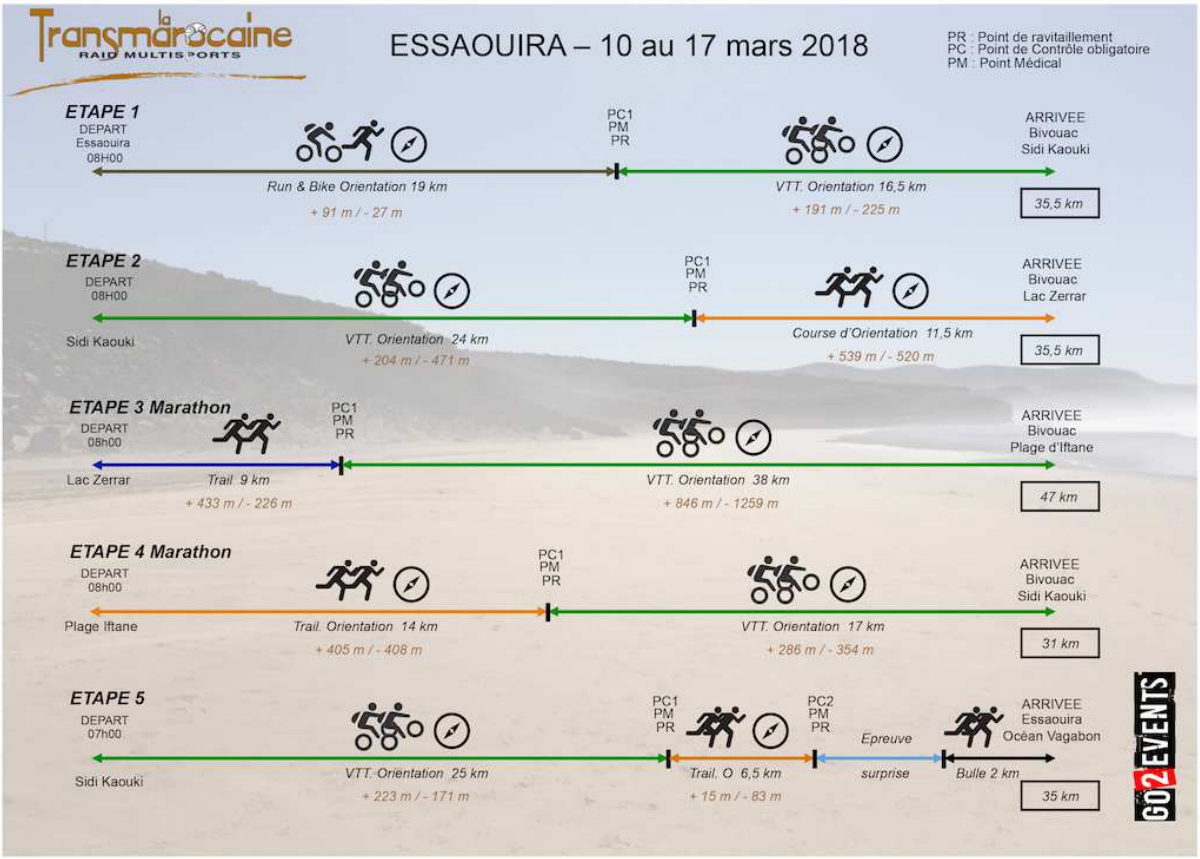
LES DEBOUSSOLES MOUGINS O' – Transmarocaine 2018

13ème édition, 22h30mn08

191km, 3743m+



Etape 1 Essaouira – Sidi Kaouki

KM parcourus : 37,29 **Dénivelé de la journée : 260m+/256m -** **Point culminant :93m**

Eh bien ça y est, nous y revoilà sur la plage d'Essaouira et la longue étendue de sable qui doit nous mener plein sud, vers le phare situé à près de 20km du départ. Un Run and Bike finalement plus roulant qu'il y a 8 ans, même si on trouve que devant, ça part vraiment fort. Après 1h50 d'efforts, nous atteignons le phare et la première balise de cette 13ème Transmarocaine, en compagnie d'une équipe OCP. Quelques coupes à travers la végétation pour regagner le premier PC et entamer la 2ème section de la journée, un VTT O' de 16,5 km. Une étape sans trop de souci pour rejoindre la plage de Sidi Kaouki que nous connaissons bien, en 4h14, mais en 19ème place sur 26. Premier bivouac sur la plage, premier bain un peu frisquet dans l'Atlantique, et …premier thé à la mentre avec nos amis Hicham et Abdelrhani.

Etape 2 Sidi Kaouki – barrage Zerrar

KM parcourus : 34,21 **Dénivelé de la journée : 1.038m+/807m -** **Point culminant : 496m**

TOTAL : KM 71,50 **Dénivelé cumulé : 1.298m+/1.063m-**

Ce qu'on redoutait arrive : des grosses pistes pour rouleurs, tout ce qu'on déteste, il n'y aura pas de partie technique sur cette journée de VTT qu'on qualifiera avec Lolo de « transition » pour rejoindre le nouveau barrage Zerrar, qui alimente la ville d'Essaouira. 24km plein est, où nous aurons le temps d'admirer les arganiers, et surtout les chèvres à poils longs qui s'amusent à grimper et se faire un festin, et aussi quelques marocains sur leurs ânes en compagnie de jeunes dromadaires. Après la traversée de la route N1 au bout de 10km, nous arrivons vers Adaghas et bientôt le PC1 pour démarrer nos « 2h30 maxi de CO au score » ; une épreuve qu'on aime particulièrement, où les choix stratégiques s'imposent. Sur les 13 balises, nous en pointerons 10 en jardinant légèrement sur 2 postes, et récupérons 1h10 de bonus ; on rentrera sur le barrage Zerrar en 2h19 : contrat rempli, en 13ème position avec l'équipe 20 de TRAIL ENTRE ELLES. Notre meilleur résultat de cette Transmarocaine 2018. Place à la récup avec un bon vin rouge ramené par Lolo et notre célèbre fournisseur La Fleur de Vigne à Mougins. On en profitera pour sa baigner dans le barrage (interdit !!) mais on ne le saura qu'après. Un coin de bivouac nous plaisait bien, mais la sureté nationale en a décidé autrement, tout le monde « groupir ». Un nouveau thé à la menthe et au thym avec les marocains à quelques encablures du bivouac, et hop, nous revoilà en forme.

Etape 3 – Barrage Zerrar – plage d'Iftane

KM parcourus : 49,34 **Dénivelé de la journée : 1.320m+/1.570m -** **Point culminant : 752m**

TOTAL : KM 120,84 **Dénivelé cumulé: 2.618m+/2.633m-**

Ce sera la grosse étape de cette Transmarocaine, dernière édition en 5 jours, ce que nous regrettons déjà…. ☹

Le départ du Trail est rapide sur cette 3ème étape, et nos ratons le coche de trouver le bon single qui part sur la droite de la piste en terre, et qui nous aurait permis de gagner de précieuses minutes ; tout le monde suit les premières équipes, et nous aurons finalement couru près de 4km supplémentaires !! Les derniers se retrouvent les premiers (un court instant, je vous rassure), et c'est ensuite une longue montée sur 3,6km, mais les genoux de Lolo commencent à chauffer et il lui faut un peu de temps de récup (il nous faudra près de 43mn pour les 3,6km de montée). On arrive au PC1 en dernière position, et il faudra une énergie du tonnerre pour regagner quelques places à l'arrivée ; le soleil est au plus fort, il fait bien chaud ce mercredi pour la première étape marathon. On dépasse les 1ères équipes OCP, puis on retrouve une nouvelle fois les filles de TRAIL ENTRE ELLES qui ont loupé la balise 4 de VTT O' et qui font donc marche arrière. Place aux 2 balises du pont, un arrêt de Lolo pour aider les marocains et leur chaîne de VTT, et on repart pour finir en beauté sur la plage d'Iftane, après avoir repris 9 équipes sur la journée.

Etape 4 – plage d'Iftane / plage de Sidi Kaouki

KM parcourus : 32,26 **Dénivelé de la journée : 823m+/808m -** **Point culminant : 199m**

TOTAL : KM 153,06 **Dénivelé : 3.441m+/3.441m-**

Un superbe Trail O' de 14km nous attend sur cette 4ème étape, où nous rejoignons le PC1 en 2h26, après avoir longé la plage, les falaises, descendu dans les oueds, remonté vers quelques «avancées », redescendu des oueds, cherché un arbre isolé,….

Un joli VTT O' s'enchaîne sans trop de mal, et nous arrivons à finir cette étape avant la grosse pluie de la journée ; on remonte une nouvelle fois les tentes sur la plage de Sidi Kaouki. On est 16ème au général, et on discute avec les hollandais de BDP, bien disposés à nous récupérer notre place au général (bon, y a 24mn d'écart quand même les gars !!). On sait que demain, on peut regagner 2 places, mais l'essentiel est ailleurs, place à un bon Jack's coca pour la récup !!! et pour les genoux de Lolo qui n'est pas au mieux depuis le départ de la 3ème étape…

Etape 5 – plage de Sidi Kaouki / Essaouira

KM parcourus : 38,12 **Dénivelé de la journée : 302m+/302m -** **Point culminant : 122m**

TOTAL : KM 191,18 **Dénivelé : 3.743m+/3.743m-**

Déjà la dernière étape de cette Transmarocaine 2018 ; la semaine passe à une vitesse folle, il est vrai que le temps d'installer le campement, de ranger le matin, le temps passe très vite, entre 2 thés à la menthe…. On démarre dans la boue cette 5ème étape, et l'enchainement des balises de VTT O' se fait bien ; après un peu de descente dans l'oued principal, c'est à nouveau assez roulant, plat, sur de grandes pistes pour rejoindre le PC1 et partir sur la CO. On sent qu'on est pas mal, BDP qui se tape la bourre avec nous a 6mn d'avance au départ de la CO. On fait une belle remontée pour arriver au PC sur la plage en 11ème position : 650m, azimut 80 on nous dit, eh bien c'est parti pour nos 5 dernières minutes de ce RAID….. mais en arrivant, Daniel et Arnaud nous proposent la fameuse épreuve surprise, un carte de CO mémo sur une échelle 1/5000 avec 6 balises ; par manque de lucidité, nous ne tentons pas les 6 balises d'un coup, mais préférons repasser à la table au bout des 3 premières ; on finira 14ème de l'étape, …….et 14ème de cette 13ème édition sur les 26 équipes ; contrat presque rempli puisque l'objectif était de rentrer dans la première moitié du classement ; Lolo aura tenu bon, serré les dents malgré la douleur des 3 derniers jours ; bravo à lui car il aura fait la semaine de course derrière, pas son habitude…

Ce qu'on a aimé sur cette Transmarocaine !!

1/Le staff bien sûr, tous, sans ex exception !

2/ Notre matos, et l'entretien des bikes par Lolo chaque soir, bravo et merci à lui : aucune crevasion, aucun ennui

3/ Nos amis des équipes marocaines, difficile de tous les citer, mais en tête Hicham que nous avons découvert en 2010, retrouvé en 2015, et enfin en 2018 ; quel bonheur de le voir à chaque fois, et cette année, avec un super coéquiper (Abdelrhani), un gars au top lui aussi ; rdv est pris pour qu'ils viennent faire 1 et 2 sur l'Urban Trail de Mougins en 2019 !!! Ils finissent 4ème au général, et peuvent espérer gagner la Trans s'ils continuent comme ça…

4/ De voir une équipe féminine marocaine pour la première fois, bravo à elles 2 même si elles ont parfois couru séparément.

5/ Le p’tit thé du soir, souvent à l’extérieur du bivouac, avec les équipes marocaines

6 / Le coucher de soleil sur la plage d’Iftane

7/ Les superbes paysages autour du barrage Zerrar, mélange de désert d’arganiers et de blé tendre

8/Nos 2 repas de « fous » dans la médina, au souk aux poissons, avec je ne sais plus combien de kg de sardines, de daurades, de loups, avec Hicham et Abdelrhani

9/ La bonne humeur des équipes féminines, un vrai + sur cette édition ; bravo les filles !!!

10/ La douceur de vivre d'Essaouira, les paysages autour de l'ancienne Mogador, les arganiers, les chèvres, les dromadaires, les plages désertes, la population marocaine,….

ET…… LES FRASQUES DE KIKOUYOU, BIEN SAGE SUR CETTE PHOTO

MAIS QUI A ETE LA STAR DE LA VIDEO DU VENDREDI SOIR !!!!!!

ET ENFIN NOS REMERCIEMENTS LES PLUS SINCERES A NOS SPONSORS QUI NOUS ONT PERMIS DE VIVRE UNE BELLE AVENTURE HUMAINE ET SPORTIVE

Les assurances MMA et Marc Varloteaux

Le Grill de la Mourachone à Pégomas et Pierre PETIT

Le club de l'Age D'or de Mougins emmené par Christiane FRANCONIERI

Mougins Orientation avec Brian HICKMORE

Mougins Danse 06 avec Philippe IOTTA et Fred LE MARTRET

Le Photo Ciné Club de Mougins de Gérard MOGINI

Et André GEORGES, notre fidèle supporter !!