

AVANT-PROPOS

Ce livre retrace mes souvenirs, mon ressenti, mon impression générale de ce Tour de France FootRace 2015 et transmet mes valeurs sur les idées que je prône dans la vie en général et au sein du monde des ultra marathoniens, qui doit être empreint d'entraide et si possible d'amitié.

Le 1er *Tour de France FootRace* est une compétition par étapes, durant 43 jours sans aucun de repos. Le parcours a été tracé de manière à passer par les villes étapes du premier Tour de France cycliste de 1903, soit par Lyon, Le Mont-Ventoux, Marseille, Toulouse, Bordeaux, La Rochelle, Les Sables d'Olonne, Nantes et Paris, d'où le départ et l'arrivée sont donnés. L'itinéraire emprunte si possible des pistes cyclables, des petites routes de campagne et accessoirement des routes de liaison plus importantes pour éviter d'immenses détours. 2800 km sont au programme répartis inégalement sur des distances allant de 37 km pour la plus courte à 89 km pour la plus longue étape. Un classement quotidien est établi et un classement général fait le total de chacune des étapes. Un principe analogue au Tour de France cycliste, sauf que nous courons. Le dimanche 28 juin 2015, la cathédrale Notre-Dame de Paris et plus précisément le pavé octogonal de bronze représentant une rose des vents, soit le point zéro des routes de France, fait office de point de départ. L'arrivée finale est jugée sous la Tour Eiffel le dimanche 9 août 2015.

ULTRA RUNNING MAN

Le rythme minimal est fixé à 5.5 km/h pour atteindre l'arrivée de chaque étape. Des ravitaillements sont organisés, le premier autour du km 15, puis tous les 10 km. Le coureur trouve donc un ravitaillement présent en respectant ce rythme minimal. En étant plus lent, ce n'est pas garanti. Le coureur en difficulté peut être repêché s'il arrive hors délai mais cela doit rester exceptionnel et chaque cas est étudié.

Notre logement est prévu sous tente, en camping. Le transport de nos bagages est assuré par l'organisation en camion. Les repas (déjeuner et souper) sont cuisinés au camping et fournis par l'organisation. Le repas de midi (dîner) est à notre charge, les écarts d'arrivée entre les différents coureurs étant trop importants pour le prévoir en commun.

Je ne parlerai pas de tous les points du règlement, mais ce sont là les bases du déroulement prévu. D'autres renseignements arriveront au fil des pages, au fur et à mesure du déroulement de ce Tour de France.

27 coureurs étaient inscrits, 25 seront finalement au départ provenant de 10 nationalités et de 4 continents. Vous ferez connaissance avec eux au fil des pages de ce carnet de bord. Le plus jeune compte 26 printemps et la plus âgée 75. Ci-dessous la liste dans l'ordre de leur numéro de dossard, avec leur date de naissance et leur nationalité :

1. **Charles Payen**, 6.11.1986, France
2. **Sigrid Eichner**, 29.9.1940, Allemagne
3. **Christian Fatton**, 24.11.1959, Suisse
4. **Stéphane Pélissier**, 23.3.1969, France
5. **Dave Boon**, 14.12.1988, Pays-Bas
6. **Martin Fryer**, 10.9.1961, Australie
7. **Jannet Lange**, 12.7.1964, Pays-Bas
8. **Takasumi Senoo**, 1983, Japon
9. **Jean-Claude Colliou**, 8.10.1951, France (non-partant)
10. **Juei-Lung Chen**, 12.12.1973, Taïwan
11. **Philippe Grizard**, 15.9.1952, France

ULTRA RUNNING MAN

12. **Lionel Rivoire**, 13.12.1953, France
13. **Chantal Andrade**, 8.12.1964, France
14. **Hiroko Okiyama**, 21.4.1962, Japon
15. **Wilma Dierx**, 11.5.1966, Pays-Bas
16. **Yvonnick Simon**, 28.1.1969, France
17. **Cathy Massif-Perreau**, 6.8.1964, France
18. **Vincent Perreau**, 24.11.1961, France
19. **Gérard Bertin**, 11.10.1959, France (non-partant)
20. **Peter Suijkerbuijk**, 17.3.1956, Pays-Bas
21. **Jenni De Groot**, 27.11.1962, Pays-Bas
22. **Eddy Plume**, 6.9.1968, Belgique
23. **David Le Broch**, 3.8.1969, France
24. **Alain Dubé**, 1968, Canada
25. **Cornélia Feurich**, 1955, Allemagne
26. **Marie Doke**, 15.10.1964, Angleterre
27. **Yves Beauchamp**, 19.9.1964, Canada

Par facilité et parce que très vite, dans ce genre d'aventure, le tutoiement est de rigueur, je nommerai chacun par son prénom dans les résultats des étapes et dans les comptes-rendus.

Voici la liste des étapes avec la date pour vous aider à avoir une vue d'ensemble et la distance prévue.

1. Dimanche 28.6.15 Paris (Notre-Dame) / Mondeville, 61.2 km
2. Lundi 29.6.15 Mondeville / Veneux-les-Sablons, 46 km
3. Mardi 30.6.15 Veneux-les-Sablons / Migennes, 83.8 km
4. Mercredi 1.7.15 Migennes /Avallon, 82.2 km
5. Jeudi 2.7.15 Avallon / Corency, 57.7 km
6. Vendredi 3.7.15 Corancy / Étang-sur-Arroux, 49 km
7. Samedi 4.7.15 Étang-sur-Arroux / Digoïn, 62.6 km
8. Dimanche 5.7.15 Digoïn / Cublize, 89 km
9. Lundi 6.7.15 Cublize / Dardilly, 53.8 km
10. Mardi 7.7.15 Dardilly / Lyon / Beaurepaire, 81.2 km
11. Mercredi 8.7.15 Beaurepaire / Pont-en-Royans, 56.8 km
12. Jeudi 9.7.15 Pont-en-Royans / Luc-en-Diois, 77.8 km
13. Vendredi 10.7.15 Luc-en-Diois / Buis-les-Baronnies, 72.5 km
14. Samedi 11.7.15 Buis-les-Baronnies / Ventoux / Sault, 72 km
15. Dimanche 12.7.15 Sault / Gréoux-les-Bains, 74.6 km
16. Lundi 13.7.15 Gréoux-les-Bains / Aubagne, 87 km
17. Mardi 14.7.15 Aubagne / Marseille Saint-Charles, 39.4 km
+ Transfert en train jusqu'à Arles

ULTRA RUNNING MAN

18. Mercredi 15.7.15 Arles / Saint-Laurent-D' Aigouze, 47.8 km
19. Jeudi 16.7.15 Saint-Laurent-d' Aigouze / Villeneuve-lès-Maguelone, 44.2 km
20. Vendredi 17.7.15 Villeneuve-lès-Maguelone / Vias, 56.7 km
21. Samedi 18.7.15 Vias / Agde / Capestang, 39.5 km
22. Dimanche 19.7.15 Capestang / Trèbes 72.5 km,
23. Lundi 20.7.15 Trèbes / Carcassonne / Nailloux, 86.5 km
24. Mardi 21.7.15 Nailloux / Toulouse / Montech, 86.3 km
25. Mercredi 22.7.15 Montech / Saint-Hilaire-de-Lusignan, 75 km
26. Jeudi 23.7.15 Saint-Hilaire-de-Lusignan / La Réole, 79.4 km
27. Vendredi 24.7.15 La Réole / Sadirac, 53.4 km
28. Samedi 25.7.15 Sadirac / Bordeaux / Pauillac, 74.4 km
29. Dimanche 26.7.15 Pauillac / Le Verdon-sur-Mer, 62.2 km
30. Lundi 27.7.15 Transfert en bac du Verdon-sur-Mer à Royan + Royan / Ronce-les-Bains, 41.1 km
31. Mardi 28.7.15 Ronce-les-Bains / Rochefort-sur-Mer, 48.5 km
32. Mercredi 29.7.15 Rochefort-sur-Mer / Marans, 65.1 km
33. Jeudi 30.7.15 Marans / Les Sables-d'Olonne, 83.3 km
34. Vendredi 31.7.15 Les Sables-d'Olonne / Notre-Dame-de-Monts, 66.1 km
35. Samedi 1.8.15 Notre-Dame-de-Monts / Port-Saint-Père, 52.7 km
36. Dimanche 2.8.15 Port-Saint-Père / Oudon, 60.3 km
37. Lundi 3.8.15 Oudon / Sainte-Gemmes-sur-Loire, 70.5 km
38. Mardi 4.8.15 Sainte-Gemmes-sur-Loire / Le Lude, 67.6 km
39. Mercredi 5.8.15 Le Lude / Montoire-sur-le-Loir, 64.2 km
40. Jeudi 6.8.15 Montoire-sur-le-Loir / La Ferté-Bernard, 58 km
41. Vendredi 7.8.15 La Ferté-Bernard / Courville-sur-Eure, 64.2 km
42. Samedi 8.8.15 Courville-sur-Eure / Rambouillet, 61.8 km
43. Dimanche 9.8.15 Rambouillet / Paris (Tour Eiffel), 55.7 km

Que trouverez-vous dans ce livre ?

Ce livre retrace mon carnet de bord écrit durant la course et publié en partie chaque jour sur mon site internet pour donner des nouvelles aux amis coureurs, à la famille et aux personnes intéressées par cette aventure. Il a été remanié et complété après coup, en apportant des précisions et en y ajoutant quelques poésies en relation avec la journée-même ou les jours précédents. Il est le reflet de cette aventure telle que je l'ai vécue et ressentie mais en aucun cas la vérité absolue. Les poésies, que j'ai nommée *poésie du jour* sont souvent liés à une action ou un événement journalier ou une sen-

sation éprouvée. La plupart n'ont pas paru sur mon site internet, pour ne pas tout dévoiler durant la course et pour étoffer le présent livre. Quelques-unes ont été pensées avant la course durant d'autres escapades et s'y intègrent, je le pense, avec bonheur. Cela amène aussi du rythme dans la lecture qui se voit ainsi diversifiée entre les rapports journaliers et ces pensées poétiques. Cet apport, peu courant dans les comptes-rendus de courses, a pour but également d'amener les lecteurs à apprécier ce genre, de l'inviter à écouter la musicalité des mots assemblés au rythme des foulées, de laisser vagabonder son esprit dans des envolées d'idées, de raccourcis scandés par des jeux de mots et des exercices de style.

Un cahier central de photographies couleurs et quelques-unes en noir/blanc au début de quelques chapitres apportent une lecture imagée et différente et donnent des renseignements difficiles ou fastidieux à écrire.

Pour les férus de statistiques et de chiffres, les classements journaliers sont publiés en début de chacune des étapes et des indications sur le classement général sont également présentes à partir de la 6e étape.

Bonne lecture !