

PORTRAIT FLASH

Christophe CARON

Age : 49 ans

Situation : enseignant,
marié, 2 enfants

Président de l'association
« Rev'Aventures dont le
but est de partager l'aventure
avec des publics variés.

Ses performances : 3h14mn au marathon

Il a participé (entre autres) : 3 fois
aux Templiers, 2 fois à l'Ultra Trans
Aubrac, à la Transvoguienne, au Trail du
Vulcan, au Marathon des Sables, à la
Désert Cup, au Grand Raid Sahara,

Prochain défi : le Grand Trail du Nord
145km non-stop



TRANSAHARIANA

La Transahariana, c'est un ultra costaud couru en non-stop en plein désert du Hoggar algérien avec 3 distances au choix : 260, 200 ou 130km. Christophe Caron faisait partie de la cinquantaine de baroudeurs qui se sont lancés à l'assaut de ces montagnes caillouteuses. Ce Chti nous raconte sa course, au jour le jour.



14 mars. Tamanrasset, 2h du matin. Nous prenons aussitôt la piste pour rejoindre la cascade de Tamakrest, lieu du bivouac. Endormi vers 4h et réveillé par la chaleur à 7h ! Cette aventure extrême commence très fort pour les 38 coureurs engagés. La journée d'acclimatation nous permet de voir que la température monte à 35°C. Dur dur quand on sort à peine de la période hivernale et qu'on est Chti ! Comme avant chaque départ de course, je dormirais très peu. 260km de désert en autosuffisance avec 6 000m de dénivelé positif, ça fait cogiter !



Chaleur accablante

15 mars. A 8h le départ est donné par Cyril Fondeville, l'organisateur. Très vite la course s'étire dans l'oued sablonneux. Je pars dans le milieu du peloton avec Jean-Michel. Après 5km, nous sortons des sables pour aborder une large piste qui monte par paliers à travers un paysage lunaire formé de champs de laves chaotiques. Puis nous traversons le village d'Idallag où des enfants nous acclament. La piste rejoint à nouveau un Oued très large parsemé d'immenses acacias en parapluie. La chaleur devient accablante. Au CP2 un coureur titube, un autre n'a pas l'air mieux. Déjà deux abandons.

260km de désert en autosuffisance avec 6 000m+, ça fait cogiter

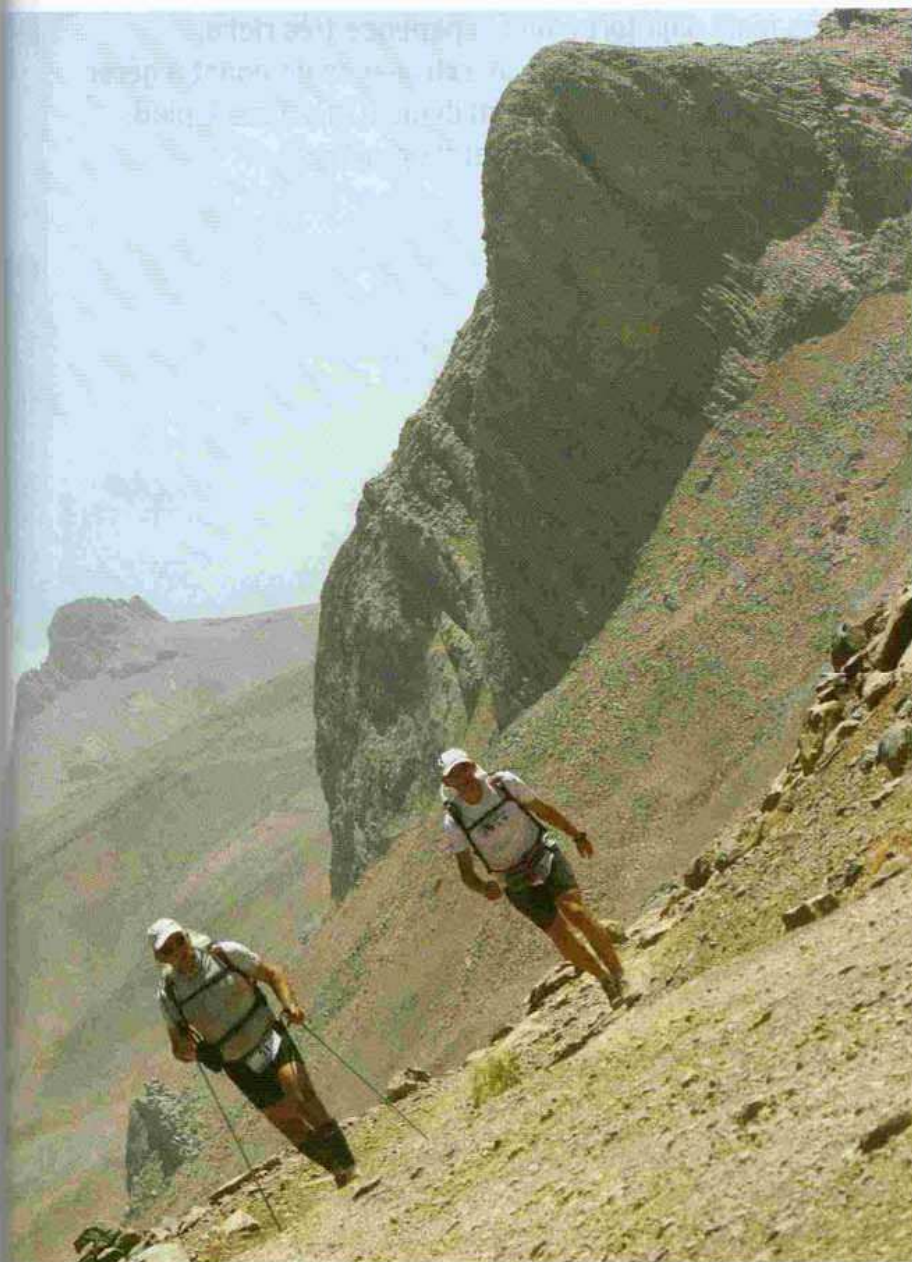
Nous poursuivons à la 10^e place avec une pêche d'enfer jusqu'au cirque d'Amezegane avant d'attaquer le premier gros dénivelé au 50^e km. Et puis soudain, c'est le gros coup de barre. Plus rien dans les jambes et ma moyenne passe de 8 à 2km/h sur cette piste raide qui monte en lacets sous la

chaleur. J'atteins avec difficulté le plateau à 1 650m puis le PC 3 (60^e km) alors que la nuit tombe. Les bénévoles sont aux petits soins avec nous. Le médecin me dit que je fais une déshydratation. Après avoir bu et mangé, je repars avec Jean-Charles et Laurent vers le CP 4 distant de 30km. Commence alors une longue épopée de marche nocturne sur une piste caillouteuse où entre deux discussions philosophiques, nous passons tour à tour de l'euphorie au découragement ! Et, c'est bien entamé, que nous arrivons à 2h du matin au km 90. Le PC fait office d'hôpital de campagne et les coureurs s'entassent dans la tente. Christelle l'infirmière fait des miracles avec nos pieds, nos estomacs nos cœurs et même nos âmes ! Et dire qu'au même moment Pasquale l'italien vole vers le 130ekm. Il a fait la moitié du parcours.

16 mars. 4h du mat, vu mon état, on ne me laisse pas repartir. Je dois attendre 8h pour quitter le bivouac avec Jean-Charles qui me booste et me mets une pêche d'enfer. Au lever du soleil, nous traversons un paysage féérique formé à perte de vue d'énormes galets de lave, comme posés là, par les mains d'un géant.

Et soudain, c'est mon camarade qui s'arrête épuisé. Je poursuis en espérant le retrouver au PC 5. J'ai retrouvé la « niaque » et j'enchaîne la course et la marche. Les premiers sommets de

la course de la démesure



la chaîne du Hoggar apparaissent majestueux. Une montée raide et longue m'amène à 2 300m d'altitude au CP5, au cœur du massif de l'Assekrem. Nous sommes au bord d'une paroi volcanique vertigineuse sculptée d'immenses orgues verticales. Le poste est balayé par les vents, mais la chaleur persiste. Au km120, on compte déjà 9 abandons.

Cyril l'organisateur nous annonce que nous pouvons bifurquer et faire le 200km. Vu le niveau de la course, je ne me fais pas prier. Nous serons une douzaine à choisir cette distance. Je repars

donc vers 15h et j'atteins bientôt un col à 2 600m d'où l'on aperçoit l'Hermitage du père de Foucault. Alors que la lumière devient rasante, je descends dans la Guelta bordée de dômes volcaniques qui flambent au coucher du soleil. Ici, tout est beau. On en oublierait même les difficultés...

Hallucinations nocturnes

La nuit tombe, j'attaque une longue montée et voici que j'ai des hallucinations pour la première fois de ma vie. Tous les rochers deviennent des structures gonflables en textile, les montagnes sont des

sculptures monumentales, soudain je marche sur l'eau, je crois voir des Touaregs, des centaines de verres de bière envahissent le chemin. Cela va durer plus d'une heure... jusqu'à ce que Cécile (surnommée Barbie) et Thomas ne me rattrapent et me sortent de mes délires.

J'ai du mal à m'accrocher à eux. J'entame une marche forcée sur des pistes défoncées aux pentes vertigineuses. Ça se terminera par 10km de sable. Je me perds à deux reprises puis j'arrive enfin à minuit au bivouac où je comme toujours l'accueil est chaleureux. On se sent attendu ! Je sombre ensuite dans le sommeil jusqu'à 6h30 du matin. Ce n'est pas aujourd'hui que je vais faire un podium !

J'entame ensuite une marche forcée sur des pistes défoncées aux pentes vertigineuses, avant d'enfiler 10km de sable. Je me perds à deux reprises puis j'arrive enfin à minuit au bivouac où je comme toujours l'accueil est très chaleureux.

17 mars. Après un café et quelques heures de sommeil, je retrouve la forme. Je laisse derrière moi les aiguilles de la chaîne de l'Assekrem et traverse le gros village d'Illeman puis ses jardins qui s'étirent le long de la vallée. De nombreuses femmes au travail dans les champs me saluent. C'est très bucolique. La piste volcanique reprend et David m'attend au sommet d'une côte avec une bonne soupe (km 170). C'est bon, je sens la fin proche. Même si j'ai des problèmes pour m'alimenter, je sais depuis ce matin que je vais terminer ! A 11h, je repars sur une piste monotone en pleine chaleur. Par paliers successifs, la piste descend à travers des montagnes de laves noires. J'en profite pour courir le plus vite possible en me laissant aller.

Le village de Tamghart annonce l'entrée de l'ultime Oued. Je débute en courant, mais la chaleur est terrible. Un vrai four ! L'oued se transforme bientôt en canyon et je vais mettre 2h pour faire ces 7 derniers kilomètres dans le sable mou. Je crois toujours être arrivé. J'ai l'impression de tourner en rond ! Je n'ai plus d'eau ! Je vais craquer avant la fin ?

Ouf. J'aperçois des 4x4 et des tentes ! Quand je franchis la ligne d'arrivée une quinzaine de coureurs m'entourent et m'applaudissent. Ils sont géniaux ! J'ai terminé le 200km en 56h, et je suis heureux. Le cadre du bivouac est extraordinaire, on croirait un décor de film. Mouloude le cuisinier, un colosse me prend par la main. Je m'allonge à l'ombre d'un acacia, et il m'apporte une omelette-frites. Non, ce n'est pas une hallucination ! C'était la course la plus dingue que j'ai jamais faite ! Dingue par son côté extrême et dingue pour son ambiance et la solidarité entre les coureurs.