

Bonjour à tous,

Une bonne cuvée ce PBP 2015, de bonnes conditions météo, léger vent défavorable à l'aller sur la Bretagne, très favorable sur le retour principalement entre Fougères et Mortagne sur ces longues lignes droites, un peu de fraîcheur sur le petit matin avec de la brume entre Carhaix, le Huelgoat et le mont de Trévezel. De la chaleur et du soleil dans la journée, très acceptable, (pas de canicule) et de la pluie rendant la chaussée glissante et dangereuse ce jeudi matin, gâchant un peu l'ambiance du retour, dommage car c'est le moment où la grande majorité de groupes rentre.

En gros un panaché des 5 premiers, que je classerai en premier avec celui de 1995 où j'avais privilégié le camping dans les villes étapes avec une assistance à 100%.

Pour 2015, j'avais envie d'utiliser au max la structure organisatrice et être autonome le plus possible suite à l'expérience de 2011. Christiane devant me rendre visite à Tinténiac lundi vers 13h00 pour le repas (km 363), à Loudéac pour un léger ravito (km 448) et St Nicolas (km 493) avec la famille, une tenue de rechange et repas. Pour le retour Loudéac (changement de tenue et ravito) puis Vilaines (repas).

Comme d'habitude mon plan de route est établi et largement diffusé avec " Idéal. Objectif, et Probable " pour une rentrée à SQY entre 10h30 et 13h15.

Dimanche matin, les prévisions météo sont favorables, la randonneuse restera au repos, pour la première fois je pars sans garde-boue. Sacoche AV et AR avec le minimum.

Je sais que l'idéal (plan secret) serait de récupérer l'horaire de 2011 et arriver à St Nicolas vers 20h00 pour être certain de trouver un couchage et de ne pas perdre de temps au self.

Dimanche, grosse ambiance à SQY, départ sous les applaudissements, avec Franck nous sommes dans le même groupe, l'allure est vive et le danger d'une chute permanent. On se croirait dans un départ d'une cyclo sportive.

Vilaines la Juhel, je guide Steph et Dominique qui m'ont rattrapé sur le site et dans la foule. Plein des bidons je repars, direction Fougères. Deux arrêts dans des bistrot. Fougères pleins des bidons.

Tinténiac, 11h27, j'ai récupéré l'horaire 2011. 1h30 sur mon meilleur horaire (13H00), conséquence Christiane n'est pas au RDV. C'est le moment de tester le self.

Mon intuition se confirme, pas de queue au self. 12h30, Christiane, Dom, Franck et Steph sont présents sur le site. Nouveau départ.

Loudéac, le petit groupe se retrouve. Dom et Steph rejoignent leur gîte. Franck prévoit un non-stop jusqu'à Brest.

St Nicolas, douche repas avec Christiane et dodo avec les autres.

01h00 debout, petit dèj traditionnel, certains m'étonnent et font de vrais repas avec bière et pinard. Carhaix, Le Huelgoat, la montée du roc'h Trévezel et Brest. Retrouvailles avec Steph et Dom.

Retour, je croise ceux qui vont sur Brest. Carhaix. St Nicolas, Loudéac 18h30. Bien rincé, je vais m'arrêter dormir et programmer un départ vers 02h00. Retrouvailles avec Dom et Steph.

Dom et Steph rejoignent leur gîte.

02H00, sortie de Loudéac, DOM et Steph me rejoindront, fait du hasard, nous ferons route ensemble jusqu'à Tinténiac avec d'autres cyclos de la planète.

Tinténiac, self et direction Fougères. L'étape la plus facile et courte, du plat, coup de barre, je n'avance plus. Après quelques 20 km de galère, une boulangerie et un bistrot me rechargeront. Je n'ai pas assez mangé à Tinténiac.

Fougères, 10h20, Dom et Steph reprennent la route, je raconte ma fringale. Repas copieux et nouveau départ. Vilaines, Christiane m'attend, il y a foule, grosse ambiance, ravito au cul de la voiture et direction Mortagne où je dois dormir.

Dom et Steph, m'informent qu'ils partent pour un non-stop jusqu'à SQY. (220 Km) Christiane rentre sur Frep. 20h30 Mortagne, repas et dodo environ 3h30. Nouveau départ à 2h15, il pleut, mais il ne fait pas froid, Dreux, au petit jour la pluie redouble d'intensité, des cyclos partout, je mange 2 croissants, un plat de pâtes, un petit salé, un yaourt, un éclair + COCA + café.

Le ventre bien plein direction SQY.

Nouvelle découverte, mes yeux me jouent des tours, je vois double en superposé (fatigue ou suite du traitement d'un orgelet la semaine avant le départ).

Je gère le phénomène qui disparaît lorsque je m'arrête. La prudence est de rigueur, éviter la chute.

En compagnie d'asiatiques, d'italiens et français le vélodrome est atteint entre deux haies de spectateurs attendant les leurs et les applaudissements. "Émotions garanties"

Je retrouve Christiane, Christine et Pascal, croise Dominique M qui est arrivé un peu avant moi, très content de son PBP malgré la souffrance suite à sa chute. Pointage, dernier repas dans un vélodrome plein à craquer.

Bilan:

Environ 62 heures de roulage et 26 h d'arrêt.

Principaux arrêts; St Nicolas 6h00 dont 4 de dodo, Loudéac 7h30 dont 4 de dodo, Mortagne 6h00 dont 3h30 de dodo.

La restauration dans les selfs est excellente et très variée, environ 15 € le repas, les dortoirs, du top avec une excellente gestion des heures de réveil. Une condition avoir des bouchons et un masque pour les yeux.

Ronflement assuré et universel, aucune difficulté de compréhension entre les différentes nationalités.

Les dortoirs sont en général des gymnases avec 150 ronfleurs.

Il y a souvent de l'attente au niveau des toilettes (privilégier les bistros en ville) et pour avoir un couchage, solution s'arrêter dormir avant le nuit (20h00)

A part le ravitaillement traditionnel, j'ai consommé moins de 10 barres de céréales, 5 bidons d'Overstim's , X bidons d'eau avec du sirop de menthe, de la bière, du coca, du café, du thé.

Des courbatures un peu partout qui vont disparaître rapidement les ischions ont soufferts et sont bien bleus, j'ai évité les coupures par la pose de pansements étanches.

Le retour de la sensibilisation de certains doigts (pieds et mains) mettra plus de temps à revenir.

Dimanche matin, la balance indiquait 75 kg, ce matin 76,4 kg, malgré une dépense en calories comprise entre 35000 et 50000.

Mais tout le monde sait que le Paris Brest est contre indiqué dans les régimes.

Je suis très content de ce sixième PBP, j'ai découvert une facette de l'organisation (self, dortoirs...) j'ai constaté cette progression des étrangers (70 nations, 4100 participants) mais aussi un fait nouveau, des cyclos qui dorment sur le bord de la route dès le km 50 (décalage horaire ou fête nocturne la veille à Paris).

Franck nous a apporté la preuve qu'avec moins de 7000 km et sans assistance, un PBP peut se faire. "Coup de chapeau " Les novices ont découvert l'ambiance du PBP, le niveau de ce défi envers soi-même, les périodes euphoriques, mais aussi les moments de détresse, de doute, de souffrance et ..... rien à voir avec les brevets.

Mais, nous avons eu beaucoup de chance par rapport à certains qui ont connu l'abandon.

Deux exemples : A l'entrée de Carhaix sur le retour, le cyclo qui me précède est serré par une voiture, il se déporte et percute l'arrière d'une voiture en stationnement, chute, quelques égratignures, il reconnaîtra son manque de vigilance et reprend son vélo pour constater que le cadre est plié. C'était son huitième PBP.

Autre exemple: Deux cyclos d'ALBI (SF) rencontrés à SQY, abandon à DREUX les ischions à vif. Il restait 60 km, depuis Vilaines ils pédalaient en danseuse.

Pour ma part, je viens de boucler mon sixième avec succès, au cours de ces défis, j'ai connu quelques petits soucis (casse d'une roue libre en 91) et de la bobologie, mais pas de chute, pas de tendinite ou de douleurs entraînant l'abandon.

L'aventure du PBP " randonneur», débuté en 1991 prend fin avec cette édition 2015,

6 participations, 6 réussites, le temps est venu de prendre sa retraite (65 ans), même si

je pense pouvoir garder un bon niveau physique, pour réaliser un PBP, il faut bien plus que "cela".

Dans "cela" existe le mental, une bonne étoile et une inconnue "le niveau du vieillissement de son organisme et ses limites".

Ma plus grande satisfaction restera d'avoir donné "envie" à quelques membres du club de Frépillon depuis 2007 et à d'autres avant de se lancer dans cette aventure.

**Bravo et félicitations à tous ces "Audacieux" bonne continuation aux futurs récidivistes et bienvenue aux novices pour le PBP 2019.**

Évidemment, je garde mes archives, elles sont à disposition, mais comme dirait une certaine Anne «On ne vous dit pas tout » n'est-ce pas Dominique ?

Tout simplement parce que le PBP ne peut pas se dupliquer, chaque édition est une exclusivité.

A votre santé

