**Récit de mon Paris Brest Paris 2019**

**Le jour d’avant :**

Rendez vous chez Eric à 8h, Didier nous récupère pour aller direction Rambouillet pour faire contrôler nos vélos. Après 3 heures de route, nous voici arriver à la bergerie Nationale du château de Rambouillet (lieu choisi par l’organisation pour le départ et l’arrivée). Nous passerons 2 heures à attendre sous la pluie avant de voir nos vélos enfin contrôler avant de récupérer nos documents pour finaliser notre participation. Une fois cette mission terminée, nous allons manger dans une brasserie (il est déjà presque 14 h) avec quasiment tous les membres du cyclo club Mayennais, moment de détente sympa qui me permet d’échanger à table avec l’expérimenté Patrick Meignan qui effectue son 5eme PBP, j’écoute les conseils, moi qui est novice sur ce genre d’épreuve. Après manger, retour à Mayenne, je rentre chez moi il est 18 h.

**Le jour J :**

Nous partons en famille cette fois ci à 12 h30 de la maison. Vu le nombre de cyclo attendu, j’ai souhaité arriver vers 16 h (2h30 avant mon heure de départ). J’arrive vers 16 h comme prévu, je vois aussitôt 4 cyclos du CCM (François, Patrick, Christophe et Fred) qui s’apprête eux déjà à partir. En redescendant vers le protocole de départ je croise Stéphane et Gaby. La bergerie est rempli de monde, il y a des vélos dans tous les sens, je croise Alain Gibon de Villaines la Juhel avant de m’éloigner un peu du protocole de départ pour manger et me changer pour être prêt à partir. Environ 1h avant le départ, je croise plusieurs personnes du CCM, Eric et Joseph qui partent à 18h, Bruno qui partira après moi à 19 h15 et aussi Nicole et Philippe qui accompagnent les participants. Je discute pas mal avec eux, sa fait passer le temps et voilà il est 18h20, mon SAS de départ avance, c’est enfin l’heure, je fais tamponné mon carnet et me voici parti dans les allées de la bergerie.

**1er étape :** Rambouillet – Mortagne au perche :

Je m’arrête dire bonjour à Sébastien du CCM que je croise un peu plus loin, et voilà c’est parti, je vois ma famille juste avant la ligne de départ que je franchis à 18 h33, également Annie 100 m après la ligne de départ, je passe la grille du château et nous voilà parti sur la route. J’ai effectué mon plan de route au préalable, je fais le choix de pas partir trop vite, je ne dépasserais pas les 25 km de moyenne, je m’arrête 5 mn comme prévu dire bonjour à Morgan mon collègue de travail à la sortie de Longny au Perche et j’arrive à Mortagne comme prévu à 23H25 malgré le vent de face dans la Beauce. Je m’arrête 20 mn comme prévu le temps de manger un sandwich et prendre une boisson fraiche.

**2eme étape :** Mortagne au Perche – Villaines la Juhel :

Je repars vers 23h45 de Mortagne direction Villaines la Juhel, la nuit est tombé, sa roule déjà beaucoup moins vite que la 1er étape, j’accroche toujours des groupes pour faire le moins d’efforts possible, je me retrouve pendant de nombreux km avec 4 cyclos de Rambouillet. A fresnay sur Sarthe, je suis surpris de me faire rattraper par Bertrand (Audax Lavallois), Denis (CCM) et André (Evron) qui sont partis 45 mn après moi. A St Paul le Gautier, je me fais rattraper par Francois des Audax Lavallois. Je m’arrête 1 mn à Averton chez mes parents, ma femme, ma fille et mon papa sont bien levés, je continue, on se retrouvera à Villaines. J’arrive comme prévu à 4 h du matin. A Villaines, c’est le 1er contrôle, je vais ensuite prendre un repas complet, un randonneur de San Francisco donne un pin’s à ma fille au réfectoire. J’enfile des maillots secs pour repartir.

**3eme étape :** Villaines la Juhel – Fougères :

Je repars de Villaines, il est 5h15 (30 mn de retard sur mon plan de route), la bonne nouvelle c’est que je repars avec Sébastien du CCM qui était parti 1h30 après moi. Le jour se lève gentiment, j’ai un coup de barre au Ribay, avec Sébastien on décide de s’arrêter prendre un café 5mn, en repartant je retombe avec les cyclos de Rambouillet, la route continue avec ces grandes lignes droites jusqu’à Fougères. J’arrive au contrôle, il est 9h20. On prend un bon petit déjeuner avec Séb, un collègue de travail (Sébastien aussi) et sa famille. On ne s’arrête pas très longtemps.

**4eme étape** **:** Fougères – Tinténiac :

On repart de Fougères vers 10h (30 mn de retard sur mon plan de route), de mémoire on roule beaucoup à 2 avec Sébastien, on accroche la roue d’un Anglais à mi chemin qui nous emmènera tranquillement jusqu’à Tinténiac, on l’on arrive à 12h40. En arrivant à Tinténiac, on voit la famille de Sébastien et Jean Louis du CCM qui bien sur nous prend en photo, on échange quelques mots avant d’aller manger au réfectoire. On doit s’arrêter plus d’une heure.

**5eme étape :** Tinténiac – Loudéac :

On repart de Tinténiac, il est presque 14h (1h15 de retard sur mon plan de route). Pendant cet étape, il y a un point d’accueil à Quédillac, on décide de ne pas s’arrêter, on fera une petite pause plus loin dans une boulangerie. C’est au cours de cet étape que Sébastien me fait part d’un genou très douloureux et que sa commence à l’inquiéter pour la suite. On arrive à Loudéac, il est 18h05, on mange une galette saucisse en extérieur, je suis frigorifié malgré que le soleil soit de la parti. On s’arrête comme d’habitude environ 1 h.

**6eme étape :** Loudéac – Carhaix :

Nous repartons vers 19h, nous avons seulement le temps de faire 5 km que nous croisons les 4 premiers cyclos qui sont déjà sur le chemin du retour. Quelques km plus loin, nous nous arrêtons pour que Sébastien prévienne sa femme, la douleur du genou est devenu trop importante, il me dit de continué mon chemin, je suis à ce moment très déçu pour lui, je me retrouve seul mais heureusement pas très longtemps car je me retrouve à rouler avec 3 cyclos de la région de Pontivy. J’irai avec eux jusqu’à St Nicolas de Pelem, un contrôle secret nous attendait. Je mange une soupe avec eux, ils décident de dormir, moi je continue mon cousin m’attend à Carhaix, il est 21 h30, j’attaque ma deuxième nuit sur le vélo. J’arrive à Carhaix à 23h05 (1h35 de retard sur mon plan de route). Je mange au réfectoire avec mon cousin, sa famille et François qui m’avait doublé dans la cote de St Paul le Gautier la nuit dernière. Je décide d’aller me couché au dortoir, qui est malheureusement complet donc je reviens dormir sur la table au réfectoire, il est minuit. Je me mets d’accord avec François, on repart ensemble dans 1h30. Comme prévu, je me réveille à 1h30, François me dit qu’il abandonne, moi je remets toutes les couches que j’ai avec moi et c’est reparti direction Brest.

**7eme étape :** Carhaix – Brest :

J’attaque sans le savoir à 1h45 du matin, l’étape la plus pénible pour moi. En repartant, je vois Philippe et Michel du CCM qui accompagne sans participer, je m’arrête discuter 3mn avec eux, et la je vois Simon et Jean Claude qui arrive derrière moi, qui eux sont sur le chemin du retour. A la sorti de Carhaix, je croise le grand Jacques qui lui aussi est sur le chemin du retour, moralement la période est pas facile pour moi, je me retrouve tout seul en pleine nuit en ayant croisé les gars du club qui étaient sur le retour. Je fais environ 30 km tout seul avant de retrouver un gars de Moulins avec qui je discute une dizaine de km avant de le perdre dans la montée du Roc Trévezel. La descente du Roc Trévezel est très pénible pour moi, je m’endors à plusieurs reprise, je m’arrête prendre un café au bord de la route, quand j’arrive à Sizun, je m’arrête dormir 40 mn dans le SAS du crédit agricole. J’arrive péniblement à Brest, je prends le temps de faire une photo sur le pont Albert Louppe, j’échange quelques mots avec un vélo couché, je lui fais par de mon inquiétude sur les délais, il me rassure en me disant que je suis large et que je vais croiser énormément de monde en repartant, j’arrive au contrôle à 7h20, j’en suis à 610km. Je prends un bon petit déjeuner et je repars, vu la levée du jour, j’ai plus envie de dormir.

**8eme étape :** Brest – Carhaix :

Je repars de Brest vers 8h (2h de retard sur mon plan de route). La sortie de Brest est assez longue mais je me retrouve avec les 3 cyclos de la région de Pontivy. Dans le Roc Trévezel, je n’insiste pas pour les suivre, le moral remonte énormément car je croise beaucoup de vélos. J’accroche un groupe dans la descente qui va m’emmener jusqu’à Carhaix sans trop d’efforts. J’arrive à Carhaix à 12H35, on je retrouve mon cousin et sa famille. Je mange au réfectoire et repars environ 1h après.

**9eme étape :** Carhaix –Loudéac :

Je repars de Carhaix vers 13h30 (2h30 de retard sur mon plan de route), je croise le voisin de mes parents, Claude Pattier d’Averton qui accompagne les cyclos du club d’Averton – Courcité, je discute 5mn avec lui avant de repartir. Je roule avec un cyclo de Breteuil (27) pendant plusieurs km avant que l’on arrive à St Nicolas de Pelem où le contrôle secret du retour nous attendez. On en profite pour boire un coup et manger un morceau avant de repartir ensemble direction Loudéac. J’arrive au contrôle à Loudéac à 18 h50, j’en profite pour manger un plat chaud et repartir vers Tinténiac où j’envisage de dormir.

**10eme étape :** Loudéac – Tinténiac :

Je repars de Loudéac vers 19h50, toujours accompagné par le même gars. On fait route ensemble jusqu’à Quédillac, la 3eme nuit sur le vélo commence, on se retrouve à 3 avec un cyclo de Chartres. A Quédillac, on s’arrête manger une soupe, le gars de Breteuil reste dormir, moi je repars avec celui de Chartres. Il me répétera plusieurs fois que son vélo penchait, moi je lui aie dit que c’est le bonhomme qui penchait. J’arrive à Tinténiac, il est 00h30, je vais me coucher au dortoir un quart d’heure plus tard, je suis agréablement surpris de ma lucidité quand je vois les autres cycliste. Il y a même une cycliste étrangère qui n’arrive pas à monter l’escalier pour aller ce coucher, je l’aide à monter avec l’aide du bénévole (je ne saurais jamais si elle est reparti le lendemain). Je dors 4h, je prends le petit déjeuner et je me prépare à repartir.

**11eme étape :** Tinténiac – Fougères :

Je repars à 5h30 (3h30 de retard sur mon plan de route), il fait très froid. Je me retrouve dans un groupe de 11 cyclos, tous étrangers, je vais avec eux jusqu’à St Sauveur des Landes où je m’arrête prendre un café 10 mn, dans le bar, je discute avec un Portugais qui parle très bien français, on repart ensemble jusqu’à Fougères. Je m’arrête seulement 15 mn à Fougères.

**12eme étape :** Fougères – Villaines la Juhel :

Je repars de Fougères, il est 8h35, direction Villaines où ma famille m’attend. Je monte tranquillement la rocade de Fougères quand je me fais rattraper par un tandem de la Pennsylvanie (Gaffney Patrick et Gaffney Cecilie : F055 et F056). Je prendrai leur roue jusqu’à Ambrières les Vallées avec une petite pause café à La Tannière. Rouler 44 km avec ce tandem reste l’un de mes meilleurs moments, ça roulait vite et bien. J’arrive à l’entrée de Villaines à 12h50, je m’arrête dire bonjour à tonton Gilbert avant de rejoindre le contrôle en centre ville. Là, une bonne partie de la famille m’attend (ma femme, mes enfants, mes parents, tata, tonton, cousin…) ainsi que plusieurs membres du CCM. Ce fut le moment le plus fort en émotion. Je dis bonjour à tout le monde, je fais tamponner ma carte et je vais manger au réfectoire où il y a un monde fous (il y a plus de civile que de cycliste à manger).

**13eme étape** **:** Villaines la Juhel – Mortagne au Perche :

Je repars de Villaines vers 14h15 (2h15 de retard sur mon plan de route, je réduis mon retard grâce au tandem Américain). IL fait chaud, je m’arrête chez mes parents à Averton boire de l’eau avant de repartir, je discute avec un américain jusqu’à la Hutte, je ne vois pas les km défiler, un groupe d’un quinzaine cyclos (Allemand, Italiens, Espagnols, Français et Anglais,…) nous rattrape, on ira ensemble jusqu’à Mortagne, je discute longuement avec un Allemand qui ait à son 4eme PBP, le virus lui à était donné par un Français d’un commune à coté de Brest qui est jumelée avec sa commune de Bavière. J’arrive à Mortagne à 18h15, ma femme et ma fille m’attendent, on boit un coup ensemble, je repart au bout de 20 mn parce que je m’aperçois que je peux réaliser mon PBP en moins de 80 h.

**14eme étape :** Mortagne au perche – Dreux :

Je repars de Mortagne donc à 18h35 (1h35 de retard sur mon plan de route). Je roule une vingtaine de km avec 2 cyclos de Bourges qui était parti le lundi matin en 84 h. L’un deux avait 54 ans, et il était à son 9eme PBP (il a commencé à 22 ans), c’était 2 personnes habituées des longues distances, il me faisait par de l’expérience, ils ont réalisés toutes les diagonales de France. Je me retrouve un peu seule après, les 2/3 belles lignes droites avant Dreux paraissent interminable avec le début de la nuit (la 4eme sur le vélo). Je me retrouve un peu perdu à l’entrée de Dreux avec un Danois qui me dit que c’est toujours un peu compliqué à Dreux. La route est longue dans la ville, j’arrive au contrôle à 22h15, je prends le temps de manger une soupe, un sandwich et un Paris Brest.

**15eme étape :** Dreux -Rambouillet :

Je repars vers 22h45 (seulement 15 mn de retard sur mon plan de route, j’avais prévu une fin assez large et surement pénible, mais dans l’euphorie et l’envie dans terminé et aussi de passer sous la barre des 80h, la fin fut que du plaisir et du bonheur. Je roulerais les 45 derniers km avec 3 Allemands. Je me ferais même doubler par le tandem Américain (celui qui m’avait bien fait rouler de Fougères à Ambrieres ) juste avant d’entrée dans la bergerie nationale. On passe de la nuit noire au encouragement des bénévoles dans l’enceinte du château. Je passerai la ligne d’arrivée à 00h57 (j’avais mis sur mon plan de route 1h00) où m’attendais ma fille et ma femme (heureusement qu’ils étaient là car ils y avaient pas grand monde. A ma grande surprise, je vois le vélo couché que j’avais vu à Brest le mardi matin et Sébastien, un Lavallois en vélo couché. Ensuite, je mets mon vélo au parc à vélo, je récupère ma médaille et prend un repas bien mérité en compagnie de Jean Philippe des Audax Lavallois qui lui était arrivé à 14h43 l’après midi. Vers 2h du matin, je vais me coucher avec ma femme et ma fille à l’hôtel à Coignieres.

**Le lendemain :**

Je me lève vers 9h, j’ai mal partout, au petit déjeuner je me rends compte que j’ai mal aux doigts et aux poignées (j’ai toujours un problème de sensibilisation au moment où j’écris ces lignes 8 jours plus tard), je n’arrive même pas à couper mon pain. Après, nous retournons à Rambouillet, l’ambiance est festive, je croise Marie Laure et Patrick du CCM qui vienne de finir leur PBP. Nous repartirons de Rambouillet vers 11h30 pour rentrée à la maison. Ce fut une superbe aventure que je conseille à tous ceux qui veulent se lancer des défis personnels. Si on m’avait demandé avant Brest, je vous aurais répondu plus jamais, mais là je suis obligé de recommencer dans 4 ans, tellement j’ai pris de plaisir sur le chemin du retour.

Quelques chiffres :

 -Temps totale : 78h 24 mn 10 sec

 -Distance effectuées : 1231 km

 -Vitesse moyenne sur le vélo : 21,62 km/h

 -Temps de vélo : 56h55

 -6h10 de sommeil en 3 nuits