



Petit récit d'un WE entre Lents en Aubrac !

Désolé c'est un peu long mais difficile de résumer 52km en 2 lignes...

Pour ceux qui veulent directement le spoil, je fini en 6h21debout sur mes 2 genoux après 52km pour 50 annoncés !  
A bientôt ☺ Pour les autres bonne lecture...

Arrivée vendredi la veille du départ nous nous sommes retrouvés au retrait des dossards sur la commune de St Geniez d'Olt (lieu d'arrivée de notre trail).

Petit tour du centre-ville situé sur les rives du Lot avant de nous rendre au gîte à St Eulalie d'Olt (« *Les plus beaux village de France* »). Avec des noms comme ça on est déjà dépayrés, le village est magnifique le label n'est pas volé !

Je vous passe les détails de notre soirée remplis de préparatifs, petit apéro et pasta party dans la joie et la bonne humeur.

Samedi matin alors qu'on avait tous mis nos réveils nous voilà tous réveillé bien avant prêt à affronter une belle aventure... C'est partie pour Laguiole à 1 petite heure de route.

On arrive en temps et en heure pour admirer l'imposant taureau sur la place au centre-ville. Il pose fièrement, la légende raconte que les caresses sur une certaine partie de son anatomie porteraient chance ☺



Nous voilà engagés pour 52km d'évasion sportive dans un cadre idyllique.

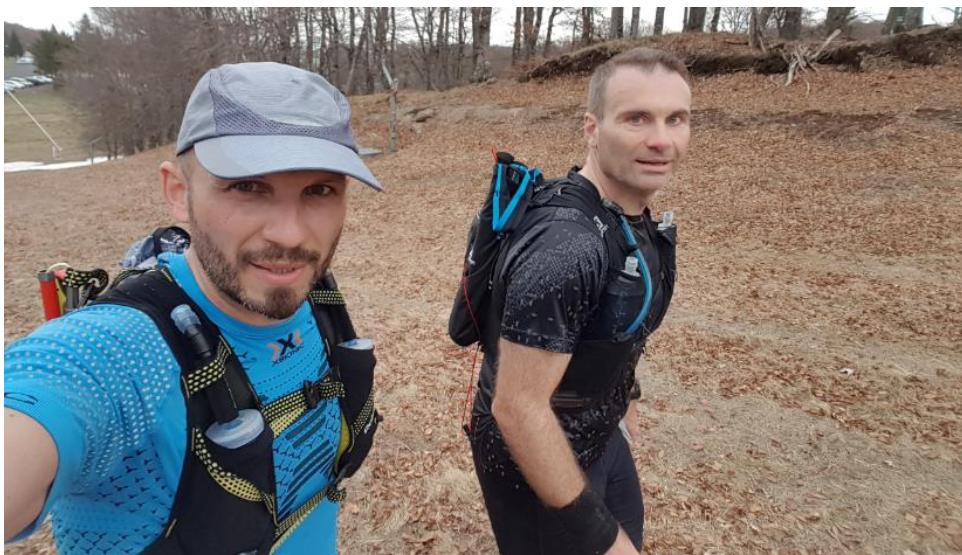
De retour de blessure, après de longues hésitations, je me décide finalement à participer sur le 50 km au lieu du 105km initialement prévu (vu avec mon kiné), je me suis promis de rester raisonnable, je pense y être arrivé !

Après s'être tous encouragés avant le coup de sifflet à 10h00, je pars tranquillement en suivant le flot et laissant Eric partir au loin. Le binôme de choc Cendrine & Fred s'élance juste derrière nous.

On sort rapidement de Laguiole pour se retrouver dans les paysages typiques de l'Aubrac :



Les sensations sont très bonnes, je me surprends à rejoindre Eric au bout de quelques km.  
Sympa de partager un bout de chemin ensemble !



Malgré une prépa inexisteante, je me sens bien et mon genou me laisse tranquille alors je continue sur mon rythme en m'arrêtant régulièrement pour prendre des photos souvenir ☺ ! En même temps ça me permet de faire des petites pauses pour éviter de trop solliciter mon genou de façon continue.

L'hiver a laissé quelques traces, mais le printemps est bien là :



Nous continuons notre route jusqu'au ravito unique au 23<sup>ème</sup> km : il y a de quoi nourrir un régiment affamé !



Un peu après le ravitaillement nos chemins se séparent avec Eric, tout va encore bien je reste sur un rythme qui me convient, faut pas changer une équipe qui gagne comme on dit !

Arrivé vers le 30<sup>ème</sup> km un petit coup de mou se fait ressentir (surement le manque de prépa, ce ne serait pas juste sinon de s'enfiler cette distance sans sourciller...). Je calme le jeu et vers le 34<sup>ème</sup> ça repart.

Je continue mon bonhomme de chemin en me laissant émerveiller par les différents panoramas tout en continuant mon safari photos, chaque côte est également l'opportunité de marcher et de reposer mon genou :





On nous réserve aussi quelques surprises :



Arriver au 38ème km, les quadri commencent à chauffer sérieusement. J'utilise alors une technique de visualisation à base d'images positives pour détourner mon esprit de la douleur, c'est assez efficace.

Les km défilent et la douleur se fait oublier, j'échange avec quelques traileurs on se motive mutuellement, l'état d'esprit est vraiment top.

Arrive un petit village à 7km de l'arrivée environ avec une fontaine qui tombe à pic les réserves d'eau étant à sec ! Là tu sais que c'est gagné et que tu seras finisher, plus de doute !

Les derniers km sont musculairement compliqués mais le genou va nickel alors j'avance :

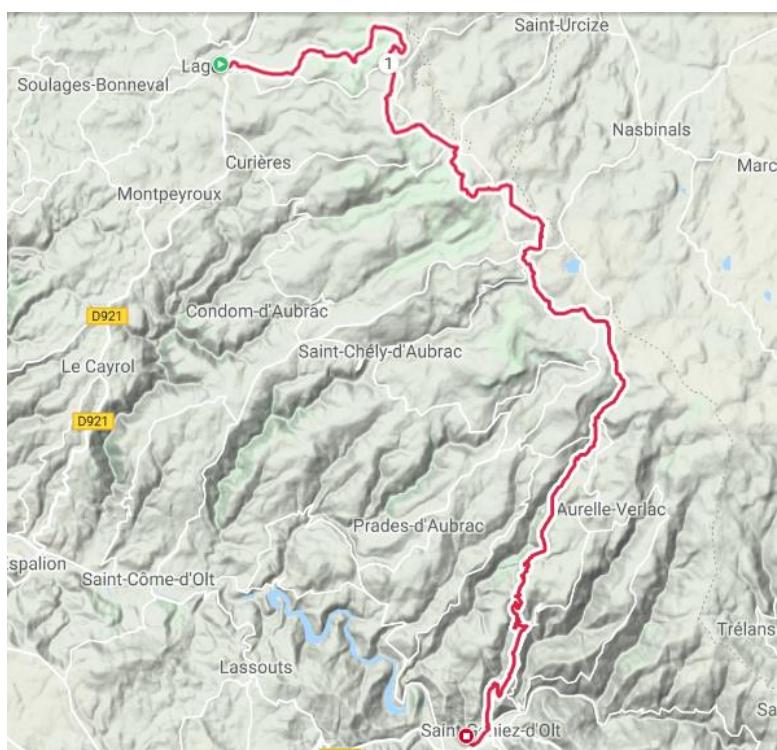


De retour sur St Geniez d'Olt après 06h21 d'escapade l'émotion est forte, après 3 mois de galère heureux d'être là et d'être allé au bout ! Mes rêves futurs sont de retour 😊

Seule déception, nous n'aurons pas croisé les propriétaires des lieux ... Je les croiserai le lendemain lors de la ballade de récup' 😊



Pour finir, heureux de voir Cendrine, Eric et Fred tous finisher !



Je vous avais prévenu que ça allait être long ! pour ceux qui n'auraient pas encore décroché voilà comment tout s'achève :

Petit resto charcuterie locale, aligot, truffade ... avec ma « suiveuse » qui m'aura encouragé tout le long du parcours aussi souvent que possible. Une vrai championne !



A bientôt, en espérant maintenant que ma mécanique rotulienne soit de nouveau opérationnelle et bien huilée pour de de longs mois...

Bises,  
Greg