



Retour en quelques mots sur notre dernière aventure du 20 octobre 2017. Le raid des bogomiles. Cécile portera le dossard 1109 et moi le 1108.

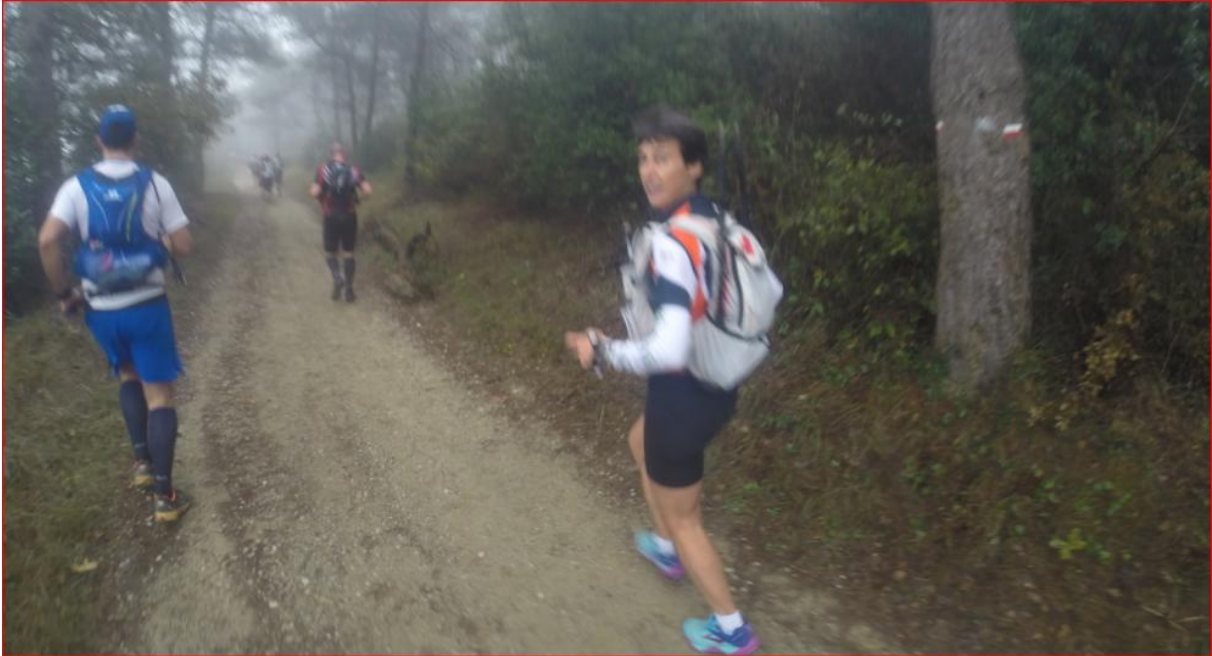


Le road book affiche 105 km pour 4432m+ Nous aurons 107km au gps.





Le départ approche, les sourires sont de mises. Nous prenons le départ sans pression pour une petite balade. Le temps est couvert mais idéal pour courir. Nous rejoignons le sas de départ en compagnie de nos amis choletais. Le départ est donné Cité de Carcassonne porte de Narbonne.



Les premiers km sont plutôt roulants. Mise en route idéale.



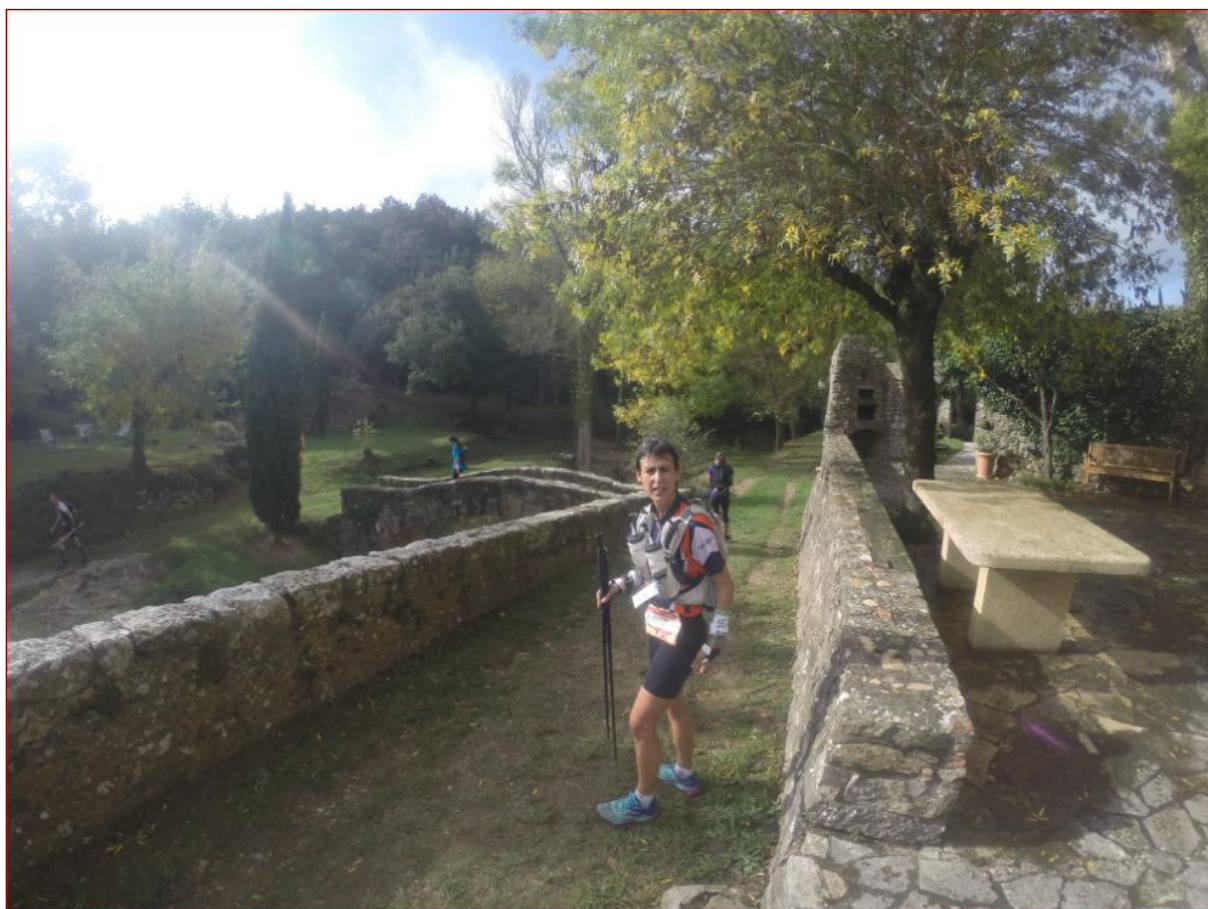
Les premières difficultés apparaissent, après le 8<sup>ième</sup> nous sortons les bâtons. Il ne nous quitterons plus.



**GRC** Grand Raid des Cathares

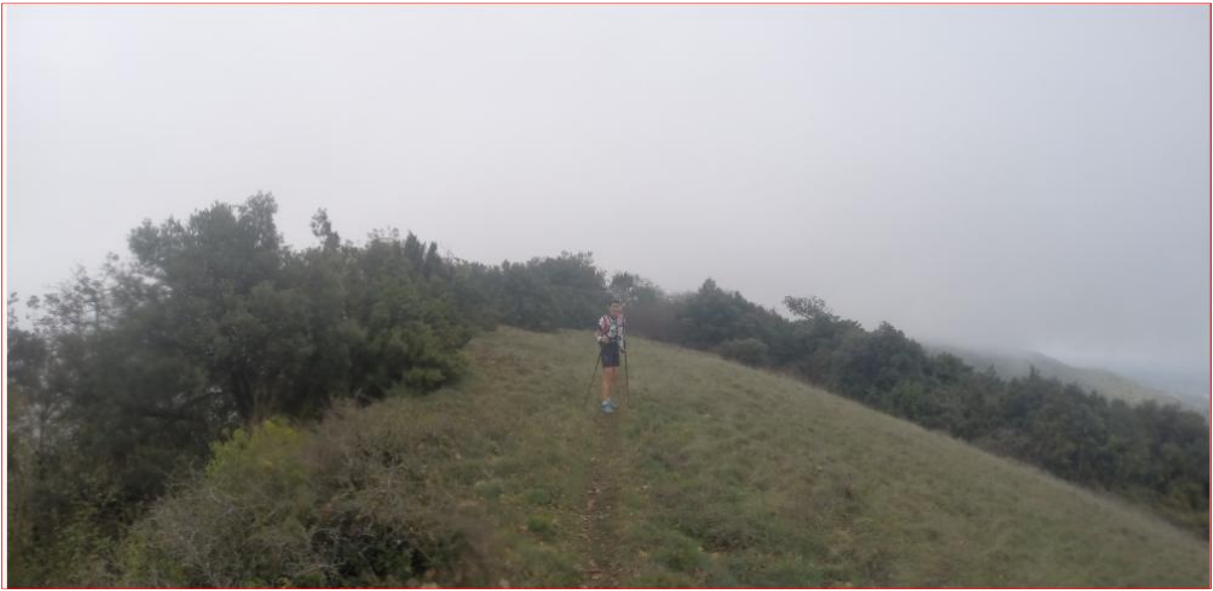


Le temps reste couvert. Première descente, le terrain est glissant la prudence est de mise. Les sensations sont plutôt bonnes.



Second ravitaillement 18<sup>ème</sup> km dans un joli petit hameau restauré « Molière sur l'Alberte ». Au pied de la première vraie difficulté, montée à quatre pattes pour les coureurs sans bâtons. Malgré tout, les paysages restent magnifiques.





Nous prenons la direction de la base de vie 49<sup>ème</sup> km « Château d'Arques ». Après un premier passage à proximité, nous le laissons sur notre droite pour effectuer une boucle d'environ 3 km avant d'y revenir. Cette petite boucle entrainera une petite confusion chez certains coureurs persuadés d'une erreur de balisage. Nous prenons une petite soupe et quelques morceaux de jambon+ banane.



Nous récupérons les lampes et notre tenue chaude en prévision de la nuit. Tenue que nous n'utiliserons finalement pas en raison de la douceur de la météo.

Après une pause d'une vingtaine de minutes, nous repartons en direction de « Villardabelle » Km 63. Nous courons quelques mètres en compagnie de la 1<sup>ère</sup> féminine du raid 174 km parti la veille à 17h30. Son physique était largement entamé mais elle montrait un mental d'enfer. Rapidement, nous nous retrouvons seul. Nous traversons des parties privées avec des franchissements de clôture à l'aide d'escabeau. Nous retrouvons notre petit supporter. Un petit garçon qui suivait son papa coureur. Le ravitaillement ne doit pas être bien loin.

Ravitaillement : le régime est identique : soupe, jambon et banane accompagnés d'une petite musique de Jean Ferrat. La nuit commence à tomber.

Il nous faut sortir les lampes. Nous reprenons notre route, les jambes sont toujours là.

10 kms à faire en direction de « Greffeil ». Nous courons dans une nuit noire, tout en restant très attentif, le balisage étant quelquefois bien mal placé.

« Greffeil » est en vue, nous nous posons plus longtemps et prenons le temps de profiter de la soupe « fait maison ».

C'est reparti, nous reprenons dès la sortie une montée raide d'environ 2 kms. Nous apercevons quelques lucioles dans la nuit. Nous basculons ensuite dans une descente très technique. Malgré notre prudence, Cécile chute sur un bloc rocheux humide. Pas de bobo, matériel ok, nous reprenons la route. Nous enchaînons montée descente sur des singles jusqu'à « Villefloure » kms 88. Feux de bois, vuvuzela pour les supporters, petite tente pour les coureurs. Nous reprenons notre énième soupe de la journée avec banane pour recharger les batteries. Nous ne nous attarderons pas, la tente étant exigüe.

Notre petit supporter, toujours debout, nous donne rendez-vous à Carcassonne. Nous ne le reverrons pas. Reprise des singles sur 8 kms bordé de « fragonettes » en direction de Montjause-Palaja km 94. Revoilà, notre Mozart de la vuvuzela, désolé je ne supporte plus son concert. Bref arrêt, petite boisson nous repartons direction Carcassonne. Notre retrouvons des portions plus roulantes. Les jambes sont lourdes, nous alternons marche rapide et trot. Il n'y a plus de réelles difficultés, mais les faux-plats montants sont devenu de réelles côtes. Toujours pas de Carcassonne en vue. Cécile, après être tombée en panne de GPS vers 23 h00, subit le même sort avec l'éclairage avant et le feu rouge arrière. Nous finirons avec mon unique éclairage. Au détour de 2 ou 3 virages du Chemin des Anglais, nous pénétrons dans la Cité Médiévale, pour en ressortir quelques hectomètres plus loin par la porte de l'Aude. Petite descente pavée vers le vieux pont médiéval avant d'en finir heureux, direction la salle du Dôme lieu d'arrivée.

Nous savourons les derniers mètres, heureux d'avoir terminé cette belle balade en 17h31'45 ". Une première pour moi, pour un ultra de plus de cent kilomètres. Une ligne de plus pour Cécile après son GRP 120.



Il est maintenant temps d'aller dormir, comme l'indique le verso du dossard, mais avant, une petite trotte de 30 minutes de marche en guise de récup vers l'hôtel.

