

## LE TOR DES GEANTS A PETITS PAS ....



**22 septembre 2021**

Courmayeur, le Tor est fini, je suis une Géante ! Comment débuter mon récit ?  
Par la ligne de départ ?

Mais avant la ligne de départ il y a ces mois de préparation.  
Je vais brièvement les survoler car à eux seuls ils mériteraient un récit.  
André surnommé coach a planifié toute la préparation.  
L'a revue, remodelée, au fil des jours et des semaines en s'adaptant à chacune de mes sensations, des situations que je pouvais traverser.



Accompagnée de Chouchou, de mes amis, nous avons fait chaque entraînement. Jours, nuits, sous le soleil, la pluie à VTT, à vélo, en marchant ou en courant, et parfois même dans le lagon...



Puis il y a eu Briançon André et Manu me font découvrir la montagne.

Avec bonne humeur, entre caillettes et saucissons, ils me guident, me prodiguent des conseils qui me serviront tout au long de la semaine de course.

Jean-Marc nous rejoint avec (son camping-car) Marco Polo afin de récupérer une grande partie du ravitaillement pour la course. L'assistance Marco Polo se met en place.

## C'est parti pour l'Italie !



Afin de peaufiner cet entraînement, de le terminer en feu d'artifice ; 10 jours à Breuil Cervinia. André m'accompagne sur ma première sortie nocturne, tôt le matin, il fait très froid, premier test du matériel. À part les gants tout va bien. J'en trouverai une paire parfaitement adaptée au village.

Coach m'oriente jour après jour sur les entraînements à faire, ou pas, selon mon ressenti et surtout le moral. Effectivement quelques jours avant la course j'ai l'impression de ne pas avoir le temps de me reposer ; alors nous passerons à des journées plus souples. Shopping, chocolat chaud...

Je suis à la lettre le conseil de Pauline pour le sommeil c'est-à-dire rester minimum 10 heures allongée 10 jours avant la course.

Le jour du départ pour Courmayeur, Etore (notre hôte) nous déposera en voiture afin de m'éviter la fatigue d'un voyage en bus.

Courmayeur,



L'ambiance est électrique je suis plongée dans le bain ; des affiches du Tor inondent les fenêtres, les devantures de magasins il n'y a plus de doute j'y suis. Avec joie je retrouve Martine, rencontrée sur l'ultra trail du mont Albert en Gaspesie. Nous faisons la connaissance de son chum et de toute l'équipe québécoise.

L'assistance Marco Polo arrive le 10 septembre. Jour d'anniversaire de Jean-Marc que nous fêtons au restaurant

Mes parents nous rejoignent la veille du départ et c'est ensemble que nous irons chercher LE sac de la course qui me suivra durant 6 jours.



**12 septembre 11h45**, nous sommes sur la ligne avec Pierre-Luc, Max et Martine, sous la banderole Tor des Géants ! La musique résonne dans toute la ville. Jean-Marc et chouchou de l'autre côté de la barrière mitraillent de photos.

Je me sens étrangement calme, prête !

Martine nous suggère d'énoncer le pacte que nous faisons avec nous-mêmes pour ces quelques 350 km à venir.

Le mien : ne pas laisser les émotions trop fortes me submerger, être fière, avoir confiance en tout ce que j'ai mis en place pour arriver à ce jour.

-5 minutes le cœur s'accélère, la musique m'enivre, chouchou me demande si j'ai écouté les recommandations liées à la météo ... Non bien sûr je suis trop excitée, je plane, je regarde partout pour figer ces minutes dans ma mémoire ; ils annoncent très mauvais temps à partir de mercredi ! À ce moment-là ça n'a aucune importance je suis équipée pour et puis on verra bien 😊

Le décompte...5 4 3 2 1..... Et c'est sur la musique de pirate des Caraïbes que les coureurs se mettent en mouvement...

Je trottine aux côtés de Martine. Les spectateurs nous applaudissent, crient, les Valdôtaines et Valdôtains en costume font chanter leurs grelots ! J'entends les encouragements de mes parents, les voix de Chouchou, Jean-Marc, .... J'y suis enfin !!! Je cours tout en essayant de rester calme, de ne pas m'emballer. Lentement, je rentre dans ma course.

Le repérage de la veille m'aide à anticiper, première montée je marche, Martine s'envole, je la reverrai dans une semaine (elle finit en 122 heures et gagne sa qualification pour le Tor des glacières.)

La fin du bitume débute sur une première infinie grimpe... Je me retrouve dans un groupe un peu trop rapide, mon cardio s'accélère. Je ne lâche pas, tout en me disant que ce n'est pas raisonnable mais j'arrive à gérer alors je monte .... Premier col, le col D'Arp tout va bien !

Nous redescendons vers La Thuile. Je crains de ne pas être dans les temps de la barrière horaire alors je ne traîne pas. Premier ravitaillement l'assistance Marco Polo est là au top !



Je repars avec un groupe de trois messieurs, dont l'un me dit avoir 77 ans 😱 Reconnaissant le pas montagnard, sûr et régulier je me cale derrière lui afin de récupérer de cette folle première montée...

Notre ascension se fait le long d'une cascade dans un sous-bois c'est agréable. Après quelques heures je le dépasse et poursuis pendant que le soleil se couche lentement vers cette première nuit.

Ravitaillement au sommet, j'observe les autres coureurs s'habiller plus chaudement alors je décide de les imiter. Je bois une soupe chaude avec des pâtes puis je quitte seule le ravitaillement. La nuit tombe j'allume ma frontale retrouve deux Italiens avec qui je resterai un petit moment ; c'est ma première nuit et je ne sais pas trop ce qui

m'attend. Je me sens en confiance alors j'accélère et grimpe à l'assaut du col de Haut Pas. Petit pas par petit pas... Des petites lucioles (les traileurs,) serpentent vers le sommet. Le dénivelé est encore plus important il y a des cordes, des chaînes pour nous aider. C'est la nuit noire je reste extrêmement concentrée me doutant que le vide est juste là .... Le col apparaît dans le halo de ma lumière quelle première satisfaction, mon premier col sous les étoiles. Je me trouve en forme, facile, en paix.  
Une photo et hop je redescends il est 21h07



Concentrée sur ma descente, j'observe en face une colonne régulière de lumières. C'est magnifique ! Je pense que c'est un éclairage de ville ou d'une remontée mécanique avant de comprendre que c'est mon futur col ; mais la dernière lumière, est-ce une étoile ou une frontale ? une frontale... « ah oui tout de même ! » mais je suis là pour ça et j'aime ça !! Ravitaillement, je bois chaud et mange chaud. Le jambon est excellent, les bénévoles adorables. Je discute avec un traileur qui vient de Guyane il me dit ne pas se sentir très bien, je le croiserai retapé quelques kilomètres plus tard.

Je repars sous les étoiles, guidée par les lucioles qui montent juuuuuuuuuusqu'en haut !  
Col de la Crosatie !

Valgrisenche, 1<sup>ère</sup> base de vie. Je retrouve l'assistance Marco Polo pendant que chouchou refait mon sac, je prends une douche, vais me reposer une heure, j'arrive à avoir un massage et me fais strapper pour la première fois le genou. Pas de sensation de douleur mais je préfère anticiper. Puis je commets ma première erreur en mangeant avant de repartir. Max est là il finit son repas et part dans cinq minutes.

Chouchou m'accompagne je m'enfonce dans la nuit, et durant trois bonnes heures avant que le jour ne se lève, j'ai terriblement envie de dormir... Je m'absorbe dans le paysage tente de garder un rythme régulier. Note à moi-même, « ne plus manger avant de partir » !

Arrivée au chalet on me propose d'aller me reposer mais je refuse et repars d'un bon pas. Aurelia et Giovanni que je croiserai de nombreuses fois se restaurent, je quitte les lieux pour l'Ascension du col fenêtre tranquillement .... Dans la descente de ce col, j'entends un cri, comme un appel, je cherche du regard et croise celui d'un chamois qui m'observe... « est-ce toi qui me sale ? »

Arrivée au village Rhemes-Notre-Dame, Chouchou et Jean-Marc sont présents, ravitaillement assez rapide je poursuis mon chemin. La fatigue est encore présente alors je décide de dormir là au soleil contre un rocher me laissant bercer par le chant des marmottes. Je régle mon réveil pour 10 minutes. Il m'en faudra seulement huit pour me requinquer, j'aborde la montée du col d'Entrelor en décidant de m'imposer un rythme 10 minutes marche rapide 30 secondes de pause.



À ce train je remonte sur Max tout étonné de me voir !

Nous arrivons ensemble à un ravitaillement où nous prendrons minutes de dodo.



30

Je repars seule pour le troisième col de la journée le col de Lozon 3300 m !

Le plus haut, que j'atteins avec aisance. L'arrivée en haut d'un col et toujours une extrême satisfaction. La descente réclame une concentration de chaque instant.



Avant le col la traversée du parc avec les bouquetins fut magique.

En montant, je suis impressionnée par un papy américain qui allume sa frontale à la nuit tombée. Je ris car sa tenue fluo me donne l'impression de marcher avec un squelette, la lune éclaire nos pas...

Petits pas par petits pas....

Avec Aurelia nous arrivons à Cogne, difficilement nous trouvons le bon chemin qui nous amènera jusqu'à la base de vie.... Quelques heures après je reprends ma route.



C'est une longue descente qui m'attend pour arriver jusque Donass

Jean-Marc vient me chercher je suis heureuse de le voir car ce passage est interminable nous marchons de longs kilomètres sur le bitume, au bord de l'autoroute. L'arrivée sous les voûtes de pierre me font tout oublier et puis



il y a mes parents qui sont là « surprise !! »



Je retrouve chouchou et le rituel de la base de vie, manger prendre rendez-vous pour le massage petite douche ou pas dodo...

*Et de nouveau c'est le départ*

Traverser les villages, en silence dans l'intimité du sommeil des habitants. Escaliers après escaliers marches après marches sous le regard d'un chat je passe....

Affamée j'arrive à Sassa !

Je retrouve avec bonheur mes assistants d'autant plus que j'avais oublié qu'ils seraient là. Je me sens bien, j'ai apprécié cette étape !

La montée jusqu'au refuge de la coda se fait dans la brume sous la pluie il me faut être très attentive afin de ne pas glisser sur les grandes plaques de Roche.



J'arrive fatiguée j'aimerais pouvoir dormir mais nous n'y sommes pas autorisés. Un bénévole m'informe que je pourrai-dormir dans 9 km au refuge de la barmia.

Le jour se lève sur cette partie de la vallée qui est époustouflante de beauté.

Je rejoins Aurelia et Giovanni accompagnés de Philippo avec qui je cours quelques kilomètres avant de le laisser car ses ampoules l'empêchent d'avancer plus rapidement. Je le retrouverai avec émotion sur la ligne d'arrivée il aura été obligé d'abandonner.

Au détour d'un sentier, en contrebas un lac se fait doré aux lueurs du soleil levant.

J'ai mes premières hallucinations... l'impression de voir des spectateurs sur un plateau un peu plus haut alors je leur fais signe de mon bâton pour les saluer ils ne répondent pas... je me frotte les yeux et constate que ce sont des arbres il faut vraiment que je dorme !

L'arrivée au refuge est une fête !! Je peux y dormir 20 minutes qui me suffiront à me revigorir pour la suite des festivités.

C'est accompagnée d'Aurelia que je reprends le chemin pour le col de la Vecchia.



J'ai pris en photo chaque col, le passage de Niel est un de mes préféré.

L'enchevêtrement de cailloux me rappelle les digues de mon enfance sur lesquelles je m'amusais à courir de plus en plus vite. Je m'amuse comme une gamine. Valérie me suit dans les montées, je suis dans ses pas dans les descentes. Le duo fonctionne bien nous sommes rejoints par Aurelia dans les derniers km pour l'arrivée à Niel. Neuf minutes de ravitaillement... Avec une petite pointe au cœur je quitte mes assistants. L'endroit est douillet et la polenta y est délicieuse ! Mais l'appel des sommets est là. Avec Aurelia nous montons les longues marches en pierre. Un troupeau de moutons, l'âne parmi eux me fait sourire.

### **Base de vie Gressoney, 205 km ! la course peut commencer...**

Je me sens désorganisée, stressée par le temps j'ai l'impression que mes assistants ne me laissent pas dormir, rien ne se passe comme je veux ! il est difficile de me faire masser et/ou Straper , passent devant moi les concurrents du Tor des glaciers. Je rencontre pour la première fois Martin qui tente de me rassurer en m'expliquant que son frère lui a dit que nous avions du temps.

Je ne comprends pas car Cyril me dit que je dois me dépêcher... C'est le fouillis dans mon esprit. Finalement Martin rappelle son frère qui a refait les calculs... Effectivement notre temps est compté, il faut partir et je suis encore sur la table de massage en train d'attendre un strapping... J'interpelle un masseur lui montre ma montre... Enfin il s'occupe de moi ! En descendant je croise le regard fatigué de Tiziana, on se sourit... Je repars stressée par la barrière horaire je file, avale les kilomètres le plus rapidement possible.

Je retrouve mon rythme, 10' sans m'arrêter, 30 secondes pause étirements... je passe le col Pinter 2777 m de nuit. La journée s'annonce plus paisible, j'ai appelé coach qui me conseille un rythme « shopping » afin de récupérer car les deux derniers jours vont être difficiles.



Accompagnée d'Aurélia, Franck, Giovanni et Phillippe la journée se passe merveilleusement bien la bonne humeur est présente et c'est en papotant que nous arrivons sur le refuge de Grand Tournalin  
Quelle émotion ! Au son des cloches nous finissons la montée les larmes aux yeux, le sourire aux lèvres.

Restaurés, nous repartons et franchissons le col de nanaz, Franck se met à chanter « nanananzzz col is life !! » !!

La descente donne des ailes à ce dernier qui dévale durant quelques minutes sous les encouragements de tous les trailers présents.

Les vaches nous laissent tout juste le droit de passer ce qui déclenche des rires dans notre petit groupe de plus elle rumine les fanions. Je l'avais lu je le vis ! Cet instant est incroyable !



Arrivée à la base de vie de Valtournenche il pleut ; retrouvailles avec ma sœur et mon p'tit beau-frère, les parents de Chouchou... j'ai peu de temps à leur consacrer car le rituel m'absorbe, me nourrir, dormir, me faire masser et strapper. C'est d'ailleurs là qu'un kiné me remettra complètement sur pied en faisant des trigger points sur mon quadriceps de la jambe droite qui me fait souffrir dans les descentes.

Et Hop fin d'après-midi je repars, Jean-Marc marche à mes côtés, m'explique que des averses étaient prévues mais il constate que le ciel se dégage, peut-être aurai-je la chance de passer à travers.

Avant dernière nuit... la fatigue est présente, le vent, le froid je rencontre un monsieur qui fait le Tor  
Une année sur deux.

Il m'explique comment dormir debout « regarder devant fermer les yeux compter jusqu'à cinq ouvrir les yeux » et ainsi de suite tant que le chemin le permet. J'applique consciencieusement son conseil et cela me permet d'avancer.

En arrivant au refuge Lo Magià je vois Marco polo, vais taper au carreau pas de réponse, j'imagine alors que mes assistants m'attendent au refuge... mais en constatant qu'ils ne sont pas là, je ris « ils dorment à poings fermés ! »

Alors je me restaure avec une tarte aux pommes un expresso, dors 20 minutes puis je reprends la route en imaginant avec délice la tête que feront chouchou et Jean-Marc au réveil en découvrant que j'ai devancé leur pronostic.



Marcher la nuit, dans le silence du vent. Pour la première fois depuis le départ je recherche la compagnie des autres traileurs afin de ne pas m'endormir. Je retrouve Tiziana et son compagnon reste un moment à me laisser hypnotiser par leur petite languette fluo sur les basket... je n'ai pas à réfléchir, petits pas par petits pas on avance... puis je passe et me retrouve seule, ma frontale donne des signes de faiblesse, j'essaye de changer la pile, mes doigts et mon esprit ne se coordonnent pas... le vent souffle, je me refroidis, je perds du temps !!! alors je décide de prendre la frontale de secours.

Je croise un traileur en pause cigarette admirant la vue sur la vallée... nous échangeons quelques mots et je reprends mon chemin en dormant parfois sur mes bâtons. J'arrive à un ravitaillement, il y a un feu de bois, mais je ne veux pas m'y arrêter, je bois plusieurs thés chauds puis me plonge dans la nuit, dans le vent... le jour se lève en même temps que j'arrive à un refuge. La gardienne insiste pour que je dorme « d'accord 10' » je me couche, elle me tend une couverture « prend la plus chaude » je rectifie « 20' !!! » je sombre dans un sommeil profond, me réveille seule... me prépare et lui demande combien de temps j'ai dormi « 20' » me répond-elle avec un grand sourire tout en me proposant un jus d'orange pressé. Le meilleur jus d'orange que j'ai bu

Toute ragaillardie, sous le soleil, je file à l'assaut du col où j'imagine retrouver mes anges gardiens.



La descente se fait en douceur, j'alterne marche et course en riant encore toute seule de la tête qu'ont dû faire Chouchou et Jean-Marc. Ce dernier que je vois courir vers moi, dès qu'il est à portée de voix je ne peux m'empêcher de lui dire « ALORS BIEN DORMI !! » il est désolé et m'explique leur réveil en catimini 😊 A mon tour je lui raconte ma nuit, puis André et Manu viennent à ma rencontre quelle joie et je sais que ma sœur ne va pas tarder car elle m'avait glissé la veille à la base de vie « demain je viens » et les voilà ma sœur, mon p'tit beau-frère comme ils sentent bon !!!

C'est ensemble que nous arrivons au ravitaillement où mes parents sont également présents. Même si j'ai peu de temps à chaque fois, c'est une fête renouvelée de les voir.

Arrivée à Ollomont, dernière base de vie, je me sens très fatiguée, j'ai 3h m'annonce mes assistans... c'est peu...

En sortant de sous le chapiteau, je vois Kinette (mon amie d'enfance) s'avancer vers moi... mélange d'émotions, de sensations, je suis fatiguée, pressée, heureuse et la première chose que je lui dis « je n'ai pas le temps » « je sais, juste un petit bisou» je sens le goût salé de ses larmes d'émotions sur mes lèvres. Je constate que mon épuisement anesthésie mes émotions, sensations, tel un robot, je veux manger, dormir, me faire masser... rituel rassurant, sécurisant. Chouchou me dit l'essentiel « prends ton sac ici, ramène le, repars, tu as tant de temps... »

A Ollomont les douches sont précaires... mais c'est avec joie qu'Aurélia et moi les utilisons. Je mange à côté d'une jeune femme épuisée, qui me dit « regarde dans quel état je me mets » elle a un œdème au ventre c'est



impressionnant (je n'ai pas vu ma tête !!!)

Le massage est un pur délice, sous une couverture, je m'endors. La kiné me fait mon strap, puis je vais dormir. Le lieu ne se prête pas au sommeil une petite heure et je décide de repartir. Je me sens épuisée.

Chouchou me prépare, puis Jean-Marc m'accompagne en me brieffant sur cette dernière journée.

Je me trompe de chemin, perds 20'... le sommeil enveloppe mon corps, une longue lutte débute...

C'est la fin d'après-midi, je savoure cette dernière journée, le vacher est en train de rentrer avec son troupeau, je suis au milieu et marche au pas de la vache pour mon plus grand bonheur ! c'est redynamisée par cet instant que j'attaque la montée sur le sentier, dans les champs.

J'arrive à un refuge, je décide d'y dormir 20' mais l'ambiance festive m'en empêche. Après avoir discuté avec Martin je repars, on se dit à bientôt car on aimerait bien marcher ensemble.

La nuit, le poids du sommeil est de plus en plus lourd, le chemin est facile, je peux appliquer le dodo en marchant. Je cours un peu, pas trop, mes genoux ne sont pas vraiment d'accord en même temps est-ce bien raisonnable, je suis tellement fatiguée...

Les hautes herbes, blanches m'invitent à m'allonger pour me reposer, je cède à leur chant mélodieux... en boule, j'éteins ma frontale et ferme les yeux en prenant le risque de ne pas mettre mon réveil... le passage d'un traileur me réveille... j'avance... Je vois le ravitaillement à portée de main juste là, je regarde ma montre, il y a encore une dizaine de km... je ne comprends pas. Alors j'aperçois des petites lumières en bas, puis qui remontent... Je comprends mieux.

Enfin j'arrive au ravitaillement ! pause gourmande ! viande à la plancha accompagnée de pomme de terre et pomme pour le dessert !! j'y retrouve Martin qui est passé pendant ma micro sieste. C'est ensemble que nous repartons.

Nous parlons, parlons, parlons, pour ne pas nous endormir. Il a des hallucinations « là je vois un âne... » c'est un bout de bois....

Donald son frère vient à notre rencontre, nous sommes épuisés et voulons dormir. Mauvaise nouvelle nous ne pouvons pas à St Rémy en Bosse... je ne comprends pas pourquoi chouchou ou Jean-Marc n'arrivent pas à ma rencontre... je suis tellement fatiguée... j'arrive dans le village, pas d'assistant, j'appelle Chouchou au téléphone « vous êtes où ? » « Un peu plus bas continue » je n'ai même pas la force de lui répondre, je raccroche... Marie la femme de Martin prend les choses en main et le rappel « il faut que tu viennes Virginie ça ne va pas ».

Dans mon esprit, tout se déroule au ralenti, je vois l'infirmière qui nous explique que l'on ne peut pas dormir... chouchou arrive en courant ; je me mets dans ses bras, je crois que je pleure, « j'arrête je veux dormir ».

Martin est dans le même état que moi. L'infirmière décide de nous mettre en arrêt médical pour que nous ayons droit aux lits. Nous laissons nos assistants décider de la durée de repos que nous pouvons prendre et suivons la dame. Elle nous demande dans combien de temps elle vient nous réveiller, j'ai en tête les conseils de Pauline et répond 1h30 (un cycle de sommeil).

Allongée, épuisée, je m'endors... rapidement les ronflements de Martin me réveillent... 1h30 passe en 2 secondes, lorsqu'elle vient nous réveiller, toujours aussi fatiguée, je décide d'arrêter car je ne veux pas me mettre en danger, seule dans la nuit.

Martin est prêt à m'attendre une heure de plus pour que je dorme, Donald tente de me rassurer, me dit que je suis capable à la vue de tout ce que nous avons fait. Il reste 30 km un col ... je ne sais plus réfléchir.

Nous sortons du dortoir et retrouvons Marie, Chouchou... dans ses bras, je dis à nouveau que j'arrête... cela me semble être une décision raisonnable. Mon amoureux, compréhensif répond qu'il respecte mon choix (entre temps il avait appelé Jean-Marc) qu'il est fier de moi...

Puis Jean-Marc arrive en tenue « tu n'es plus seule jusqu'à l'arrivée, je pars avec toi, André et Manu t'attendent à Frassati pour passer Malatra avec toi. Ta sœur et François partent de Courmayeur pour te retrouver » !

C'est ce qu'il me fallait ! je ne sais pas comment j'ai fait, je ne sais pas où j'ai puisé l'énergie, mais chouchou me remet mon sac, me montre une vidéo que ma fille m'a fait, je ris, je pleure... je vois passer Aurélia l'interpelle mais elle ne m'entend pas, dans son monde elle file !

Donal, Jean-Marc, Martin et moi-même repartons, sortis du village la lente ascension vers Merdeux débute, régulièrement je demande une pause pour dormir assise, la tête sur les bâtons, je dors debout ! Merdeux est là, c'est une bergerie, pas de ravitaillement, nous ne pourrons pas y dormir ... Jean-Marc nous motive pour continuer, avancer...



Le jour se lève, la fatigue se fait moins ressentir, Frassati ! André, Manu sont là !! ils ont hâte de repartir. Je prends le temps de dormir 20' qui me sembleront être une nuit ! puis je commande une tarte aux pommes un chocolat chaud. Et enfin nous repartons ! Jean-Marc, lui, redescend à St Rémy en Bosse, où le départ du 30 km sera donné. Kinette et Pierre y participent. J'ai aussi une pensée pour Jean-Bernard et Karine qui sont sur le 130 km.



Le col de Malatra ! je le passe comme je l'avais rêvé, de jour ! mes anges gardiens me surveillent comme le lait sur le feu... Nous y sommes, le mont blanc en face, l'étendue de champs, les en bas... le dernier col... étrange sensation, avoir envie de finir et vouloir continuer ainsi jours et nuits ...



Dans la descente Martin s'envole rejoindre Marie....

Je suis lente, de plus j'ai glissé sur une pierre, cassé un bâton et mon quadriceps me fait de nouveau souffrir. J'essaye de courir le plus possible, les descentes sont douloureuses.

Ma sœur, mon p'tit beau-frère apparaissent dans ce paysage enchanteur...



Il reste 6 km... je me fais doubler par les coureurs du 30 km qui me félicitent au passage en disant « grande ». Mon cœur se gonfle de fierté... et oui je suis entrain de devenir une géante...

L'arrivée dans le parc, Chouchou et Jean-Marc m'habillent en licorne... et c'est en larme que je remonte la rue principale de Courmayeur ! Larmes de soulagement, de joie de je ne sais pas... je pleure tout en savourant ces derniers mètres il y 146 h j'empruntais la même ruelle excitée, sans savoir vers quoi j'allais. J'étais loin de me douter de la belle aventure que j'allais vivre... de la bouffée d'amitié, d'amour que j'allais recevoir.



Je passe sous l'arche, en larme, reçoit ma médaille, en larme !!!  
J'aperçois Phillipo qui me tend les bras et c'est en larme que je tombe dans ces bras, il sait par quoi nous sommes passés.

Je ne vois pas mes proches qui sont là aussi, je vis mon moment, entre dans l'espace d'arrivée, prends la photo finisher, avec le sourire 😊 Aurélia est là on se tombe dans les bras !!!!! et on refait la course !!!

Puis je rejoins mes proches pour que nous fêtons ensemble cette réussite !



Lorsqu'on y regarde bien, le Tor est une succession de montées et de descentes, dans des paysages plus époustouflant les uns que les autres.

J'ai partagé le sentier avec des vaches pour mon plus grand bonheur, je me suis laissé inspirer par la Sérénité des lieux. Petit pas par petit pas, j'avance flag après flag les mètres deviennent des kilomètres. Je me suis retrouvée seule dans la nuit, la brume, la pluie a observer, écouter mon environnement. Jamais je n'ai eu envie de mettre de la musique. J'ai dormi au bord des chemins, au creux des rochers, en boule dans le froid. J'ai pu observer la délicatesse du jour se lever. Des couleurs pastel coloriaient la fin de nuit. Un clignement de paupières et le jour et là, clair fier. Les oiseaux chantent. La vie diurne prend le pas sur la nocturne. Le froid mordant habite les premières heures du jour, puis la chaleur douce se fait sentir... J'avance ; champ de vache, forêt, clairière, cols, je monte puis je redescends... Cela devient une plaisanterie entre nous « on fait quoi après ? et bien on monte puis on redescend ».

Toujours avec le même plaisir avec la même soif de découvrir chaque joyau qu'offre la montagne. Les secondes se matérialisent en flyers jaune le jour, fluo la nuit. Le temps s'échelonne au rythme des pas, pour ne plus exister j'ai cette sensation de glisser. Je perds la notion des jours et des heures....

### Le petit mot de la fin



le 18 septembre, avec ma sœur, nous sommes allées chercher (en courant) Kinette qui terminait son 30 km.

Le 19 septembre remise des prix, l'occasion de croiser tous mes partenaires de courses, de se serrer dans les bras avec émotions. D'entendre à nouveau la musique de pirate des caraïbes pour la photo des Géants !



25, 26, 27 septembre « on rentre ! »

Grâce à Chouchou, Jean-Marc, mes anges gardiens, au soutien de ma famille, de mes amis des quatre coins du monde,

A l'écoute des conseils de Coach, de Pauline (pour le sommeil) et Christophe (un géant) j'ai réussi !

## MERCI

