

Après le marathon de Marrakech en 2023, l'Avenir Pédestre Arsacais est de nouveau parti vers de nouvelles contrées. Cette fois, les runners et leurs fidèles accompagnateurs sont partis direction le Massif Central pour vivre une expérience trail ! La Volvic Volcanic eXperience (aussi appelée VVX).

C'est à l'initiative des trois ultra traileurs aguerris de l'association (Cyril, Julien B et Jean-Christophe-également vice-président de l'association) qu'a été concocté un déplacement digne des meilleures organisations. Et c'est ainsi qu'une belle délégation de plus d'une vingtaine de membres du club s'est déplacée vers le Massif Central.

Pas moins de 17 coureurs et 5 marcheurs (3 habituels coureurs et 2 conjoints marcheurs) étaient inscrits à l'événement. 2 des 3 organisateurs, qui ont d'autres objectifs alpestre en tête, n'ont pas participé officiellement à l'événement mais leur participation active s'avérera essentielle. Nous y reviendrons.

Au programme sportif, des courses trails de 15, 28 et 46km avec des dénivelés positifs respectifs de 450, 1000 et 1700 mètres, ainsi que pour 7 d'entre eux, un ultra de 82km et 2800m de dénivelé positif avec notamment le célèbre Puy-de-Dôme et le moins connu, mais pourtant redoutable, puy de Louchadière. Parmi ces 7 courageux, 5 n'avaient jamais fait d'ultra et n'avaient jamais fait plus de 46km de trail ! C'est dire le défi qui se dressait devant eux. Parmi les 7, il faut citer Jonathan (Jo), un des nouveaux adhérents du club, pour qui cela représentait un sacré challenge lui qui a commencé la course à pied sérieusement il y a 1 an seulement ! Idem pour les coureurs engagés sur le 28, bons nombres n'avaient que peu goûté au trail et au dénivelé. Et pour beaucoup, un record de distance se profilait. Mais à l'APA, la motivation et la solidarité aident à se surpasser.

Après la route faite en covoiturage le jeudi 10 mai et la récupération des dossards, direction le gîte. Et ce ne fut pas facile d'en trouver un adapté pour un tel nombre de convives, mais cette mission a été remplie, comme toutes les autres par nos supers organisateurs. Après un bon repas concocté par P'ti Ju et un briefing de JC et Cyril, il a fallu se coucher car le réveil allait vite sonner.

3h45, le réveil sonne pour les futurs ultra-traileurs. Le temps d'un petit déjeuner et de quelques derniers ajustements puis direction Volvic et la ligne de départ accompagnée de Cyril et Jc, toujours prêts à nous aider.

Et c'est au son d'une musique concoctée spécifiquement pour la manifestation et devant la déesse des volcans que le départ est donné à 06h00 pour Ariane et les 6 garçons (Alexandre, Fredo, Jo, Julien B (allias p'ti ju), Julien E (grand ju) et Olivier).

A 08h00, Mickael, seul participant du club sur le 45km s'élance à son

tour, puis c'est au tour des 7 participants (David accompagné de Alexandra, Annie-Rose, Aude, Laurianne, Murielle et Vanessa) de partir sur le 28km à 09h30.

Jocelyne, une des adhérentes de la première heure de l'association s'élance à son tour sur le 15km à 10h00 suivi de près des marcheurs du jour (Frédérique, Graziella, Sonia, Bruno et Gilles) à 10h15.

Tout au long du parcours, les engagés sur l'ultra croisent et recroisent JC et Cyril. Ces derniers n'hésitent pas à nous porter assistance, à nous prodiguer de précieux conseils et à courir un peu avec chacun d'entre nous. Ça motive toujours énormément de se savoir attendus et soutenus. Idem à l'arrivée, les 2 gars, et tous ceux déjà arrivés sont tous restés, se positionnant parfois à quelques centaines de mètres de la ligne pour accompagner les concurrents à plusieurs points stratégiques. Passé 15h00, la météo commence à être chaude, mais hormis pour p'ti Ju, qui avance à un rythme effréné, il reste encore pas mal de kilomètres à avaler. Mais tout le monde y arrivera.

Ainsi, après une belle journée de course, la première à arriver est Jocelyne qui finit sa course à une belle 3ème place de sa catégorie sur le 15km.

Sur le 28km, Annie-Rose, malgré une grosse chute dès le 6ème kilomètre de l'arrivée se classe 4ème en 4h17 pour son premier trail de cette distance. Les examens passés le lundi montreront qu'elle a couru les derniers kilomètres avec 2 côtes cassées, ce qui rajoute encore plus de mérite à sa performance ! Les autres traileurs du 28km suivent, notamment Aude et Laurianne, qui en terminent en 04h42. Enfin, Vanessa, Alexandra, Muriel et David franchissent la ligne en 5h14. Seule Muriel avait déjà parcouru cette distance précédemment. C'était donc la découverte pour les 6 autres.

Sur le 45km, Mickaël arrive à son tour en 8h13 ! Non sans avoir été doublé quelques minutes auparavant par Julien B engagé sur l'ultra mais dont les parcours étaient souvent similaires, et son ressenti sur les différents puys étaient finalement les mêmes.

Tous les traileurs arrivés, vient le tour des ultra ! Tous sont allés au bout et c'est déjà une victoire. Ils étaient tous "ultra" attendus et encouragés. Julien E et Alexandre avaient même la chance de finir les derniers mètres de course et de passer la ligne accompagnés de leurs enfants présents !

Il faut noter la superbe performance de Julien B sur cette distance, qui, même sans bâton, termine 4ème de sa catégorie très relevée et 24ème du général avec un chrono excellent de 09h02. Puis c'est au tour des neo-ultra-traileurs d'arriver. Avec dans l'ordre Julien E en 10h42, Olivier en 12h08, Alexandre en 12h22, Fredo en 13h11 et Jo en 13h17. Enfin, Ariane déjà engagée l'année dernière sur cette épreuve, améliore son chrono en 13h19. Et, fidèle à elle-même, elle termine en larmes, émue de tous nous voir l'attendre à l'arrivée.

Toutes ces émotions passées, il est déjà 20h00 et nous repartons vers notre gîte. Là encore, p'ti ju nous avait préparé des plats d'une

grande qualité et en quantité. Et même si l'esprit était festif, nos lits nous appelaient bien vite après cette journée sportive.

Le dimanche matin, le réveil, comme nos muscles, fut raide. Mais, pour nous dégourdir, Bruno nous avait concocté une rando comme il sait les faire ! Au programme 15km à travers les volcans pour se remettre en jambes tout en profitant des paysages. Cyril, le régional de l'étape, nous avait préparé un pique-nique local et nous a régalé à mi- chemin. Suite à cette pause, Annie-Rose, ses côtes cassées et les enfants arrêtaient la rando. Les jeunes filles en profitaient pour préparer un spectacle de danse, sous l'œil bienveillant et les conseils d'Annie-Rose.

De retour au gîte, et après quelques heures tranquilles, la dernière soirée se préparait. Au programme, buffet de produits locaux, barbecue, bonne humeur et quelques pas de danse endiablés, notamment de notre ami Gilles, de tous les ultra traileurs et de nos 3 organisateurs, décidément jamais fatigués !

Le dimanche matin, c'est l'heure de rentrer. A 09h00, et malgré un réveil pour certains en pleine nuit, tout le monde est déjà levé. A 10h30, grâce à l'implication de tous, le gîte est rangé, les voitures chargées et les participants retournent dans leurs maisonnées Arsacaises. Chacun profite du trajet pour remercier une fois encore nos valeureux organisateurs qui nous auront comblés à bien des égards.

Et c'est en chemin, qu'un nouveau binôme se propose de prendre en charge le prochain déplacement, pour un nouveau trail et ultra en 2025. On n'arrêtera pas l'APA comme ça :)