

Dimanche 13 mars à 7H00, le réveille sonne. Ca y est, c'est l'ouverture de la saison sportive pour certains d'entre nous et nous commençons par le semi et 10 km de Bourg-en-Bresse.

Valérie, Elliott, Vincent et moi sommes partis à la conquête de la capitale de la Bresse ; avec des objectifs propres à chacun :

- Valérie voulait faire moins de 1h50 sur le semi
- Elliott visait moins de 43'45 sur le 10km
- Vincent voulait faire moins de 40' sur le 10km
- Je voulais faire moins de 39' sur le 10km

Rendez-vous à 7h15 à Artemare pour covoiturer avec Valérie. Après quelques minutes de retard dû au réveil tardif, c'est parti en direction de Bourg. Elliott est venu de son côté.

Arrivé sur place, nous n'étions pas les seuls à attendre le début de saison car il y avait beaucoup de monde : un peu plus de 1000 coureurs sur le 10km et environ 1000 sur le semi. La météo était plutôt fraîche car le soleil n'était pas tout à fait lever et il y avait un peu de vent. Une fois les dossards récupérés, on se prépare au chaud dans la voiture. Personne n'était vraiment motivé pour s'échauffer. On voulait rejoindre avant le départ Elliott mais ça n'a pas été possible. Retrouver quelqu'un dans cette foule était plus que difficile.

L'échauffement a consisté à rejoindre la zone de départ en trotinant. Une fois sur place, on se place dans le deuxième sas (le premier étant « réservé » aux élites) en attendant bien serré les uns comme les autres le départ. J'entends au micro que la course est lancée, je déclenche ma montre. Ca avance en marchant, ça s'arrête, ça avance. Plus de 20 secondes juste pour franchir la ligne de départ. Ca commence à courir mais il faut zigzaguer. Après 300 mètres, je me place sur la droite et je cours sur un trottoir pour pouvoir doubler. Le peloton est déjà très étiré. Je rejoins Vincent au premier km. Dès le deuxième km, le peloton s'effiloche et des petits groupes se forment. Jusqu'au 6^{ème} km, je saute de groupe en groupe en récupérant un peu entre chaque. A partir du 6^{ème}, je bloque un peu, je suis à l'arrière d'un groupe de 5/6 coureurs et c'est dur. Je me force à ne pas regarder ma montre pour ne pas me démoraliser. Sans accélérer, je double des concurrents qui doivent être à bloc également. A un peu plus d'un kilomètre de l'arrivée, un léger faux-plat montant apparait. J'arrive à rattraper 2 coureurs et j'essaye d'accélérer. Le cardio s'emballe. On passe devant le parking où on s'était garé, l'arrivée est proche. Voilà, on l'aperçoit. Encore une ligne droite interminable de 300 mètres, et j'aperçois le chrono en passant la ligne. Bien content d'en avoir finis avec un temps que je n'aurais pas pensé atteindre en début de saison.

Direction ravitaillement en plein air. Pas trop de choix mais de la quantité (surtout pour les biscuits). Je retrouve Elliott et Vincent pour refaire la course. Après, nous avons profité de la présence d'étiopathes pour se faire réparer. On a regardé les résultats et nous sommes rentrés à nos voitures.

Conclusion de la journée : tout le monde a tenu ses objectifs sur un parcours très roulant mais très urbain sans aucun intérêt visuel.

Sur le semi, Valérie bat son record en 1h47'09 (temps officiel) (552).

Sur le 10km au temps officiel, Vincent termine en 40'04 (113) ; Elliott en 43'46 (210) et moi en 37'30 (61).

Si on prend le temps réel (dès qu'on franchit la ligne départ), on gagne entre 20 et 30 secondes sur le temps officiel.

La saison a bien débuté.