« MON MARATHON AU BHOUTAN »

COURIR UN MARATHON AU BHOUTAN, DANS CE PETIT PAYS COINCÉ ENTRE DEUX GÉANTS, L'INDE ET LA CHINE, L'IDÉE ÉTAIT TROP SÉDUISANTE POUR NE PAS ME LAISSER TENTER. VOICI MON AVENTURE.

PAR VALÉRIE CALEMARD

VALÉRIE CALEMARD EN BREF

57 ans

Dix marathons, le premier couru en 2003 (le Bhoutan fut le onzième).

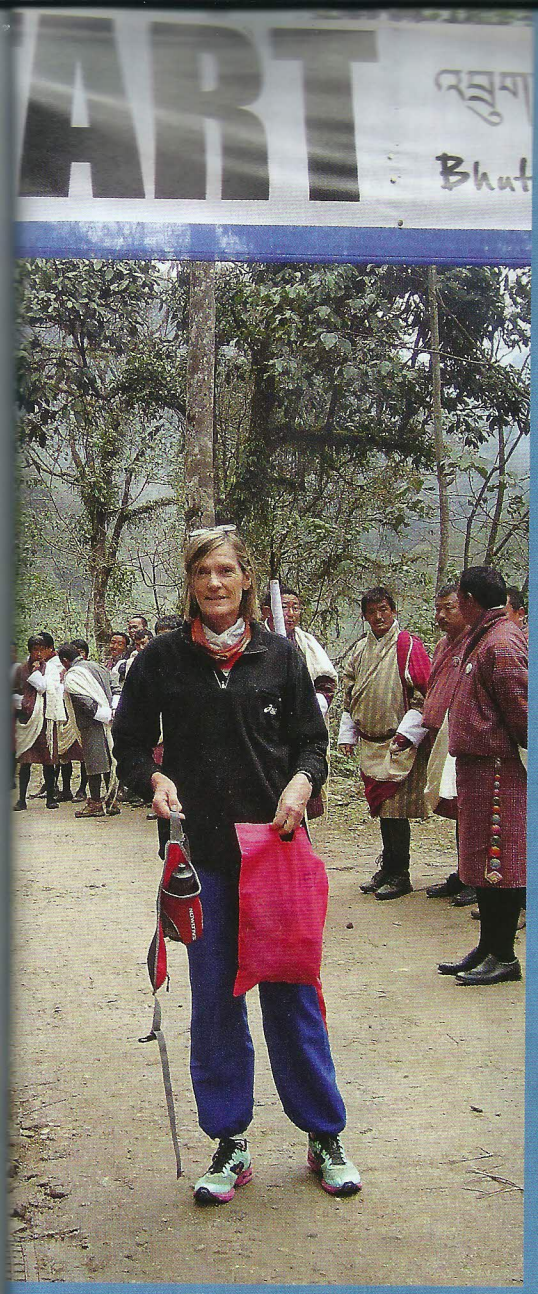
MEILLEUR TEMPS AU MARATHON
3 h 49 min, à Paris en 2006

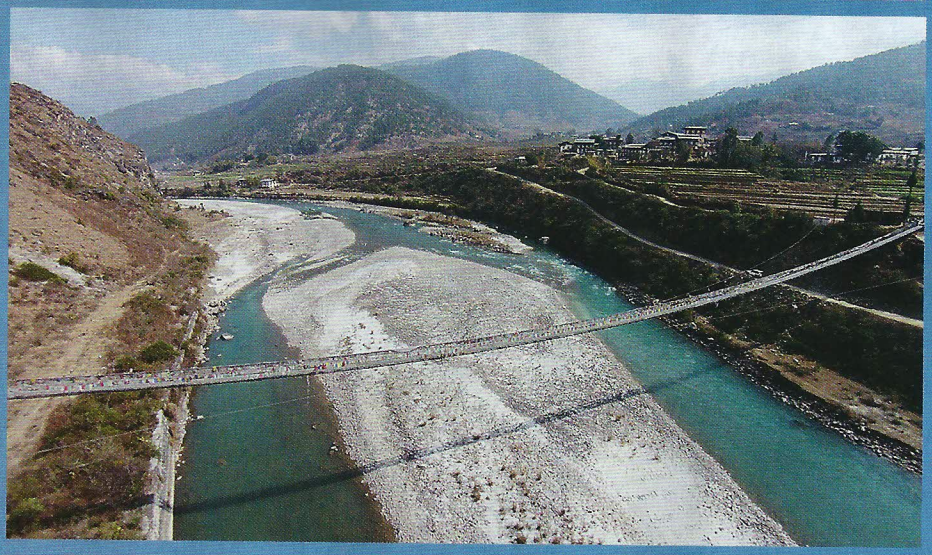
COUP DE CŒUR
Batirun au Sénégal

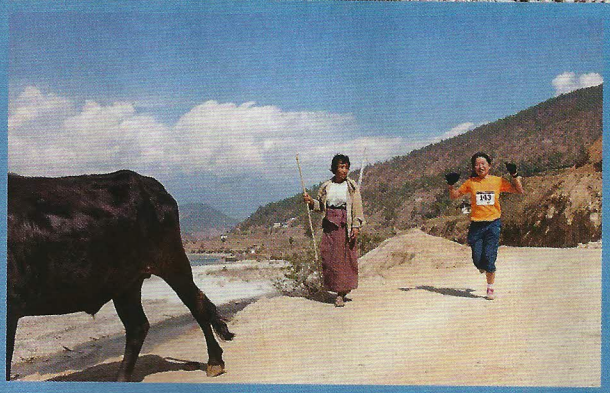
PLUS BEAU SOUVENIR
Marathons de Chicago et de New York

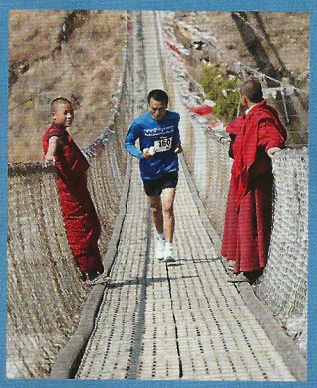
PROJETS
La Barjo dans le Cotentin, le trail des Passerelles en Isère, le trail Salomon à Barcelonnette

Vol Paris/Delhi/Paro et nous voilà arrivés avec mon mari Nicolas dans cet incroyable pays. Immédiatement, nous tombons sous le charme. Tout est si beau, si propre, si calme. Au Nord, nous pouvons admirer au loin les sommets à plus de 7 000 mètres. Avant le marathon, rien de mieux qu'un petit trek pour nous mettre en jambes et découvrir ce pays, qui se distingue par la beauté des paysages, de l'architecture et par la bonté de la population (un million d'habitants seulement). Ce pays est marqué par une très forte spiritualité et l'accueil dans les temples ou monastères est toujours bienveillant.
Une particularité : l'habit porté par les Bhoutanais. Le « go » pour les hommes et la « kira » pour les femmes sont de très anciens et magnifiques costumes traditionnels. Tous doivent, y compris les écoliers, le revêtir pour travailler et se rendre dans les dzongs (forteresses).
Autre particularité : la cigarette est interdite au Bhoutan. Pendant tout notre séjour, nous ne verrons ni fumeur ni un seul mégot par terre... Inimaginable en France. C'est encore l'hiver, la saison touristique n'a pas commencé et, du coup, nous avons le sentiment d'avoir le Bhoutan pour nous. Nous voilà à Punakha, à 1 300 mètres d'altitude, dans une large vallée entourée de massifs forestiers. D'emblée, nous savons que nous allons vivre un grand moment avec ce marathon plus touristique que performant, où le chrono n'aura aucune importance. Retrait des dossards la veille. L'ambiance est détendue, chaleureuse. Nous recevons des T-shirts techniques que nous garderons précieusement en souvenir. C'est confirmé, nous ne serons que deux Français ! Sinon, seulement une soixantaine de coureurs pour le marathon – un peu plus pour le semi – et 20 nations étrangères représentées. Jour J tant attendu ! 1 heure 30 de car sur une route chaotique pour atteindre le départ.
Et à 8 heures précises, après un temps de recueillement devant l'autel bouddhiste installé pour l'occasion, nous voilà lancés. Très vite, les militaires sont hors de vue ! Un ami et moi prenons nos marques avec l'altitude (2 000 mètres) et la route, style route forestière avec de gros cailloux ! Bien vite, Alexandre, l'autre Français, « trépignant » à mes côtés partira seul devant. Ce marathon sera donc long, exigeant en raison du dénivelé, de l'altitude, de la chaleur. Mais il sera si beau. Les 30 premiers kilomètres sont avalés à un rythme régulier mais peu rapide. Je sais que le plus dur va arriver. Ça y est, je vois enfin le fameux pont-passerelle de 300 mètres qui franchit la rivière Pho Chhu. Nicolas m'attend au bout, m'encourage. Lui aussi se régale du spectacle. Encore 11 kilomètres à parcourir. Il fait de plus en plus chaud, le terrain est accidenté, je suis seule. Je marche un peu avec Geoffrey, un Américain qui a longtemps habité à Rouen, la ville d'où je viens ! Enfin, j'aperçois le dzong de Punakha. Majestueuse et impressionnante forteresse et surtout lieu d'arrivée ! Il m'aura fallu 4 heures 51 pour franchir









© TERRY SCHNEIDER / SHUTTERSTOCK

la ligne d'arrivée. Un chrono affreux, mais qu'importe. J'en ai pris plein les yeux et je suis fière d'avoir participé au premier marathon international du Bhoutan. Pas de médaille, mais une traditionnelle écharpe blanche, symbole de bienvenue et de félicitations. La journée était loin d'être terminée. Le staff avait mis les petits plats dans les grands en organisant une soirée conviant coureurs, bénévoles, membres organisateurs, officiels, etc. Remise des prix, danses traditionnelles, dîner et tombola font que la fête fut très réussie. Ce pays, si discret, si méconnu, tenait à faire honneur aux sportifs étrangers qui s'étaient déplacés pour l'occasion. Comme prévu, je suis la première Française ! Mais plus inattendu, je suis première de ma catégorie. Je me souviendrai longtemps de ce petit moment de gloire – comme quoi, tout peut arriver, même à 57 ans –, avec la remise du trophée par les mains du Premier ministre en personne.Ce marathon unique et exceptionnel fut le point d'orgue d'un voyage de quinze jours, lui aussi exceptionnel dans ce pays époustouflant de beauté. Un voyage culturel, sportif, amical et spirituel. Souhaitons sincèrement aux organisateurs de pouvoir proposer une nouvelle édition en 2015.

Plus d'infos sur www.internationalmarathon.com

VOUS AUSSI, VOUS VOULEZ FAIRE PARTIE DE NOS PAGES ?
Envoyez-nous vos récits ainsi que vos photos (desk@runners-world.fr) et nous publierons les plus belles histoires de courses.