

# ROCK'N'ROLL altitude

Il y a des courses qu'on aimerait presque garder secrètes pour être sûr de pouvoir y retourner tranquille... La Transrockies en fait partie ! Bienvenue au Colorado, terre de trail, avec des paysages à couper le souffle et une organisation époustouflante.

Cette course, on m'en parle depuis mes débuts en trail. Son originalité : il faut la courir à deux pour pouvoir y participer. Quelques amis traileurs, un rien cinglés m'ont bien proposé d'y aller avec eux, mais j'ai toujours refusé, car vu leur niveau, il n'était pas envisageable pour moi de leur imposer de me traîner pendant six jours. Et puis, l'épreuve s'est ouverte au solo... Si je pouvais me gérer toute seule comme une grande, ça devenait très intéressant : 2015 serait donc enfin l'année où j'allais découvrir cette fameuse course et franchement j'ai juste regretté de n'avoir pas pris la décision plus tôt.

## Buena Vista runner club

Les Transrockies se déroulent donc au Colorado, devenu en quelques années un état qui vit pour le sport et plus particulièrement le trail. Après avoir subi la crise du monde minier de plein fouet, les villes se sont reconstruites autour du sport : VTT, randonnée, ski et trail évidemment... Leadville est d'ailleurs devenue célèbre pour son 100 miles. Des traileurs mondialement connus viennent ici à l'année pour



s'entraîner. Pour nous, Français, c'est un peu compliqué mais il suffit de s'organiser. Un vol, souvent avec escale, pour Denver et il n'y a plus qu'à grimper dans le bus prévu par l'organisation pour rejoindre Buena Vista, petite ville charmante qui servira de lieu de départ. Tout de suite, on est dans l'ambiance américaine avec les motels et les machines à gaufres pour le petit déjeuner. Ici, l'organisation est hallucinante et je pèse mes mots !

## Happy hour et service traiteur

Le principe de la Transrockies pour bien comprendre : trois ou six jours de course avec en moyenne 30 à 40 km par jour avec entre 1000 et 1500 de D+, c'est vous qui choisissez votre format. Mais particularité et non des moindres : nous ne sommes pas en autonomie alimentaire, ce qui change la donne. Tous les matins avant de partir, on a droit à un breakfast à l'américaine où même les intolérances alimentaires sont prises en compte. On part faire sa petite balade et retour au camp, où nous attendent douches chaudes (eh oui !) et apéro façon « happy hour » avec bières et sodas à volonté (merci au sponsor PepsiCo) ainsi que moult trucs à grignoter avant que la cloche du dîner ne résonne. Une table copieusement garnie par les « cow-boys gourmets » (ça ne s'invente pas !), avec un service de traiteur qui assure la logistique côté alimentation. Là encore les vegans sont à la fête et on reconstitue les réserves avec des produits frais et équilibrés. Bon O.K., certains soirs il y a des cookies... Mais j'ai fait 40 km dans la journée alors j'ai le droit ! Question logement, là encore, c'est impressionnant. Un camp de 300 tentes individuelles est monté tous les jours pour accueillir les duos ou les solos. Et les adeptes du confort absolu peuvent choisir



l'hébergement à l'hôtel si vraiment ils le souhaitent, mais ça prive de l'ambiance du camp, très sympa. Il y a même des concours organisés pour faire gagner sacs à dos et autres paires de chaussettes... Du jamais vu ! A disposition également, des prises pour recharger appareils photos, smartphones et GPS. Si ça n'est pas le paradis du traileur, ça y ressemble fortement...

## Le Colorado, on y go !

Et question course, justement ça ressemble à quoi ? On ne peut plus simple : ça monte et ça descend. Le Colorado trail, chemin de randonnée que nous empruntons quasiment tous les jours a la particularité d'être relativement « roulant ». Cela veut surtout

dire que si on est entraîné, c'est « courable » la plupart du temps. Très peu de monitrice, mais des sentiers où l'on passe à deux de front, ce qui permet de doubler sans danger. Pour tout coureur qui a vécu les bouchons que l'on connaît sur certains trails français c'est le pied intégral ! La vue une fois arrivé là-haut est à tomber à la renverse chaque jour, puis après quelques kilomètres de plat sur la crête, il suffit de redescendre. Une dizaine de kilomètres de descente, ça n'est pas non plus anodin pour les jambes... Mais il y a aussi des masseurs qui vous attendent à l'arrivée ! Chaque jour, du début à la fin, tout était parfait, tant du côté de l'organisation que du parcours qui permet de découvrir les plus

## Les ravitos made in USA

C'est à mon avis la seule chose à laquelle nous Français devons faire attention parce que nous ne sommes pas du tout habitués à trouver ce genre de choses sur nos tables de ravitaillement. Il y a évidemment de l'eau et des boissons énergétiques classiques mais on trouve aussi du sucré avec des bonbons type M&M's et autres nounours colorés. Pour le salé, ce sont des chips en tout genre que vous allez trouver. La pastèque est là pour vous rafraîchir (j'en ai avalé des kilos !) et il y a même des glaces pour attaquer la dernière grimpe assez interminable qui nous mène à l'arrivée le dernier jour. Donc comme l'organisation vous offre la possibilité d'avoir avec vous tout ce dont vous avez besoin, pensez à prévoir de quoi vous alimentez si ce régime particulier ne vous convient pas.



beaux paysages américains. Vous l'aurez compris, j'ai adoré cette course et je vous la recommande vivement. La courir en duo reste la version idéale, c'est l'essence même de cet évènement sportif hors norme. Accessible mais pas non plus facile, il faut savoir encaisser les six jours de course tout de même. Mais grâce au confort offert par l'organisation à un tarif carrément intéressant au regard de ce qui se pratique ailleurs, il serait dommage de passer à côté, d'autant que vous rentrerez en France en vous pavant avec une belle médaille ceinturon de cow-boy. ■

## > Cécile Bertin en bref

- 44 ans
- Court depuis 8 ans
- Performances en ultra : 2 Marathons des Sables, Grand Slam (4 courses dans les 4 grands déserts du monde en un an)...

