

OBJECTIF DUNES : le Marathon de Florence

Comment j'en suis arrivée là ?

C'est le 18 septembre dernier que l'aventure a commencé quand Dunes d'Espoirs m'a demandé si j'étais d'accord pour participer au Marathon de Florence le 30 novembre. Après une rapide réflexion je me suis lancée dans ce défi assez osé pour moi : 1^{er} marathon et en plus avec Dunes ce qui sous entend pouvoir suivre le rythme de l'équipe et assurer un maximum de relais avec la joélette. J'ai deux mois environ pour me préparer à cette double épreuve, 3 années de Rumba derrière moi et seulement 2 avec Dunes d'espairs, mais une grande motivation et une assez bonne forme physique.

La course

Le jour J est arrivé !

9 h 15 je suis sur la ligne de départ, et non ce n'est pas un rêve, l'ambiance est à la fête, musique danse, chansons de l'équipe, encouragements des organisateurs, joie des jeunes que nous accompagnons et de jeunes handicapés italiens avec leurs coureurs. Je crois que je ne réalise pas vraiment ce qui va suivre, pas de stress, pas d'appréhension, juste le bonheur d'être là.

Le top départ est donné, je n'oublie pas de démarrer ma montre, ce serait trop bête, on court, on chante tout le monde est joyeux. A peine 500 mètres et toutes les joélettes s'arrêtent pour laisser passer tout le flux des coureurs, nous les applaudissons au passage.

On repart avec la dernière vague, cette fois-ci c'est pour de bon ! c'est parti pour 42 kms : 21 avec Lucas comme pilote et 21 avec Anthony, deux joyeux lurons d'une dizaine d'années. La joélette prend tranquillement son rythme de croisière, pour moi c'est l'allure footing donc tout va bien. Les relais se font naturellement sous l'œil attentif de Pierre, notre chef de joélette qui veille à tout son équipage et régule le rythme pour que tout le monde puisse suivre. Les changements se font très souvent ou derrière ou devant, jamais en même temps et j'en profite car je ne sais pas combien de temps je pourrai tenir même si je n'envisage pas une seconde de ne pas réussir.

Les 10 premiers kms passent très vite pour moi. Je découvre l'ambiance marathon, les musiciens, les danseurs, les spectateurs, les ravitos, les éponges... Christian entonne régulièrement les chants de Dunes, et 1 et 2 et Dunes d'espoir. Je reprends les chants avec tout le monde, ça roule.

C'est au 20^{ème} km que je redescends de mon nuage : tout d'un coup je réalise qu'on a à peine fait la moitié et que ça va être long jusqu'au 42 ... le doute s'installe et pourtant je n'ai mal nulle part mais une lassitude me prend. Je croyais que c'était à partir du 30^{ème} ? j'ai vraiment envie de faire une petite pause, heureusement que le changement de pilote arrive bientôt. Cela me paraît long, qu'est-ce que ça va être après ?

2h26 de course, arrivée au semi, nous changeons donc les pilotes. Je reconnais que je laisse faire les copains pour s'occuper des enfants et m'occupe de me ravitailler en gel et en eau car il fait assez lourd. Je fais bien car nous repartons tout de suite avec Anthony. Un coureur va décrocher presque tout de suite après, il a trop de mal à suivre le rythme. Moi, ça va mais j'ai un peu moins la pêche pour chanter et préfère garder un peu d'énergie même si je trouve que c'est pas très juste pour le 2^{ème} pilote qui lui est très en forme, on fait ce qu'on peut comme a dit Marc au caméraman. Heureusement il y en a qui ont toujours une forme olympique. Ils commencent à prendre plus de relais mais j'arrive encore bien à suivre jusqu'au 30^{ème} km sans trop de difficultés. Un 2^{ème} coureur nous lâche à ce moment car son genou lui fait trop mal. Je tiens bon mais je sens que petit à petit j'ai

de plus en plus de mal à suivre le rythme et à prendre les relais. Je décroche au 34^e kms et voit progressivement s'éloigner ma joelette. Je suis un peu déçue mais je tiens bon et continue de courir en me disant que je vais peut-être la retrouver plus loin. Je continue donc à mon rythme en essayant de me concentrer sur mon objectif : finir ces 42 kms. Autour de moi, toujours la même ambiance, les spectateurs nous encouragent, les coureurs sont de plus en plus nombreux à marcher. Nous sommes dans le cœur de la ville, c'est très beau mais je suis trop concentrée sur la course pour apprécier. Je regarde loin devant pour voir si par magie j'apercevais ma joelette et tout d'un coup miracle je les aperçois sur le pont devant mais je n'aurais malheureusement pas assez de ressources pour les rattraper. Je me remotive, je cours, je cours mais c'est long, long, long surtout entre le 37^e et le 40^{ème} km. J'ai l'impression de ne pas avancer, j'ai dû rater un panneau ? J'ai l'impression qu'il y a encore plus de coureurs qui marchent et je suis étonnée finalement de courir encore. 41^{ème} kms c'est bon, cette fois ci c'est le dernier et j'entends dans le haut parleur que la joelette de Dunes vient d'arriver ☺ quel dommage pour moi, je regrette de ne pas être avec mon équipe à ce moment là mais en même temps je réalise que ça y est je vais terminer mon premier marathon ! Je passe la ligne d'arrivée 2' après l'équipe et je regarde ma montre : 4h40 ! c'est quand même pas mal finalement. J'embrasse mes coéquipiers en arrivant, un petit mot aux enfants et biensûr verse ma petite larme. La dernière joelette arrivera environ 20' après avec nos deux coureurs. L'équipe est au complet, tout le monde s'embrasse et est content de sa course, les enfants sont radieux et les copains me félicite pour mon 1^{er} marathon. Je vais chercher ma médaille, trop contente !

Voilà , ce fut vraiment une magnifique aventure sous le soleil des Dunes dans le cadre splendide de Florence, une belle leçon de vie et d'espoir.

Frédérique