

Le duathlon séquentiel du souffle court -

Tome 2 par Paul Junique

J'avais pensé à un autre titre : À bout de souffle. Malheureusement, Louis Malle l'a déjà utilisé pour un de ses films. Alors on garde l'ancien. Comme ça, je n'ai qu'à rajouter tome 2, tome 3, etc. pour les années à venir.

Et oui, me revoilà, plume en main, pour vous conter la cinquième édition, ou du moins les quelques souvenirs que le manque d'oxygène n'a pas éliminés de mon cerveau.

Tout comme l'an passé, ça commence dans le stationnement. J'ai eu le souffle coupé par le panorama et par la richesse des couleurs que les organisateurs ont déployées sur les pentes du Mont-Sainte-Anne. De quoi rendre jaloux un vendeur de SICO. Le premier choc passé, je suis allé m'inscrire. Ils sont tous là, ou presque, les maîtres skieurs : ma famille de l'hiver. Ça fait chaud au cœur de les retrouver après la séparation

de l'été. De poignées de main en accolades, de sourires [oui, Robert Giguère est là] en gros becs [il y a des maîtres skieuses], j'ai pu atteindre une pile de dossards. On m'a donné le 162. Mon entraînement commence à payer, j'ai amélioré mon numéro. L'an passé j'avais le 183.

Délaissant le " social ", je pars m'aérer et trotter un peu. Quelques petits étirements pour commencer, quelques petits sprints et quelques petites montées : voilà c'est fait. En chemin, j'ai entendu un " Bip Bip " suivi d'un nuage de poussière. Jocelyn [Vézina] venait de passer.

Dans vingt minutes le départ. Vite un petit verre d'eau, ça permettra de jaser encore un peu avant le coup de feu.

Fort de mon expérience de l'année dernière, je prends un air de "duathloniste" professionnel pour donner des conseils par-ci par-là et pour observer les concurrents.

Buddy [Couture] a encore rajeuni et si sa coupe de cheveux améliore son temps, moi aussi je me " stone grinde " le crâne.

Nous revoilà tous rassemblés sur la ligne de départ. C'est Christiane [Caya] qui nous souhaite la bienvenue, un pistolet à la main. Elle sait parler aux sportifs. C'est également elle qui annonce que la course fait toujours 6,4 km. Quelle déception pour moi qui croyait que l'érosion avait grignoté quelques mètres au parcours de l'an passé. Résigné, je me concentre sur mon chronomètre.

Pan ! Personne de blessé, je pars. Cette année, je suis préparé. J'ai pratiqué la course sans respiration, pour éviter les problèmes de souffle. Ça marche... 10 secondes. Concentré sur mes lacets de souliers, j'avale les kilomètres à un rythme cardiaque d'enfer. Les semelles qui courent devant moi ont l'air en forme et grimpent sans aucune récupération.

" Ne va pas si vite, tu vas te fatiguer ". Ça c'est ma mère qui m'encourage sur le bord du chemin. Ce n'est pas la seule, le spectre de Fred "mon gourou" Fortier est là lui aussi. " C'est pas une promenade, accélère. T'es même pas à la moitié et le plus dur reste à faire. Si tu continues comme ça, tu vas rater le lunch ". Quelle qualité dans la stimulation. Si mes pulsations n'étaient pas déjà au maximum, j'aurais accéléré. Carole aussi est sur la piste. Elle marche tranquillement à mes côtés en discutant. C'est elle qui m'annonce que je n'ai pas rattrapé Stéphane [mon ancien coach Barrette], que Pierre [Bernatchez] est déjà arrivé, en gondole, et que le coureur du motel Les Berges vient de réaliser un temps fantastique. J'aimerais bien lui parler, mais je conserve mon énergie pour rester debout. J'ai tout de même atteint la ligne d'arrivée avant de m'effondrer. J'ai d'ailleurs sprinté le dernier mètre pour épater les spectateurs.

Dans la gondole, en descendant, je me suis assis dans le mauvais sens : j'ai rien vu. Pas grave, je discute avec un chien. Je l'ai aperçu au départ. Il n'avait pas de dossard, mais au bout de sa laisse il y avait un " duathloniste ". Et bien, ils sont tous les deux arrivés avant moi...

Le duathlon c'est un triathlon. Tout le monde oublie l'épreuve du midi. Il faut se déshabiller, se rhabiller, manger, préparer le vélo, retourner se réchauffer et se représenter au départ. Christiane est toujours là, armée et prête à nous renvoyer au sommet. Du coin de l'œil, j'observe Marie-Thérèse [Laramée]. C'est une " pro ". Je vais mettre le même braquet qu'elle. Tiens ! le chien est là. Il doit faire la course en équipe. Je me suis placé sur la dernière ligne. Mes résultats lamentables en vélo ne me donnent pas le culot de me présenter avec les premiers. Et puis, au fond du peloton, on a moins de chances de se faire dépasser et plus

de chances de doubler les autres. Ça stimule. Surtout que la concurrence est forte. J'ai aperçu Gaston [Leblanc]. Il a délaissé sa vinification automnale pour se délier un peu les mollets.

Pan ! C'est parti. Je mouline comme un débile pour rester en équilibre. J'ai pas le bon braquet, mais mieux vaut être prudent. Personne ne me double vu que je suis parti dans les derniers. Je me paye même le luxe de dépasser, à droite et toujours joliment, quelques essoufflés. Ça grimpe encore plus que ce matin. Peut-être qu'à marée haute le Mont-Sainte-Anne s'élève lui aussi. Il faudra que je me renseigne. Sur le bord du chemin, il y a des "encourageurs", et devinez qui est là, spécialement pour moi. Et oui, le spectre de Fred "mon gourou" Fortier. " Les gondoles, ça ferme à 6 heures. Tu vas être obligé de redescendre en vélo. T'es juste 30 minutes derrière les premiers et 15 secondes devant le dernier. Lâche

pas ". Et hop ! il disparaît, me laissant seul avec mon dérailleur, mais réconforté par ma position.

J'ai atteint le sommet avant la noirceur et je suis redescendu encore assis du mauvais côté. Ça serait une bonne idée d'organiser la course, en descente, en gondole. J'aurais une chance...

Ça y est, c'est terminé. Les bras de Carole m'attendent. Bye-bye tout le monde, on retourne à Montréal.

Pas avant la remise des médailles, bien sûr. Et puis, il faut remercier les bénévoles, les organisateurs, les massothérapeutes [parlez-en à Sylvie Berthiaume], les participants et la météo... et Michel [Bédard] parce qu'il est en train de préparer le Camp des maîtres, avec une équipe fantastique. Mais ça, c'est mon prochain article...

P.-S. : J'ai amélioré mon temps. Si ça continue, je battrai le "record à battre"

dans... 12 ans.

Novembre 1995