

L'Ardéchoise du 18 juin 2022

40°C à partir du km 67 sur la montée du col de Clavière 1088m."

Le lien du parcours :

<https://www.openrunner.com/route-details/14993253>

A St Félicien, départ impossible des dossards supérieurs à 2000 avant 8h30, à cause du nombre de participants, puis parcours facile jusqu'à St Martin de Valamas avec moins de 30°C et à l'ombre.

Les premiers secours doublent les cyclos pour le col du Buisson. On voit les cyclos secourus en haut.

Montée des cols des Grands et de Lalouvesc à 1000m, sous le cagnard. On compte les cinq derniers km à la volonté, déjà beaucoup de cyclos sont allongés au bord ou doublés poussant le vélo.

Des groupes se forment sous l'ombre des quelques arbres, bientôt j'en rejoindrai un pour redescendre la fréquence cardiaque. Je pense que les points ravitos ont sauvé des vies à la tête que les bénévoles font en nous voyant demander de l'eau.

Les 30 derniers km en descente avant St Félicien sont très durs aussi à cause de la déshydratation et des crampes. Il faut rester précis dans les descentes parce que les cyclosportifs, ceux qui sont chronométrés, arrivent à fond en doublant, parfois à droite...

Peu de souvenirs conscients de la montée de Lalouvesc sinon que c'était tout à gauche en laissant passer les sportifs à droite. Ah, si : rouler sur le bitume fondu ça fait du bruit à cause des graviers qui se collent sur les roues et ça réveille.

Arrivée un peu avant 17h00 à St Félicien et bien plus tard à la voiture garée sur un faux plat montant.

Organisation repas un peu complexe vu d'un néophyte et paraissant un peu submergée par le nombre de participants, mais organisation efficace sur les ravitaillements en eau et le support musical bien venus ainsi que pour les secours casse matériel très actifs et les secours aux personnes.

On nous avait prévenu par SMS de diminuer les distances à cause de la vigilance canicule orange : Les Boutières ou Doux ?

En fait c'est à la moitié du parcours, c'est à dire bien après Lamastre située vers 30 km, que j'ai compris que j'aurais dû...

C'était une aventure très dure pour moi mais je pense avoir bien bénéficié de l'entraînement avec le groupe II du Vélo Club de Grabels dont je portais le nouveau maillot de 2022.

D'après Le Dauphiné, ce serait plus de cinquante personnes qui sont rentrée par la voiture balais, ce que j'ai évité."

Claude DURAND