

IMMORTELLE RANDONNÉE, COMPOSTELLE MALGRÉ MOI

Que Jean-Christophe Ruffin nous pardonne ce plagiat (*) Mais son titre sied parfaitement à l'aventure de Christophe Etien.



Il a effectivement parcouru les 205 kilomètres séparant Puy-En-Velay de Conques en cinq jours. "Le but était de faire connaître l'asbl 'Les amis de sœur Emmanuelle' dont je suis le directeur militant en faveur des femmes et des enfants en détresse", explique-t-il. "Ce défi m'a d'ailleurs permis de récolter 4000 euros qui serviront à la construction et à l'achat de bancs pour des écoles congolaises. "Le défi n'était pas spécialement gagné pour Christophe incapable de s'entraîner correctement pendant un an et demi à cause de problèmes de santé. "Quand j'ai recommencé à courir en février 2015, j'étais autant courbaturé après deux kilomètres qu'à la fin d'un marathon. Et puis, je n'avais jamais dépassé la distance du marathon." (**)

Retrouvez le compte-rendu détaillé du voyage de Christophe sur <https://yallahdefil.wordpress.com>

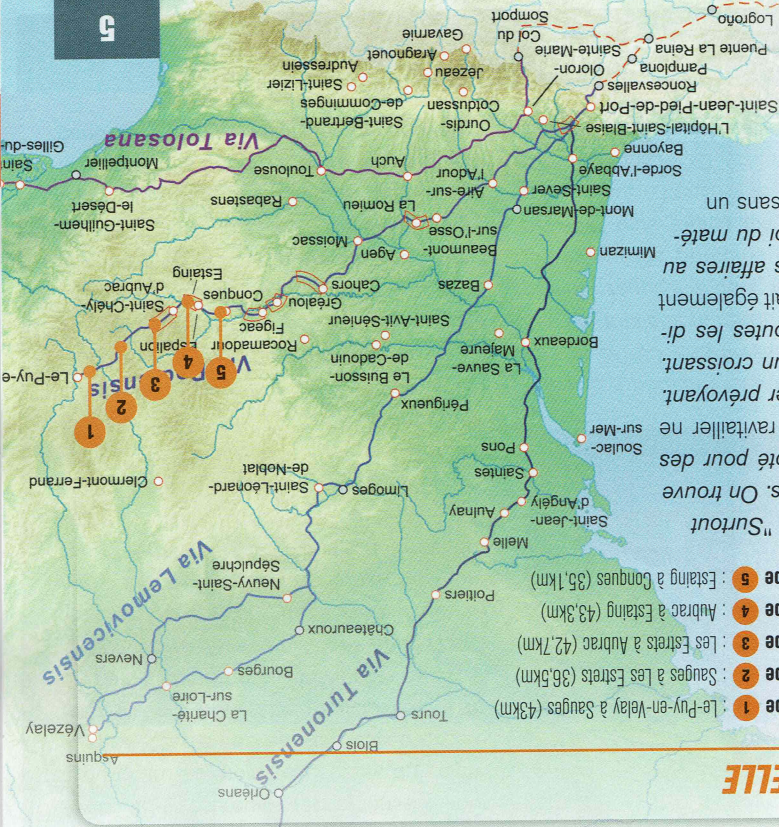
avec plusieurs sorties à la suite. "J'avais également reconnu une partie du parcours avec des amis. Eux marchaient tandis que je

TOUS LES CHEMINS MÈNENT À COMPOSTELLE

Difficile de savoir combien de pèlerins s'élancent sur un des nombreux sentiers menant à Saint-Jacques de Compostelle. Rien qu'en France, on dénombre quatre parcours. Si près de 250 000 pèlerins arrivent chaque année à Compostelle, ils sont bien plus nombreux à l'instar de Christophe à n'effectuer qu'une partie du trajet. "C'est sûr qu'il vaut mieux réserver ses nuitées", prévient Christophe. "Surtout entre avril et septembre, les périodes de plus grandes affluences. On trouve des logements de toutes gammes. Personnellement j'avais opté pour des gîtes communaux très démocratiques." Les possibilités de se ravitailler ne manquent pas, non plus. "Il vaut mieux quand même se monter prévoyant. Les dimanches ou lundis, on risque de devoir se contenter d'un croissant. Par contre, l'eau ne manque jamais. On traverse un village toutes les dizaines de kilomètres." Pour s'alléger au maximum, Christophe avait également choisi de confier ses effets à la maille postale. "On retrouve ses affaires au gîte le soir. Cela m'a permis de courir léger et d'avoir avec moi du matériel informatique pour communiquer. L'entraînement n'est rien sans un minimum de logistique!

Infos sur les différents parcours et possibilités de logement: www.chemin-compostelle.info

- Etape 1** : Le Puy-en-Velay à Sauges (43km)
- Etape 2** : Sauges à Les Estrets (36,5km)
- Etape 3** : Les Estrets à Aubrac (42,7km)
- Etape 4** : Aubrac à Estaing (43,3km)
- Etape 5** : Estaing à Conques (35,1km)



les précédents en courant avant de venir à leur rencontre en marchant à mon tour. "Il avait également mis quelques stratégies mentales en place. "Sur le parcours, je ne m'accordais par exemple de la musique qu'en fin d'étape. Je pensais aussi à des moments joyeux avec mes enfants. A la joie des écoliers congolais aussi."

VOYAGE EN TERRE CONNUE

Cette préparation lui a permis de goûter chaque instant. "Aussi bien les visites des édifices religieux que le poids historique des sentiers empruntés ou la grande spiritualité émanant des pèlerins ont décuplé l'état de latence que connaissent bien les amateurs de longue distance. Je suis parti avec des interrogations et je suis revenu avec des réponses à des questions que je ne m'étais pas posées." Peut-être trouvera-t-il d'autres réponses l'an prochain. "L'idée serait de poursuivre le GR65 à la marche avec les autres administrateurs avant de, qui sait, repartir pour une seconde semaine en courant." Et pourquoi pas? Compostelle est encore loin!

(*) Le prix Goncourt 2001 narre avec beaucoup d'humour son périple jusqu'à Compostelle dans un livre intitulé *Immortelle randonnée*, Compostelle malgré moi.

gré moi paru chez Guérin. (**) 1h20 sur semi et 3h29'59 sur marathon