

Paris-Brest-Paris (PBP) a lieu tous les 4 ans. Cela ne m'empêche pas d'y penser souvent, surtout depuis ma déconvenue de 2015 (abandon à 100 km du but). Mais cet échec ne m'a ni découragé, ni démotivé.

En 2016 et 2017 j'ai fait quelques Brevets Randonneurs Mondiaux (BRM) de 200 et 300 km. En 2018, j'allonge un peu la gamme en poussant jusqu'au 400 km, et en juillet je participe à Bruxelles-Strasbourg-Bruxelles, brevet de 1200 km à effectuer dans le temps maximum de 90 heures, comme PBP. Réalisé pendant la canicule en compagnie de Michel Bouchard, ce brevet organisé en 4 étapes par le club Aurore cyclo St Gilles d'Anderlecht (Belgique), a encore étoffé mon expérience de la longue distance. Sa réalisation m'a aussi autorisé à me pré-inscrire à PBP au mois de janvier 2019. Mais avant cela, j'avais dès le mois de novembre 2018 réservé 2 chambres dans un hôtel à Sizun, entre Brest et Carhaix. En effet, au cas où je serais au départ de PBP, je prévoyais de faire une pause confortable après 650 km.

Même pré-inscrit dès janvier, il me faut comme tous les candidats réaliser la série des brevets qualificatifs (200, 300, 400 et 600 km) entre mars et juin. Ce passage obligé permet de se préparer à de longues heures de selle, et aussi de se confronter à des situations encore jamais rencontrées. Lors des 200, 300 et 400 km la météo avait été plutôt maussade, pluvieuse et froide. Changement radical pour le BRM de 600 km réalisé début juin à Noisiel : ce sera un temps très chaud auquel nous ne sommes pas encore habitués. Avec des conséquences sur l'organisme : difficultés voire impossibilité de m'alimenter après 250 km. Mais là encore, ce brevet terminé me motive car je réussis à surpasser ces difficultés. Je sais qu'il est possible de rouler en mode « économie d'énergie », et qu'après quelque temps les problèmes digestifs finissent par passer. Ma série de brevets qualificatifs étant complète, je peux donc transformer ma pré-inscription en inscription. Pour entretenir ma condition physique jusqu'au 18 août, le séjour cyclo à Nant (Aveyron) sera bénéfique, ainsi qu'un autre 1200 km, début juillet. Organisation d'un club belge, ce brevet Herentals-Cosne sur Loire-Herentals se déroule en 4 étapes dans le temps maxi de 90 heures. Là encore accompagné de Michel Bouchard, tout se passe correctement. Après cela, je n'ai plus qu'à entretenir la forme et attendre patiemment le 18 août.

PBP est une épreuve très bien organisée, le parcours est très bien fléché, les points de contrôle/ravitaillement espacés de 90 km environ. Il y a aussi bien d'autres points de restauration et de boissons installés par des particuliers et des associations dans les villages traversés, particulièrement à partir de Villaines la Juhel (Mayenne). De jour comme de nuit, il est donc possible de s'hydrater, de manger et de dormir, ou tenter de le faire aux points de contrôle officiels.

Dès lors, pourquoi participer avec une équipe d'assistance ? Principalement pour le confort, la sérénité que cela apporte. Parcourir 1200 km sur un vélo léger, sans transporter un sac rempli de vêtements de rechange, savoir qu'à chaque arrêt il sera possible d'avoir des bidons préparés, est un petit plus. Ce n'est pas indispensable, nombreux sont les participants à ne pas avoir d'assistance. Quand cette assistance est composée d'amis qui spontanément ont proposé leur aide, c'est un grand plus, un signe qui renforce la confiance en soi. C'est aussi une source de motivation supplémentaire. Gilbert Riou et Bernard Dauger seront mes deux accompagnateurs pendant ce PBP. Je connais et apprécie Gilbert depuis mon adhésion au cyclo-club de Croissy, il y a bientôt 30 ans. J'ai fait la connaissance de Bernard Dauger (que j'apprécie tout autant) en 1987. Je suis alors adhérent du

défunt club « Amicale Cyclo du Vésinet ». Le PBP part cette année-là de Rueil, l'avant dernier contrôle se tient à Bellême (Orne). J'y arrive quand Bernard s'apprête à en partir.

Retour en 2019 : samedi 17 août à Rambouillet pour le contrôle des vélos et le retrait des documents. Sous une pluie battante, une longue file d'attente composée de piétons un vélo à la main progresse très lentement vers un chapiteau où seront contrôlés les vélos (éclairage et état général). Je repère quelques connaissances, dont Joël Gaborit (rencontré pendant les BRM en 1987). Il officie au contrôle, qui ne sera qu'une formalité dans mon cas. Ensuite, retrait des documents et retour à la maison (en voiture).

La météo prévoit de la pluie jusqu'à la mi-journée dimanche, ainsi que du vent de sud-ouest assez fort. Le temps sera conforme à cette prévision.

Dimanche 19 août, je me gare dans le parc de la Bergerie Nationale. Il est 14 heures, plus que 2 heures avant le départ. Christiane et Alain Thibault me retrouvent pour une séance interview, Régine et Jean-Marie Charles assistent aux départs. Une foule conséquente est présente, composée de spectateurs et des cyclos qui partiront ensuite. Je rejoins le sas de départ peu après 15 h, reconnais et salue quelques cyclos rencontrés au cours des BRM qualificatifs. Premier coup de tampon sur le carnet de route, et dernières minutes d'attente.

A 16h03 nous sommes libérés, et le premier peloton de ce 19^e PBP prend le départ. Toujours stressant, car malgré une voiture qui régule l'allure pendant les premiers kilomètres de nombreux participants remontent en roulant à gauche... Ne voulant pas jouer des coudes ni prendre de risques, je me trouve vite relégué vers la fin du groupe. L'allure s'accélère encore quand la voiture ouvreuse s'en va. Le fort vent de côté incite à créer des bordures, et les 2 voies de circulation sont souvent occupées, alors que nous ne sommes pas sur une route fermée. Que de risques pris et d'efforts inutiles dès les premiers kilomètres. Enfin, la côte à la sortie de Nogent le Roi fractionnera le peloton en petits groupes, rendant la progression plus sûre, mais bien lente en raison du vent. Je n'ai jamais vu autant de chutes au départ que cette année. Cette constatation sera partagée par d'autres habitués. La plus importante, dont je me suis sorti indemne après une grosse frayeur est intervenue vers Senonches. Nous sommes environ 70 à rouler à peu près à droite, quand le premier groupe de la seconde vague, parti 15 minutes derrière nous nous dépasse. En roulant complètement à gauche sur une route de campagne étroite, alors qu'arrivent des véhicules en face ! D'où une chute collective et massive. Ayant réussi à m'arrêter sans heurter ni être heurté, je repars sans me préoccuper de quiconque, mais pas sans proférer quelques jurons aux crétins (ir)-responsables de la chute. A Longny au Perche les premières difficultés du parcours calmeront beaucoup de monde.

J'arrive à Mortagne au Perche sans encombre, retrouve Bernard et Gilbert. 2 bidons, un peu de nourriture, je mets mon gilet rétro-réfléchissant car la nuit est proche et repars seul direction Villaines la Juhel. Un petit groupe se formera peu après, je resterai dans les roues la plupart du temps. Le vent tarde à faiblir et je ne veux pas faire trop d'efforts. Je sais d'expérience qu'il faut ne pas gaspiller ses forces. A Villaines la Juhel, mes 2 accompagnateurs m'attendent avant le site de contrôle auquel ils n'ont pas accès. Je me restaure donc avant d'aller pointer. Ensuite je repars seul. C'est quasiment le cas à chaque contrôle : il ne faut pas attendre un hypothétique peloton, mieux vaut ne pas perdre de temps. Je serai rejoint par un petit groupe, mais assez rapidement je le laisserai partir, l'allure ne me convenant pas. La température a considérablement chuté. J'arriverai seul à Fougères, où je ne rappelle plus ce que j'y ai fait à part pointer... Et d'où je repars encore une

fois seul. Un quart du parcours a été fait, le plus facile. La fraîcheur nocturne me cause des problèmes de digestion, j'arriverai à Tinténiac à petite vitesse. Après un passage aux toilettes, je m'efforcerai de déjeuner. Il faut prendre des calories, l'entrée en Bretagne marque le début des difficultés, dont la côte de Bécherel visible de loin grâce à l'antenne implantée au sommet. Je poursuis ma route, réconforté par le fait que mon estomac fonctionne de nouveau bien. A Loudéac, le rituel se répète : passage sur la ligne de contrôle électronique, garage du vélo dans le parc, pointage du carnet de route, et direction le restaurant. J'ai pris le départ avec la première vague des 80 heures, il n'y a aucune affluence et nous pouvons donc nous restaurer, mes « anges gardiens » et moi, aux contrôles sans perte de temps. Il en sera de même à chaque point de contrôle, la nourriture proposée est variée et une petite pause restaurant n'est pas superflue.

Le tronçon Loudéac-Carhaix-Brest n'est qu'une succession de côtes, qu'il faut aborder en s'efforçant de ne pas s'épuiser. Plus de pelotons, je roulerai le plus souvent seul, dépassé par quelques plus rapides, doublant de temps à autre un plus lent. C'est pour moi la meilleure façon de rouler, je ne subis pas un rythme qui ne me conviendrait pas. Le vent d'ouest est toujours présent, mais la perspective de virer à Brest le rend supportable.

Au moment où j'écris ces lignes, un mois s'est écoulé depuis PBP. Et je me rends compte que je n'ai que quelques souvenirs des différents arrêts ou du parcours. Pas beaucoup d'anecdotes non plus. Enfin Brest, j'y arrive après une traversée urbaine un peu pénible, à part l'entrée par le pont Albert Louppe qui donne un très beau point de vue maritime. Au contrôle, mes deux accompagnateurs Gilbert et Bernard sont en compagnie de Jean-Pierre Leroy, ex-Croissillon retourné en Bretagne y passer la retraite. Il était déjà présent au contrôle il y a quatre ans. Mais le temps passe, il me tarde d'arriver à Sizun où nous passerons une nuit réparatrice à l'hôtel des voyageurs.

Mardi matin, à 7h45 je suis prêt à repartir bien reposé. A peine remonté sur mon vélo, je me rends compte que tout ne va pas très bien. Je penche légèrement du côté droit. Ce problème, je le rencontre désormais sur chaque brevet après 500 km environ. Le haut du corps se décale, sans que je puisse l'en empêcher. Cela a commencé la veille après Carhaix. Lors du BRM 600 en juin, c'était le cas. De même lors des 1200 pourtant effectués en 4 étapes. Mais bon, je sais aussi que cela ne m'empêche pas de pédaler.

Je repars donc vers Carhaix. Devant l'hôtel un grand nombre de cyclos se restaurent dans les cafés locaux. La plupart d'entre eux sont direction Brest, habillés de tenues d'hiver. La nuit a dû être très fraîche, j'en aurai la confirmation en traversant des nappes de brouillard après le roc Trévezel. A l'entrée de Carhaix, Bernard et Gilbert m'attendent en ville en nous prenons un café avant que j'aille pointer. Je repars aussitôt vers Loudéac. Ce tronçon est nouveau, les organisateurs ont modifié le parcours pour éviter le croisement entre ceux qui sont direction Paris et ceux qui vont vers Brest. Bonne idée, c'est plus sûr et confortable. Par contre ce n'est qu'une succession de bosses, avec des passages fréquents à 10%. C'est dans l'une d'entre elles que je rejoins Patrick Vimont, sarthois habitué de notre séjour cyclo. Il est parti après moi de Rambouillet (plaque n°P196), et s'est arrêté moins longtemps. Nous échangeons quelques mots et je poursuis ma route, nous nous retrouverons à Loudéac. Il est temps de déjeuner, et la spécialité locale galette-saucisse + barquette de frites me tente ainsi que Gilbert et Bernard. Plat roboratif, mais il faut des calories pour les quelques 450 km restants. Après Loudéac, les difficultés seront moins importantes, mais la fatigue des kilomètres déjà effectués s'accumule. De nouveau la côte de Bécherel et son antenne, puis le contrôle de Tinténiac.

Passage au restaurant et direction Fougères. A l'entrée du site de contrôle, je croise Franck Bayle. Il s'apprête à repartir. Nous prenons le temps de parler un peu. Parti de Rambouillet 30 minutes après moi (plaque n°C228), il a très peu dormi. Après cette brève rencontre, je pointe, me restaure et m'habille pour la nuit. Je repars un peu après 21 heures, l'obscurité arrive.

Quelques kilomètres plus loin je rejoins un cyclo dont le comportement m'inquiète beaucoup. Il va de gauche à droite sur les 2 files de circulation, ne semble plus maîtriser ses trajectoires. Je décide de rester derrière lui, n'osant le doubler tant il semble imprévisible. Je l'interpelle en français, aucune réaction. En anglais, pas mieux. A l'entrée d'un village, je réussis à le dépasser. Dans une montée se tient une buvette improvisée par les habitants. Je leur signale son comportement dangereux et leur demande de l'arrêter. Ce qu'ils feront. Je fais aussi une pause, et tente de faire comprendre à ce cyclo qu'il devrait dormir. Il est chinois, ne parle ni français ni anglais. Par geste, je lui explique qu'il doit se reposer. Il acquiesce et est pris en charge par un des habitants qui le conduira chez lui. Après un café offert en remerciement de mon intervention, je repars dans la nuit. Presque aucun trafic routier, si ce n'est des camions. Leur comportement est à souligner : ils feront très attention lors des dépassements à s'écarter au maximum. La nuit étoilée est aussi très fraîche. Cela évite la somnolence, et de fait je n'aurai pas envie de dormir. Arrivé à Villaines la Juhel à 2 heures du matin, il y a encore un peu de monde dans la rue. Après le pointage, direction le restaurant. Nous aurons la bonne surprise d'y retrouver deux cyclos du CT Maurepas, qui font l'assistance de Gilles Dusson (plaque n°X292).

Les kilomètres défilent, certes lentement mais avec régularité. L'habitude de rouler seul et longtemps fait que je ne m'ennuie pas. L'esprit vagabonde, et viennent parfois de curieuses réflexions. En Bretagne il y a beaucoup d'élevages porcins, l'odeur du lisier est très présente voire inconfortable. Vers St Méen le Grand (pays de Christiane Thibault et Louison Bobet) le parcours traverse le village de Loscouët sur Meu. Je me suis demandé s'il y avait beaucoup d'élevage bovins dans ce village....C'est aux contrôles que l'on rencontre le plus de participants, pause restauration oblige. Ainsi, à Fougères un cyclo Russe est là. Quelques mots sont échangés. Il nous précise qu'il vient de Rostov sur le Don, et ajoute : Cosaque ! A Villaines, ce sont 2 randonneurs Ukrainiens. Hasard ou géopolitique, ils ne roulent pas avec le Cosaque !

Ces petites blagues ne font pas passer le mal de dos qui s'installe, et bien qu'il fasse nuit, je remarque que je suis de plus en plus tordu sur mon vélo. Le torse penche à droite, et le vélo à gauche. Mais l'ensemble va droit, les trajectoires sont sûres et maîtrisées fort heureusement. Le jour se lève un peu avant d'arriver à Mortagne au Perche. Je me restaure non pas de boudin (spécialité locale), mais d'un petit déjeuner. Et c'est reparti. Ma vitesse de progression étant de plus en plus lente l'heure d'arrivée estimée se décale progressivement. Après Longny au Perche, les difficultés sont quasi terminées, mais mon mal de dos devient très pénible. Je dois faire de fréquents arrêts pour tenter de soulager cette douleur. Mais la volonté d'en terminer est très présente, surtout quand je dépasse Neuilly sur Eure où j'avais abandonné il y a 4 ans. Enfin, Dreux. En plus de Bernard et Gilbert mes patients accompagnateurs, je retrouve Christiane et Alain Thibault qui m'escorteront jusqu'à l'arrivée. Richard Merceron les avait accompagnés mais a dû repartir en raison de mon arrivée un peu tardive.

Jamais dans mes souvenirs cyclistes je ne trouve une moyenne aussi lente que sur ces 44 ultimes kilomètres presque plats ! Aux carrefours, Christiane va devant et me signale si je peux passer sans

m'arrêter. Alain roule à mes côtés, sans s'impatienter malgré ma lenteur. Je ferai un arrêt quasiment tous les 10 km ! Enfin, l'entrée de Rambouillet. Alain part devant, Christiane se laisse décrocher à l'arrière, je fais ces derniers hectomètres seul avec l'émotion d'en terminer.

Une fois le tapis de pointage passé, je mets pied à terre. Je serai incapable de faire en pédalant les quelques décamètres pour rejoindre le parc à vélos. Je marcherai donc, en me servant du vélo comme déambulateur ! Régine et Jean-Marie Charles ainsi que Yves Schneider ont eu la patience d'attendre et m'accueillent très chaleureusement. L'ultime formalité est le coup de tampon sur le carnet de route. Régine m'accompagne et me permet de marcher à peu près droit. Après vérification qu'il ne manque aucun tampon, que je n'ai pas de pénalité, je reçois ma médaille de PBP 2019 ! Je rejoins lentement un petit vélum où seront débouchées et partagées quelques bouteilles de vin pétillant. Avant ces libations, j'ai téléphoné à Viviane, mon épouse et première supportrice qui bien qu'absente s'est constamment tenue informée de ma progression.

Que ce soit avant le départ, pendant cette randonnée et bien sûr après, j'ai reçu de nombreux encouragements et félicitations de la part de membres du Cyclo-Club de Croissy. Je leur renouvelle mes remerciements.

Gilbert et Bernard, Bernard et Gilbert, merci encore d'avoir consacré trois journées de votre temps à m'accompagner. Vous m'avez soutenu et encouragé, vous avez votre part dans la réussite de ce PBP.

Bien fatigué, il me faudra environ deux semaines pour retrouver une stature parfaitement verticale. A la lecture d'autres récits de participants, et au vu de photos je me rends compte que cela est finalement assez fréquent. Maintenant, je vais essayer de trouver l'origine de ce penchant, car je ne suis pas encore sevré de randonnées de longue distance.

Alain Cornet, plaque n°A 006.

