

I. Texte de Roc.

Le Roc ne se raconte pas, il se vit. Mais je vais le raconter un tout petit peu quand même.

Marée...humaine.

Au Roc on vient pour le vtt, le salon, les animations, pour le sud et la mer aussi. Moi j'ai surtout vu une mer de vététistes, qui dépasse de très loin ce que l'on peut voir ailleurs. Quatre exemples:

Exemple 1 : le vendredi, après avoir zieuté le X-Control 900 sous toutes les coutures, jointures, soudures et discuté "2010" avec Lapierre, je souhaite ressortir de la base nature vers 19h...Il faut 30 bonnes minutes tellement ça bouchonne! Je vais alors au plus simple, m'assieds derrière mon coffre de voiture et pique-nique là. J'avais un peu dévalisé un magasin bio avant de venir, j'ai bien fait! Je termine vers 20h, à ce moment-là je peux sortir directement!

Exemple 2 : Le samedi après-midi je vais repérer un peu avec mon ami Thomas Hartstern. Au bout de cinq kilomètres on est arrêtés par un bouchon de deux cents vététistes au départ de la première descente technique. Je me dis "*Il doit y avoir un accident*", mais non! les bénévoles gèrent le trafic. "Crise du logement" à l'entrée de cette descente + vététistes en difficulté technique évidente, il n'en faut pas plus pour transformer l'endroit en bouchon permanent. Avec Thomas on prend un grand chemin "blanc" (ocre en fait) et on rejoint le col de Bougnon où on vit en direct le rythme de quelques vététistes débutants qui, à 3km/h dans une descente moyennement technique (celle qui précède la "côte en ciment") doivent trouver la rando noire bien longue!

Exemple 3 : le samedi après-midi après notre repérage on va manger dans un restaurant au bord de la plage. Pour commencer il manque tous les plats, seules restent les salades et les pizzas. C'est dire si ça a débité. On passe environ une heure et demie à la terrasse, pendant tout ce temps c'est un défilé *ininterrompu* de vététistes passant par vagues successives. Souvent déguisés, ils sont applaudis par des groupes de supporters visiblement venus là uniquement pour faire la fête (c'est plutôt une bonne idée!). Je n'en reviens pas de voir autant de monde, comme si on avait ouvert en grand un robinet à vététistes.

Exemple 4 : le dimanche matin je me rends au Roc afin de déposer mes bidons aux sympathiques préposés au ravitaillement "Véloroc" qui vont d'abord officier pour les juniors. Je gare ma voiture au bout du parking de l'hypermarché Casino, le plus près possible de la sortie afin de repartir aisément après ma course. Je mets mon sac sur le dos, pars en vtt vers la base nature et me retrouve directement dans une marée de juniors à l'échauffement...À 7h30 du matin!

Une course en deux temps et mille mouvements.

Dossard 338...J'écarquille les yeux pour tenter de deviner ce qui se passe devant. Au départ je gicle tant que je peux, je me "frotte" avec quelques coureurs, mange de la poussière et tire un bout droit à bloc sur la route...A l'entame de la première ascension je suis 130^{ème} environ, j'ai donc doublé environ 200 coureurs, mais j'ai mal aux jambes! Je poursuis alors ma remontée "un par un" jusqu'à me stabiliser vers la 80^{ème} place. Un jeune belge (Brick Scholtes) me reconnaît, il m'a contacté par mail pour des données sur l'entraînement dans le cadre de ses études. On échange quelques mots, on partage quelques trajectoires.

Vingt minutes avant le col du Bougnon, alors que je jouis sans retenue d'une des nombreuses descentes, je "frotte" une pierre en bunny-hopant un ravinement : crevaison! 5 minutes d'arrêt réparation, la bombe qui "tousse" et je repars avec 1 bar dans le pneu arrière qui, mal clippé, est tout voilé. J'ai un bar, je n'ai plus de pression et ça tourne quand même, pas normal!!! Je pilote "sur des œufs" et termine comme ça, 133^{ème}.

Mais le parcours valait la peine d'être fait! Il a été "revu et corrigé" cette année et est redevenu plus cassant, plus classe, plus vtt...Bravo!

Le seul à passer en vélo?

Anecdote étonnante : sur la fin du parcours on passe deux fois sur la plage. Au premier passage on longe les terrasses de restaurant auxquelles je mangeais hier. Juste après celles-ci on doit remonter des escaliers en deux rampes séparées d'un replat. Au repérage j'avais remarqué une pente en béton nouvellement créée sur le bord droit des escaliers. Je passe donc dessus en vélo et une spectatrice s'écrie "*Oh il est passé en vtt!*". Là où ça devient marrant c'est qu'elle vient me voir à l'arrivée et me dit que je suis le seul à être passé là en vélo!

Soit elle a mal regardé, soit les vététistes qui repèrent les parcours regardent mal...

Ravel family, rapide et spectaculaire.

Le samedi matin je regarde la course dames au niveau de l'entrée du chemin des douaniers où la leader (Osl?) prend un risque énorme pour sauter une marche en béton. Elle l'aborde trop lentement, tire sur le vélo mais freine à moitié de l'avant en retombant, la roue part sur le côté...et se rétablit d'un cheveu. Elle nous a fait peur!

Quelques minutes plus tard arrive Cécile Ravel, bonne cinquième, qui saute la marche comme s'il n'y en avait pas. Le jour où Cécile grimpera comme les coureuses de poche, certaines auront du souci à se faire!

Chez les élites Cédric prend une superbe 7^{ème} place sur le X-Control 900 qui est définitivement bien né.

Bref, chez Ravel la fin de saison est une sorte de miroir inversé du début, pour leur plus grand plaisir je suppose.

Le tri du Roc.

Je suis vraiment devenu accroc au tri sélectif. Dans l'appartement où je loge je ne jette pas les papiers, je le ramène avec moi pour les mettre dans la poubelle adaptée. Idem pour les emballages recyclables. Ce n'est pas un gros effort quand on y regarde bien, surtout quand on fait l'effort préalable de consommer des produits peu emballés.

Moins d'emballages au départ et plus de tri = moins de pollution au final.

Le Roc c'est dur...après le Roc.

Le retour commence difficilement : à 13h40 je démarre de Fréjus, une heure plus tard je dois m'arrêter pour dormir un quart d'heure, après quoi je reprends le volant jusqu'au bout. Dans les trois dernières heures j'ai un mal de cul terrible (pourtant je suis seul, humour!). Je me tortille...

L'analyse de Jules.

Vers 21h je suis à la maison. Jules, couché depuis une demi-heure, m'entend arriver, quitte son lit, sort de sa chambre en courant et se jette dans mes bras, tout chaud, c'est trop bon! Il me demande "combien j'ai fait". "*Je ne sais pas trop, 130^{ème}, 140^{ème} ...*". "*Mais tu courais avec les élites, ça devait être dur*" rétorque-t-il. Je confirme. Il me demande alors si Absalon a couru. Je lui dis qu'il me semble que non. Jules dit alors "*Absalon il préfère les championnats du monde et les Jeux olympiques*". Pas mal comme analyse pour à sept ans. Il ajoute "*Ça doit foutre la trouille les Jeux olympiques*"...Sûrement, même s'il y a aussi beaucoup d'excitation, de plaisir, d'attente...

Puis il me demande *Si tu avais gagné le Roc avec les élites, tu aurais été drôlement content, tu aurais sauté partout!*". Oui sûrement j'aurais sauté partout...mais je lui précise que ce n'est pas possible, ils sont plus forts que moi.

En tout cas à travers mes courses il commence à se faire une idée assez précise des niveaux, des émotions associées à la performance, à la victoire, à la défaite...avant de se faire son propre avis dans quelques années?

Couleurs de Roc.

Quand je me rends au Roc d'Azur
Quelque chose de doux me rassure
Le monde n'est fait que de vélos
Il fait définitivement beau

Je roule je fonce je m'éclate
Sur ce joli parcours casse-pattes
Dans les sentes les jambes s'éparpillent
Décidément le soleil brille

Dans une descente un peu cassante
Une pierre s'approche un peu trop près
Ça y est du pneu l'air est parti
Moral voilé nuage gris

Finie la course restent huit heures
Dans ma voiture à cent à l'heure
Au rythme des chuintements de pneus
Et à la fin en prime il pleut.

...Le Roc d'Azur crée des couleurs
Et des humeurs ça c'est sûr

II. Images de Roc.



Proues de navires...La marée et un Evo2 amarré.



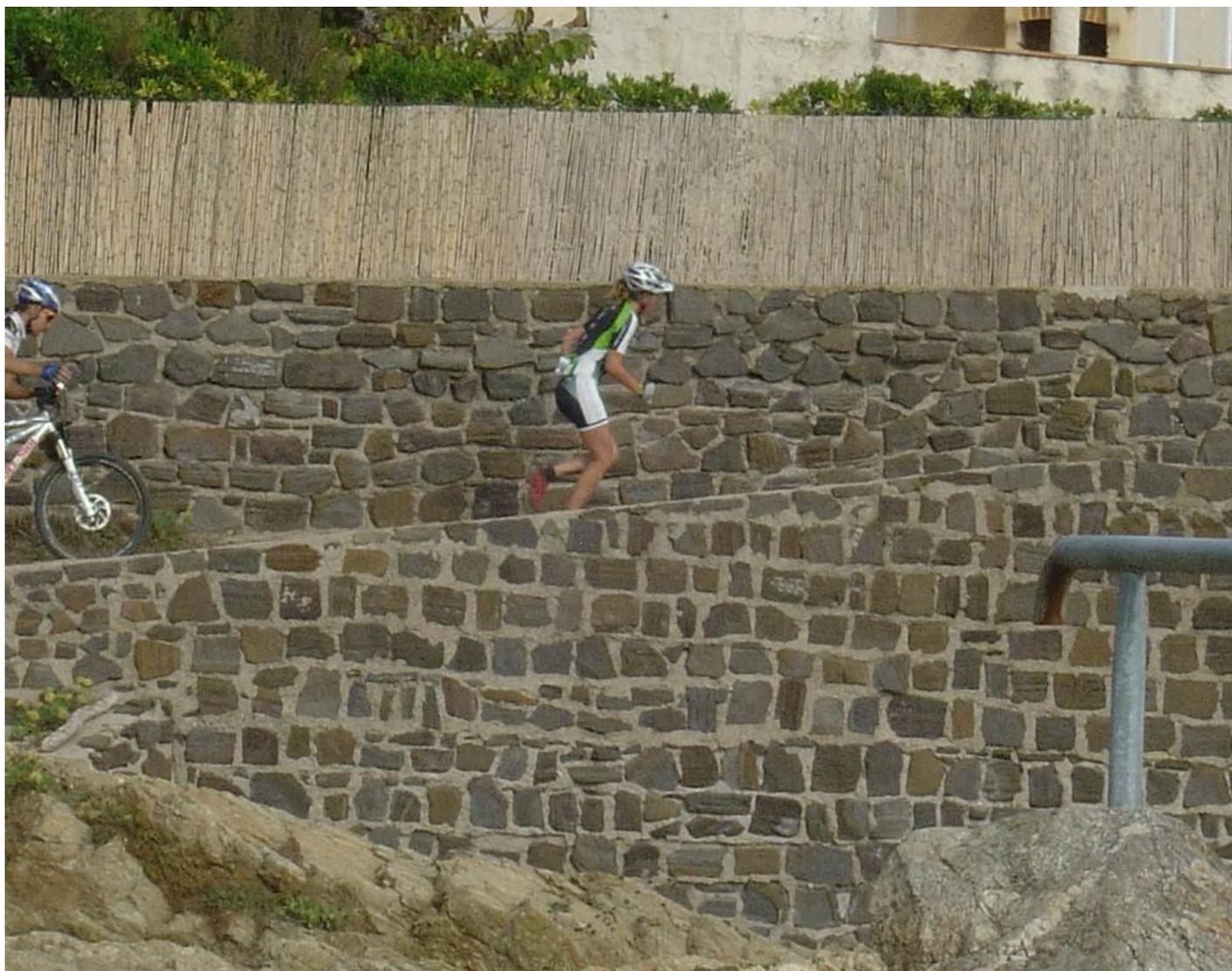
XTR : cisaille à barque!



**Crosseur trialisant
Fi'zi:k et technique à la fois...**



Vincent "Bike park" Julliot! Loly s'accroche...



**Bérangère Boës en "tandem"!
Aux dernières nouvelles elle aurait rattrapé Arnaud Grosjean...**



**Rémy Absalon a perdu sa coéquipière
au prénom de circonstance...Marine.**



**Le Roc d'Azur
Depuis la terrasse d'un café
Un spectacle ininterrompu.**



J'appelle ma femme...pour lui dire que tout va bien!!!

Fermez le ban!