

Eric Thursch licencié AC Auch champion d'Occitanie

24h00 de course non stop



Eric Thursch licencié AC Auch champion d'Occitanie

Eric THURSCH licencié AC Auch était aux 24h00 du confluent samedi 1er avril. Voici son récit de l'aventure telle qu'il l'a vécue

4^{ème} au scratch, avec 195 km, et à 100 m du 3^{ème}, Champion Occitanie 24 h, 3^{ème} M3, mais récompensé 1^{er}

"And I ran, I just ran, I ran all night and day"

C'est le 5^{ème} 24 h, et le côté exceptionnel de ce type de course n'est plus tout à fait le même. Il n'empêche que c'est tout de même une sacrée table à secousses, un passage des quadriceps à l'attendrisseur et une certitude : quelle que soit l'endurance du coureur, au bout de x heures personne ne peut continuer - du fait de la casse musculaire et de la fatigue- à courir sous x avec efficacité. Si on ne se contente pas de finir honorablement mais que l'on cherche son record personnel, il faut explorer la meilleure tactique possible, la plus intelligente et sophistiquée possible, un savant compromis pour optimiser sa vitesse de course en fonction du temps, et les pauses éventuelles.

En toute modestie, et après bien des réflexions et computations, j'ai trouvé : t'arrête pas !

Il y a souvent un fossé considérable entre une gestion idéale de la course et sa réalisation.

K-way canem

Les conditions météo sont devenues très éprouvantes : grosses averses, rafales de vent particulièrement froid. C'est embêtant quand sa veste imperméable (collector du championnat de France Albi 2015 qui plus est) disparaît du stand. Bref, j'ai couru trempé une bonne partie de la course, en particulier la nuit : un bonheur, par rapport aux deux 24 h que j'ai couru sous des chaleurs terribles, avec plus de 29 ° dans la journée. C'est terrible quand il faut sourire aux photographes (surtout Dominique, avec son gros objectif)

Rien ne sert de courir, si tu t'arrêtes souvent ..

Comme d'habitude, je n'ai personne pour me dorloter sur mon stand, m'indiquer si je dois ralentir ou non, ou en sont mes concurrents. et surtout me préparer ma boisson, ou des aliments : donc ravitaillement général pour la boisson. Or, le ravitaillement général à Portet est organisé plus pour les marcheurs que les coureurs, avec obligation de s'arrêter pour utiliser un gobelet recyclable, qui est rempli à chaque tour par un bénévole. Il faut boire un grand gobelet d'un coup (liquide glacé car dans toute course qui se respecte, les organisateurs cherchent à vous tordre les boyaux, ça a fonctionné à plein pour moi vers 19 h); il faut reposer le gobelet jetable, et signaler au bénévole la boisson choisie au tour suivant, sinon le gobelet est vide au prochain arrêt. donc j'ai indiqué consciencieusement ma boisson qui n'a pas changé en 24 h, hélas ! cela est arrivé plusieurs fois, dont trois fois de suite. Bizarre comme un simple verre vide peut faire monter l'adrénaline, tout à coup..)

Pour me réchauffer pendant la nuit, j'ai demandé de la soupe : nécessité d'attendre, le ventre se réchauffe, mais le corps se refroidit : trop loin de mon stand pour avoir une couverture ! Reprendre un rythme de course après ces arrêts est particulièrement éprouvant car on sent alors vraiment ce qui se passe dans les jambes. Pour les dernières heures, j'ai préféré quasiment ne pas m'arrêter, même pas pour boire.

Quand on est cuit, on peut encore en demander.

Les encouragements des gersois sur le circuit sont chaleureux. A environ 23 h de course, je trotte gentiment en pensant au bonheur qui m'attend bientôt, satisfait de ma 4^{ème} place au scratch, et d'un titre vraisemblable de champion d'Occitanie. Je suis déçu de ma performance kilométrique. A mi-course, j'étais sur une base de 200 km (c'est curieux, cette fascination imbécile qu'ont les coureurs, matheux ou non, pour les chiffres ronds) et là, c'est le drame : on m'annonce que le troisième est à 1 km devant moi, que je vais plus vite, et que si je me bouge un peu, je vais le rattraper. Ni une ni deux, moins 20 secondes au km ! au dernier tour je le rattrape, mon Nicolas, et ses accompagnateurs le préviennent du mauvais tour que je veux lui jouer.

Sprint d'escargots

Et là, c'est un terrible mano a mano, je pense qu'il est cuit et je maintiens un train d'enfer, à 8.5 km/h et des poussières, mais il s'accroche. Je place deux accélérations terribles, peine perdue. c'est la fin de course, perte de lucidité, je manque de prendre la marque d'arrêt finale qu'on me tend, doit revenir pour la saisir et perd une vingtaine de mètres. Il me bat au finish, il l'a mérité ; je le retrouverai au championnat de France en octobre. C'est une bonne leçon: on peut toujours trouver des ressources, même si on se sent complètement carbonisé.

Ce qui est très beau dans le 24 h, c'est la fraternité entre coureur(se)s. C'est tellement intense et vrai qu'il ne peut pas en être autrement. Et pas de jalousie, la vraie récompense n'est pas la médaille ou la coupe, mais l'émotion de l'accomplissement de la course elle-même, quel que soit son niveau et le résultat. Et bon, après ça, si vous n'avez pas envie d'essayer, c'est que vous êtes vraiment trop raisonnable.



IMGP6130.jpg



IMGP5905.jpg



IMGP5954.jpg