

100 km à pied, défi pour se connaître... - 1/3

Qu'est ce qu'un 100 km à pied ? Pourquoi courir une telle distance ? Est-ce réservé à une élite ou un très grand nombre de personnes, néophytes comme confirmés ? Comment organiser et financer une telle épreuve ? Autant de question auxquelles je vais m'attacher à répondre à partir de l'exemple des "100 km à pied de Steenwerck"...

Tout d'abord, qu'est-ce qu'un "100 km à pied" ? Voici une présentation de ce type d'épreuve : il existe en France 13 épreuves de "100 km à pied", dont les plus connus sont les 100 km de Vendée (qui constitueront cette année les Championnats de France de la spécialité), les 100 km à pied de Steenwerck (qui compte 2 épreuves avec 2 départs différents) ainsi que les 100 km de Millau (les plus anciens, créés en 1972). Le (multi) champion de France des 100 km à pied est Roland VUILLEMENOT.

Mais qu'est réellement un 100 km à pied ?

Prenons l'exemple des 100 km à pied de Steenwerck :

On désigne sous cette appellation une épreuve sportive se déroulant les mercredi et jeudi de l'Ascension, ouverte aux sportifs confirmés comme occasionnels, consistant à parcourir 100 km à pied, le style étant libre : marche ou course. Les participants ont le droit d'être accompagnés par une personne qui pourra être à pied, ou, le plus souvent, à vélo. Dans le cas de l'épreuve des 100 km à pied de Steenwerck, on distingue 2 sous catégories : le 100 km Open se déroulant le mercredi de l'Ascension, dont le départ est donné à 19 h, ouverte à toute personne de plus de 18 ans, (les personnes de 14 à 17 ans peuvent couvrir un tour de circuit soit 23,430 km) et dont les participants disposent de 24 heures pour couvrir leur 100 km, et l'épreuve 100 km Course, ouverte aux sportifs confirmés de plus de 18 ans et ayant déjà réalisé un 100 km en moins de 13 h ou un marathon en moins de 3 h 30 min. Ceux-ci partent à 6 h le jeudi matin et disposent de 13 h pour terminer l'épreuve (ils doivent donc arriver avant jeudi soir 19 h).

Pourquoi courir une telle distance ?

Mais pourquoi donc s'engager sur une telle épreuve, d'autant qu'il n'y a rien à gagner ? Que peuvent donc bien chercher toutes ces personnes ? Quelle est leur récompense ?

A première vue, courir (ou marcher) un 100 km à pied peut sembler complètement fou, et surtout inutile car, au bout, il n'y a aucune dotation d'argent, même pour le vainqueur (celui-ci ne recevant qu'une coupe). Les participants ne reçoivent à l'arrivée qu'un diplôme ainsi que le tee-shirt officiel de l'épreuve. Celles et ceux qui terminent les 100 km à pied reçoivent en plus l'écusson officiel des 100 km à pied. A première vue donc, rien n'est fait pour attirer le sportif à venir aux 100 km à pied de Steenwerck. Mais il y a autre chose, car sinon comment se ferait t-il qu'entre 1000 et 1500 concurrents prennent le départ chaque année ? Tout les "100 Bornards" (nom donné à celles et ceux qui terminent l'épreuve) vous le diront, l'aspect chronométrique n'est pas le plus important. Car sinon, il existe des courses bien plus importantes, plus renommées et bien plus courtes que celle-ci. Non, l'on vient participer aux 100 km à pied de Steenwerck pour se faire plaisir avant tout, se lancer un défi et prouver que l'on est capable de se dépasser, de dépasser ses propres limites et aller puiser au fond de ses propres réserves. La hargne que l'on a n'est pas ici celle de battre un adversaire, car sur un 100 km, le seul adversaire que l'on a, c'est soi-même. Si le sport (de haut niveau) est réservé aux sportifs, les 100 km à pied de Steenwerck possèdent la particularité d'être ouverts à tous, sportifs mais aussi personnes ordinaires désireuses de tester leur état physique, se lancer un défi, de voir jusqu'où elles peuvent aller, de réussir une épreuve extraordinaire.

Une simple constatation est d'ailleurs éloquent : contrairement à ce que l'on pourrait penser, ce ne sont pas toujours les (vrais) sportifs qui sont les plus nombreux à l'arrivée de l'épreuve.

Certes, il faut avoir une bonne condition physique, mais l'entraînement ne suffit pas, la volonté de vouloir terminer cette épreuve est primordiale. Le temps que l'on va mettre n'est que secondaire car le plus important est de terminer l'épreuve, et ce n'est pas une mince affaire. Cependant, la limite de temps fixée à 24 heures

100 km à pied, défi pour se connaître... - 2/3

permet à beaucoup de personnes de pouvoir se lancer afin de tenter cette aventure et, à un certain nombre d'entre eux de réussir. De nombreuses personnes arrivent à atteindre un objectif qu'ils n'auraient jamais pensé atteindre avant de se lancer sur cette épreuve, et ce même s'ils ne font pas 100 km. Ainsi trouve-t-on sur le parcours une grande diversité de profils : sportifs confirmés, néophytes, handisports, marcheurs, familles et amis, chacun parcourant la distance souhaitée dans une ambiance de fête, et pour les tout meilleurs, dans une limite de temps qu'ils s'imposent. La devise de l'épreuve "Chacun son rythme, chacun sa course" prend ici tout son sens : pour les plus affûtés, il s'agira de respecter une limite de temps qu'ils se seront fixée, là où la plupart des participants auront comme ambition de terminer ces 100 km, voir d'améliorer un peu leurs temps s'ils sont déjà parvenus à boucler cette épreuve auparavant. Aucun participant ne se sent frustré parce qu'il a fait un moins bon temps qu'un autre concurrent. Le plus important, c'est la chaleur qui se dégage de l'épreuve. Tous les participants vous le diront, et nombre d'entre eux reviennent d'année en année parce que l'ambiance est une ambiance chaleureuse, où les bénévoles n'hésitent pas à reconforter, à encourager les concurrents lorsque ceux-ci se sentent fatigués, ont un "coup de moins bien" ou souffrent physiquement. Tout est axé vers le bien être du participant : musique à certains ravitaillements et autres animations diverses. En outre, la relation d'altérité lorsque que l'on dépasse un autre concurrent n'existe quasiment pas, les concurrents n'hésitant pas à s'encourager mutuellement. Il n'est d'ailleurs pas rare que, loin de considérer un autre concurrent (que l'on ne connaît pas) comme "adversaire", certains participants se regroupent avec d'autres afin de pouvoir dépasser les difficultés et de terminer ensemble. Au-delà du temps, pour bon nombre de participants, le temps mis n'est qu'anecdotique, ce qui compte étant le fait de terminer les 100 km en ayant vaincu la douleur physique, morale, les doutes et même les conditions climatiques (en 1976, il a plu, en 2004, la chaleur était étouffante, en 2005 et 2006 vent et pluie étaient de la partie). L'arrivée est une véritable délivrance car elle signifie la fin d'un "calvaire". Mais au-delà de cette souffrance, une grosse fierté se dégage du résultat : la fierté d'avoir su se dépasser, aller puiser au fond de ses réserves pour terminer l'épreuve. Certes, les crampes, ampoules, douleurs musculaires, articulaires en tout genres sont bien réelles, mais dans bien des cas, la détermination l'emporte. Pour tout coureur qui a réussi à finir un 100 km à pied, cela reste une expérience inoubliable, quelque chose qui ne peut pas se raconter, quelque chose que l'on ressent au plus profond de soi, quelque chose à vivre pour tout coureur qui se respecte. Les émotions ressenties tout au long de cette aventure, y compris après avoir passé la ligne d'arrivée sont incomparables, aux dires des coureurs. Jusqu'à présent, personne n'a jamais regretté d'avoir participé aux 100 km à pied de Steenwerck. Le participant, en même temps que de se faire plaisir, apprend beaucoup sur lui-même, et la seule victoire qui compte est d'arriver au bout, ou, à défaut, d'avoir été au bout de soi-même, d'avoir dépassé ses limites.

Comme le disait lui-même un coureur, "la douleur (physique) est éphémère, le bonheur (de l'avoir terminée), lui, est inoubliable"

Organisation et financement

Une telle épreuve ne s'improvisant pas, une organisation conséquente est nécessaire à la bonne tenue ainsi qu'à la réussite de l'épreuve. Les 100 km à pied de Steenwerck c'est 450 bénévoles (en 2006) qui encadrent les 1000 à 1500 coureurs toutes courses confondues. Ces bénévoles se décomposent en plusieurs "groupes", chacun ayant un rôle bien spécifique : les médecins, les kinésithérapeutes, les podologues, les secouristes, les ravitailleurs, les pointeurs, les cibistes, les signaleurs et les responsables de l'organisation. Un planning est établi pour chaque groupe, chaque bénévole assure une permanence de 4 heures, sauf pour les signaleurs qui ne font que 2 heures à cause de la pénibilité du poste (il faut rester debout tout le temps à faire la circulation à un carrefour du circuit).

L'organisation des bénévoles

*Les soins

100 km à pied, défi pour se connaître... - 3/3

Médecins, kinésithérapeutes, podologues et secouristes sont présents en 3 endroits du circuit et sont joignables à tout moment sur le circuit.

*Le ravitaillement

6 postes de ravitaillement sont organisés sur le circuit. Une table avec tous les aliments nécessaires (eau, glucose, jus de fruit, cola, fromages, biscuits, fruits frais, fruits secs, sucre, chocolat, café, etc ...) est dressée.

*Le pointage

3 postes de pointages sont assurés. Le code-barres présent sur le dossard des concurrents est saisi par informatique pour les 100 km et le numéro de dossard des marathoniens est enregistré. En cas de panne informatique, les numéros de dossard sont saisis manuellement également.

*La cibie

Les 6 postes de ravitaillement sont tous équipés d'une cibie qui permet de communiquer tout problème, toute information à la Salle des Sports (qui gère tous les ravitaillements ainsi que la coordination des bénévoles). Cinq véhicules circulant sur le circuit sont également équipés chacun d'une cibie.

*Les signaleurs

Ils sont indispensables à la bonne tenue de l'épreuve car ils assurent la sécurité des concurrents aux carrefours du circuit. Pendant 2 heures, ils font la circulation et veillent à ce qu'il n'y ait pas de concurrents qui empruntent des raccourcis.

Pour le bien-être des participants mais aussi en cas de problèmes, des toilettes sont disposés en différents endroits du parcours.

L'organisation d'un tel évènement nécessite un budget conséquent :

-environ 6500 € de frais de fonctionnement.

-environ 10 000 € de matériel (produits boutiques, fournitures correspondances, sécurité, ...).

-près de 8000 € de frais pour le déroulement même de l'épreuve (achat ravitaillement, pharmacie, location WC, location des chapiteaux, matériel divers)

-environ 2500 € de frais annexes (soirée des bénévoles, Assemblées générales, réunions).

Au total, le budget financier global s'élève à près de 29 000 €, financé à moitié par les frais d'inscription (environ 15 000 €), par des subventions diverses à hauteur de 7000 € (Conseil Général, Régional, CPAM, ...) et recettes diverses (bar, ventes diverses, ...).

Pourquoi avoir voulu créer une telle épreuve ?

Généralement, on désigne par "100 km à pied de Steenwerck" deux jours de fête sportive, auxquels, en plus des deux départs des 100 km, viennent se greffer deux autres épreuves : le marathon (créé en 2003, pour les plus de 18 ans) dont le départ est donné à 9 h le jeudi matin et la course des jeunes (pour les enfants de 6 à 14 ans, dont les distances parcourues vont de 1 à 3 km selon l'âge des enfants) dont les départs sont échelonnés à partir de 15 h le jeudi après-midi. Lors de ces deux jours, tout un village devient le "haut lieu du grand fond français" et ne vit qu'autour de cette épreuve.

Il s'agissait d'offrir une fête populaire, une fête autour du sport et plus précisément de la course à pied dans le cadre d'un 100 km. Une fête qui rassemblerait des personnes d'horizons différents animés par la même envie : venir se faire plaisir en prenant part à une telle épreuve et contribuer à la réussite de l'évènement.

Cela implique donc de rompre avec des valeurs "sportives" de la performance pour la performance, ou bien même de la performance en vue de gagner de l'argent.

Ici, la performance est directement liée à l'émotion que l'on ressent, et ce sont de telles valeurs que veulent prôner les 100 km à pied de Steenwerck. Il s'agissait également de prouver qu'un petit village (inconnu) du fin fond de la Flandre pouvait organiser une épreuve qui le ferait connaître et reconnaître grâce, notamment, à la qualité et l'ambiance de cet évènement.