



CR Corsica - du 28 mai au 1<sup>er</sup> juin -

Par Stéphanie

Vendredi 27 Mai 2005 22h, Toulon.

Après avoir failli ne pas partir - notre camion était plus haut que prévu et nous étions sur liste d'attente sur le port pour embarquer les derniers sur le Ferries - OUF OUF !!!! NOUS VOILA.

Samedi 28 Mai, 07h

Arrivée au port de Bastia. Nous nous dirigeons vers le village de Moriani. Nous sommes la dernière équipe arrivée et on nous presse pour une photo. S'en suit un contrôle très très rigoureux de notre matériel, la remise des cartes et road book, et un briefing rempli de recommandations.

Un large coup d'oeil sur le parcours qui nous attend... ça c'est sûr, il y aura de la neige, du dénivelé et du maquis !

Notre photo est déjà dans le journal, la pression monte: NOUS SOMMES SUR LE CORSICA RAID, le raid le plus dur d'Europe, épreuve CHALLENGER.

17H00. Alex et moi partons en trail du village de San Nicolau pour un prologue d'environ 1H30 qui nous descend sur la plage de Moriani. Déjà le ton est donné et nous prenons conscience du niveau des équipes concurrentes : seules des équipes de 4 garçons alors que nous ne sommes que 3 filles à tourner pour 2 en permanence en course). Plus tard dans la soirée, nous profitons d'un apéritif dînatoire et d'une dernière "longue" nuit en bivouac avant "le grand départ".

Dimanche 29 mai, 07h

Karina et Alex le prennent, ce "vrai départ" sur la plage de Moriani, avec une section de course intramuros puis une épreuve de coasting (course le long de la plage) qui permet de se chauffer les muscles tout en profitant de la mer. Mais ensuite, il faut trouver le "bon passage" : une remontée hors sentier durant laquelle Alex et Karina doivent choisir le plus court itinéraire pour remonter sur San Nicolau sans emprunter la route. C'est chose faite, même si une légère erreur nous vaut 15 mn de pénalité pour l'avoir traversée ! Ca y est, les pénalités commencent à tomber !

Fano, puis Castellana, la cascade de l'Ucelline, pour une très belle épreuve de canyoning enchaînée d'un parcours de cordes. Harnachées dans



leurs combinaisons, casques bien sanglés, équipées de baudriers et de longes (matériel prêté par notre partenaire REVE DE CIME et porté depuis le matin dans les sacs à dos), Karina et Alex s'élancent pour une descente vertigineuse au milieu des rochers. Marche en rivière et rappels constituent ce parcours jusqu'au pont de l'Ucelluline où une très belle tyrolienne les attend.



*13h (c'est l'heure d'arrivée estimée par l'organisation pour les 1<sup>ers</sup> concurrents)*

Village niché entre mer et montagne, Castellana offre un point d'assistance idéal. Nous sommes contents de voir les filles arriver en 2<sup>e</sup> position. Alex se ravitaille rapidement tout en profitant de quelques petites minutes de repos avant de repartir avec moi qui me suis bien imprégnée du parcours que notre Magic-

Sergio, notre assistant, nous a préparé. C'est donc à 13h15 que nous partons toutes les deux pour une course de montagne en orientation sur les crêtes qui bordent San Nicolau à près de 1300m d'altitude. Le sentier que nous empruntons offre une vue sur les îles de l'archipel toscan. Un paradis qui commence à prendre déjà l'apparence de l'enfer : mon Alex a le bas du cou brûlé par les sangles de son sac à dos et commence à ressentir la grosse fatigue. Depuis ce matin 7h qu'elle galope, ça monte, puis ça descend, et il y a un soleil de plomb et pas un brin d'air ! Nous nous sommes faites rattraper par l'équipe Corse-Sofitel. Enfin, une cascade nous cligne de l'oeil, l'autre équipe s'y attarde, on en profite aussi. Nous les apercevons plus loin empruntant un mauvais chemin, Alex et moi coupons à travers bois par un chemin plus court, ils font alors demi tour et finiront la course avec nous, rattrapés à quelques mètres de l'arrivée par une 3<sup>e</sup> équipe du Défi Santard. La bataille des 2<sup>e</sup>, 3<sup>e</sup> et 4<sup>e</sup> places promet d'être disputée !

*18h45* : Karina a profité de 5h30 de repos, notre caravane repart vers la prochaine épreuve nocturne.

*22h30 départ de Carti*

Karina et moi repartons pour 900m de dénivelée en trail orientation avec des sacs qui sont très lourds (tente, duvet, eau, ravito, baudriers...) sur mes jambes déjà affaiblies par les 5h30 de la course de l'après-midi. Tout en montant, j'imagine que l'ascension demain au col du Monte Ritondu à 2700m va être "mortelle"...

« Punaise, mais que ce que je fais ici ? » c'est la question qu'on se pose toujours quand ça fait mal.

*0h15 à Timozzu.*

Nous plantons la tente sur un terrain très inconfortable. Une soupe, une banane et dodo ! Nous sommes à 1750m d'altitude au pied du Monte Ritundo. Le vent souffle et nous dormons peu dans l'inconfort mais "RAID IS RAID" !

Lundi 30, 06h : Lever, café, bivouac plié, sacs à dos pleins, on est prêtes et presque en forme.

07h tapantes. Nous quittons le plateau de Timozzu, très vite réchauffées par les 1200m de dénivellée positive qui nous mènent au sommet du Monte Ritundo. Il faut passer pas à pas dans la neige glacée. Finalement, la montée est plus dure pour Karina que pour moi et je m'empresse de la tracter avec mon tire-minette. Nous nous surprenons alors à doubler des équipes du raid aventure qui sont déjà bien fatiguées par la courte nuit. Plus haut, après avoir enfilé nos baudriers et nos casques, Karina retrouve son souffle à la vue des passages de cordes qui nous attendent. L'ascension d'un étroit couloir enneigé à la poignet jumar est très technique. Au col, à 2700m et les pieds dans la neige, une vue sublime sur la méditerranée s'offre à nous... Mais vite, le chrono tourne, nous devons redescendre entre neige et dalles rocheuses. Devant nous, un équipier de l'équipe Corse Sofitel a glissé ; blessé, il doit se faire rapatrier en hélico tandis que leur chrono et celui de toutes les équipes derrière, reste en stand by. Nous passons et y allons molo-molo ! Pierriers, neige, il n'y a pas de chemin par le déversoir du lac de Bellebone : Karina et moi avons décidé de suivre le cours d'eau, le traversons plusieurs fois jusqu'à ce qu'à mon tour je glisse et perde un bout de mon incisive !! Rien de grave cependant comparé à l'accident de l'autre équipe...

Nous visons au loin un sentier que nous pensons être le GR20, mais non ! Grande déception, ce n'est pas le bon car nous l'apercevons 900m en contre-bas d'un pierrier de tous les dangers que je descends avec les orteils recroquevillés dans mes chaussures tellement ils sont en bouillie et plein d'ampoules. Ouf, enfin le GR20, c'est bien lui ! Il n'y a pas de doute, je préfère les montées... et Karina reste à ce moment-là 3h de hameau de Canaglia en 8<sup>e</sup> confondues !! Il est 15h30.

Notre Alex en a profité fraîche et dispo pour prendre sur la section VTT. Elles vite qu'à une intersection, elles inverse de la boucle sans le fait un gain de temps plus de pénalités car le chemin était fatigant. Sauf que pendant ce voit infliger (et donc à l'équipe) n'avoir pas dormi au camping !!!



pour bien dormir, elle est mon relais avec Karina attaquent alors tellement partent dans le sens savoir ! Cela leur vaut en important que les 15mn plus roulant et moins temps, notre assistant se 1h de pénalité pour

UN CORSICA RAID SANS PENALITEES N'EST PAS UN CORSICA.



18h30, la boucle est presque bouclée. Nous nous rendons en voiture à la station de ski de Ghisoni où nous attend une surprise : un contrôle du matériel obligatoire dans nos sacs à dos : tente, duvet, téléphone satellite, feux de détresse, miroir, briquet, polaires, couverture de survie, vêtements... tout est contrôlé, même les numéros de notre équipe sur nos barres énergétiques !

### UN CORSICA RAID SANS CONTRÔLES, N'EST PAS UN CORSICA.

22h30. Ouf, tout y est. Alex et moi ainsi que les équipes "challenger" partons frontales sur nos têtes pour une course d'orientation en montagne que nous menons de front toutes les deux cherchant le bon chemin. Nous sommes poursuivies de très très près par le reste des équipes qui nous laissent batailler devant (certains sont sans lumière), bien contents que nous les aiguillions. Mais comme nous ne sommes pas des louvettes pour rien, nous menons tout notre petit monde sur le droit chemin à flanc de montagne à un rythme soutenu que nous n'avions même pas imaginé. Derrière, ça colle malgré tout et nous avons la pression ! Soudain, à quelques petits kilomètres de l'arrivée, le troupeau ne manque pas de nous doubler à toute allure (profitant d'un léger ralentissement), nous plantant ainsi Alex et moi sans un "merci les filles" ! Ah bravo la solidarité masculine !...

Il n'y a toutefois que quelques minutes d'écart et la revanche est un plat qui se mange froid. Fini le copinage !

02H30 du matin au col de Verde. Notre équipe d'assistants est sur le qui vive. La soupe est chaude et nos duvets nous attendent. Nous sommes à la 4<sup>e</sup> place, non loin des 3<sup>e</sup>, l'équipe Corse Sofitel.

### Mardi 31, 7h30 au Col de Verde.

Nous n'avons que 4 heures de sommeil en poche lorsque le départ en VTT-orientation est donné en masse pour les 20 équipes. Alex se repose ; c'est Karina et moi qui prenons le départ. « Allez-y doucement les filles » nous recommande une dernière fois notre assistant Magic-Sergio. « Il y a plein de chemins très tentants mais il ne faut pas les prendre ». Nous avons bien le parcours en tête et connaissons les erreurs à ne pas commettre.

Top ! C'est parti. Les équipes de garçons partent comme des lièvres vers les chemins interdits. Notre flair de louves et notre grande technicité en descente a eu raison de nos choix d'itinéraires : c'est à la 5<sup>e</sup> place devant 15 équipes de garçons que nous passons la ligne d'arrivée à Cuzza. Ça fait plaisir ! Merci Sergio pour ton aide, nous nous rendons compte là de l'importance de l'implication d'un excellent orienteur.

Une  
nous monte  
notre  
FRANCE 3  
féminin (la  
du raid)



rapide transition en camion qui  
à la Punta di U'diamantu. A  
arrivée, des journalistes de  
filment notre équipe 100%  
seule engagée sur l'ensemble  
pendant que nous nous

préparons pour un parcours de cordes: une tyrolienne et 3 rappels de 50m avant un retour en C.O. dans le maquis. Entre ravito et mise en scène pour ces messieurs les journalistes qui ont décidé de nous suivre sur le reste de la journée, les filles doivent garder leur concentration sur l'itinéraire à suivre. Quelques heures plus tard, elles arrivent les jambes lacérées par le maquis : « il n'y avait pas de chemins » me disent-elles ! Je n'ose pas leur dire que, pendant ce temps, je me suis frappée une grosse sieste à l'ombre !

En quelques minutes, Alex enlève son baudrier, s'engloutit un sandwich, prend son casque et nous enfourchons nos VTT.

Il est 15h. Les sacs sont très lourds car nous sommes obligées de prendre tente et duvets ! La chaleur est accablante et à quelques kilomètres du départ, mon pneu avant crève. OH MISÈRE ! ... Mais un grand merci au passant qui passait par là et m'a changé mon pneu en quelques secondes. Nous sommes toujours en 4<sup>e</sup> position mais l'équipe Corse Sofitel n'est pas loin. Nous n'avons pas le droit à l'erreur, mais ça commence mal... On attaque une très longue montée en chemin forestier puis une grosse partie de portage VTT en plus du sac énorme : pas pratique. Le portage en montée, je suis OK, mais le portage en descente c'est très frustrant surtout quand l'itinéraire est plus dur que la montée !

#### UN CORSICA SANS PORTAGE VTT N'EST PAS UN CORSICA.

Après 1h30 de ce difficile exercice, nous tombons presque pile poil sur THE balise de la citerne où enfin une piste nous attend. Nos fesses sur le VTT, enfin !



...mais pas pour longtemps. Ca va tellement vite que j'en perd mes pédales et fait un "salto avant" pour me retrouver coincée sur le dos dans un ravin, un peu choquée et l'épaule douloureuse. Mais vite, il n'y a pas une minutes à perdre, nous reprenons de plus belle. Nous ne sommes plus qu'à 2 ou 3 kms de l'arrivée son tour le pneu arrière d'Alex crève... La guigne ? NON ! Un grand merci à un autre passant qui passait par là et a encore changé le pneu en quelques secondes !

A l'arrivée à l'hippodrome de Viseu, il est 18h30. Accueillies par nos assistants, reporter, et toujours cette fameuse équipe de FRANCE 3. Nous sommes épuisées, sales, et moi blessée. On nous masse et panse nos blessures. Une brève toilette aux lingettes dans la salle de bain du camion, une assiette de couscous et nous revoilà en transit en direction du village de Audde.

#### Mardi 21h, Audde près de Baraci

Après le VTT, nous sommes toujours à la 4<sup>e</sup> place.

Objectif d'Alex et Karina : mettre à profit leurs meilleurs talents de loupettes. Rien de mieux pour cela qu'une section d'orientation de nuit pour semer

l'équipe Corse Sofitel dans leur jardin... ou plutôt maquis. Encore une fois, Karina et Magic-Sergio ont bien étudié la carte et c'est parti ! Aller les filles, c'est cette nuit que nous pouvons gagner notre 3<sup>e</sup> place !

*Alors là, il y a un grand "BLANC", car j'ai dormi dans le camion en transit pour Baraci. Oui les filles, pendant que vous galopiez dans les ronces et dévaliez les ravins ! Je vous ai à peine entendu arriver vers 3h30 du matin et je crois que vous êtes allées directement sous la casa sans passer par la case ravito.*

A 6h30 du matin, j'ai retrouvé mes louloutes les jambes en sang, épuisées, mais le sourire aux lèvres heureuses d'avoir semé l'équipe Corse Sofitel qui n'est arrivée qu'à 06h ! Bravo les filles, j'étais ce matin-là une capitaine très fière.

### Mercredi 1<sup>er</sup> juin, 08h.

Départ pour une épreuve de canyoning de Baraci à faire en 03h30 maximum sous peine de pénalités. Nous avons 3h30 d'avance sur les 4<sup>e</sup>, il faut assurer et ne pas faire d'erreurs ni se blesser. Sauts, tyrolienne, rappels, toboggans aquatiques, Alex et moi terminons en 3h30 pétantes après un sprint à 4 pattes dans les bois avec nos combinaisons et baudriers. Ouf! Nous l'avons échappé belle de plusieurs heures de pénalités.

13h. Très belle épreuve de VTT dans la forêt de Coti. Très roulant cette fois ! J'essaie de freiner dans les descentes et me laisse guider par Karina qui a la carte. A part encore une chute pour finir d'achever mon épaule, c'est un sans fautes, vite et juste. C'est du bonheur.

15h. Ultime et dernière épreuve de course à pieds en bord de mer (coasting) de Agosta à Porticcio. Il faut rester à moins de 3 mètres de l'eau. Sergio panse mes ampoules aux pieds, puis le départ est donné.

17h. Alex nous rejoint sur la plage et nous passons enfin la ligne d'arrivée sur la plage de Porticcio sous un tonnerre d'applaudissements et une haie d'honneur formée par les organisateurs et les équipes.



4 jours et 3 nuits de course. Après la Boliviana en Novembre dernier, c'est encore une belle aventure sportive et humaine pour les P'tites Louves. Nous avons unis nos forces dans l'effort, nous avons une nouvelle fois partagé des frissons, des petits coups de gueules, des souffrances, mais aussi de grands moments d'émotion, des victoires, des rires, la passion... une aventure d'équipe quoi !

Sur ce raid, le plus dur d'Europe, restant très copieux même en challenger, c'est une bien belle épreuve que nous avons là de nouveau remportée en filles en rapportant une belle 3<sup>e</sup> place au scratch !!

Bravo les filles, merci à nos assistants et reporters, nos sponsors, aux organisateurs... On remet ça l'année prochaine ?

Coup de chapeau à Alex, Karina et Steph,  
Merci à nos assistants et notre reporter pour leur aide,  
Merci à nos partenaires Corsica Ferries et Eurocopter pour leur confiance.



**TURBODIET**

**DURACELL**



**TrailPôle**