

C'est beau mais c'est chaud !

Juillet 2017, je compte profiter de la proximité de mon lieu de vacances avec le départ de la SRHP pour relever un nouveau défi cyclotouriste. C'est sans compter sur la canicule et les incendies qui m'interdisent d'en prendre le départ. Dans ce cas, je mets le cap sur les Pyrénées pour m'attaquer à l'Ours cathare... Ce sera un échec avec mon abandon au sommet du Port de Pailhères après 400km d'un parcours auquel je ne m'attendais pas. Je n'avais pour ainsi dire pas roulé en montagne depuis trente ans et les longs cols ont eu raison de mon entraînement intense (trois sorties de 100km en moyenne sur les derniers mois...).

Juillet 2018, cette fois j'espère être prêt à affronter cette SRHP. Je n'ai pas vraiment roulé en dehors des BRM mais j'ai réalisé toute la série (200, 300, 600 et 1000 à Limoges ; 400 à Angers) ainsi que le 1200 des RAA quinze jours plus tôt. Je sais que la tâche ne sera pas facile mais j'espère que ces 3700km ainsi que quelques trajets pour aller au travail seront suffisants.

Le 19 juillet, j'appelle Sophie MATTER pour la prévenir de mon intention de m'aligner sur la SRHP quelques jours plus tard. Elle m'informe que je peux choisir la version que je souhaite comme j'étais inscrit en 2017 (le parcours de la SRHP a changé en 2018 donc ma carte de route n'y correspond plus). Après un coup de fil à papa, je décide de m'orienter vers la version 2017 car j'ai des informations dans les comptes-rendus de mes prédécesseurs (points d'eau, de restauration, difficultés particulières...).

Dimanche 22 juillet, 22h, je gare la voiture à proximité de la sortie de la ville. Une fois mes affaires préparées je m'allonge et je lis un peu puis je me couche vers 23h00, lever prévu à 1h15 pour un départ à 2h00. Malheureusement, entre une toux très tenace, la chaleur, les moustiques et le groupe d'adolescents braillards à proximité, je ne ferme pas l'œil jusqu'à ce que ma montre sonne le réveil... Tant pis, je rajoute une heure !

Lundi 23 juillet, 2h15, le réveil me tire de mes songes (et oui, j'ai dormi une heure quand même !). 3h00, mon vélo posé devant le panneau de sortie de CARCÈS, je prends la photo avec mon smartphone qui s'éteint immédiatement (alors qu'il était chargé à fond). Il ne se rallume pas, même lorsque je retire la batterie. Je tente alors de le brancher à la powerbank et bingo il repart. Ouf, c'était mon seul moyen de faire mes contrôles-photos.

Finalement le départ se fera à 3h08, j'ai donc jusqu'à mercredi 25 juillet, 15h08 pour achever ma super randonnée. Direction les sources de Vaumale via COTIGNAC, SILLANS, AUPS et AIGUINES... La vache, ça ne fait que grimper ! Et cette toux incessante qui me gêne énormément ; pendant toute ma route j'ai eu droit à une bonne quinte de toux toutes les trente secondes à une minute. C'est épuisant, irritant, et ça a deux autres effets très gênants. Le premier est un mal de crâne que je n'ai pas voulu traiter de peur que les antalgiques aient un effet



soporifique. Le second est une activation de mon système digestif (je vais être particulièrement bien servi, moi qui n'ai pas besoin de faire d'arrêt toilette lors de mes 600 en règle générale).



Aux sources de Vaumale (48 km, 6h29) je fais le plein de mes deux bidons car il fait déjà chaud et ils sont déjà presque vides. Je reprends mon chemin sur la route contournant les gorges du Verdon. Je passe le pont pour aller sur le côté Nord et rejoindre ensuite la route des crêtes. A 9h57, je prends le panneau en photo (105 km) alors que je sens quelque chose passer au-dessus de



ma tête. Ce sont trois vautours qui tournent autour de moi... Je ne suis peut-être pas trop frais mais quand même pas au point de nourrir des charognards ! Enfin pas encore...



A PUIMOISSON (151 km, 12h25) je m'arrête à la sortie de la ville et reste 45 minutes à la supérette où j'achète de quoi me restaurer et je mange (gâteau, glace, boisson). J'y rencontre une cyclo-randonneuse allemande qui essaie de trouver le meilleur parcours pour rejoindre DRAGUIGNAN.

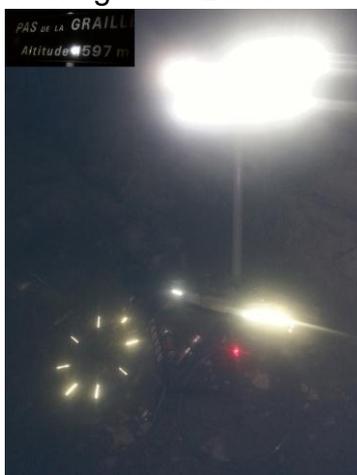


Le parcours devient un peu plus facile avec majoritairement de la descente jusqu'à BRAS-D'ASSE (161 km) où, comme la majorité de mes prédécesseurs, je fais une pause au cimetière. Après une petite douche au robinet, je me restaure puis je me couche dans mon hamac pour une sieste d'une heure et demie avant de m'attaquer au col d'Espinouse qui passe très bien (170km, 15h07).

J'ai, par contre, trouvé le col de Fontbelle (210 km, 17h43) beaucoup plus difficile. J'ai hâte de basculer dans la descente vers SISTERON (237 km) que j'atteins à 19h10. Dans le centre-ville, j'aperçois un cycliste équipé à peu près comme moi. Je m'arrête et nous commençons à discuter. Il s'agit de Jean-Philippe BATTU, l'organisateur des BRM de GRENOBLE, qui a réalisé cette SRHP en 2009.

Après le départ de Jean-Philippe, je fais quelques courses puis file commander une pizza à un camion. Le patron me fournit une énorme pizza 4 fromages que je vais déguster dans un parc vers la sortie de la ville. En fait je n'en mange qu'un tiers tellement elle est énorme. Je fixe le carton sur mon sac arrière ; c'est assez original.

Direction SAINT-ETIENNE-LES-ORGUES (267 km) que j'atteins à 21h15. Je traverse le village dont toutes les fontaines sont à sec. J'aperçois le cimetière à la sortie de la ville et je décide d'y faire ma pause. Je me douche, mange de nouveau puis je m'installe par terre dans mon sac à viande et mon sur-sac imperméable mais après une heure et demie à me battre avec les moustiques je laisse tomber. Je reprends mon vélo peu après 23h pour m'attaquer à la montagne de Lure.



Je trouve l'ascension particulièrement difficile, sans vraiment de temps de pause. Peut-être est-ce lié à la fatigue ou à la nuit mais j'ai un coup de barre. A quatre kilomètres du sommet j'aperçois une sorte de bergerie où je décide de m'arrêter dormir dans la paille. Après trois heures de sommeil, je finis l'ascension puis file au Pas de la Graille (288 km, 4h16). La descente n'est pas la plus facile, surtout de nuit mais j'y fais une belle rencontre ; un blaireau (l'animal) débouche du bas-côté pour trotter devant moi pendant quelques dizaines de mètres.

A la sortie de NOYERS-SUR-JABRON (317 km) j'ai sommeil et décide de m'arrêter au cimetière. Comme d'habitude, petite douche au robinet, un peu de pizza et 1h30 de sommeil dans mon hamac. Au réveil, quelques profiteroles, de la pizza puis crème (fesses et crème solaire) avant de remplir les bidons et c'est reparti !

La vallée du Jabron passe bien mais un peu au ralenti. J'atteins le col de Macuègne (346 km) à 9h49. J'y rencontre un couple de retraités en vélos électriques que j'avais déjà croisé dans le Périgord deux semaines auparavant lors de la Ronde Aliénor d'Aquitaine. Ils m'indiquent le cimetière de BARRET-DE-LIOURE où je fais le plein de mes bidons.





Je m'arrête à MONTBRUN-LES-BAINS (356km, 10h15) pour faire des courses au U-Express puis manger et me crémier de nouveau. J'atteins le sommet du col de Fontaube (369 km, 11h29) puis me lance dans la descente avant le Pas du Voltigeur (390 km). Peu après un cycliste me reprend et nous discutons jusqu'à Malaucène (399 km, 12h46) où il me prend en photo pour mon pointage.

Je fais de nouveau des courses à la supérette et m'accorde une pause repas dans le centre. Je discute avec un cyclo qui passe les deux mois d'été à rouler entre les Pyrénées et les Alpes. Je repars jusqu'à la source du Groseau où je me rafraichis et je fais le plein des bidons. Il est près de 14h00 et j'attaque l'ascension du géant de Provence mais pas pour longtemps car la chaleur est telle que je décide de m'arrêter faire une sieste dans mon hamac.

Après 1h45 d'arrêt je remonte sur mon vélo pour... un quart d'heure ! Ma toux ne s'est toujours pas calmée et je suis contraint à ma seconde pause vidange en trois kilomètres. Ça commence vraiment à me faire ch... ! A ce sujet il existe un ouvrage s'appelant « *Comment chier dans les bois* » ; je m'interroge quant à en écrire un autre : « *Comment chier en Super randonnée* » ; avec guide pratique sur l'essuyage (j'ai testé tout type de feuilles, d'herbes et même des galets... Je me refuse à laisser trainer des mouchoirs en papier dans la nature).

Une fois cette opération à nouveau effectuée, je reprends l'ascension du Ventoux jusqu'au Mont Serein où je souhaite manger un morceau et refaire le plein de mes bidons. Je pars me rafraichir (et me délester de nouveau) aux toilettes du chalet Liotard puis je m'offre une crêpe au Nutella avec boule de glace et chantilly ainsi qu'un soda. Une demi-heure d'arrêt et je repars.

Lorsque je reprends la route je rattrape de nouveau deux cyclistes que j'avais doublés auparavant. C'est étonnant d'ailleurs, ce sont les deux seuls que j'ai rencontré pendant la grimpe. J'avais cru comprendre que c'était un défilé incessant de cyclistes mais je n'en ai quasiment pas croisé non plus, ni à la montée, ni à la descente... Peut-être un peu la peur de la canicule ?

J'atteins le sommet du Ventoux (420 km) à 18h00 mais je dois attendre 8 minutes pour réussir à me faire prendre en photo devant le panneau. En effet des hordes d'automobilistes belges se font immortaliser devant ce même panneau... Quel intérêt ?



J'enclenche la descente et je prends du plaisir à fleurter régulièrement avec les 70km/h. Je passe à FLASSAN puis au pied du col de Notre-Dame des Abeilles je m'arrête manger un morceau et je donne des nouvelles à mes proches. Je craignais cette montée que j'avais repérée sur le profil mais finalement elle passe plutôt bien (454 km, 20h01).



Je roule jusqu'à SAULT (466 km, 20h30) où je m'installe à une pizzeria. Repas à base de panini, glace et boissons gazeuses. Un couple de motards assis à la table à côté de moi doit avoir pitié et me propose plusieurs parts de pizza. Je les accepte et les range dans ma sacoche avec le reste de mon panini (ce sera pour plus tard).



Je repars à 21h30 pour une étape très roulante qui aboutit à BANON (495 km, 22h26). Je n'ai pas encore sommeil alors je décide de pousser jusqu'à FORQUALQUIER (518 km, 23h30). Je m'allonge dans un champ à la sortie de la ville après avoir mangé un morceau et fait ma toilette au bidon.

A 4h00 je remonte sur mon vélo pour rejoindre ALLEMAGNE-EN-PROVENCE (563 km, 6h15), le temps est parfait pour rouler, je surprends des chevreuils, des écureuils et un putois (ou une fouine). J'adore ces moments de calme au petit jour ou la nature se réveille. La fin de parcours est très tranquille au niveau du dénivelé et je prends la photo finale du panneau de CARCÈS (610 km) à 8h29.



Mon bilan est que cette super randonnée mérite bien son titre car elle est difficile néanmoins le délai de 60 heures permet de ne pas se mettre dans le rouge et de se reposer quand c'est nécessaire.

Si vous abordez la SRHP en période estivale, veillez à vous accoutumer à la chaleur avant de prendre la route et faites le plein des bidons dès que possible afin de vous hydrater et de vous arroser le plus régulièrement possible.

Merci beaucoup à Sophie MATTER d'avoir eu l'idée de créer ces épreuves. Les paysages sont magnifiques et les routes, la plupart du temps, très peu fréquentées et malgré tout de très bonne qualité.

Olivier CHABIRAND

Randonneurs Cyclos de l'Anjou