

Raid Vietnam - du 29/04 au 08/05

Courir au pays des mille et un sourires



ILS ME REGARDENT AVEC UN GRAND SOURIRE AVENANT, COURIR LE LONG DE LA RIZIÈRE OÙ ILS TRAVAILLENT COURBÉS LES PIEDS DANS L'EAU...

Texte de Vincent Rivoire. Photos de Gilles Tissot.

Plus loin, un groupe de femmes Hmong en costume traditionnel rient à notre passage, alors que les hommes qui travaillent à refaire la route s'interrompent pour nous encourager avec de grands signes amicaux. Hier après-midi, c'étaient les enfants de l'école que nous visitons qui nous ont enchanté par leur calme, leur curiosité spontanée et leur joie communicative. Courir dans ces montagnes du nord-ouest vietnamien, c'est découvrir le monde des mille et un sourires...

Une passion commune

Nous sommes arrivés le 29 avril à Hanoi. Le groupe de 40 coureurs et marcheurs a vite sympathisé. C'est toujours simple quand on partage une passion commune. C'est encore plus facile quand l'équipe d'organisation est proche des coureurs. Gérard Verdenet, lui-même grand baroudeur d'expéditions extrêmes aux quatre coins du monde, s'est entouré d'une équipe particulièrement efficace et attentive, en faisant appel à sa famille et à ses nombreux amis. Phi, le guide local vietnamien, s'est montré à la hauteur des qualités de ce peuple si attachant que nous avons pu voir tout au long de notre voyage : enjoué, efficace, d'une grande fiabilité, toujours présent pour nous aider à nous intégrer dans les villages où nous arrivons. Il connaît et aime son peuple, son histoire et sa culture, ce fut un grand plaisir de l'écouter tout au long de cette aventure.

Souvenirs, souvenirs...

Le trajet en train de nuit de Hanoi vers Lao Cai, à la frontière chinoise à l'extrême Nord-Ouest du pays, me rappelle le plaisir de mes vacances de jeunesse, quand avec mes parents nous faisons tous nos longs trajets bercés par l'ambiance si particulière des couchettes. Mercredi matin, nous sommes tous rassemblés au bord du lac de Sapa, charmante ville d'altitude où nous avons passé la nuit. Gérard donne le départ, ça court rapide sous l'impulsion de Dominique, Pascal et Philippe, bons traileurs qui savent que cette première des cinq étapes sera relativement courte. Nous dévalons un sentier de terre, pour arriver dans des bordures de rizières où il faut faire preuve d'un bon équilibre pour ne pas basculer dans la boue ! Nous remontons sur une longue piste, Dominique prend la tête et je le suis, Philippe est un peu derrière nous. Les paysages sont beaux, très différents de tout ce que j'ai déjà vu. Le relief est très vallonné, tous les escarpements sont travaillés en terrasses pour les rizières.

Plongée dans la vie locale

L'étape a été raccourcie à 15km pour permettre notre acclimatation à la chaleur humide qui règne ici. Notre rythme est donc soutenu et nous arrivons au village de



Taphin en 1h14, au cœur de la communauté des Hmong Noirs. Les femmes sont en costume traditionnel, nous sommes accueillis dans une grande guest house en bois, des matelas sont déjà installés à l'étage. Nous profitons du massage organisé par Gérard, par de charmantes masseuses pro qui nous suivront tout au long des 5 étapes. J'aime ces courses où nous avons le temps de nous intégrer un peu dans la vie locale, de changer chaque jour de lieu et de renforcer les liens entre coureurs et organisateurs au fur et à mesure des bivouacs. Nous observons nos hôtes qui nous préparent dans leur cuisine sommaire de succulents repas faits de multiples plats variés, quel plaisir ! Le soir, les villageois nous offrent un spectacle de danses et musique traditionnelles.

Au milieu des rizières

La 2e étape nous emmène de Taphin à Ta Van. Nous partons regroupés sur la petite route qui s'élève depuis le village où nous avons passé la nuit, puis le rythme s'accélère et je prends avec Dominique la tête de course. Nous nous entendons à merveille, Dominique est capitaine de l'équipe de France des 100km route et vient de disputer

J'aime ces courses où nous avons le temps de nous intégrer un peu dans la vie locale, de changer chaque jour de lieu et de renforcer les liens entre coureurs et organisateurs

les championnats d'Europe à Belvès juste avant de prendre l'avion vers Hanoi ! Nous avons plaisir à rester côte à côte, j'admire sa foulée puissante dans les montées. Moi qui espérais me la jouer cool pour récupérer tranquillement des championnats régionaux de 24h disputés 3 semaines avant, c'est raté ! Nous traversons quelques villages où les enfants nous regardent passer avec curiosité. C'est la période de repiquage du riz et les familles s'activent dans les rizières. Le spectacle qui s'offre à nous est très beau et fait oublier cette partie d'asphalte. Nous remontons ensuite une

longue piste de cailloux, les écarts avec nos poursuivants se creusent.

Au col, nous basculons dans une autre vallée

La végétation change alors que notre vue découvre de nouveaux horizons. Nous plongeons vers la rivière, la traversons pour cheminer sur de longs monotraces qui serpentent dans le village très étendu. Il fait très chaud, une dernière pente et nous arrivons main dans la main à notre guest house de Ta Van, après 2h12 d'effort pour les 26,5km et 850mD. La guest house domine le village et la vue s'étend sur toute la vallée, le lieu est magnifique et reposant. L'après midi, nous allons visiter l'école et distribuer du matériel scolaire aux enfants. Bon nombre d'entre nous sont pris d'une soudaine vocation pour devenir instituteurs parmi ces enfants si attachants ! Le départ de la 3e étape nous permet de traverser de nouveau le beau village de Ta



Raid Vietnam - du 29/04 au 08/05

Van avant de nous élever sur une piste rendue assez technique par la boue et les travaux de terrassement. On se fait plaisir avec Dominique en dévalant à fond la partie en faux plat descendant avant de rejoindre l'asphalte.

Nous évoluons ensuite dans des paysages variés...

Nous serpentons dans des bordures de rizières, passons dans une forêt de bambous pour rejoindre le village de Ban Ho après 25km très vallonnés couverts en 1h56. L'après-midi, nous visitons dans un premier temps les écoles du village où nous sommes gratifiés de petits spectacles de danse. Nous allons ensuite nous baigner dans des vasques naturelles à l'aval d'une belle cascade. Danielle en profite pour s'offrir un bain de boue... après une chute involontaire dans la bauge des buffles!

4e étape: Gérard a dû prendre la décision de repousser le départ avec un tracé modifié, une pluie orageuse diluvienne s'étant abattue toute la matinée. Nous faisons un aller-retour de 21km le long de la vallée.

C'est encore une fois l'occasion, de traverser plusieurs villages

Nous y admirons les costumes traditionnels qui varient suivant les communautés: Hmongs Noirs, Rouges, Fleuris etc. Le départ est nerveux: Chérif et Philippe se disputent la 3e place du classement. Hélas Chérif perdra le balisage et s'égarera longtemps. Dominique et moi nous étonnons, en cavalcant à vive allure dans la descente du retour, d'avoir monté si raide à l'aller! C'est une belle étape que nous bouclons en 2h02, mais exigeante pour les organismes qui commencent à puiser dans leurs réserves. Certains coureurs ont été hier victimes de malaises liés à la chaleur. 5e et dernière étape. Nous quittons Ban Ho pour boucler la boucle et revenir vers Sapa. 22km avec une forte remontée à 1600m d'altitude, cette étape est splendide, pour nous tous c'est la plus belle. Nous traversons des petits hameaux, des rizières où travaillent des familles qui nous sourient malgré leur travail pénible. Nous évoluons longtemps sur un single track en pleine nature, puis nous longeons une belle rivière.

Nous traversons une forêt de bambous géants

Il faut enfin remonter dur vers Sapa, une dernière traversée dans des zones de culture maraichère, les rues de la ville... et c'est l'arrivée où Dominique et moi finissons en 2h09 main dans la main, heureux d'être restés ensemble jusqu'au bout pour une victoire commune, heureux d'avoir partagé cette aventure avec tout le groupe des coureurs. Encore une fois, je suis aussi ravi d'avoir partagé tous ces bons moments avec mon beau-frère et ma sœur,



qui montera sur le podium. Nous repartons accueillir tous les coureurs qui arrivent un à un, c'est un grand moment de bonheur pour tous. Certains sont allés jusqu'au bout dans des conditions de climat et de terrain pas toujours faciles, certains avaient choisis l'option « marche » proposée, tous ont pris vraiment du plaisir sur ce programme superbe et ces moments de sérénité lors des bivouacs dans les villages.

Le voyage ne s'arrêtera pas là: après la course, le groupe ira à la Baie d'Along, où nous naviguerons dans une grande jonque, passerons la nuit au milieu des myriades d'îlots karstiques. C'est une splendeur, une détente que nous apprécions après l'effort physique. Quel magnifique programme!

FIGHE TECHNIQUE

Vallée de Sapa (Vietnam)
1^{re} édition
125km en 5 étapes
40 participants, 31 coureurs,
9 marcheurs

RÉSULTATS

Hommes

1 ex-æquo: Vincent Rivoire et Dominique Bordet 9h35mn26s
3 Philippe Ballet 11h30mn58s

Femmes

1 Amélie Spartel 13h22mn18s
2 Mireille Chabassier 13h31mn48s
3 Françoise Leroi 14h15mn16s