

Sol invictus !

En ce dimanche 11 avril, il flotte sur la capitale un parfum de bien être. Longtemps nous avons dû composer avec les caprices d'un hiver si rude, si long. Il a rendu l'entraînement parfois détestable. Combien de tours ai-je passé sur l'ocre de la piste du vieux stade de l'Est à maugréer, engoncé dans mon coupe-vent, avant que le manque d'oxygène de mes exercices de vitesse et de résistance ne vienne mettre un terme à mes récriminations.

Mais en ce jour où nous abordons la dernière étape de notre périple, le soleil s'est enfin décidé à nous prodiguer ses faveurs. Il sont venus, ils sont tous (ou presque) là ... Près de 60 coureurs font dos à la Chambre de commerce de Paris et face aux appareils photos. Il faut dire que nous avons fière allure dans notre toute dernière tunique aux couleurs de l'ESCP et d'Autour des Williams.

8h25 ... La photo de famille est faite. La plupart des coureurs sont déjà partis rejoindre leur sas de départ. Nous sommes encore une dizaine, tendus comme des arcs autant qu'émus, à traîner sur le pavé du côté de la rue Balzac. C'est comme si nous voulions figer le temps, avant ce dernier départ. Soudain, un journaliste hirsute nous apostrophe caméra au poing. La mèche en bataille et le poil de barbe hirsute, il explique son retard par la maréchaussée abondante qui quadrille le quartier. Normal, serait-on tenté de lui répondre, c'est un jour de marathon ! Qu'importe, il est de France 3, et promis, juré, craché nous serons de l'édition nationale du 13 heures dominical. La gloire pour nous et la cause des Williams que Christophe défend avec la verve professorale qui le caractérise devant le micro du journaliste.

Arrivés sur les Champs notre petit groupe répond à l'appel de Christian pour former un cercle. On baisse la tête, on se tient par les épaules comme pour invoquer les dieux de la course autant que pour exorciser les démons de cette angoisse qui tend nos muscles et noue nos gorges. Le cri de guerre est lancé ... On s'enlace, on s'embrasse. On se souhaite bon courage, une dernière fois ... Une toute dernière fois au bout de cinq ans, de cinq marathons et des cinq villes européennes parcourues ... Madrid, Berlin, Turin, Londres, et dans quelques heures, la ville lumière, notre ville : Paris. Chacun est désormais dans sa course. Malgré la présence de Thierry dans le sas des 3 heures, je suis déjà dans un monde qui n'appartient qu'à moi. « Yes you can ! » me dis-je. Et pourtant ... Plus de 14 km/h de vitesse moyenne.

Voilà qui me semble soudain irréel voire vertigineux. Alors, au pistolet, je me cale sur celui qu'on appelle le meneur d'allure. Voilà un drôle d'oiseau capable de couvrir la distance en moins de 2h30, et qui pour la circonstance est chargé par les organisateurs d'accompagner les coureurs au rythme qu'impose l'objectif des 3 heures.

Pour ce qui me concerne, ce sera mission 1h29 à mi parcours, avec de la réserve, car si le marathon fait 42,195 km, il reste une course d'approche jusqu'au 30 kilomètre.

J'avale la rue de Rivoli avec facilité et désinvolture, et profite de l'absence des pollueurs à moteur usuels pour respirer à plein poumons et faire circuler l'oxygène, carburant essentiel des coureurs. Tout irait au mieux dans la plus belle ville du monde possible si je n'avais pas cette furieuse envie de soulager cette vessie qui n'en fait qu'à sa tête. Mais, il est trop tôt, et je risque de me faire happer par le groupe des 3h15 qui n'est pas encore suffisamment éloigné. Par chance, les abords du bois de Vincennes peu après le 10^e kilomètre, offrent des recoins idéaux pour satisfaire à ce type de pression malfaisante. Petit sprint pour rejoindre mon meneur d'allure que j'avais devancé et que je dois désormais rattraper. La petite promenade dans les bois se passe sans trop d'encombres, et arrivé à la porte de Charenton, je suis une centaine de mètres devant mon meneur. Toujours bon à prendre pour la confiance, d'autant que je franchis la première partie du parcours en 1h29 et 30 secondes pile-poil. La pente est alors légèrement descendante, et il me semble opportun d'en profiter pour pousser une très légère accélération, sorte de hors d'œuvre digeste avant le plat de résistance des montées qui doivent survenir après le 28^e kilomètre. Les quais se dressent alors devant nous après une petite descente où l'on perçoit l'éclat du dôme du Grand Palais percer l'azur. Une brise légère vient alors démentir l'impression de chaleur qui se faisait naissante pour le plus grand bonheur du peloton dans lequel je me suis embarqué. Plus de signe de mon ami meneur, car désormais c'est droit devant que mon regard est tourné. Point de mire : les tunnels où s'enchaînent montées et descentes, comme dans les montagnes russes. Le cauchemar du coureur après plus de trente kilomètres ... A l'approche du Trocadéro, premières alertes. Le souffle est plus court et les jambes ankylosées par l'effort sont lourdes. Soudain, j'aperçois le meneur me dépasser sur mon flanc droit. Les 3 heures sont en train de filer sous mon nez. Il reste moins de 10 kilomètres. Je décide de rassembler mes esprits et convoque une réunion de crise avec moi-même. L'heure est grave. D'un côté, je peux accélérer et tenter un coup de poker pour tenir le plus longtemps

possible en prenant un risque d'asphyxie et donc d'implosion non négligeable avant l'arrivée. De l'autre, je peux tenter de réduire mon allure pour finir à environ cinq minutes de mon objectif initial. 3h05, c'est un peu le plan B auquel je réfléchis depuis plusieurs jours au nombre d'autres possibles puisqu'il s'agit de la barre qualificative pour les championnats de France de marathon de ma catégorie avant leur suppression. Décider c'est faire des sacrifices. Alors je me résous à la sagesse, et fais le deuil des 3 heures. Je change de braquet, et réduis ma cadence pour me situer entre 13 et 13 km/h et demie ... Et ça marche ! Le différentiel me relance, et je saisis alors les mystères du dur entraînement que j'ai suivi. Car contrairement, à mon travers usuel, j'ai la quasi certitude d'arriver à maintenir ce rythme jusqu'au terme du parcours. 3h05 soit près de 7 minutes de mieux que mon record personnel ne serait pas une victoire galvaudée me dis-je.

C'est sur ces considérations glorieuses qu'arrive **LE** kilomètre ... 37,2 – Le matin, forcément. C'est le point de rassemblement du groupe des quelques 70 supporteurs qui sont venus répondre à l'appel des Williams, et des coureurs. Femmes, enfants, voisins, amis. Ils seront à mes côtés dans quelques minutes à peine ... « Faîtes du bruit ! » pensai-je. Cinq ans que j'attends ce grand moment ... J'en ai presque les larmes aux yeux. Au loin, le groupe se dessine dans une large courbe où je perçois les ballons roses et verts de l'association, et un guetteur chargé sans doute d'avertir le groupe. Tout se passe très vite ... Et je décide sans m'arrêter de me rapprocher de la foule, et de venir toper les mains qui se présentent à moi ... Il y a celle d'Hervé – ma bête noire au tennis – celui-là même qui proposait de venir carabine à la main pour m'achever au 37^e kilomètre... « Mais non, tu vois, Hervé, je ne suis pas mort ! ». Au contraire, je suis en pleine bourre ... Puis la main d'Eric, la petite bouille de Charlotte, tout sourire et dents dehors, et puis Ethan mon petit garçon ... Un authentique sportif dans l'âme. Ce sera un beau souvenir pour nous deux. Il m'interpelle « Daddy ! » ... Tout tourne au ralenti, sauf mes jambes. J'essaye de voir plus loin, ma femme, ma fille ... c'est déjà trop tard, car à 5 kilomètre de l'arrivée, je ne m'appartiens plus trop, et j'ai un objectif à réaliser... Cinq – Quatre – Trois - Deux ... L'avenue Foch se profile à la sortie du bois. Je suis le dauphin de la porte Dauphine ! Le quarante-deuxième kilomètre... J'accélère sans aucun souci, j'harangue la foule impressionnante massée sur la place qui précède les derniers mètres. La réponse dépasse mes propres espérances. Je me sens pousser des ailes sous les vivas du public qui scande mon nom qu'il aperçoit sur mon dossard. Ma montre

indique 3h04 et des brouettes ... Un dernier coup de reins et c'est le bonheur ... Un ange passe. J'y suis ! 3h04 et 41 secondes. Vermoulu, mais pas trop ... Je souris, et je suis saisi à la gorge par l'émotion de toutes ces images qui défilent dans mon imaginaire : la bestialité de Madrid, la chute dans le parc du Retiro, et l'aide des coureurs à 700 mètres de l'arrivée – La magnificence de la porte de Brandebourg et les Bretzels de l'after Berlinois – Turin, le soleil, les Alpes et ma chevauchée si belle, si imbécile, mais si héroïque – Londres, mon chemin de croix, mes pieds en sang, mes rendez-vous ratés ... et 3h12 pourtant. Paris, c'est donc huit minutes de mieux. Un écart que je juge vertigineux. D'autant qu'au final, je suis plutôt en forme après plus de 3 heures de course, et une nuit de sommeil à peine plus longue... Je déploie un large sourire. Le travail a payé, et c'est là l'essentiel. Désormais, ce sont plus que les quinze secondes de gloire Warholienne qui m'attendent. L'heure de la ripaille est venue. Exit la diète liquide et « glycoignée » ! Bonjour graisses animales et substances alcoolisées. D'ailleurs, j'ai aussi programmé un rendez-vous avec un paquet de Doritos et un groupe de crocos Haribo. Je remonte l'avenue Foch vers l'Arc de Triomphe médaille au cou ... Cinq ans, cinq marathons, cinq campus, cinquante mille Euros pour financer la recherche et aider les familles ... Mais aussi et surtout un amas fantastique d'aventures, de rencontres, d'amitiés, et de personnalités fabuleuses d'humanité, de gentillesse et d'énergie. Me reste en tête le sourire de Chloé ma nièce atteinte du syndrome et le mot d'encouragement de ses parents à quelques jours de l'épreuve.

« Si tu veux changer ta vie, cours un marathon » disait Zatopek. Chloé, ma petite chérie, en ce 11 avril, tu as changé la vie de près de 60 personnes ! Tout comme tu as changé celle de ton oncle il y a plus de cinq ans.

