Lui, c'est plutôt côté digestif que les tracasseries se manifestent ! Mais pas question de se laisser aller, Pascale veille au grain et lui remonte le moral ! Ce soir, une fois les massages effectués et le repas chaud pris, personne ne demande son reste et il ne faut pas longtemps à nos deux tourtereaux pour rejoindre les bras de Morphée.

Lundi matin, dernière journée de « promenade macadamisée » ! La pluie est toujours d'actualité, dur, dur. Ce matin, Pascale a un peu de mal à se mettre dans le rythme. Les jambes sont lourdes et le manque de sommeil embrouille quelque peu l'esprit. Heureusement, David et Gérard la soutiennent et l'encouragent, et, heureusement, au bout de 20, 25 km, le moteur trouve la bonne carburation. Pascale sent de plus en plus la gêne au tendon endolori par trois jours d'efforts et comprend qu'elle va perdre un ongle suite à un mauvais choix de chaussures. David, de son côté, voit apparaître l'une ou l'autre petite ampoule, mais semble ne pas trop en souffrir.

En ce dernier jour, l'émotion monte ! Les corps sont courbaturés, le mental est partagé entre force et faiblesse. C'est presque fini, mais c'est encore long ! L'euphorie tente de s'installer, mais les pieds et les jambes rappellent à chaque pas que l'épreuve est difficile ! Depuis le départ, David fait de ses pieds et de ses mains pour « obtenir l'autorisation » de finir dans les premiers !

Objectif du jour avant la grande arrivée : atteindre le rassemblement fixé à 11 kilomètres de Tubize pour le « rush final » ! C'est à ce moment que Pascale « donne sa bénédiction » à David et le laisse finir à son rythme. A lui de jouer pour bien figurer dans le classement final. Mais David est têtu et ne veut pas l'abandonner si près du but. Finalement, c'est avec 500 mètres de retard sur les meilleurs et les lacets défaits qu'il s'élancera vers Tubize et finira 3^{ème} sur la ligne d'arrivée. Ligne qu'il franchira à nouveau en compagnie de sa dulcinée, après avoir fait demi-tour pour aller à sa rencontre ... histoire de finir ensemble cette magnifique aventure !



Un défi réussi au premier essai, salué par toutes les personnes présentes et par quelques amis des deux clubs qui avaient fait le déplacement pour accueillir ces deux « héros » marcheurs comme ils le méritaient ! Il n'en

fallait pas plus pour que sourires et larmes fassent leur apparition. Quelle belle émotion !