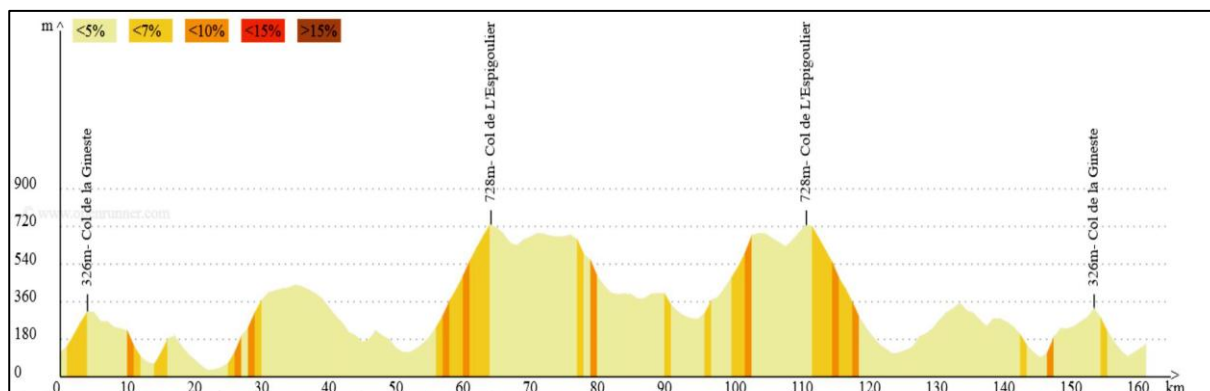


Le TEAM CVC aux bosses du 13

Nous étions quatre à Marseille pour cette cyclosportive qui clôture traditionnellement notre saison : Didier, Gilles, Jean-Louis et Jean-Marc. Comme d'habitude, nous avons choisi le grand parcours parmi les trois parcours proposés : 94, 136 et 164 kilomètres. Les parcours de 136 et 164 ont le départ et les 56 premiers kilomètres communs. Le choix s'opère à Géménos, avec une double ascension de l'Espigoulier pour le grand parcours.

Les bosses du 13 – 164 km – 2850m de D+



Les classements

Scratch	Nom	Prénom	Temps	Vit/ moy	cat	Place Cat
26	ROLLAND	JEAN-MARC	05:11:27	31,6	E	1
79	PUECH	GILLES	05:38:55	29,0	D	15
102	PLET	DIDIER	05:51:17	28,0	D	25
159	BRUNET	JEAN-LOUIS	06:23:09	25,7	C	56

Nous sommes de bonne heure sur le site de départ pour un bon échauffement et surtout pour être tôt dans les sas de départ afin de ne pas démarrer en queue de peloton. Il fait doux et la journée s'annonce radieuse : soleil, chaleur et surtout routes sèches. L'an passé, après l'échauffement, on avait déjà les chaussures pleines d'eau glacée, ça plombait un peu l'ambiance et la tension était nettement perceptible. Cette année, c'est optimisme à tous les étages.

Le rassemblement des coureurs des deux parcours remplit copieusement les sas. A 7 heures 50, tout ce monde est lâché pour rejoindre la ligne de départ réelle installée deux kilomètres plus loin, à Vaufrèges, au pied de la Gineste. Ces deux kilomètres sont un long sprint pour rejoindre Vaufrèges et profiter d'une bonne position au coup de canon.

C'est parti, directement dans la pente, les quatre premiers kilomètres sont à 5%. D'emblée, il faut se mettre à la planche et ne pas chercher à gérer quoi que ce soit, il faut rester devant sous peine de ne plus revenir. Les cinquante-six premiers kilomètres sont de toute manière compliqués pour ceux qui se destinent au grand parcours parce qu'il est impossible de savoir quels sont les coureurs qui bifurqueront sur le 136 et qui peuvent donc attaquer un peu plus fort cette première partie qui comporte déjà trois belles bosses : la Gineste, le Pas de Belle fille et le Grand Caunet.

Les premiers pelotons restent relativement compacts, les candidats aux premières places au scratch vont tout de même accélérer franchement dans la montée du Grand Caunet et provoquer quelques cassures.

Je passe bien cette partie, Gilles et Didier sont un peu plus loin, à six minutes. Ils ont franchi les premières difficultés ensemble. Cette fois-ci, Gilles a sprinté au départ pour se placer au pied de la première montée et rester au contact. Dans la montée du Grand Caunet, Didier commence à être un peu moins bien, il peine

à suivre Gilles qui est en bonne forme et il accusera 35 secondes de retard sur lui avant de basculer vers Géménos.

A Géménos, les parcours se séparent et c'est le moment d'établir un premier bilan. Mon groupe est encore important avec une vingtaine d'unités. La première montée de l'Espigoulier est longue d'une dizaine de kilomètres. Dans un premier temps, le train est relativement prudent, tout le monde a besoin de récupérer de la première partie et des nombreuses incursions en zone rouge. Je reste devant pour ne pas me faire surprendre par une accélération. De fait, elle a bien lieu deux kilomètres avant le sommet. L'homme de tête accélère imperceptiblement. Je reste dans sa roue avec un autre concurrent et, derrière ça décroche. On franchit le sommet à trois avec quelques longueurs d'avance. On sera rejoints par trois autres dans la descente et on va désormais rouler à six puis à huit en reprenant deux autres gars qui étaient aux avant-postes et ont laissé filer leur groupe. Je suis accompagné par deux concurrents de ma catégorie qui étaient avec moi sur le podium de la Lapébie et un coureur du team Vélo 101 qui a l'air d'être un sacré descendeur. La course tactique commence.

Gilles poursuit son effort et franchit l'Espigoulier huit minutes après moi et cinq devant Didier qui n'est pas dans un bon jour. Une longue boucle qui passe par Nans-les-Pins et le Golf de la Sainte-Beaume, nous mène à Saint-Zacharie au pied de la seconde ascension de l'Espigoulier par une autre face. Les premiers kilomètres sont émaillés de raidillons à plus de 10%. Ils sont courts mais cassent bien le rythme alors que la fin de l'ascension est roulante.

Au sommet de l'Espigoulier, il reste cinquante kilomètres pour rejoindre l'arrivée et, à l'entame de ces cinquante kilomètres, une descente d'une dizaine de kilomètres, rapide et technique avec de nombreux virages en épingle. Le coureur du Team vélo 101 fait la descente à bloc et relance fort après chaque épingle. Je suis calé dans sa roue et je profite de sa connaissance du parcours. Virage après virage, on prend du champ, derrière ils ne suivent pas le rythme. Au pied de la descente, on se met d'accord pour rouler à bloc en prenant des courts relais ; il y a un coup à jouer. On enchaine avec la montée du col de l'Ange et la descente qui suit, faite à bloc elle aussi, sans voir revenir les autres.

Gilles n'amuse pas le terrain lui non plus, il franchit le col de l'Ange vingt minutes plus tard tandis que Didier continue à perdre un peu de terrain, il est à présent à 13 minutes de Gilles. A partir du sommet du col de l'Ange, il commence à reprendre des couleurs et, sur les trente kilomètres restant jusqu'à l'arrivée, il parvient à stabiliser son retard sur Gilles et à lui récupérer une minute et vingt secondes.

Au pied de la Gineste, mon compagnon de route m'indique qu'il a un coup de moins bien et que je ne dois pas l'attendre. Il reste une montée de huit kilomètres avec un peu de vent de face, la descente vers Luminy et la dernière bosse de trois kilomètres pour grimper jusqu'à la ligne d'arrivée. Je roule en mode contre la montre puisque je suis dorénavant seul. Je franchis la ligne une minute et demi devant le coureur du Team vélo 101 et mon groupe arrive avec un débours de cinq minutes. Je suis premier de ma catégorie et je fais un joli scratch. Ce fut une journée consistante : pas de problème mécanique, les jambes qui répondent et la chance indispensable pour éviter les obstacles et les pièges de la course.

Gilles arrive après vingt-huit minutes pour une belle place au scratch, Didier est à quarante minutes, douze minutes derrière Gilles ; il a perdu beaucoup de temps lorsqu'il a eu sa baisse inhabituelle de régime.

Jean-Louis boucle le parcours en six heures et vingt-trois minutes, de quoi lui donner soif. On se retrouve autour d'une bonne bière fraîche pour partager un moment de détente bien mérité et trinquer à la saison qui s'achève bien pour tous : pas de casse et pas de bobos, c'est l'essentiel.