

COMMUNIQUE FINAL SUR LE 16^{ème} RAID 28**LE RAID 28 : TOUJOURS AUSSI DIFFICILE !**

Le 16^{ème} Raid 28 s'est couru dans le département de l'Essonne car il n'a pas été possible à l'Equipe Turoom d'obtenir l'accord de l'ONF pour le parcours initial qui était prévu dans la forêt de Rambouillet. Ce tour de l'Essonne restera dans les mémoires à plus d'un titre. Dans ce communiqué final, nous allons croiser le récit des vainqueurs "Arverne Outdoor" (01) avec le compte-rendu de l'équipe "Mad'leines" (50) qui a pris le raccourci à cause de conditions climatiques assez dures qui ont régné dans la nuit du 17 au 18 janvier 2009.

Clo-Clo, équipe Mad'leines :

1. Genèse – Un Raid 28 sous protection: Une semaine avant le Raid28, je trouve une annonce sur Kikourou où l'équipe n° 50 des Mad'leines de Mifune28 cherche un remplaçant pour pallier à une défection de dernière minute. Je me laisse le dimanche pour négocier mon bon de sortie, et confirme lundi matin ma disponibilité. Tope là, marché conclu, mon petit CV a convaincu l'équipe, dont je ne connaissais personne ni d'Eve, ni d'Adam. L'équipe se compose de : Christophe (Mifune28, que j'ai pris jusqu'après le Raid pour Thierry qui s'est désisté, désolé...), Aline (Line), Francis, Jean-Yves, et donc ma pomme.

A peine une heure après, en lisant mes E-mails au boulot, quel choc d'apprendre que Murielle, une coureuse d'ultra de ma boîte, vient de perdre sa fille des suites d'une longue et pénible maladie. Le lendemain, les obsèques près de Chartres sont émouvantes, et de nombreux coureurs du coin sont présents, dont Stéphane (Steph28). C'est le lendemain que j'apprends que mes coéquipiers du Raid28 connaissent bien Murielle, et qu'elle va malgré tout courir le Raid28 dans l'équipe de Stéphane des Maratouristes de Dreux .

Mon premier Raid28 aura donc une saveur spéciale, d'entraide avec Murielle, et sous la protection de sa fille de là où elle est maintenant partie.

2. Préparatifs : Bon, maintenant que j'ai signé, et malgré tout le coté émotionnel environnant, il va falloir être prêt le jour J. Deux sorties à dénivelé (dont la « Rue des Collines » à Orsay près du repaire des Castors...) dans la semaine pour affiner un entraînement un peu léger ces derniers temps, et surtout réfléchir à ce qu'il faut emmener pour une petite promenade de santé d'à peu près 85 km. Je ne m'embête pas à acheter de matos technique chérot, et compose avec ce que j'ai :

- Petit sac à dos de randonnée, bien lourd en comparaison à ce que porte par exemple un certain jeune Espagnol....
- J'arrive non sans mal à y incorporer la poche à eau de 2l de mon Camel-back
- Gourdasse rouge de 75 cl, avec un mélange coca-eau
- Un peu de change (chaussettes, collant, microfibre) que je n'utiliserai pas finalement (mouillé pour mouillé...)
- K-way coupe-vent Salomon
- Mitaines de cycliste, bonnet, Tour de cou Templiers
- Mini pharmacie
- 2 sifflets brésiliens deux tons
- Couteau suisse
- Boussole (je me demande bien pourquoi j'ai pris ça, je n'ai jamais orienté pendant le raid)
- Ceinture ventrale avec une gourde de 50 cl remplie d'eau additionnée d'un mélange que le Papy ne recommanderait pas ;)
- Attaché à la ceinture, petite pochette avec mini lampe à main
- Sachets de mélange fruits secs-salé, Sporténine

Il faut que j'avoue que la préparation de tout ce matos a été faite en dernière minute le samedi soir, pendant que j'accueillais l'équipe chez moi autour d'un petit apéro pour faire connaissance. La veille, je leur ai préparé un cake au safran pour le Raid, car mon rôle dans l'équipe était surtout sherpa. Donc coté bouffe, voici la liste de ce que j'ai emmené :

- Cake au safran coupé en tranches et mis sous mini sachets étanches par deux
- Deux sandwiches au speck italien et un au calendos
- Trois mini sachets de mélange fruits secs, noix de cajou, amandes

3. Avant course : Donc comme je l'ai déjà dit, l'AAB de mon équipe s'est passé chez moi (désolé, je n'aime plus les pizza super suprêmes...). Christophe a un peu jardiné pour trouver, mais bon, ça l'a mis dans le bain. Jus de fruit pour mes équipiers (qu'est-ce qu'ils sont sérieux), et petit whisky pour moi (faut pas déconner), accompagné de tortillas et d'un guacamole maison. Le tout sous la surveillance de mes deux fauves Caramel et Réglisse. Pour le reste, on prendra des pâtes sur place.

Mon sac enfin prêt (Line a failli craquer de cette attente insoutenable), nous voilà parti en direction de Bures pour le départ au gymnase André Raquin. Je trouve qu'on y est bien tôt (vers 19h), mais bon, ils veulent se mettre dans l'ambiance. Primo, on prend un plat de pâtes au vendeur ambulant, qu'on va lentement déguster dans le gymnase.

Puis c'est les derniers ajustements du sac (je prends ou pas cette polaire ?), et petit à petit, au gré de l'arrivée d'un paquet de têtes connues, la pression monte. Comme d'habitude, je vanne Cédric le Castor sur ses progrès en orientation, sur quoi il me rétorque qu'on ne peut guère se perdre à tourner en rond dans le tunnel du LHC.



La bise à Sandrine Taz et une vacherie à son copain Domi le monstrueux, euh Monster Truck, accompagné d'Alain le Canard d'eau et Maria-Ema-Babou la Poule mouillée. Un petit bonjour à Monique Vetchar, Laurent le Bagnard, la Libellule, Pascal Runner14, Ouster, Emmanuel le Sanglier, et j'en oublie (les autres se reconnaîtront). Je me présente aussi à quelques-uns qui ne me connaissent pas encore en chair et en os (plus de chair que d'os...) : Philippe le Blueb, Virginie la Souris, Christian la

Bouteille... Quel plaisir de retrouver mon ancien pote de ski de fond, Jean-Luc dans l'équipe de Robert le Castor Senior et Philippe Fuchs. Et puis bien évidemment l'équipe des Maratouristes-2 avec Steph28 et Murielle, qui m'avoue avoir préféré venir pour oublier ses soucis. Gros câlin d'encouragement au passage.

Retour à la préparation de notre stratégie d'équipe, faudrait peut-être y penser, on part bientôt : Francis capitaine et pointeur, Christophe orienteur secondé par Jean-Yves, Aline au roadbook et au sourire et ma pomme sherpa et appels à boire et à manger. Elle a de la gueule, notre équipe, non ? L'année dernière, elle a fini 34^{ème}, et nous espérons bien faire mieux cette année.

Stéphane, équipe Arverne Outdoor :

1. Le récit du doublé : Barres énergétiques ok, gore tex ok, camel ok. Un dernier coup d'œil à la météo locale ... une agréable sensation de repartir vers une saison de raids pleine de promesses. Ce rituel de préparation, s'il existe dans bien des sports, est primordial en raid multi. Le nombre de matériels à emmener, de petits détails à penser, de transition à préparer détermine bien souvent l'issue d'un raid.

Et même si le raid 28 n'est pas pluridisciplinaire, de par sa durée et les conditions hivernales rencontrées, il nécessite une préparation assez minutieuse,

3H de train, le temps pour moi de préparer un peu le sac de raid et surtout d'essayer de dormir. J'arrive sur le lieu du départ, et je retrouve presque toute l'équipe. Il ne manque que Fred, normal, ceux qui habitent les plus près sont souvent les plus en retard ... Même composition que l'année dernière, Anne Simon, William Bouvier, Emmanuel Lang, Frédéric Parzych et Stéphane Dumortier. A voir ces visages familiers je commence à rentrer un peu dans l'ambiance de la course. Cette fois-ci c'est sûr, je ne viens pas faire de la peinture sur soie.





L'ambiance commence à monter petit à petit, présentation des équipes, le film de 2008 qui passe, les regards qui se croisent... On sait que beaucoup se demandent qui pourra nous faire descendre de cette première marche. Le fait d'avoir Fred et Will dans l'équipe met un peu plus de pression sur le groupe. On n'a pas le droit de se planter quand on a dans l'équipe le binôme qui règne sans partage sur le raid d'orientation pédestre depuis maintenant 4 ans. Mais si certains peuvent subir cette pression, nous elle nous stimule... 22 heures. Le départ est lancé.

Clo-Clo, équipe Mad'leines :

4. Le départ : Quelques consignes habituelles de Papy Turoom l'organisateur, ainsi que de son alcoo...lyte Marc le Kloug (encore une connaissance de longue date), et les capitaines se placent en ligne dans le gymnase, prêts à recevoir la bible du Raid28, à savoir le roadbook.



22h pétantes, le départ du Raid28 2009 est donné. Francis nous rejoint dans le coin de gymnase que nous nous étions réservé, avec le roadbook, une carte IGN au 25000 ème de la zone couverte spécialement éditée pour ce raid28, ainsi qu'un carton prologue. En effet, pendant que Christophe et Line reportent les 20 premières balises sur la carte, nous allons, Francis, Jean-Yves et moi chercher 3 balises à proximité du gymnase. J'ai été embarqué dans cette tâche à cause de ma soi-disant connaissance du terrain, mais je n'ai aidé qu'à trouver la première, sur les deux autres, la science des vrais orienteurs a vite dépassé celle de la connaissance ;(.



5. La course : Vingt minutes plus tard, nous revoilà au gymnase, et du coup, Christophe et Line arrêtent de reporter et nous voilà tous les cinq lancés vraiment sur la course. J'ai été dans la carte comme on dit jusqu'au PC2, car ma connaissance du terrain a quand même aidé un peu finalement.



A partir de là, j'ai surtout essayé de suivre sans ralentir l'équipe. Je me rappelle de quelques passages glauques sous des tunnels, et bien sur la fameuse balise 10 « spéciale rivière ». Les pieds dans l'eau jusqu'aux genoux, et même pas loin des c....les quand j'ai failli trébucher dans un trou plus profond ;(. Mais j'ai trouvé que les pieds



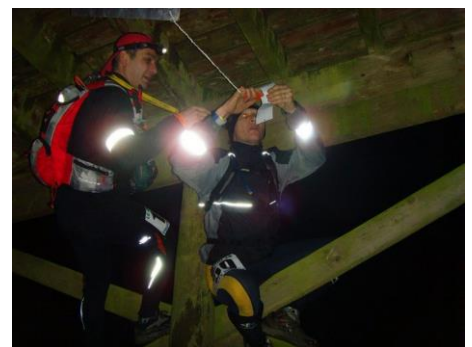
se réchauffaient somme toute assez rapidement après, il fallait juste courir assez vite.

Un peu de courte échelle pour aider Francis à poinçonner la balise 11 (« vous verrez comme c'est utile d'être 5 » qui disaient, mais à 2, ça le fait aussi ;).

Après avoir suivi l'Yvette un certain temps, nous avons longé l'Orge un moment. Je ne me rappelle pas de tout, mais je sais que Christophe et Jean-Yves



assuraient un max pour l'approche des balises, et Francis courait comme un cabri pour les trouver et poinçonner. Même que l'équipe du MMK nous est passée à coté au moins une fois sans voir la balise, c'est pour dire. Et que dire de leur poule mouillée qui a dû vaincre son élément abhorré pour aller



poinçonner son bracelet, aidé en cela par un canard boiteux. Sur quelques balises, il y a des consignes de pointage supplémentaire d'un bracelet porté par un des équipiers, et comme on ne peut pas les enlever et que l'équipier en question n'est pas toujours celui qui est le plus prêt (s'il est encore en course ?), ceci donne souvent lieu à des franches parties de rigolade. Du départ jusqu'au PC6, nous avons souvent fait le yoyo avec l'équipe des Maratouristes, ce qui m'a permis d'encourager ma copine Murielle souvent. Elle avait l'air bien dans la course, ce qui lui a permis d'évacuer le stress de son deuil. Et à chaque fois, une étoile brillait un peu plus, Margot nous observait de là-haut.



Stéphane, équipe Arverne Outdoor :

ACTE I :- Tout est beau dans le meilleur des mondes.

3 postes en ville, à aller chercher par 2 gars de l'équipe. Pendant ce temps on commence à reporter les postes. Grosse différence par rapport à l'année dernière, tout le début de course se déroule en ville. Les postes sont assez difficiles à placer et au retour de Manu et Fred nous n'en avons mis que 11. On s'élance en 2° position et nous prenons très vite la tête de la course. On ne s'attendait pas à si bien partir. Fred est très fluide, le rythme est bon, le moral aussi.



Clo-Clo, équipe Mad'leines :

Au PC6 à la gare de Sainte Geneviève des Bois, Sandrine la Tazeuse nous encourage, accompagnée des Dunes d'espoir qui contrôlent les équipes (il faut avoir son carton de pointage, et se présenter au complet).

Après 4h du mat, on commence à avoir des frissons à courir sous la pluie bien fraîche, sur un plateau sans arbres mais beaucoup de vent.



Après le PC9 à Cheptainville, et malgré un pourcentage de balises trouvées très correct, nous ne mettons pas longtemps à prendre la seule vraie décision stratégique de la course, à savoir prendre le raccourci pour rejoindre au plus court le PC10. Evidemment, au passage, nous ratons l'occasion de « jouer » sur une memory et une spéciale CO concoctées par Michel l'Tron avec une vingtaine de balises dont essentiellement des bleues ludiques, mais vu de l'heure, la barrière horaire à 8h30 au PC10, notre vitesse de progression, celle du vent et l'âge du capitaine, nous n'hésitions pas longtemps.

Du coup, nous sommes la quatrième équipe à passer au PC10 (presque sur le podium, mais pas pour longtemps ;(), et nous aurons échappé à la vision apocalyptique dont d'autres ont rapporté (21 équipes abandonneront sur ce Raid28, et la majorité à ce PC10). Du coup, on comprend mieux l'accueil que nous y a réservé Papy Turoom, tout content d'y voir l'équipe n°50 au complet et en pleine forme. Même que c'est reparti pour un report de balise, et avanti.



Bon, après, on a commencé à faire quelques fautes d'orientation, peut-être la fatigue. Après le PC12, Christophe a cru voir un gué sur le bassin de retenue de l'Orge permettant de couper vers le PC13. Hélas, il a



fallu se rendre à l'évidence qu'à coté de ce gué, la rivière du PP010 n'était qu'un filet d'eau. Donc on a dû contourner ce bassin par l'Ouest, avec un bon kilomètre et demi de rallonge. Premiers grincements de dents de la part d'Aline, mais rien de méchant. A ce moment à peu près, nous apprenons que l'équipe de Stéphane et Murielle s'est délitée, car leur jeune fougueux pointeur a fait cavalier seul et ils ne l'ont pas retrouvé pendant plus d'une heure. Ils termineront finalement à trois. Dommage pour Murielle, mais l'important pour elle est ailleurs. Au moins, son petit ange nous porte chance :J)

Stéphane, équipe Arverne Outdoor :

ACTE II :- Ne jamais s'endormir sur ses lauriers.

Mais arrivés au cp qui précède le poste 9, nous sommes un peu approximatifs. Nous commençons à évoluer dans le lit du ruisseau pensant que la portion obligatoire de progression dans le cours d'eau commence là. Non seulement nous perdons beaucoup de temps en progression mais en plus Will en profite pour se baigner. De l'eau jusqu'à la taille, nous sommes complètement gelés. Nous comprenons un peu tard notre erreur, William a une 2^e entrée gratuite pour la rivière de Longjumeau. Sortis enfin du bon endroit, nous sommes obligés de faire une pause change pour Will qui est frigorifié. Le chrono tourne. La carte a pris un peu l'eau. Bref tout va bien.

Nous repartons mais la fluidité n'est plus là, nous avons des postes d'un côté de la voie ferrée, les cherchons de l'autre côté et ... nous nous faisons rattraper. D'abord par Grany, qui a une très bonne équipe. Ils ont un bon rythme, une bonne navigation et maintenant un moral en hausse d'avoir recollé. Sur un poste avec un DLNI pas évident à trouver 2 autres équipes reviennent si bien qu'au cp d'après nous pointons en 3^e position derrière Grany et Esprit raid. Une équipe que nous ne connaissons pas est juste derrière nous. Tout est à refaire ... Il va s'ensuivre un mano à mano entre les 3 formations où chaque équipe va forcément y laisser du jus.



Pourtant nous parvenons à nous détacher de nouveau en mettant à profit un poste un peu délicat. Notre rythme de course est un peu plus élevé que les autres équipes, il faut juste espérer qu'il n'est pas trop rapide pour nous.

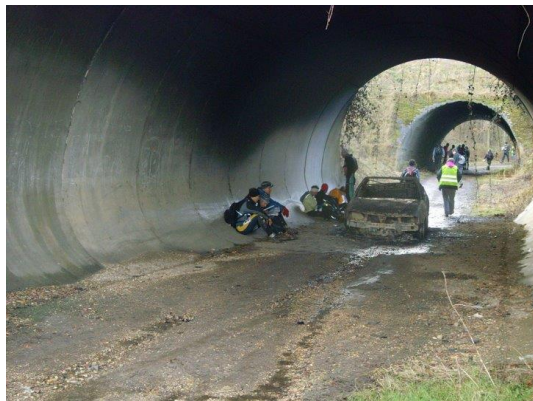
Nous pensons avoir fait le trou et le moral revient vite. Mais arrivé à un cp, nous présentons nos bracelets et nous rendons compte qu'il nous manque un poinçon. Nous sommes tous équipés d'un bracelet de couleurs différentes et sur certains postes, une consigne est écrite sur un petit bout de papier, le coureur de l'équipe qui a le bracelet de la couleur correspondante doit poinçonner en plus du carton de contrôle. Discussion avec un des grands manitous du raid qui se trouve au CP. On apprend que ça nous comptera une balise de moins. Nos espoirs s'envolent pendant une bonne demie heure, le temps de relire les consignes et de s'apercevoir que ça nous comptera en fait 15' de malus. On se dit que c'est jouable. A ce moment de la course, on essaie de trouver des arguments pour continuer à courir. On arrive à la Co mémoire et pour nous c'est le moment de faire le trou. Avec 4 orienteurs dans l'équipe ça devrait le faire. Pourtant, pas assez organisé nous ne mémorisons que 9 postes sur 10. On part un peu dans la précipitation, sans vraiment d'itinéraire préétabli. Anne a mémorisé les définitions. Elle a vu deux bornes. Sur les points qu'on a reportés, il n'y en a qu'une. On fait donc

une hypothèse, et on prend le risque de faire un voyage pour rien. Risque payant !! Mais on croise Grany ... qui ne sont pas très loin. Et dans ces cas-là, on a tendance à tout voir en noir. On sait qu'on a déjà 15' de pénalités, on n'arrive pas à lâcher les Grany's boys, et on se dit qu'on est les seuls à avoir pris des pénalités... ça va être chaud !

Clo-Clo, équipe Mad'leines :

Christophe nous sort un petit coup de rouge, accompagné "d'une saucisse, ça fait du bien au moral". Du coup, le lavoir de Bruyère qui ne nous promettait que de l'eau s'est laissé désirer. La spéciale CO de précision de la Roche Turpin nous a enfin permis (enfin aux orienteurs) de nous amuser un peu à chercher parmi 4 balises bleues (quand on les a trouvées)

laquelle correspond à celle marquée sur la carte. J'ai même réussi à en trouver une, mais en copiant honteusement sur l'équipe adverse qui est passé avant et qui n'a pas assez bien caché son jeu d'approche. Puis le passage sous la N104 (PC15) nous a aussi fait faire un petit extra, malgré une approche initiale à travers champ pourtant bien enquillée, grr.. Mais on est dans les temps, une demi-heure d'avance sur la barrière horaire.



Report de balises, bonne sustentation avec les derniers morceaux de cake au safran, et c'est parti pour le sprint final. Façon de parler, car ça commence à tirer un peu dans les guibolles. Mais on n'est pas venu pour se lamenter, alors on y va. Surtout que maintenant, le profil n'est plus urbain et plat, mais champêtre ou forestier et assez vallonné. Malgré cela, nous avançons toujours d'un bon pas, juste une petite pause par ci par là dans les côtes vraiment trop raides. Mais Dieu que la traversée de la forêt vers Villejust paraît longue. Arrivé vers les Ulis, je reprends contact avec des terrains connus, et du coup la fin passe mieux. Une petite coupe directe plein pente à travers bois avant de traverser la 118, nous voilà déjà à Orsay. Dernier jardinage pour le 2^{ème} pont sur l'Yvette, et pleine gomme pour arriver avant l'équipe de Jean-

Luc et Robert (ou ce qu'il en reste).

Emotion en passant l'arche d'arrivée tous les cinq à 15h45 (Yes, we can), avec au passage une alcoo...lade du grand Kloug et un sourire du Sanglier en tant que spectateur.

Et bien sûr la petite lueur qui vient du ciel ...

Quelle surprise le lendemain d'apprendre que nous sommes 12^{èmes} avec 55 balises vertes et 10 bleues, juste derrière les deux équipes du JDM. Seules 23 équipes sur 57 au départ finiront au complet (à cinq), on se demande bien pourquoi ?

Clo-Clo, équipe Mad'leines :

6. Après

Dès le passage de la ligne, les bénévoles qui ont été aux petits soins pendant toute la course, bravant souvent les intempéries pendant des heures immobiles, nous ont offert un bol de soupe. Quel régal après cette petite promenade de santé ;) Déchaussage obligatoire avant de rentrer dans le gymnase, il ne faudrait pas que les bouseux salissent les infrastructures du campus tout de même. Dans le gymnase, c'est un peu Trafalgar. Des mines fatiguées et déconfites, soit à cause d'abandon, ou de conditions pas tout à fait reposantes. Une bonne douche, des massages ou un passage chez l'ostéo pour certains, un repas d'après course, et c'est déjà l'heure de prendre congé de mes coéquipiers du jour. Merci de m'avoir accepté dans l'équipe des Mad'leines, qui d'après une extrapolation mathématique devrait finir -10^{ème} l'année prochaine ;) Je décide de rentrer en RER (5 stations), ce qui me permet de causer un peu avec Christian Bottle qui rentre à Paris, et un Céleste une fois.



A l'année prochaine si vous le voulez bien.

Et merci à Line pour m'avoir autorisé à inclure ses photos dans ce CR 😊.

Clo-Clo



ACTE III- Le dernier souffle

On enchaîne bien les postes. Will a pris le relais de Fred à la topo. Et on compte les heures pour voir le jour se lever. On prend des averses de giboulées en pleine face avec une petite brise qui nous glace les mains. Le plus dur à ce moment c'est de bien interpréter les définitions; « au nord-ouest du point côté 208, à l'est du « coll » (du coll de collège, pour les non initié au Raid 28 !): hein ? Qu'est-ce que t'as dit ? le col à l'est du point 208 ? on fait répéter les définitions 3, 4 voire 5 fois et on trouve encore le moyen de se tromper. On manque d'eau. On a plus envie de sucré.



Plus envie de manger quoique ce soit d'ailleurs.

Et on commence à poser LA question un peu plus régulièrement. Quelle question ? « au prochain CP, il restera combien de kilomètres ? ». On maudit les organisateurs du raid qui ont forcément dû se tromper dans le kilométrage du raid, chaque centaine de mètre semblant en faire 200.

On pense au prochain raid 28 ... heu, non, ça on n'y pense pas, à ce stade on se dit qu'on ne nous y reprendra pas ... Alors on pense à la victoire ... ha non, ça non plus on ne peut pas y penser: avec cette histoire de pénalités que l'on peut prendre avec le poinçonnage des bracelets, la co de précision sur des agrandissements de cartes au 15000 mais avec 4 postes en 20 mètres ... On n'est sûr de rien, ce qui enlève un peu de la joie de franchir la ligne.

La soupe de l'arrivée est au top. La douche aussi. Et on bénit les ostéos ... On ne pourra pas tous monter sur le podium en raison de nos horaires de train. C'est qu'on n'est pas d'ici nous ...

Maintenant la recette c'est boire, boire, boire et ... boire. Ce qui ne m'empêchera pas de marcher comme un canard lundi matin ...

Petite pensée pour Fred qui passait ce lundi un examen du BNSSA avec un 800 mètres en palmes/masque/tuba ...

Petite pensée pour Anne qui passe son agrèg cette semaine et qui est quand même venu courir ...



Grand merci à nos partenaires :

AIRXTREM qui nous a fourni des lampes au top, les chaussettes sealskinz dont nous sommes maintenant des partisans, et les chaussettes BV pour la course et la récup ...

OXSITIS qui nous a fourni le mélangeur pour le camel, et que nous testions pour la première fois en conditions maximum, c'est à dire avec changement du produit pendant la course. Verdict: super produit. Gros intérêt de pouvoir ne boire que de l'eau au lieu du produit en fin de course quand le goût du sucré nous écoëure ...



Steph

L'équipe d'organisation du Raid 28 :

