

La Traversée des Pyrénées à vélo: Hendaye >> Cerbères



La route des cols est une route touristique traversant les Pyrénées de l'Atlantique à la Méditerranée en passant par 34 cols de montagne remarquables, dispersés sur l'ensemble des 6 départements français des Pyrénées. Ainsi, de col en col, vallée après vallée, la route permet de découvrir par un itinéraire de montagne de nombreux paysages panoramiques des Pyrénées. Je l'ai parcouru du 18 au 27 août 2011.

Pourquoi une telle idée?

En août 2010, à peine rentré de la traversée de la Cordillère Cantabrique, la tête dans les nuages, je cherche déjà un itinéraire pour ma prochaine excursion et je tombe sur le site de la route des cols Pyrénéens <http://www.laroutedescols.com/>

Je laisse l'idée de côté, en me disant que c'est peut-être un peu ambitieux...

Aout 2011: Fin de contrat de travail, et un peu de temps libre devant moi. Je n'ai quasiment pas fait de vélo cette année, mais j'ai de l'appétit. Ça suffira pour tenter cette traversée. Je prends un billet de train sur le WEB et déjà j'ai les jambes qui frétilent...

L'objectif de cette traversée est de découvrir cette région que je connaissais mal, et de passer quelques jours tranquille sur mon vélo, dormir dehors. Je précise que la performance toute relative de cette traversée n'avait pas spécialement d'intérêt pour moi, même s'il faut bien avouer que ce massif et ses cols intimement liés au tour de France suscitaient une certaine curiosité.

Et pourquoi en vélo? Pour la sensation de liberté extrême. À pieds, c'est trop long, on manque de souplesse horaire, le ravitaillement est parfois problématique. En voiture, on est esclave d'une tonne d'acier et d'un réservoir de carburant...

Comment?

Une aventure cyclo-touristique peut se vivre de différentes manières. Seul, en couple ou en groupe... Avec ou sans sacoches... Itinérant ou en étoile... Grandes ou petites étapes... Il suffit de quelques heures pour s'évader, depuis la porte de chez-soi.

Cette fois j'étais seul (départ à la dernière minute et parcours difficile), avec sacoches(moins cher que sans, càd hôtel/restaurant tous les jours, mais aussi plus physique), en traversée(C'est ce que je préfère. J'ai croisé un couple qui partait rouler N x 3-4 jours depuis une base mobile qui était leur voiture. Cela permet de découvrir à fond une région, avec un confort supplémentaire). Pour la durée des étapes je les ai choisies longues, pas forcément en distance mais en temps (ça n'avance pas très vite dans les cols raides avec 40kg sous les fesses). On peut aussi rouler peu de km et prendre le temps de visiter musées, monuments, sites naturels. Cela demande une organisation un peu plus complexe et forcément plus de temps.

Pour moi, la logistique était simple: 1 trajet aller en train de nuit et 1 trajet retour en TER de jour. Entre les deux, j'avais une totale liberté d'improvisation !

Préparation

Mise à part l'impression de cartes, la sélection du matériel et l'achat des billets de train, aucune préparation particulière n'a été faite pour ce voyage. Pas de réservation, pas de planning... la liberté totale !

Au quotidien

Au départ, je ne savais pas vraiment comment seraient rythmées mes journées. C'est la difficulté des cols et la chaleur qui ont imposé de longues étapes, pour avancer au maximum et ainsi être sûr de terminer cette traversée. Même si '*l'important n'est pas la destination, mais le chemin*', je faisais un point d'honneur à rejoindre la méditerranée.

La journée type: Réveil à 8h. Petit déjeuner léger (fruits, jus de fruit, quelques biscuits), pas de boisson chaude (sauf dans les gîtes) pour gagner du temps. Préparation du vélo et départ pour 7 à 9 heures de pédalage entrecoupé de nombreuses pauses (col, source, ravitaillement, étirements). Je prenais bien soin de m'hydrater et m'alimenter toute la journée, si bien que je ne faisais pas toujours de repas du midi. Par contre, je préparais un repas chaud vers 16-17h, assez copieux, ce qui m'évitait de le faire le soir au bivouac avec les désagréments associés (pas d'eau, pas de table, pas d'endroit pour s'asseoir... et oui, c'est que j'ai toujours une sciatique moi !). Je repartais ensuite pour quelques kilomètres afin de trouver un endroit de bivouac où je n'avais plus qu'à poser la tente et m'endormir. Je n'ai même pas eu le courage d'ouvrir le bouquin que j'avais apporté...

Les images dans la tête

Avant de partir, on a déjà plein d'images de ce que pourrait être le voyage. Elles sont pour la plupart du temps fausses & celles que l'on garde ne sont pas forcément les meilleures, les moments les plus beaux. Aussi, l'esprit a tendance à mettre de côté les souvenirs douloureux pour ne garder qu'une vision quasi idyllique. Pour cette traversée, je garde surtout en tête la descente du Col du Soulor entre Arrens et Argelès. Comme si ces 10 jours se résumaient en une vingtaine de minutes de descente. La région d'Aulus-les-Bains revêt une image très positive qui n'est pas sans lien avec l'aimable accueil de l'Auberge *la Goulue*.

D'autres images: Fin d'après-midi dans les pentes du Col d'Ispéguy avec vue panoramique sur le Pays Basque espagnol, le très vert Col d'Ichère, moi en train d'accrocher mon sac de nourriture à un arbre pour l'éloigner des ours (manœuvre particulièrement stupide quand on connaît les ours), quelques rangs de vigne entre Port-Vendres et Banyuls...

A quoi on pense?

On pense d'abord à soi, on écoute son corps. Certains mettent la musique à longueur de journée, mais je ne suis pas adepte de cette pratique.

On pense à la route, au kilomètres parcourus ou à venir, on calcule des itinéraires, on planifie les jours à venir. Parfois ça devient maladif pour moi, une obsession du temps et de la précision: « quelle heure au col?... tant de minute de pause... » etc. Et je calcule ça toute les 10 minutes...

On pense aussi énormément à la famille, aux amis, et à beaucoup ceux qui ont eu un lien plus ou moins fort avec le vélo, même si on ne les a pas vus depuis belle lurette.

Qu'est-ce qu'on mange/boit?

La première réponse qui me vient est « beaucoup » et surtout n'importe quoi. Vu la dépense énergétique, on peut se permettre tout ce qui est gras, sucré, salé...

Autour d'une base sucres lents (pains, pâtes) on y ajoute ce qu'on peut en fonction des envies et trouvailles en magasin: charcuteries, fromages, chocolats, pâtisseries, compotes, gâteaux secs, cacahuètes, produits locaux divers. Pas trop de fruits et légumes: bananes et tomates, le reste ne m'attirant pas vraiment sur cette traversée, étrangement.

En boissons, de l'eau (5-6 litres/jour), du coca, et une bière de temps en temps...

Les problèmes?

Mis à part les quelques micro enquinements (retards SNCF, coups de soleil, etc.), rien à signaler de ce point de vue là. Pas de crevaison, pas de casse, pas de perte et la forme tous les jours.

Les joies?

Joie d'arriver à un col... une descente dans l'air chaud et parfumé... une bonne douche. C'est avant tout le bonheur des choses simples. La difficulté & l'adversité (toute relative pour cet itinéraire...) nous font apprécier des choses toutes simples, comme boire de l'eau fraîche à une source, etc. C'est une bonne école pour remettre les pieds sur terre et s'affranchir de la multitude d'objets qui nous entoure au quotidien.

Itinéraire

La route passe par les cols de piémont entre Hendaye et Cerbères. Il y a une multitude de variantes: il suffit de quitter la route...

Date	Itinéraire	km	Dénivelée +	Dénivelée -
18/08/11	Hendaye - Saint-Jean-Pied-de-Port	88	1450	1300
19/08/11	Saint-Jean-Pied-de-Port - Sainte Engrâce	70	1900	1400
20/08/11	Sainte Engrâce - Laruns	77	2000	2100
21/08/11	Laruns - Barèges	77	2100	1400
22/08/11	Barèges - Bagnères-de-Luchon	96	2600	2900
23/08/11	Bagnères-de-Luchon - Col du Portet d'Aspet	61	1700	1600
24/08/11	Col du Portet d'Aspet - Aulus-les-Bains	71	1200	1500
25/08/11	Aulus-les-Bains - Ascou, la Forge	82	1750	1400
26/08/11	Ascou, la Forge - Montescot	144	1800	2950
27/08/11	Montescot - Cerbères	43	450	400
TOTAL		809	16950	16950

Mon itinéraire ...

Liste du matériel

Remarque : J'ai investi cette année dans un système de pédales automatiques. C'est vraiment super efficace au niveau du rendement. Surtout en fin de journée car la fatigue fait décoller le pied des pédales. Je pense que j'aurais mis beaucoup plus de temps sans ces gadget bien pratiques...

- 1 vélo Focus avec pédales autos look VTT
- 1 bidon
- 1 mini sacoche de réparation: démonte-pneu, couteau, rustines, cadenas, outils multifonctions
- 1 sacoche guidon
- 1 appareil photos Nikon P300 acheté 2h avant le départ... et son chargeur
- 1 veste de pluie
- 1 mini bidon d'huile vélo
- 1 lampe frontale
- 1 mini portefeuilles étanche
- 1 gel antibactérien
- 1 chambre à air
- 1 bonnet
- 1 savon
- 1 paire de lunettes
- 1 crème solaire
- 1 paquet de mouchoirs
- 1 brosse à dents + dentifrice
- 1 crayon de papier

- 1 tente 2 places de 2,1kg
- 1 sac de nourriture 3kg
- 1 bouteille de 1,25l
- 1 housse à vélo *TranZbag* 0,8kg
- 1 duvet 1,4kg
- 1 câble antivol 0,3kg
- 1 tapis de sol 0,7kg

- 1 mini sac à dos
- 2 bouteilles de gaz
- 1 poche à eau de 4 litres
- 1 pompe à vélo
- 1 trousse de pharmacie
- 1 sac vêtements: T-shirt + short cycliste, manchettes + jambières, 2 T-shirts/ 2 chaussettes/2 slips, 1 pantalon léger Patagonia, 1 polaire

- 1 popote
- 1 brûleur gaz
- 1 bol plastique + cuillère + fourchette
- 1 rouleau de PQ
- 1 livre ASSIMIL Espagnol
- 1 montre
- 1 téléphone portable
- 8 photocopies de cartes Michelin

... soit environ 35 à 40 kg en fonction de la charge en eau et nourriture!

Voici maintenant le récit de mon 'aventure' au jour le jour. C'est écrit à la façon d'un blog, avec parfois des phrases courtes et un rythme plus ou moins saccadé, tel que je l'ai écrit dans mon carnet de bord. La fin est clairement écourtée sur les deux derniers jours, ce qui traduit assez bien l'envie pressante d'en finir...

18 août

Hendaye, ici Hendaye. Assurez-vous de ne rien avoir oublié dans le train...

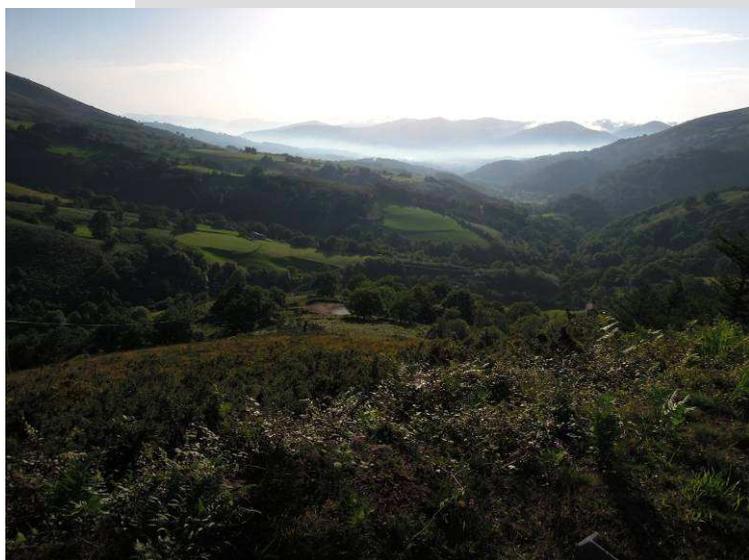
Premiers tours de roue avec bizarrement un peu de trac et de stress dans la foule de la côte Basque. Le ciel est sombre et 15 km après être sorti du train, les premières gouttes apparaissent. Le moral est en berne puisque je me voyais déjà de l'autre côté de la frontière, à 70km de là. J'ai l'impression qu'un mur s'est dressé devant moi, mais je dois persister, malgré la fatigue liée au train de nuit.

Finalement, la pluie s'estompe mais je franchis mes premiers cols dans une ambiance bien humide! Au Puerto de Otxondo, vers 17h, je passe la frontière et profite d'une aire de pique-nique bien aménagée pour me préparer un repas chaud qui en fait sera mon dîner. C'est alors que

le ciel se dégage en un éclair. Le moral remonte en flèche. Pressé, je fais la vaisselle, visse les lunettes de soleil et enfourche le vélo, en direction du Col d'Ispéguy. Sur ses pentes la route est vraiment superbe, en petits lacets à travers une forêt de chênes et châtaigniers, les fougères...



Dans le train...



Dans le Col d'Ispéguy, vue sur les débuts de la Cordillère Cantabrique.

Pas de doute je suis bien en Pays Basque. A 600m d'altitude, il n'y a plus un arbre, on se croirait en haute montagne, dans l'alpage. Je reviens en France, mais de l'autre côté du col, la route est beaucoup moins sympa. A Saint-Étienne de Baïgorry, je reste 30 minutes, à regarder les jeunes du village jouer à la pelote et j'ai un peu l'impression d'être un intrus avec mes 58kg et mon short moulant... Ambiance pas franchement hostile, mais pas franchement accueillante non plus. Excès de pusillanimité ou d'orgueil, je décide de trouver seul un champ pour poser ma tente.

Au soir, je me réfugie dans un coin en bord de route, in extremis. Pas facile de trouver une place de bivouac dans ces zones entretenues! Il est l'heure de fermer les yeux et j'entends quelques grondements sourds au lointain. A ce moment là, je ne crois pas une seule seconde que l'orage viendra sur moi, mais le bruit s'approche inexorablement, la lumière m'envahit.

À 23h30, c'est l'apocalypse. Ne sachant que faire, j'enfile mes vêtements, prêt à courir vers je-ne-sais quel abri imaginaire. En position fœtale, je compte à chaque éclair le temps séparant le coup de tonnerre. Mais la lumière est constante. Épuisé, je tombe dans un trou noir...

19 août

Premier col, premières chaleurs...

7h, le réveil sonne. Apparemment, c'est dans les bras de Morphée que j'ai passé la nuit, pas Lucifer. Je constate l'efficacité de la tente puisque tout est bien au sec. Dehors, on se croirait au mois de Novembre. J'ai bien dormi et n'ai pas mal au dos avec mon nouveau tapis de sol.

Je quitte immédiatement mon bivouac, traverse St-Jean-Pied-de-Port en coup de vent, un peu surpris de voir le monde chez le coiffeur (il est à peine 8h). J'esquive soigneusement la boulangerie, en me disant, tu verras plus tard... sauf que plus tard, il n'y pas de boulangerie, donc pas de petite pâtisserie du matin... Je me contente d'un grand café à Mendive, en terrasse, seul. Je prends mon temps (1h30), attends que le soleil finisse de percer l'épaisse couche de nuage venue de l'océan. Je regarde les cartes et calcule une multitude de scénarios pour les jours à venir. Les horaires, les arrêts, où dormir?, organiser les montées, etc.



Ascension des Col d'Iraty.

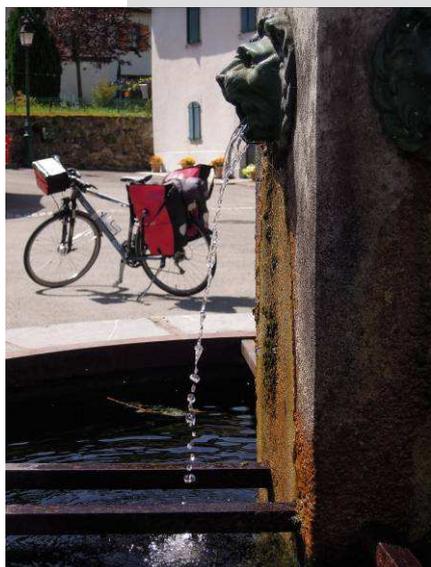
Au pied des cols d'Iraty, je réalise vu l'altitude indiquée à l'altimètre, que la montée risque d'être sévère... Gloops ! En effet, les 5 premiers km sont à plus de 10%. Ça bastonne bien ! Heureusement la suite est plus cool et le paysage magnifique au dessus de la mer de nuage, au milieu des chevaux et brebis...

Pour l'instant, pas croisé beaucoup de cyclistes.

La descente du col de Bagarguy est très raide. J'arrive à Larrau, petit village très joli, couvert d'ardoise. Repas chaud et gavage de pâtes. Petite toilette à la fontaine. Quelques achats à l'épicerie. Je pensais faire une sieste, mais l'endroit ne s'y prête pas et je préfère avancer sur la carte. Je descends, pour remonter sur Ste Engrâce. Irai-je jusqu'au col du Soudet? Au premier camping, je demande s'il y a un endroit pour dormir plus haut. OUI! Je recalculer mon itinéraire et préfère abandonner l'idée du col sous cette chaleur accablante, pour un bon lit en gîte, et une douche. En plus, je gagnerai le temps de plier la tente le matin et la nuit sera peut-être meilleure s'il n'y a pas trop de ronfleurs.

Pas de repas chaud ce soir là, juste un peu de grignotage. Je discute avec les randonneurs qui font étape sur le GR10.

Je me couche à 22h15.



Pause à Larrau.

20 août

Je m'habitue à la solitude

Ce soir le compteur affiche 77km et 3 cols (Soudet, Ichère, Marie-Blanque). Routes splendides, notamment la descente du col de Labays (très sauvage. Mais ya peut-être des Ours par là?!) et le Col d'Ichère. Les villages sont très beaux avec leurs maisons aux toits d'ardoise. Depuis le Col de Bagargui, le paysage a beaucoup changé et on croirait avoir quitté le pays basque, même si on retrouve encore ça et là des marques de cette influence (Frontons, manifestations...) A Laruns, je me fais la réflexion que c'en est vraiment fini, quand on vient me donner un flyer pour un tournoi de pelote...

Au pied du Col de Marie-Blanque, je me suis un peu laissé impressionner par les chiffres, la chaleur et un homme venu à ma rencontre pour me mettre en garde contre cette terrible ascension. Je commençais déjà à recalculer mon itinéraire pour les jours à venir, mais je me suis quand même engagé, pensant que ça passerait peut-être et que j'aurais toujours le loisir de m'arrêter siester à l'ombre (en réalité il y a beaucoup d'ombre, mais pas d'endroit confortable pour se poser). Dans les premiers kilomètres, je me fais rattraper par un habitant d'Oloron-Sainte-Marie (le local de l'étape donc ;-)) qui entame une discussion sympathique et mine de rien, me tire jusqu'au sommet. Moralité: quand on est occupé, on pense moins facilement à la douleur...

Au col, j'ai fait également la connaissance d'un britannique étudiant en Erasmus à Pau. Nous sommes descendus ensemble jusqu'à Bielle où l'on s'est offerts des cacahuètes et un coca pour fêter cette belle journée. Bielle est un beau village qui compte seulement 400 habitants selon le boulanger. Pourtant la commune est très étendue avec de nombreuses, belles et entretenues demeures de caractère ! Dommage de voir un si joli coin à l'abandon... Je ne sais pas pourquoi je me fais la



Bielle.

réflexion un peu simpliste que c'est à cause des supermarchés (!) Je continue ma route jusqu'à Laruns où je trouve un camping pour la nuit, petit budget, mais bruyant, en bord de route. C'est un peu glauque (sanitaires sales), mais au moins je peux prendre une douche relaxante, et la vue est très belle sur le Pic de Ger et Pène Blanque qui dominant la vallée d'Aspe. Autre avantage je suis au pied de l'Aubisque pour commencer les choses sérieuses dès le matin. Ce matin j'ai accompagné mon café d'un munster nauséabond à vomir. Rien de tel pour entamer une belle journée☺. Il a fait 38°C aujourd'hui paraît-il. Je ressemble un peu à une limace en arrivant aux cols, mais cette la chaleur ne me dérange pas, au contraire mon organisme fonctionne à merveille. A condition de bien s'hydrater : j'ai bu 6-7 litres d'eau & pissé 15 ou 20 fois...

21 août

Ce soir c'est la fête: J'ai le droit à un lit + douche + repas cuisiné.

Encore une journée exceptionnelle.

Ça commençait pourtant mal. Réveillé à 5h par les premiers concurrents de la course à pieds, pas vraiment discrets, j'entame le col de l'Aubisque de nuit, traverse le village d'Eaux-bonnes, ancienne station thermale à moitié désaffectée dans une ambiance qlauqu-issime. Heureusement c'est nettement mieux au-dessus, l'atmosphère est lumineuse et, chose rare, la route est interdite aux voitures. Je le regrette, mais je dois dire que la montée de l'Aubisque, dans un état à peu près vaseux et sous un ciel voilé, ne m'a pas franchement ému. Par contre la descente panoramique du col du Soulor, face à de belles montagnes, sur une route joliment dessinée et humant la nature par bouffées d'air chaud reste un des plus beaux souvenirs du voyage!

J'ai fait une petite sieste peu après Arrens, dans un pré fraîchement fauché, et en bord de route car je n'ai pas eu le courage de trouver une petite route qui m'emmène dans un coin plus tranquille. Malgré le bruit, je me suis rapidement assoupi... et rapidement fait réveiller par l'agriculteur du champ venu essarter son foin. Nous avons discuté ¼ heure et ce fut un immense plaisir de le rencontrer, me considérant à jamais moi-même comme un paysan avorté ou en désertion.

J'ai continué ma descente jusqu'à Argelès-Gazost que j'ai failli ne pas reconnaître tant le contraste avec l'hiver est fort, puis remonté la vallée d'Ossau dans la fournaise. Pas de vent, pas d'ombre, je commençais presque à tourner de l'œil! J'arrive à Luz-Saint-Sauveur la langue pendante et me fâche avec l'éthique pour probablement le meilleur Coca-cola de ma vie. L'office du tourisme m'annonce du beau temps pour les jours à venir, le moral est au sommet. Je ne sens même pas passer les premiers kilomètres du Tourmalet et m'arrête dans un charmant gîte d'étape à Barèges, petite station thermale et de ski très sympa (compact, propre, verte). Je partage le dortoir avec 2 retraités, l'un de Dijon (CEA Valduc) l'autre de Lyon. Tous les deux marchant seuls dans les Pyrénées. Au repas, j'engloutis



Des supporters?



Barèges.

des quantités de bouffe inavouables et je m'alite tel un bloc de granite pour une nuit merveilleuse.

22 août

C'est la fenaison partout dans la campagne!

(Il y a même quelques jeunes femmes avec des râteaux dans les champs...)

Il est 21h, et je suis sous la tente prêt à dormir lorsque je décide de m'enregistrer avec l'appareil photo pour donner mes impressions de la journée. En fait je n'ai pas le courage d'écrire.

Ce matin, je me suis réveillé à Barèges avec une faim de loup alors que j'avais mangé comme 4 la veille au soir... J'ai un appétit énorme au petit déj' et j'avale tout ce qui me passe sous la main, je pense que tout le monde a halluciné autour de la table. Il y a dans le gîte un groupe encadré par une accompagnatrice en montagne qui ne prend pas le repas avec ses clients. Attitude que je trouve assez étrange... mais que j'oublie vite dès le départ du village car je dois en découdre avec les premières pentes du Tourmalet, sans échauffement. Je me fais rattraper par Pierre, 77 ans (ses sacoches à lui comme il dit), et on termine la route ensemble jusqu'au sommet. On fait quelques photos, comment ne pas en faire autrement en ce lieu si mythique, mais à partir de 10h30 c'est l'invasion des touristes venus du versant opposé: il est temps de filer ! D'autant que le temps semble se dégrader sérieusement par l'ouest...

J'étais plutôt mal à l'aise dans cette descente, d'abord parcequ'on traverse La Mongie, une station de ski sortie de terre *ex-nihilo*, sorte de cité HLM glauque où on n'a pas du tout envie de s'arrêter. En bas c'était pas mieux, partout où je me suis arrêté j'ai trouvé les gens étranges, vraiment bizarres et on ne trouvait pas de jolis villages comme au Pays Basque ou en Béarn...

Heureusement, le col d'Aspin donne une meilleure perspective! La route est belle à travers la forêt, c'est un itinéraire lumineux avec une vue dégagée sur le Pic du midi de Bigorre. Dans la descente je me fais secouer par un vent à décorner les bœufs et me fais piquer par une abeille à la cuisse, la pauvre ayant dû se faire balloter par la tempête...

Je retrouve le calme dans la vallée à Bordères-Louron. Je me cale sur un banc pour préparer mon repas du midi (pâtes à la sauce tomates miam!). C'est vraiment calme, il y a des gamins qui ramassent des galets dans le gave, un petit vieux vient me raconter sa vie, à Bordeaux, et dans les Pyrénées...

Je repars pour le Col de Peyresourde, encore une fois sur une route très très agréable. Au col il y a un chalet en bois noircit où l'on vend des crêpes... ça fait très vieille France. Avec le recul, en écrivant ce texte, je regrette de ne pas m'y être arrêté pour prendre le temps de vivre et laisser quelques instants couler au pied des alpages. Le changement de paysage est marqué en passant le Peyresourde. D'un côté des sommets escarpés à près de 3000 mètres, de l'autre des collines très douces aux formes arrondies.

Mais je devais être vraiment pressé car je me suis fait littéralement happer par la descente et me suis retrouvé à Bagnères de Luchon au milieu des touristes. Je dois dire que Bagnères est une ville qui m'a fait bonne impression, il y a une effervescence bon enfant, dans un superbe cadre de hautes montagnes sauvages. Sauf que ce n'est vraiment pas de l'endroit idoine pour un bivouac tranquille! Comme Bien sûr je n'avais pas envie de faire revenir en arrière, j'ai donc continué ma route pour le col du portillon. Et ça c'était pas prévu!... J'avais les jambes lourdes et une faim terrible.

Dès les premiers virages, je croise un tracteur chargé de foin, je me dis que vue l'heure tar-



Le Tourmalet.



Au fond, le Col de Peyresourde.



Emplacement de bivouac.

dive, il doit venir d'un champ non loin, un champ plat, où je pourrai mettre ma tente... Cette pensée fut mon petit bonheur du soir (On se contente de peu dans ces cas là). En attendant ce replat, je gravis une portion de route abominablement raide, chargé comme une mule (je viens de faire les courses) et rapidement j'atteins ce merveilleux vallon, plat et calme qui m'accueillera pour la nuit. Je déploie la tente en vitesse en appréciant la qualité du bivouac. Ah, les joies du camping sauvage, ou comment se prendre la tête pour trouver un endroit plat, tranquille, calme et surtout caché...

En dépit du volume de liquide bu aujourd'hui (6 litres d'eau & 2 litres de Coca-cola), j'ai la bouche sèche. J'ai aussi l'impression d'avoir envie de manger quelque-chose, mais je n'arrive pas à savoir quoi. Ça se précisera plus tard. Peut-être une glace, mais je me dis que j'en prendrai une à Grenoble, un soir avec des amis. Puis je me dis que c'est des conneries, que j'ai bien le droit à une glace tout seul... D'ailleurs ça commence à faire quelque jours que je suis seul et il y a de plus en plus souvent 2 côtés de ma personnalité qui s'affrontent pour faire un choix.

Dans mes ascensions, je pense régulièrement à ce cycliste mort dans le tour de France, dont je n'ai pas le nom, mais dont je suis persuadé qu'il est tombé dans le col d'Aspin. En fait j'ai appris plus tard qu'il s'agissait de Fabio casartelli, tombé sans casque dans la descente du col du Portet d'Aspet.

Il y avait beaucoup de cyclistes sur cette trilogie de cols. Nettement moins sur les autres col pyrénéens. Beaucoup d'hollandais et des britanniques, pas trop bavards...

Niveau forme physique, ça va plutôt bien, j'essaie de m'étirer au maximum durant les pauses, mais les jambes sont lourdes néanmoins. Je me dis qu'au bout de 6 jours, il doit y avoir un jour de repos. On verra si je tiens le coup...? En tout cas, la motivation est au diapason. Je suis véritablement enthousiaste à enchaîner les cols, j'aime faire disparaître les kilomètres, voir le paysage défilé.

Je pense un peu à tout le monde, la famille, les collègues, et surtout ceux qui ont de près ou de loin un rapport avec le vélo.

Je suis assez fier d'être là, je n'aurais jamais imaginé faire ça quand j'étais gamin, asthmatique. Quelque part j'espère que mes parents aussi sont fiers de moi.

C'était, je crois, la journée la plus intense du voyage & j'en garde des tonnes de souvenirs inoubliables: Images d'un ciel nuageux en descendant l'Aspin, une odeur de prune sous Peyresourde, une arrivée mythique au Tourmalet...

23 août

Pour que les col durs (l'école dure...), amidonnez (amis d...)!

Je ne sais pas pourquoi, mais cette phrase m'a obsédé toute la journée. Je l'entendais dire par mon prof de Sciences nat' du Lycée qui en sortie de classe m'avait fait don à jamais de cette expression. C'est vrai que les cols étaient durs ce jour là...

Dès le départ du bivouac j'ai eu la compagnie d'un prof de mécanique d'Auch. Il m'a aidé à maintenir le rythme tandis que je sentais mes jambes se plaindre d'être trop lourdes, et surtout pas échauffées! Au Col du Portillon, où de nombreux arbres déracinés témoignent de la tempête Xynthia, on descend sur l'Espagne où des foules de 'beaufs' viennent remplir leur voiture d'essence et d'alcool depuis la France. Moi je prends 2 barres de Turron ;-)



C'est écrit dessus.



Panneau.

téo pour les jours à venir. Il est bien sympa. Je lui achète un bout de son fromage. On discute. « Pas de camping plus bas dans la vallée »... Il me conseille celui du col. Je m'y rend.

C'est un micro camping tout propre et calme. Une petite grange fait office de réception et de salle à manger. Je trouve un emplacement, et à peine installé je me cuisine 250g de pâtes. Puis je migre dans la grange pour écrire mes cartes; une bonne chose de faite, pour une fois avant d'arriver à Grenoble!...

Ce soir là, le patron, un gars discret et très très sympa, fait des pizzas. Pour accompagner la mienne, il m'offre un ballon de rouge ainsi qu'une vieille carte postale du Col. Je file sous la tente et m'évanouis dans les bras de Morphée, bercé par les vapeurs de l'alcool. Mais est-ce la fatigue? Ce soir, j'ai envie de rentrer à la maison.

24 août

Longue et belle nuit, mais réveil difficile, dans le brouillard et le froid. A peine le temps d'avaler un café et je descends à travers de mignons petit village couverts d'ardoise rondes. A Castillon-en-Couserans, je passe chez le boucher, admire son travail précis et rapide. J'achète de la bonne charcuterie pour mes ascensions :-). Je traverse 3 fois le village pour comparer les 2 boulangeries et n'en choisir qu'une. Mais non... Le pain ne sera pas fameux encore aujourd'hui. J'essaie de me rappeler la dernière fois où j'ai pris du bon pain...

Quand j'attaque le col de la Core (5,9% sur 14km), le temps semble s'éclaircir et il fait doux, mais plus loin c'est un crachin très très fin et étrange qui m'envahit: on ne sent pas la pluie à la montée ou à l'arrêt, mais on croirait prendre une douche à la descente... Cette ascension qui s'annonçait abordable m'a laissé du fil à retordre et il a fallu serrer fort les dents. J'arrive tout mouillé en fond de vallée à Seix où il fait chaud et sec, presque ensoleillé. Là, changement d'atmosphère, les toits sont rouges, l'ambiance est méridionale...

Je remonte la vallée d'Aulus-les-Bains, en maudissant le route qui ne dénivèle pas (paradoxalement c'est un signe de fatigue car j'espère ainsi avoir moins de montée pour le lendemain...). Arrivé au village, de nouveau sous cette pluie fine, j'hésite entre camping et gîte d'étape. Je fais des états d'âmes sur ma propension à rechercher plus facilement le confort, et me laisse le temps de la réflexion (mais peut-être le choix est déjà fait...) en visitant l'office du tourisme. Je peux y regarder la météo et je pose plein de questions sur l'ours. Je constate que je ne connaissais vraiment rien de l'ours pyrénéen...

Finalement, ce sera nuit en gîte :-)

Hagard, il me faut 15 minutes pour acheter 1 Guinness et 2 œufs à durcir à l'épicerie.

On rejoint la France en longeant la Garonne en pente douce, puis c'est Col de Menté, très dur. Ambiance humide et jambes lourdes. Le temps triste. J'enchaîne sur le Col du Portet d'Aspet court mais très raide, dans un silence profond. Ambiance extraordinaire.

Ça tire les cuisses. J'arrive en haut avec une mine défaite. Il pleuviote à moitié et je n'ai pas envie de continuer. Il y a un camping juste à col, mais je trouve le panneau un peu trop voyant à mon goût... Je fais une petite pause pour réfléchir, regarde la carte, m'étire doucement. Un fermier vend des fromages juste en bord de route et je lui demande les prévisions météo.



Village des Couserans.



Matin radieux au gîte la Goulue.

Le gîte s'appelle 'La Goulue' et il est très confortable, malgré un prix bas. Que dire de l'accueil: parfait!

Comme la veille, je reste 10 minutes sous la douche en rêvant que cela dure toute la nuit. Quel bonheur. S'ensuit un repas délicieux, partagé avec un breton venu randonner seul dans le coin. Il est un peu laconique, mais en parlant des ours, il m'avoue qu'il en a vu il y a une vingtaine d'années au dessus de Laruns, au printemps... Si vous aviez vu la lumière dans ces yeux!

J'écris ce message avec un chat sur mes genoux. Je vais pouvoir me coucher satisfait de ma journée, en pensant aux derniers km qui vont vite défiler. Dommage qu'il ne

fait pas beau, je pense que le paysage doit être superbe.

Je pense que je regarderai le tour de France plus attentivement maintenant...

<http://www.ariège.com/la-goulue/index.html>

25 août

Le début du sprint final...

Et pourtant il reste encore 3 jours à pédaler !

Ce matin je suis réveillé par les coups de tonnerre, mais je ne sais pas pourquoi cela ne me rend pas inquiet. Comme on dit, «la pluie du matin n'arrête pas le pèlerin ». Je décide de prendre mon temps et descends dans la salle à manger pour un petit déjeuner pantagruélique. A 10 heures, je quitte le gîte sous un immense ciel bleu qui ne quittera pas de la journée. J'attaque directement l'ascension du col d'Agnes. C'est un pur bonheur. Je me sens en pleine forme, l'air est frais, la lumière magnifique, une belle vue sur les sommets granitiques au sud et je suis seul au monde ! Puis c'est le Port de Lers où j'ai eu une petite pensée pour l'homme rencontré à Louron, qui m'avait raconté une journée où il était venu pique-niquer dans le coin et le brouillard était devenu tellement dense qu'ils ne trouvaient plus les couverts par terre...

A Tarascon-sur-Ariège, j'ai enfin trouvé un boulanger qui fait du bon pain, un pain comme je le fais, c'est à dire excellent (sic), mais qui part en miettes dès on le coupe;-)

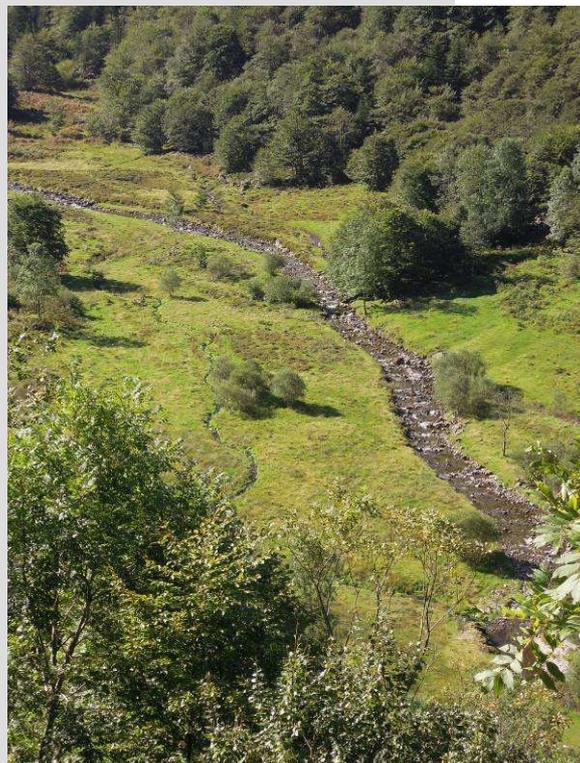
Je continue ma route en direction d'Ax-les-Thermes où je fais quelques emplettes et j'arrive à 18h à Ascou, affamé et couvert de coups de soleil. En fait je me rends compte que j'ai roulé toute la journée quasiment sans m'arrêter... Je pensais avoir mérité une autre bonne nuit en gîte, mais il était complet et je n'ai pas eu d'autre choix (mais un bon choix) que d'aller au camping d'à côté. Confort sommaire, mais au moins je rentabilise le portage de la tente pendant tous ces kilomètres. Le camping est plein d'hollandais, géré par des hollandais, et ça ne parle qu'hollandais... Etrange ambiance ! Ce soir je mange 2 œufs durs et bois 1 Leffe.

Je suis de plus en plus pressé de rentrer. J'ai envie de voir la mer. Dans ma tête je suis déjà presque à Grenoble. J'ai au moins un pied dans le train...

26 août

De cette journée je ne retiens que les images et pas les sons, comme si on avait passé un film en accéléré... Je n'avais qu'une idée en tête, rouler pour voir la mer.

Il m'a d'abord fallu passer le Port de Paillhères, au calme, puis le col de la Quillane, poursuivi par



Dans l'ascension du Col d'Agnes.



Descente du Port de Pailhères

un brouillard glacial. Mais côté Cerdagne changement de temps. Il fait doux et c'est une très très longue descente sur la plaine du Roussillon qui commence. Les kilomètres défilent ! En bas, un système orageux sur le Canigou génère des vents violents qui me poussent à 40 km/h vers le sud-est. Un moment je pense me rendre directement à Perpignan pour rentrer sans attendre. Mais mon autre 'moi' trouve dommage de ne pas aller au bout... Je pose la tente au milieu des vergers. Il ne me reste plus que 40 km jusqu'à Cerbères. Demain sera une belle journée...

27 août

Les touristes ont déjà en grande partie déserté la côte, et je circule en toute insouciance sur la route des vacances. Collioure, Banyuls... le paysage est superbe. Le temps parfait, chaud et sans vent. Quel bonheur !

Au bout de la route, je découvre niché dans sa crique le village de Cerbères, tant attendu. Je savoure en terrasse une bonne bière et un repas léger... léger comme mon esprit complètement rassasié de beaux paysages et de liberté ! Vraiment que la vie est belle !!



Environs de Banyuls.



Récupération active...



C'est fini !